

PENGARUH KONSUMSI LABU
SIAM (Cucurbitaceae)
TERHADAP PERUBAHAN
TEKANAN DARAH PADA
WANITA USIA SUBUR DENGAN
HIPERTENSI DI KLINIK CITRA
SEHAT KOTA BANDUNG
PROVINSI JAWA BARAT

Submission date: 07-Aug-2020 06:20PM (UTC+0700)

Submission ID: 1366925718

File name: 258-794-1-SM.docx (36.43K)

Word count: 4331

Character count: 27697

TAHUN 2020

by Merlinda 1

**PENGARUH KONSUMSI LABU SIAM (*Cucurbitaceae*) TERHADAP PERUBAHAN
TEKANAN DARAH PADA WANITA USIA SUBUR DENGAN HIPERTENSI
DI KLINIK CITRA SEHAT KOTA BANDUNG PROVINSI
JAWA BARAT TAHUN 2020**

Merlinda Nur Fitri¹⁾, Risza Choirunissa²⁾, Andi Julia Rifiana³⁾

Faculty of Health Science, Nasional University Jakarta
merlindanurfitri@gmail.com

ABSTRAK

Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang banyak diderita di seluruh dunia termasuk Indonesia. Wanita Usia Subur (WUS) lebih beresiko menderita hipertensi dengan tingkat hipertensi berat karena keterpaparan wanita lebih tinggi terhadap faktor resiko dibandingkan laki-laki. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian labu siam terhadap tekanan darah Wanita Usia Subur dengan hipertensi di Klinik Citra Sehat Kota Bandung Provinsi Jawa Barat Tahun 2020. Jenis penelitiannya yaitu *quasy eksperimental dengan desain non equivalent control group design*. Sampelnya sebanyak 30 wanita usia subur yang terdiri dari 15 kelompok eksperimen dan 15 kelompok kontrol. Analisis data terdiri dari analisis univariat dengan distribusi tendensi sentral dan analisis bivariat dengan uji *t-independen*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa rata-rata tekanan darah sistolik dengan hipertensi sebelum pemberian labu siam sebesar 148,33 dan rata-rata tekanan darah diastolik sebelum perlakuan sebesar 98,00 mmHg. Rata-rata tekanan darah sistolik sesudah pemberian labu siam sebesar 125,67 mmHg dan rata-rata tekanan darah diastolik sesudah perlakuan sebesar 92,00 mmHg. Ada pengaruh pemberian labu siam terhadap tekanan darah Wanita Usia Subur dengan hipertensi di Klinik Citra Sehat Kota Bandung Provinsi Jawa Barat Tahun 2020. Besarnya penurunan tekanan darah dengan menggunakan labu siam sebesar 6,54 dibanding yang tidak menggunakan labu siam. Disarankan petugas kesehatan memberikan penyuluhan kepada Wanita Usia Subur tentang pencegahan alternatif hipertensi secara non farmakologis yaitu dengan pemberian labu siam.

Kata Kunci: Labu Siam (*Cucurbitaceae*), Wanita Usia Subur, Hipertensi

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang banyak diderita di seluruh dunia termasuk Indonesia. Hipertensi adalah penyakit yang terjadi karena peningkatan tekanan darah dalam tubuh yang melewati batas normal yang dipengaruhi oleh beberapa faktor-faktor tertentu (Pangaribuan, 2015).

World Health Organization (WHO) menyebutkan jumlah penderita hipertensi akan terus meningkat seiring dengan jumlah penduduk yang bertambah pada 2025 mendatang diperkirakan sekitar 29% warga dunia terkena hipertensi. WHO menyebutkan negara ekonomi berkembang memiliki penderita hipertensi sebesar 40% sedangkan negara maju hanya 35%, kawasan Afrika memegang posisi puncak penderita hipertensi, yaitu sebesar 40%. Kawasan Amerika sebesar 35% dan Asia Tenggara 36%. Kawasan Asia penyakit ini telah membunuh 1,5 juta orang setiap tahunnya. Hal ini menandakan satu dari tiga orang menderita hipertensi (WHO, 2018).

Angka hipertensi di Indonesia yang didapat melalui pengukuran pada umur ≥ 18 tahun sebesar 25,8%, sedangkan prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan umur untuk kelompok umur 45-54 tahun sebesar 35,6%, kelompok umur 55-64 tahun sebesar 45,9%, kelompok umur 65-74 tahun sebesar

57,6%, dan untuk kelompok umur 75 tahun keatas sebesar 63,8% (Kementerian Kesehatan RI, 2019). Menurut Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, prevalensi hipertensi di Indonesia cenderung tinggi pada perempuan (28,8%) daripada laki-laki (22,8%). Jumlah penderita hipertensi yang ditangani oleh tenaga kesehatan hanya 36,8% sedangkan 63,25% hipertensi di Indonesia tidak terdiagnosis tenaga kesehatan. Penderita hipertensi pada umumnya adalah yang berusia 40 tahun keatas namun pada saat ini hipertensi juga dapat terjadi pada usia subur (15-49) tahun. Persentase hipertensi di Indonesia pada usia subur (15-49) tahun adalah sebanyak \pm 28,2% dari jumlah prevalensi hipertensi di Indonesia (Kementerian Kesehatan RI, 2019).

Prevalensi hipertensi di Provinsi Jawa Barat pada usia dewasa yaitu usia 26-45 tahun pada tahun 2018 sebesar 57,5% dan meningkat pada tahun 2019 menjadi 60,4%. Hipertensi di Provinsi Jawa Barat pada tahun 2019 adalah 62.466 kasus, cenderung tinggi pada wanita (71,4%) dibanding laki-laki (28,5%) dan 10% terjadi pada usia subur (15-49 tahun). Persentase hipertensi pada wanita usia subur di Provinsi Jawa Barat adalah (50,5%) (Dinas Kesehatan Propinsi Jawa Barat, 2019).

Wanita Usia Subur (WUS) lebih beresiko menderita hipertensi dengan tingkat hipertensi berat karena keterpaparan wanita lebih tinggi terhadap faktor resiko dibandingkan laki-laki, seperti penggunaan obat-obat hormonal sedangkan laki-laki lebih banyak menderita hipertensi pada usia 40 tahun keatas. Hipertensi pada wanita usia subur akan mempercepat munculnya komplikasi penyakit kardiovaskular (seperti stroke, serangan jantung, gagal jantung dan kerusakan ginjal kronik) dan dapat mempercepat terjadinya penurunan fungsi kognitif seseorang. Dampak hipertensi pada wanita usia subur adalah berhubungan dengan penggunaan alat kontrasepsi dan masalah kehamilan (Manuaba, 2015).

Pemakaian alat kontrasepsi terutama hormonal dapat menimbulkan efek samping bagi kesehatan tubuh yang dapat memicu terjadinya ketidakseimbangan antara hormon esterogen dan progesteron yang akan menyebabkan gangguan pada pembuluh darah, sehingga tubuh akan mengalami resiko peningkatan pada tekanan darah. Pada tekanan darah sistolik maupun diastolik kontrasepsi hormonal ini juga dapat meningkatkan tekanan darah pada perempuan yang mempunyai tekanan darah normal yakni sebesar 4% hingga 5% pada saat sebelum menggunakan kontrasepsi dan pada perempuan yang menderita hipertensi dapat meningkatkan tekanan darahnya sebesar 6% hingga 9%. Dalam hal ini usia wanita sangat berkaitan erat dengan 2 tahun pertama pada saat menggunakan kontrasepsi hormonal kombinasi, yang akan semakin meningkat menjadi 2 hingga 3 kali lipat setelah penggunaan kontrasepsi selama 4 tahun (Handayani, 2015).

Terdapat dua jenis terapi hipertensi yaitu dengan farmakologis (medis) dan non farmakologis (herbal). Terapi non farmakologis adalah suatu pengobatan dengan tidak diberikan obat, yaitu dengan olahraga, mengurangi konsumsi rokok dan alkohol, dan diet sayuran atau buah, salah satunya dengan menggunakan labu siam. Labu siam merupakan sayuran yang tumbuh pada subtropis selain sebagai makanan juga digunakan sebagai obat. Labu siam banyak dikonsumsi masyarakat karena harganya cukup murah serta rasanya enak dan dingin. Kandungan kalium dalam labu siam diketahui memiliki efek diuretik sehingga dapat menurunkan kadar garam dalam darah melalui ekskresi urin (Marliani, 2015).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di Klinik Citra Sehat Kota Bandung Provinsi Jawa Barat, terhadap 10 wanita usia subur didapatkan bahwa 6 orang (60%) mengalami hipertensi dan 4 orang (40%) tidak mengalami hipertensi. Dari 6 orang yang mengalami hipertensi mengatakan bahwa upaya penanganan yang dilakukannya hanya melakukan kontrol ke petugas kesehatan dan belum pernah mencoba mengatasinya dengan cara mengkonsumsi labu siam.

Berdasarkan permasalahan di atas maka peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Konsumsi Labu Siam (Cucurbitaceae) Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Wanita Usia Subur dengan Hipertensi di Klinik Citra Sehat Kota Bandung Provinsi Jawa Barat Tahun 2020

METODE

Desain Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini metode *quasy eksperiment* dengan desain *nonequivalent control group design*. Sebelum diberi treatment, baik kelompok eksperimen dan kelompok kontrol diberi test yaitu pretest berupa pengukuran tekanan darah, dengan maksud untuk mengetahui keadaan kelompok sebelum treatment. Kemudian setelah diberikan treatment, kelompok eksperimen dan kelompok kontrol diberikan test yaitu posttest, untuk mengetahui keadaan kelompok setelah treatment.

Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi penelitian adalah keseluruhan objek penelitian atau objek yang diteliti tersebut (Notoatmodjo, 2015). Pada penelitian ini yang dijadikan populasi adalah penderita hipertensi di Klinik Citra Sehat Kota Bandung Provinsi Jawa Barat bulan Februari sampai dengan Agustus sebanyak 40 orang.

2. Sampel

Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti (Notoatmodjo, 2015). Gay dan Diehl dalam Sani (2016), menuliskan untuk penelitian deskriptif sampelnya 10% dari populasi, penelitian korelasional paling sedikit 30 elemen populasi, penelitian perbandingan kausal 30 elemen per kelompok, dan untuk penelitian eksperimen 15 elemen per kelompok. Jumlah sampel pada penelitian ini yaitu 30 orang terdiri dari 15 orang kelompok eksperimen dan 15 orang kelompok kontrol.

Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Klinik Citra Sehat Kota Bandung Provinsi Jawa Barat

2. Waktu Penelitian

Penelitian ini telah dilakukan pada bulan Mei-Juli 2020

Variabel Penelitian

Variabel dalam penelitian ini diklasifikasikan menjadi dua, yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah pemberian labu siam, sedangkan variabel terikat dalam penelitian ini adalah perubahan tekanan darah pada wanita usia subur (WUS) dengan Hipertensi.

Prosedur Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini sumber data yang digunakan adalah data primer. Data primer (langsung) yaitu data yang diperoleh langsung dari responden dengan cara mengukur tekanan darah menggunakan *sphygmomanometer*. Sebelum pengumpulan data dilakukan, peneliti mengurus surat izin penelitian setelah mendapatkan surat balasan, selanjutnya peneliti datang ke lokasi untuk melakukan pengumpulan data. Setelah didapatkan 30 wanita usia subur di Klinik Citra Sehat dengan kriteria yang diharapkan, peneliti menjelaskan tujuan, kerahasiaan pasien. Apabila responden menyetujui untuk menjadi responden. Mengumpulkan data diawali dengan pengukuran tekanan darah (*pretest*) yaitu sebelum diberi labu siam dan dilanjutkan dengan memberikan pengarahan tentang pemberian labu siam, setelah dilakukan sesuai dengan SOP, kemudian responden diukur kembali tekanan darahnya (*posttest*) sesudah diberi labu siam.

Pengolahan dan Analisis Data

Data yang diperoleh dari hasil pemberian labu siam kemudian dilakukan pengolahan data. Analisis yang dilakukan dalam penelitian ini adalah analisis univariat dan analisis bivariat. Sebelum dilakukan uji t independen terlebih dahulu dilakukan uji prasyarat yaitu uji normalitas dengan Saphiro Wilk karena jumlah data < 50

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh konsumsi labu siam (*cucurbitaceae*) terhadap perubahan tekanan darah pada wanita usia subur (WUS) dengan hipertensi di Klinik Citra Sehat Kota Bandung Provinsi Jawa Barat dengan jumlah responden sebanyak 30 orang yang terbagi menjadi dua yaitu 15 kelompok eksperimen dan 15 kelompok kontrol.

1. Analisis Univariat

1. Gambaran Tekanan Darah Sebelum Mengonsumsi Labu Siam (*Cucurbitaceae*) pada Kelompok Kontrol Maupun Kelompok Eksperimen

Tabel 4.1
Distribusi Tekanan Darah Sebelum Mengonsumsi Labu Siam (*Cucurbitaceae*) pada Kelompok Kontrol Maupun Kelompok Eksperimen

Kelompok	Tekanan Darah Sebelum Perlakuan	Mean Median	S.D	Minimal-Maksimal	95% CI
Eksperimen	Sistolik	148,33 145,00	5,876	140-160	145,08- 151,59
	Diastolik	98,00 100,00	7,512	90-110	93,84- 102,16
Kontrol	Sistolik	147,33 145,00	5,300	140-155	144,40- 150,27
	Diastolik	93,67 90,00	4,806	90-100	91,01- 96,33

Berdasarkan table 4.1 menunjukkan bahwa rata-rata tekanan darah sistolik sebelum perlakuan pada kelompok eksperimen sebesar 148,33 mmHg dengan mediannya 145,00 mmHg, standar deviasinya 5,876. Tekanan darah sistolik sebelum perlakuan minimal 140 mmHg dan maksimal 160 mmHg, dan berdasarkan nilai 95%CI diyakini bahwa tekanan darah sistolik pada kelompok eksperimen sebelum pemberian labu siam berada antara 145,08-151,59. Sementara rata-rata tekanan darah diastolik sebelum perlakuan pada kelompok eksperimen sebesar 98,00 mmHg dengan mediannya 100,00 mmHg, standar deviasinya 7,512. Tekanan darah diastolik sebelum perlakuan minimal 90 mmHg dan maksimal 110 mmHg, dan berdasarkan nilai 95%CI diyakini bahwa tekanan darah diastolik pada kelompok eksperimen sebelum pemberian labu siam berada antara 93,84-102,16.

2. Gambaran Tekanan Darah Sesudah Mengkonsumsi Labu Siam (*Cucurbitaceae*) pada Kelompok Kontrol Maupun Kelompok Eksperimen

Tabel 4.2
Distribusi Tekanan Darah Sesudah Mengkonsumsi Labu Siam (*Cucurbitaceae*) pada Kelompok Kontrol Maupun Kelompok Eksperimen

Kelompok	Tekanan Darah Sesudah Perlakuan	Mean Median	S.D	Minimal-Maksimal	95% CI
Eskperimen	Sistolik	125,67 120,00	9,796	110-140	120,24- 131,09
	Diastolik	92,00 90,00	3,684	90-100	89,96- 94,04
Kontrol	Sistolik	131,20 130,00	7,133	120-145	127,25- 135,15
	Diastolik	92,33 90,00	3,200	90-100	90,56- 94,11

Berdasarkan 4.2, menunjukkan bahwa rata-rata tekanan darah sistolik sesudah perlakuan pada kelompok eksperimen sebesar 125,67 mmHg dengan mediannya 120,00 mmHg, standar deviasinya 9,796. Tekanan darah sistolik sesudah perlakuan minimal 110 mmHg dan maksimal 140 mmHg, dan berdasarkan nilai 95%CI diyakini bahwa tekanan darah sistolik pada kelompok eksperimen sesudah pemberian labu siam berada antara 120,24-131,09. Sementara rata-rata tekanan darah diastolik sesudah perlakuan sebesar 92,00 mmHg dengan mediannya 90,00 mmHg, standar deviasinya 3,684. Tekanan darah diastolik sesudah perlakuan minimal 90 mmHg dan maksimal 100 mmHg, dan berdasarkan nilai 95%CI diyakini bahwa tekanan darah diastolik pada kelompok eksperimen sesudah pemberian labu siam berada antara 89,96-94,04.

Analisis Bivariat

1. Pengaruh Konsumsi Labu Siam (*Cucurbitaceae*) pada Wanita Usia Subur dengan Hipertensi di Klinik Citra Sehat Kota Bandung Provinsi Jawa Barat tahun 2020 Sebelum dilakukan uji t, terlebih dahulu data dilakukan uji normalitas sebagai salah satu prasyarat uji t, berikut ini hasil uji normalitas data pada penelitian ini:

5
Tabel 4.3
Hasil Uji Normalitas

	Data	Shapiro-Wilk			Keterangan
		Statistic	df	Sig.	
Sistol	sistol pretest eksperimen	0.910	15	0.133	Normal
	sistol posttest eksperimen	0.905	15	0.114	
	sistol pretest kontrol	0.889	15	0.064	
	sistol posttest kontrol	0.952	15	0.563	
Diastol	diastol pretest eksperimen	0.842	15	0.013	Tidak Normal
	diastol posttest eksperimen	0.596	15	0.000	
	diastol pretest kontrol	0.661	15	0.000	
	diastol posttest kontrol	0.713	15	0.000	

Tabel 4.3. Berdasarkan hasil uji normalitas seperti terlihat pada tabel 4.3, menunjukkan bahwa data untuk sistolik baik kelompok eksperimen maupun kontrol berdistribusi normal karena nilai sig (p) > 0,05 sementara untuk data diastolik baik kelompok eksperimen maupun kontrol berdistribusi tidak normal karena nilai sig (p) < 0,05. Maka dari itu untuk analisis selanjutnya yang akan diuji untuk menguji pengaruh konsumsi labu siam (*Cucurbitaceae*) pada wanita usia subur dengan hipertensi menggunakan data sistolik dan uji yang digunakan adalah uji t berpasangan dan hasilnya adalah sebagai berikut:

Tabel 4.4
1
Pengaruh Konsumsi Labu Siam (*Cucurbitaceae*) pada Wanita Usia Subur dengan Hipertensi di Klinik Citra Sehat Kota Bandung Provinsi Jawa Barat tahun 2020

Kelompok	Tekanan Darah Sistolik	Mean	Beda Mean	N	t	P value
Eksperimen	Sebelum perlakuan	148,33	22,66	15	8,500	0,000
	Sesudah perlakuan	125,67				
Kontrol	Sebelum perlakuan	147,33	16,13	15	7,627	0,000
	Sesudah perlakuan	131,20				

Berdasarkan tabel 4.4, menunjukkan bahwa rata-rata tekanan sistolik pada kelompok eksperimen sebelum perlakuan sebesar 148,33 mmHg dan rata-rata tekanan sistolik sesudah perlakuan sebesar 125,67 mmHg artinya terdapat selisih sebesar 22,66. Perbedaan ini menunjukkan bahwa labu siam mempunyai pengaruh terhadap tekanan darah, dari hasil uji t berpasangan dengan nilai p = 0,000 yang artinya bahwa ada pengaruh pemberian labu siam terhadap tekanan darah.

2. Besarnya Pengaruh Konsumsi Labu Siam (*Cucurbitaceae*) pada Wanita Usia Subur dengan Hipertensi di Klinik Citra Sehat Kota Bandung Provinsi Jawa Barat tahun 2020

Tabel 4.5
Besarnya Pengaruh Konsumsi Labu Siam (*Cucurbitaceae*) pada Wanita Usia Subur dengan Hipertensi di Klinik Citra Sehat Kota Bandung Provinsi Jawa Barat tahun 2020

Kelompok	Besar Penurunan Mean	Beda Mean	N	t	P value
Eksperimen	22,67	6,54	15	1.919	0.045
Kontrol	16,13				

Berdasarkan tabel 4.5, menunjukkan bahwa besarnya penurunan tekanan darah dengan menggunakan labu siam sebesar 6,54 dibanding yang tidak menggunakan labu siam. Hasil uji t independen diperoleh nilai p 0,045 yang artinya bahwa ada perbedaan penurunan tekanan darah antara yang mengkonsumsi labu siam dengan yang tidak mengkonsumsi labu siam.

PEMBAHASAN

Gambaran Tekanan Darah Wanita Usia Subur dengan Hipertensi Sebelum Pemberian Labu Siam

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata tekanan darah sistolik dengan hipertensi sebelum pemberian labu siam pada kelompok eksperimen sebesar 148,33 dan rata-rata tekanan darah diastolik sebelum perlakuan sebesar 98,00 mmHg. Sedangkan rata-rata tekanan darah sistolik sebelum perlakuan pada kelompok kontrol sebesar 147,33 mmHg dan rata-rata tekanan darah diastolik sebelum perlakuan pada kelompok kontrol sebesar 93,67 mmHg. Hipertensi dapat dikarenakan Wanita Usia Subur kurang memperhatikan masalah kesehatan seperti kurang menjaga pola makan yang teratur dan juga kurang istirahat.

Tekanan darah adalah tekanan yang ditimbulkan pada dinding arteri. Pada setiap detak jantung, tekanan darah bisa berkisar antara maksimum (sistolik) dan minimum (diastolik). Tekanan sistolik adalah jumlah yang muncul di bagian atas, dikenal dengan tekanan dara sistolik. Itu adalah jumlah yang diukur dalam setiap detak jantung, ketika jantung berkontraksi dan mendorong darah melalui arteri ke seluruh tubuh. Angka tekanan darah sistolik yang normal adalah sekitar 120 mmHg kebawah, sedangkan tekanan darah sistolik yang menunjukkan angka 140 mmHg keatas dianggap sebagai hipertensi atau tekanan darah tinggi (Smeltzer dan Bare, 2015).

Hipertensi atau tekanan darah tinggi merupakan gangguan pada sistem peredaran darah yang dapat menyebabkan kenaikan tekanan darah di atas nilai normal, yaitu melebihi 140 / 90 mmHg (Marliani, 2015). Menurut Sani dalam Jafar (2015), hipertensi adalah istilah medis untuk penyakit tekanan darah tinggi dan merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang banyak diderita di dunia termasuk di Indonesia.

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah penyakit yang umum terjadi dalam masyarakat kita. Keadaan itu terjadi jika tekanan darah pada arteri utama didalam tubuh terlalu tinggi. Hipertensi kini semakin sering dijumpai pada orang lanjut usia (Shanty, 2015).

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Safitri (2016) pada di Wilayah Kerja Puskesmas Cimalaka Kabupaten Sumedang menunjukkan rata-rata tekanan darah sistolik dengan hipertensi sebelum pemberian labu siam sebesar 150,00 dan rata-rata tekanan darah diastolik sebelum

perlakuan sebesar 100,00 mmHg. Juga sejalan dengan hasil penelitian Jayani (2016)² di Wilayah Kerja Puskesmas Wonorejo Kecamatan Ngadiluwih Kabupaten Kediri menunjukkan bahwa rata-rata tekanan darah sistolik dengan hipertensi sebelum pemberian labu siam sebesar 155,00 dan rata-rata tekanan darah diastolik sebelum perlakuan sebesar 95,00 mmHg.

Masih terdapatnya Wanita Usia Subur mengalami hipertensi maka petugas kesehatan perlu memberikan penyuluhan kepada Wanita Usia Subur tentang hipertensi dan cara mencegahnya dengan cara baik dan benar.

Gambaran Tekanan Darah Wanita Usia Subur dengan Hipertensi Sesudah Pemberian Labu Siam

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa⁴ rata-rata tekanan darah sistolik sesudah pemberian labu siam sebesar 125,67 mmHg dan rata-rata tekanan darah diastolik sesudah perlakuan sebesar 92,00 mmHg. Adapun rata-rata tekanan darah sistolik sesudah perlakuan pada kelompok kontrol sebesar 131,20 mmHg dan rata-rata tekanan darah diastolik sesudah perlakuan sebesar 90,00 mmHg. Menurunnya tekanan darah yang mengalami hipertensi karena ibu secara teratur mengkonsumsi labu siam selama seminggu akibatnya tekanan darah dapat menurun.

Terapi non farmakologis untuk hipertensi adalah suatu pengobatan dengan tidak diberikan obat, yaitu dengan olahraga, mengurangi konsumsi rokok dan alkohol, dan diet sayuran atau buah, salah satunya dengan menggunakan labu siam. Labu siam merupakan sayuran yang tumbuh pada subtropis selain sebagai makanan juga digunakan sebagai obat. Labu siam banyak dikonsumsi masyarakat karena harganya cukup murah serta rasanya enak dan dingin (Saifuddin, 2016 dan Brevik, dalam Jayani, 2016).

Labu siam mengandung 90 persen air, 7,5 persen karbohidrat, 1 persen protein, 0,6 persen serat, 0,2 persen abu, dan 0,1 persen lemak. Juga mengandung sekitar 20 mg kalsium, 25 mg fosfor, 100 mg kalium, 0,3 mg zat besi, 2 mg natrium, serta beberapa zat kimia yang berkhasiat obat. Disamping itu labu siam mengandung kandungan alkaloid yang dapat digunakan untuk menurunkan tekanan darah tinggi (Zaskia, 2018).

⁵ Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Sulastri (2016) di Puskesmas Balongan Indramayu menunjukkan bahwa rata-rata tekanan darah sistolik dengan hipertensi sesudah pemberian labu siam sebesar 115,00 mmHg dan rata-rata tekanan darah diastolik sesudah perlakuan sebesar 90,00 mmHg. Juga sejalan dengan hasil penelitian Safitri (2016) di Wilayah Kerja Puskesmas Cimalaka Kabupaten Sumedang menunjukkan rata-rata tekanan darah sistolik dengan hipertensi sesudah pemberian labu siam sebesar 120,00⁴ mmHg dan rata-rata tekanan darah diastolik sesudah perlakuan sebesar 90,00 mmHg.

Pada penelitian ini tekanan darah Wanita Usia Subur kembali menurun maka dari itu petugas kesehatan perlu memberikan penyuluhan tentang cara alternatif menurunkan tekanan darah yaitu dengan mengkonsumsi labu siam sesuai dengan anjuran petugas.

³ Pengaruh Pemberian Labu Siam terhadap Tekanan Darah Wanita Usia Subur dengan Hipertensi

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian labu siam terhadap tekanan darah Wanita Usia Subur dengan hipertensi. Adanya pengaruh hal ini karena ibu hamil mengkonsumsi labu siam karena labu siam mengandung berbagai macam nutrisi dan anti inflamasi sehingga dapat mengobati tekanan darah tinggi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori bahwa terdapat dua jenis terapi hipertensi yaitu dengan farmakologis (medis) dan non farmakologis (herbal). Terapi non farmakologis adalah suatu pengobatan dengan tidak diberikan obat, yaitu dengan olahraga, mengurangi konsumsi rokok dan alkohol, dan diet sayuran atau buah, salah satunya dengan menggunakan labu siam. Labu siam merupakan sayuran yang tumbuh pada subtropis selain sebagai makanan juga digunakan sebagai obat. Labu siam banyak dikonsumsi masyarakat karena harganya cukup murah serta rasanya enak dan dingin (Saifuddin, 2016 dan Brevik, dalam Jayani, 2016)

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori bahwa manfaat labu siam yang pertama dan paling terkenal adalah membantu menurunkan tekanan darah. Konsumsi labu siam secara rutin oleh penderita hipertensi dipercaya dapat menurunkan tekanan darah. Efek diuretik dan kandungan antioksidan dalam labu siam adalah yang memiliki peran dalam penurunan tekanan darah (Putri, 2016).

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori bahwa labu siam merupakan sayuran penurun kolesterol, pencegah hipertensi, bagus sebagai sumber nutrisi ibu hamil dan menyusui, baik untuk penderita asam urat, diabetes dan penderita sariawan, serta menjaga kesehatan ginjal, serta sayuran ini mudah didapat dan murah di pasaran (Elisabeth, 2015). Kandungan kalium dalam labu siam diketahui memiliki efek diuretik sehingga dapat menurunkan kadar garam dalam darah melalui ekskresi urin.

Terbukti dari hasil beberapa penelitian pemberian labu siam dalam bentuk jus maupun langsung dimakan dapat menurunkan tekanan darah (Fauziah, 2019).

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Safitri (2016) di Wilayah Kerja Puskesmas Cimalaka Kabupaten Sumedang menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian labu siam berimplikasi terhadap tekanan darah Wanita Usia Subur dengan hipertensi dengan ($\rho = 0,001$). Juga sejalan dengan hasil penelitian Fauziah (2019) pada wanita hipertensi di Kabupaten Sukabumi menunjukkan bahwa ada perbedaan tekanan darah sebelum dan sesudah pemberian labu siam ($\rho = 0,000$). Demikian juga dengan hasil penelitian Sulastri (2016) di Puskesmas Balongan Indramayu menunjukkan bahwa pemberian labu siam efektif menurunkan tekanan darah hipertensi pada wanita ($\rho = 0,001$).

Pada penelitian ini terbukti bahwa ada pengaruh pemberian labu siam terhadap tekanan darah Wanita Usia Subur dengan hipertensi maka petugas kesehatan perlu memberikan penyuluhan tentang hipertensi dengan bahasa yang mudah dipahami, juga tentang cara alternatif menurunkan tekanan darah yaitu dengan mengkonsumsi labu siam dengan contoh pembuatan labu siam yang baik dan benar.

Besarnya Pengaruh Pemberian Labu Siam terhadap Tekanan Darah Wanita Usia Subur dengan Hipertensi

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa besarnya penurunan tekanan darah dengan menggunakan labu siam sebesar 6,54 dibanding yang tidak menggunakan labu siam. Hasil uji t independen diperoleh nilai $p = 0,045$ yang artinya bahwa ada perbedaan penurunan tekanan darah antara yang mengkonsumsi labu siam dengan yang tidak mengkonsumsi labu siam. Hasil penelitian ini sejalan dengan teori bahwa salah satu makanan yang dapat membantu penurunan hipertensi yaitu labu siam. Labu siam mengandung berbagai macam nutrisi dan anti inflamasi sehingga dapat mengobati tekanan darah tinggi. Kandungan dalam labu siam diketahui memiliki efek diuretik sehingga menurunkan kadar garam di dalam darah melalui ekskresi urin. Dengan berkurangnya kadar garam yang bersifat menyerap atau menahan air ini akan meringankan kerja jantung dalam memompa darah sehingga tekanan darah akan menurun (Elisabeth, 2015).

Hasil penelitian ini karena labu siam dapat menurunkan tekanan darah, maka perlu adanya penyuluhan kepada Wanita Usia Subur dengan hipertensi tentang hipertensi sebagai salah satu cara alternatif untuk mengatasi hipertensi.

KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

Berdasarkan hasil penelitian mengenai “Pengaruh Konsumsi Labu Siam (Cucurbitaceae) Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Wanita Usia Subur dengan Hipertensi di Klinik Citra Sehat Kota Bandung Provinsi Jawa Barat Tahun 2020” dapat diambil kesimpulan rata-rata tekanan darah sistolik dengan hipertensi sebelum pemberian labu siam pada kelompok eksperimen sebesar 148,33 dan rata-rata tekanan darah diastolik sebelum perlakuan sebesar 98,00 mmHg, sedangkan rata-rata tekanan darah sistolik sebelum perlakuan pada kelompok kontrol sebesar 147,33 mmHg dan rata-rata tekanan darah diastolik sebelum perlakuan pada kelompok kontrol sebesar 93,67 mmHg. Rata-rata tekanan darah sistolik sesudah pemberian labu siam sebesar 125,67 mmHg dan rata-rata tekanan darah diastolik sesudah perlakuan sebesar 92,00 mmHg, sedangkan rata-rata tekanan darah sistolik sesudah perlakuan pada kelompok kontrol sebesar 131,20 mmHg dan rata-rata tekanan darah diastolik sesudah perlakuan sebesar 90,00 mmHg. Ada pengaruh pemberian labu siam terhadap Tekanan Darah Wanita Usia Subur dengan hipertensi di Klinik Citra Sehat Kota Bandung Provinsi Jawa Barat Tahun 2020. Besarnya penurunan tekanan darah dengan menggunakan labu siam sebesar 6,54 dibanding yang tidak menggunakan labu siam. Manfaat penelitian ini bagi petugas kesehatan perlu memberikan penyuluhan kepada Wanita Usia Subur tentang hipertensi dengan bahasa yang mudah dipahami, juga tentang cara alternatif menurunkan tekanan darah yaitu dengan mengkonsumsi labu siam dengan contoh pembuatan labu siam yang baik dan benar. Lalu bagi institusi hasil penelitian ini dapat dijadikan materi perkuliahan tentang pencegahan dan penanganan hipertensi secara non farmakologis, juga dapat dilakukan praktik cara pembuatan labu siam yang tepat. Manfaat bagi wanita usia subur agar selalu mengikuti saran petugas kesehatan untuk melakukan kontrol dengan rutin dan melakukan pengobatan alternatif dengan mengkonsumsi labu siam untuk menurunkan tekanan darah. Penelitian ini dapat dikembangkan dengan desain penelitian lainnya yang berbeda.

REFERENSI

1. Arikunto, S. 2016. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
2. Cunningham, F. G. 2015. *Obstetri Williams*. Jakarta: EGC.
3. Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat. 2019. *Derajat Kesehatan Provinsi Jawa Barat Tahun 2018*. Bandung: Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat.
4. Elisabeth. 2015. *Pemberian Labu Siam Berimplikasi Terhadap Perubahan Tekanan Darah Wanita Usia Subur Preeklamsi*. *Jurnal Care*, 4 (2): 38.
5. Fauziah, N. A. 2019. *The Effect of Chayote Extract (Sechium edule) On Blood Pressure in Pregnant Women with Hypertension (Pengaruh Ekstrak Labu Siam terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Wanita Hipertensi di Kabupaten Sukabumi*. *Indonesian Journal of Medicine* (2019), 4(3): 266-277
6. Jayani, I. 2016. *Pemberian Labu Siam Berimplikasi Terhadap Perubahan Tekanan Darah Wanita Usia Subur Hipertensi*. *Jurnal Care Vol. 4, No.2, Tahun 2016*
7. Junaidi, I. 2015. *Hipertensi Pengenalan, Pencegahan, dan Pengobatan*. Jakarta: PT Bhuana Ilmu Populer.
8. Kurnia. 2015. *Asuhan Kehamilan*. <https://gianimeilan.wordpress.com>, diakses tanggal 10 Januari 2020.
9. Lailiyana, S. 2017. *Patologi Kebidanan Cetakan 2*. Yogyakarta: Nuha Medika.
10. Lutfiatunnisa. 2015. *Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Gatak Kabupaten Sukoharjo*. *Jurnal e-print, diakses tanggal 10 Januari 2020*.
11. Manuaba, IBG. 2015. *Ilmu Kandungan, Penyakit Kandungan, dan KB*. Jakarta: EGC.
12. Marmi, dkk. 2016. *Asuhan Kebidanan Patologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
13. Mitayani. 2015. *Asuhan Keperawatan Maternitas*. Jakarta: Salemba Medika.
14. Nanny. 2015. *Asuhan Kebidanan Patologis*. Jakarta: Salemba Medika.
15. Naviyana. 2019. *Hypertension in Pregnancy (Hipertensi dalam Kehamilan)*. *Jurnal Springer Science*, Vol. 3 tahun 2019.
16. Notoadmodjo, S. 2015. *Metodologi Penelitian Kesehatan Edisi Revisi*. Jakarta: Rineka Cipta.
17. Peter. 2016. *Asuhan Keperawatan Pada Pasien Hipertensi*. Jakarta: EGC.
18. Prahasta, S. 2016. *Klasifikasi Tanaman Obat-obatan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
19. Prawirohardjo, S. 2016 *Buku Acuan Nasional Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal*. Jakarta : PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
20. Putri. 2016. *Jenis Tanaman Keluarga*. media.neliti.com
21. Rukiyah, A. Y. 2016. *Asuhan Kebidanan I*. Jakarta: TIM.
22. Saiffudin, A. B. 2016. *Buku Ajar Patologi Obstetri Untuk Mahasiswa Kebidanan*. Jakarta: Rineka Cipta.
23. Sani. 2016. *Hipertensi Penyakit Degeneratif*. penyakithipertensi.org/
24. Sari, S. 2015. *Faktor Resiko yang Mempengaruhi Hipertensi di RSUD Cengkareng Jakarta Barat Tahun 2016*. *ejournal3.undip.ac.id*,

25. Safitri. 2016. ³ *Pengaruh Pemberian Labu Siam Terhadap Tekanan Darah Wanita Usia Subur dengan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Cimalaka Kabupaten Sumedang*. Naskah Publikasi Jurnal Medika 2016.
26. Savitri, A. 2016. *Tanaman Ajaib Basmi Penyakit dengan TOGA*. Yogyakarta: Nuha Medika.
27. Sugiyono. 2017. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif & RND*. Bandung: Alfabeta.
28. Sulistyawati. 2016. *Asuhan Kebidanan Pada Ibu Bersalin*. Jakarta: Salemba Medika.
29. Sundari. 2016. *Asuhan Kebidanan I (Kehamilan)*. Jakarta: Trans Info Media
30. Sulastri. 2016. *Perawatan Hipertensi dengan Labu Siam terhadap Penurunan Tekanan Darah Hipertensi pada Wanita di Puskesmas Balongan Indramayu*. Jurnal Care Vol. 4, No.3, Tahun 2016.
31. Utami, R. S. 2018. ⁶ *Pengaruh Pemberian Jus Labu Siam Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Wanita Lanjut Usia Dengan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Ngoresan*. Placentum Jurnal Ilmiah Kesehatan dan Aplikasinya, Vol.6 (2) 2018.
32. WHO. 2018. *Hipertensi di Dunia*. <http://www.who.int/en/hypertension>.
33. Zahira. 2015. *Faktor Risiko yang Mempengaruhi Tekanan Darah di Wilayah Kerja Puskesmas Paseh Kabupaten Sumedang*. KTI. Akademi Respati Sumedang.
34. Zakiah. 2016. *Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Hipertensi di Rumah Sakit Khusus Daerah Ibu dan Anak Siti Fatimah Makassar*. *ejournal.medistra.ac.id*,

PENGARUH KONSUMSI LABU SIAM (Cucurbitaceae) TERHADAP PERUBAHAN TEKANAN DARAH PADA WANITA USIA SUBUR DENGAN HIPERTENSI DI KLINIK CITRA SEHAT KOTA BANDUNG PROVINSI JAWA BARAT TAHUN 2020

ORIGINALITY REPORT

24%

SIMILARITY INDEX

26%

INTERNET SOURCES

5%

PUBLICATIONS

10%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1

scholar.unand.ac.id

Internet Source

8%

2

jurnal.unitri.ac.id

Internet Source

4%

3

docplayer.info

Internet Source

3%

4

repository.usu.ac.id

Internet Source

2%

5

ejournal.akperypib.ac.id

Internet Source

2%

6

jurnal.uns.ac.id

Internet Source

2%

7

www.ejournal.lppmunidayan.ac.id

Internet Source

2%

8

www.tipscaraterbaik.com

Internet Source

2%

Exclude quotes On

Exclude bibliography On

Exclude matches < 2%