



PENGARUH PEMBERIAN SARI BUAH LABU SIAM (SECHIUM EDULE) TERHADAP PERUBAHAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI PUSKESMASKARYA MULIA PONTIANAK KALIMANTAN BARAT

Sapariyah, Shelly Festilia A, Yanuarti Petrika

Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Pontianak, Indonesia Email: safaria932@gmail.com

ABSTRAK

Hipertensi merupakan gangguan sistem peredaran darah yang menyebabkan kenaikan tekanan darah diatas nilai normal, yaitu melebihi 140/90 mmHg. Hipertensi sering disebut sebagai pembunuh gelap atau silent killer karena termasuk penyakit yang gejalanya tersembunyi namun perlahan-lahan mematikan. Faktor pemicu atau risiko penyakit hipertensi dapat dibedakan menjadi faktor yang tidak dapat diubah dan faktor yang dapat diubah. Sayuran berpotensi menurunkan tekanan darah antara lain tomat, wortel, seledri, ketimun, dan labu siam. Salah satu tanaman yang berkhasiat obat adalah labu siam (*Sechium edule*), Labu siam memiliki banyak manfaat bagi kesehatan tubuh diantaranya dapat menurunkan tekanan darah tinggi karena mengandung kalium. Untuk mengetahui pengaruh sari buah labu siam (*Sechium Edule*) dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi di Puskesmas Karya Mulia Pontianak Kalimantan Barat. Penelitian ini adalah Quasi Eksperimen dengan rancangan pretest-posttest control group design. Subjek penelitian adalah semua kelompok umur yang menderita hipertensi yang berada di Wilayah Kerja Puskesmas Karya Mulia Pontianak. Sebanyak 20 sample dan 20 kontrol dipilih dengan menggunakan metode purposive sampling. Teknik pengumpulan data dengan wawancara langsung dengan alat bantu kuesioner. Data dianalisis dengan dengan Uji Man Whitney untuk melihat perubahan tekanan darah. Rata-rata tekanan darah menunjukkan bahwa pada kedua perlakuan tekanan darah sebelum dan sesudah diberikan sari buah labu siam diperoleh p-value sebesar 0,244 dan 0,447 yang berarti tidak ada perbedaan rata-rata tekanan darah sebelum diberikannya sari buah labu siam antara kelompok perlakuan dengan kelompok kontrol. Tidak ada pengaruh sari buah labu siam (*Sechium Edule*) dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Kata Kunci : Hipertensi, labu siam

THE EFFECT OF GIVING SARI LABU SIAM (SECHIUM EDULE) ON BLOOD PRESSURECHANGES IN HYPERTENSION PUSKESMAS KARYA MULIA PONTIANAK WEST KALIMANTAN

ABSTRACT

Hypertension is a circulatory system disorder that causes an increase in blood pressure above normal values, which exceeds 140/90 mmHg. Hypertension is often referred to as the silent killer because it is a disease whose symptoms are hidden but slowly lethal. The triggers or risk factors for hypertension can be divided into factors that cannot be changed and factors that can be changed. Vegetables that have the potential to lower blood pressure include tomatoes, carrots, celery, cucumbers and chayote. One of the medicinal plants is chayote (*Sechium edule*). Chayote has many health benefits including lowering high blood pressure because it contains potassium. To determine the effect of chayote juice (*Sechium Edule*) in reducing blood pressure in hypertensive patients at Karya Mulia Pontianak Health Center, West Kalimantan. This research is a Quasi Experiment with pretest-posttest control group design. The research subjects were all age groups suffering from hypertension in the Work Area of the Karya Mulia Pontianak Health Center. A total of 20 samples and 20 controls were selected using purposive sampling method. The technique of collecting data by direct interviews with questionnaires. Data were analyzed by using the Man Whitney test to see changes in blood pressure. The average blood pressure showed that in the two treatments, the blood pressure before and after being given chayote juice obtained a p-value of 0.244 and 0.447, which means there is no difference in the average blood pressure before giving chayote juice between the treatment group and the control group. . There is no effect of chayote juice (*Sechium Edule*) in reducing blood pressure in people with hypertension.



PENDAHULUAN

Penyakit jantung dan pembuluh darah, termasuk hipertensi telah menjadi penyakit yang mematikan banyak penduduk di negara maju dan Negara berkembang lebih dari delapan dekade terakhir. Hipertensi merupakan gangguan sistem peredaran darah yang menyebabkan kenaikan tekanan darah di atas nilai normal, yaitu melebihi 140/90 mmHg (Endang.Triyanto, 2014). Hipertensi sering disebut sebagai pembunuh gelap atau silent killer karena termasuk penyakit yang gejalanya tersembunyi namun perlahan-lahan mematikan. Tekanan darah dalam kehidupan seseorang bervariasi secara alami. Bayi dan anak-anak secara normal memiliki tekanan darah yang jauh lebih rendah dari pada dewasa. Hal ini mempengaruhi tekanan darah seseorang adalah aktivitas keseharian yang dilakukannya, pola makan, gaya hidup, lingkungan dan faktor psikologis seseorang. Tekanan darah akan mengalami peningkatan saat melakukan aktivitas dan akan menurun saat beristirahat. Secara umum, tekanan darah yang ideal adalah 120/80 mmHg. Batas normal tekanan darah sistolik dan diastolik tidak lebih dari 140/90 mmHg (Suprpto, 2014).

Prevalensi hipertensi di Provinsi Kalimantan Barat berdasarkan hasil data Riskesdas 2018 meningkat yaitu 8,69% dari tahun 2013 ke tahun 2018. Sebanyak 44,63% penduduk dengan riwayat hipertensi berdasarkan diagnosis dokter atau minum obat yang telah diresepkan, hal ini paling banyak disebabkan oleh pasien yang merasa sudah sehat (57,44%), namun masih ada pasien yang rutin minum obat dan tidak meminum obat karena tidak bersedia (4,38%) dan tidak mampu membeli obat secara rutin (9,03%). Sedangkan untuk Puskesmas Karya Mulia Prevalensi hipertensi yang didiagnosis sebanyak 262 pasien, usia < 15 tahun sebanyak 1 pasien, usia 20-44 tahun sebanyak 54 pasien, usia 45-54 tahun sebanyak 70 pasien, usia 55-59 tahun sebanyak 40 pasien dan yang lebih dari usia 60 tahun sebanyak 97 pasien. Faktor pemicu atau risiko penyakit hipertensi dapat dibedakan menjadi faktor yang tidak dapat diubah dan faktor yang dapat diubah. Umur, jenis kelamin, riwayat keluarga (genetik) merupakan faktor risiko yang tidak dapat diubah atau dikontrol dan kebiasaan merokok, konsumsi garam, konsumsi lemak jenuh, penggunaan jelantah, kebiasaan minuman beralkohol, obesitas, kurang aktifitas fisik, stres, penggunaan estrogen merupakan faktor yang dapat diubah maupun dikontrol (Kementerian Kesehatan RI, 2013).

Faktor keturunan penyakit hipertensi memang selalu memainkan peranan penting dari timbulnya suatu penyakit yang dibawa oleh gen keluarga, yaitu apabila salah satu anggota keluarga atau orang tua memiliki tekanan darah tinggi, maka anak pun memiliki resiko yang sama dan bahkan resiko tersebut lebih besar dibanding yang diturunkan oleh orang tua (Mira, 2008 dalam Sari, 2016).

Menurut Tjandra upaya Pencegahan dan Penanggulangan hipertensi dimulai dengan meningkatkan kesadaran masyarakat dan perubahan pola hidup ke arah yang lebih sehat. Untuk itu Puskesmas sebagai fasilitas pelayanan kesehatan dasar perlu melakukan pencegahan primer yaitu kegiatan untuk menghentikan atau mengurangi faktor risiko hipertensi sebelum penyakit hipertensi terjadi, melalui promosi kesehatan seperti diet yang sehat dengan cara makan cukup sayuran, buah, rendah garam dan

lemak, rajin melakukan aktifitas dan tidak merokok. Puskesmas juga perlu melakukan pencegahan sekunder yang lebih ditujukan pada kegiatan deteksi dini untuk menemukan penyakit. Bila ditemukan kasus, maka dapat dilakukan pengobatan secara dini (Saputri, 2018).

Buah dan sayur dahulu hanya dikonsumsi sebagai pelengkap makanan, tetapi dengan perkembangan ilmu pengetahuan, diketahui mengandung zat kimia aktif dan nutrisi yang bermanfaat untuk kesehatan, seperti untuk menurunkan tekanan darah. Buah-buahan yang berpotensi untuk menurunkan tekanan darah seperti belimbing wuluh, belimbing manis, semangka, pisang, apel, dan kiwi. Sedangkan sayuran berpotensi menurunkan tekanan darah antara lain tomat, wortel, seledri, ketimun, dan labu siam. Buah-buahan dan sayuran tersebut umumnya sudah diteliti dalam sediaan tunggal dan terbukti menurunkan tekanan darah.

Salah satu tanaman yang berkhasiat obat adalah labu siam (*Sechium edule*). Labu siam mempunyai kegunaan sebagai penurun tekanan darah, mempunyai efek diuretik, dapat menyembuhkan gangguan sariawan, panas dalam, demam pada anak-anak serta baik digunakan oleh penderita asam urat dan diabetes mellitus, daging buah labu siam terdiri dari 90% air dan 7,5% karbohidrat sehingga pada penelitian ini digunakan metode perasan dari sari buah labu siam. Selain itu pemilihan metode perasan, juga mengacu pada pemakaian secara umum obat tradisional oleh masyarakat dan memudahkan dalam pemakaiannya (Khikmawati, 2009).

Labu siam berkhasiat sebagai antipiretik, antiinflamasi, dan menurunkan tekanan darah tinggi. Labu siam mudah didapat, dengan harga yang terjangkau, serta tidak ada efek samping. Labu siam merupakan obat alami penurun tekanan darah tinggi karena mengandung kalium. Selain asam folat, labu siam pun mengandung potassium, energi, protein, lemak, karbohidrat, serat, gula, kalsium, seng, tembaga, mangan, selenium, vitamin C, tiamin, riboflavin, niasin, vitamin B6, vitamin E. Vitamin K yang sangat bermanfaat bagi tubuh. Labu siam memiliki banyak manfaat bagi kesehatan tubuh diantaranya dapat menurunkan tekanan darah tinggi karena mengandung kalium (Nisa, 2012 dalam Tul'aini, Arneliwati, & Dewi, 2014).



Kalium dapat mengurangi sekresi renin yang menyebabkan penurunan angiotensin II sehingga vasokonstriksi pembuluh darah berkurang dan menurunnya aldosteron sehingga reabsorpsi natrium dan air kedalam darah berkurang. Kalium juga mempunyai efek pompa Na-K yaitu kalium dipompa dari cairan ekstra selular ke dalam sel, dan natrium dipompa keluar sehingga kalium dapat menurunkan tekanan darah (Guyton, 2008 dalam Tul’aini et al., 2014)

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bukti ilmiah tentang efek dari buah labu siam dalam menurunkan kadar tekanan dara dan memberikan sumbangan pada masyarakat tentang obat tradisional hipertensi. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Djaelani, (2015), didapat dengan pemberian sari buah labu siam yang dikonsumsi 1 kali sehari selama 5 hari ternyata dapat menurunkan tekanan darah pada pasien lansia (P 0.000) selisih rata-rata tekanan darah sistoliknya adalah 9,3 mmHg. menurut Yuninda, (2009), dalam penelitiannya tentang pengaruh jus labu siam (*sechium edule*) terhadap tekanan darah wanita dewasa. Data yang diukur adalah tekanan darah sistolik dan diastolik (dalam satuan mmHg) pada 30 orang wanita dewasa sebelum dan sesudah minum jus labu siam selama 3 hari. Hasil rata-rata tekanan darah sistolik hari pertama, kedua, dan ketiga setelah minum jus labu siam mengalami penurunan sebesar 12,66 mmHg, 9,53 mmHg, dan 7,27 mmHg dibandingkan sebelum minum jus labu siam. Sedangkan hasil rata-rata tekanan darah diastolik hari pertama, kedua, dan ketiga setelah minum jus labu siam mengalami peurunan sebesar 5,66 mmHg, 3,4 mmHg, dan 2,99 mmHg dibandingkan sebelum minum jus labu siam. Jadi kesimpulan dari penelitian ini adalah jus labu siam menurunkan tekanan darah. Berdasarkan hasil dari beberapa penelitian terdahulu memberi pandangan bahwa dalam perubahan pada penderita hipertensi perlu ditangani dengan cara yang mudah yaitu dengan mengkonsumsi labu siam yang diolah.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian yang bersifat kuantitatif dengan menggunakan Quasi Eksperimen dengan rancangan pretest-posttest control group design. Dalam desain ini dilakukan pretest pengukuran tekanan darah sebelum dilakukan intervensi pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Setelah itu dilakukan perlakuan pada kelompok intervensi. Selanjutnya dilakukan posttest pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Pada rancangan penelitian ini, diberikan sari buah labu siam kepada responden.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Letak Wilayah Geografis

UPK Puskesmas Karya Mulia mulai beroperasi sejak tanggal 7 Agustus 1996 yang terletak di Jalan Ampera Kecamatan Pontianak Kota. Pada tanggal 26

Oktober 2010 sesuai dengan perubahan wilayah kerja berdasarkan surat UPTD Puskesmas Kecamatan Pontianak Kota no. 010 / 276 / 2010 perubahan wilayah kerja UPK Puskesmas Karya Mulia mendapatkan wilayah kerja ± 2 KM kelurahan Sungai bangkong yang terdiri dari 91 RT / 18 RW , Adapun batas wilayah Kelurahan Sungai bangkong yaitu :

	n	%	n	%	
Umur					
40-50 Tahun	3	15	8	40	0,682
51-60 Tahun	9	45	7	35	
61-80 Tahun	8	40	5	25	
Total	20	100	20	100	
Jenis Kelamin					
Laki-laki	1	5	6	30	0,091
Perempuan	19	95	14	70	
Total	20	100	20	100	

Berdasarkan tabel 6 menunjukkan bahwa karakteristik responden dengan kategori umur persentase tertinggi pada kelompok perlakuan berada pada umur 51-60 tahun yaitu 45% , sedangkan pada kelompok umur dengan persentase terendah berada pada kelompok umur 40-50 tahun yaitu sebesar 15%. Nilai p-value 0,682 yang menunjukkan tidak ada perbedaan pada kedua kelompok penelitian. Kategori jenis kelamin persentase tertinggi pada kelompok perempuan yaitu 95% sedangkan persentase terendah pada kelompok laki-laki yaitu 5%. Nilai p-value 0,091 yang menunjukkan tidak ada perbedaan pada kedua kelompok penelitian.

Karakteristik Responden Penelitian

Data tekanan darah sistolik kedua kelompok yang terdistribusi tidak normal karena hasil sig dibawah 0,05. Maka analisis non parametrik yang akan

Berdasarkan tabel 8 dapat diketahui bahwa data tekanan darah diastolik kedua kelompok yang terdistribusi tidak normal karena hasil sig dibawah 0,05. Maka analisis non parametrik yang akan dilakukan adalah wilcoxon dan mann Whitney.

Rata-rata Perbedaan Tekanan darah sistolik Sebelum dan Sesudah pada Kelompok Perlakuan

Tabel 1. Tekanan darah sistolik Sebelum dan Sesudah Pada Kelompok Perlakuan

Nilai	Pre tets	Post test	Selisih
Mean	146,5	145,15	-1,35
SD	7,543	6,983	0,56
Minimum	139	136	3
Maksimum	162	160	2
p-value	0,106*		

Berdasarkan hasil tabel 9 menunjukkan rata-rata tekanan darah sistolik pada kelompok perlakuan mengalami penurunan sebelum dan sesudah diberikan sari buah labu siam. Hal ini dapat dilihat dari rata-rata tekanan darah sebelum diberikan sari buah labu siam adalah 146,50, dan setelah diberikannya sari buah labu



siam menurun menjadi 145,15. Hasil uji Wilcoxon pada kelompok yang diberikan sari buah labu siam menunjukkan tidak ada perbedaan secara bermakna antara sebelum dan sesudah diberikan sari buah labu siam ($p=0,106$).

Setelah diberikannya sari buah labu siam menurun menjadi 147,45. Hasil uji Wilcoxon pada kelompok yang diberikan sari buah labu siam menunjukkan tidak ada perbedaan secara bermakna antara sebelum dan sesudah diberikan sari buah labu siam ($p=0,058$).

Tabel 2. Perbedaan Tekanan darah sistolik Sebelum dan Sesudah pada Kelompok Perlakuan dan Kelompok Kontrol

Variabel	Mean±SD (n=40) p-value	
	Perlakuan	Kontrol
Tekanan darah sistolik	- 1.35±3.42	0,949-2.05±5.04

Hasil tabel 2 menunjukkan bahwa hasil analisis Mann-Whitney pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol diperoleh p-value 0,949 ($>0,05$) yang berarti tidak ada perbedaan tekanan darah sistolik yang signifikan antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol

Tabel 3. Deskripsi Perbedaan Tekanan darah diastolik Sebelum dan Sesudah Pada Kelompok Perlakuan

Nilai	Pre tets	Post test	Selisih
Mean	84,65	84,90	0,25
SD	11,44	5,74	-5,69
Minimum	60	70	10
Maksimum	100	90	-10
p-value	0,1000*		

Berdasarkan hasil tabel 3 menunjukkan rata-rata tekanan darah diastolik pada kelompok perlakuan mengalami peningkatan sebelum dan sesudah diberikan sari buah labu siam. Hal ini dapat dilihat dari rata-rata tekanan darah sebelum diberikan sari buah labu siam adalah 84,65, dan setelah diberikannya sari buah labu siam naik menjadi 84,90. Hasil uji Wilcoxon pada kelompok yang diberikan sari buah labu siam menunjukkan tidak ada perbedaan secara bermakna antara sebelum dan sesudah diberikan sari buah labu siam ($p=0,1000$).

Tabel 4. Tekanan darah diastolik Sebelum dan Sesudah Pada Kelompok Kontrol

Nilai	Pre tets	Post test	Selisih
Mean	86,55	84,20	-2,35
SD	9,49	7,36	-2,13
Minimum	67	70	3
Maksimum	100	90	-10
p-value	0,437*		

Berdasarkan hasil tabel 4 menunjukkan rata-rata tekanan darah diastolik pada kelompok kontrol mengalami penurunan sebelum dan sesudah diberikan air putih. Hal ini dapat dilihat dari rata-rata tekanan darah sebelum diberikan sari buah labu siam adalah 86,55, dan setelah diberikannya sari buah labu siam menurun menjadi 84,20. Hasil uji Wilcoxon pada kelompok yang diberikan sari buah labu siam menunjukkan tidak ada perbedaan secara bermakna antara sebelum dan sesudah diberikan sari buah labu siam ($p=0,437$).

Tabel 5. Perbedaan Tekanan darah diastolik Sebelum dan Sesudah pada Kelompok Perlakuan dan Kelompok Kontrol

Variabel	Mean±SD		p-value
	Perlakuan	Kontrol	
Tekanan darah diastolik	- 0.25±7.98	- 2.35±11.146	0,399

Hasil tabel 5 menunjukkan bahwa hasil analisis Mann-Whitney pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol diperoleh p-value 0,399 ($>0,05$) yang berarti tidak ada perbedaan tekanan darah diastolik yang signifikan antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan jumlah sampel dalam penelitian ini berjumlah 40 dimana 20 pada kelompok perlakuan dan 20 pada kelompok kontrol dari Puskesmas Karya Mulia Pontianak. Variabel yang di uji pada penelitian ini adalah perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi. Dalam penelitian ini dibagi menjadi dua kelompok, kelompok perlakuan diberikan intervensi berupa sari buah labu siam dan kelompok kontrol diberikan air mineral. Intervensi dilakukan dengan memberikan sari buah labu siam satu kali sehari selama lima hari berturut-turut. Semua responden dapat mengikuti penelitian sampai selesai dan tidak ada responden yang drop out.

Pengaruh pemberian sari buah labu siam (*sechium edule*) terhadap perubahan tekanan darah sistolik pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol

Hipertensi merupakan masalah kesehatan yang berkaitan dengan pola perilaku hidup. Hipertensi masih menjadi masalah karena meningkatnya prevalensi hipertensi, masih banyak pasien hipertensi yang belum mendapatkan pengobatan maupun yang telah diobati namun tekanan darahnya belum mencapai target.

Terdapat dua jenis terapi atau pengobatan hipertensi yaitu dengan farmakologis (medis) dan non farmakologis (herbal). Terapi non farmakologis adalah suatu pengobatan dengan tidak diberi obat, yaitu dengan olahraga, mengurangi konsumsi rokok dan alkohol, dan diet sayuran atau buah, salah satu nya dengan menggunakan labu siam. Labu siam merupakan sayuran selain sebagai makanan juga



digunakan sebagai obat. Labu siam banyak dikonsumsi masyarakat karena harga yang murah dan mudah ditemukan dipasaran (Utami, Cahyanto, & S, 2018).

Hasil penelitian ini menunjukkan skor tekanan darah sistolik pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol mengalami penurunan sesudah diberikan intervensi. Namun, pada kelompok perlakuan mengalami penurunan tekanan darah sistolik yang lebih baik dibandingkan dengan kelompok kontrol.

Pada kelompok perlakuan dapat diketahui bahwa rata-rata tekanan darah sistolik sebesar 146,50 mmHg dengan standar deviasi (SD) sebesar 7,543 menjadi 145,15 mmHg dengan standar deviasi (SD) sebesar 6,983. Sedangkan pada kelompok kontrol diketahui rata-rata tekanan darah sistolik sebesar 148,50 mmHg dengan SD 8,685 menjadi 147,45 mmHg dengan SD 9,801. Selisih tekanan darah sistolik sebelum dan sesudah diberikannya intervensi pada kelompok perlakuan yaitu -1,35 mmHg sedangkan pada kelompok kontrol yaitu sebanyak - 1,05 mmHg. Berdasarkan hasil uji wilcoxon yang tidak ada perbedaan antara sebelum dan sesudah diberikannya intervensi berupa pemberian sari buah labu siam dan air mineral.

Pengaruh pemberian sari buah labu siam (*sechium edule*) terhadap perubahan tekanan darah diastolik pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol

Pada kelompok perlakuan dapat diketahui bahwa rata-rata tekanan darah diastolik sebesar 84,65 mmHg dengan standar deviasi (SD) sebesar 11,44 menjadi 84,90 mmHg dengan standar deviasi (SD) sebesar 5,74. Sedangkan pada kelompok kontrol diketahui rata-rata tekanan darah diastolik sebesar 86,55 mmHg dengan SD 9,49 menjadi 84,20 mmHg dengan SD 7,36. Selisih tekanan darah diastolik sebelum dan sesudah diberikannya intervensi pada kelompok perlakuan yaitu -0,25 mmHg sedangkan pada kelompok kontrol yaitu sebanyak - 2,35 mmHg. Berdasarkan hasil uji wilcoxon yang tidak ada perbedaan antara sebelum dan sesudah diberikannya intervensi berupa pemberian sari buah labu siam dan air mineral. Sari buah labu siam mengandung kalium dan alkaloid yang bersifat diuretik yaitu membantu ginjal mengeluarkan kelebihan cairan dan garam dari dalam tubuh, sehingga berkurangnya cairan dalam darah akan menurunkan tekanan darah. Hal ini sejalan dengan penelitian Siti Nurhalimah dkk (2018) yang menyatakan bahwa ada pengaruh labu siam terhadap tekanan darah dengan p value tekanan darah sebesar 0,000 yang berarti ada perbedaan yang signifikan (Nurhalimah, Milwati, & Sulasmini, 2018).

Penelitian Djaelani (2015) menunjukkan hasil sari buah labu siam berpengaruh menurunkan tekanan darah pada lanjut usia penderita hipertensi dengan rerata tekanan darah 170,71/96,82 mmHg menjadi 148,94/87,52 mmHg dan penurunan sebesar 21,57/9,3 mmHg setelah diberikan sari buah labu siam selama lima hari. Hasil yang sama juga ditunjukkan Puspito

(2014) pada 10 responden penderita hipertensi primer kelompok labu siam sebelum dan setelah mengkonsumsi labu siam terdapat perbedaan rerata tekanan darah sebesar 16,2/8,8 mmHg.

Perbedaan rata-rata penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum dan sesudah pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol

Hipertensi merupakan suatu gangguan pada pembuluh darah yang mengakibatkan suplai oksigen dan nutrisi yang dibawa oleh darah terhambat sampai jaringan yang membutuhkannya. Menurut WHO batas tekanan darah seseorang dikatakan hipertensi apabila tekanan sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan diastolik 90 mmHg pada orang yang tidak menderita diabetes melitus, sedangkan pada penderita diabetes melitus dan jantung tekanan darah penderita hipertensi dibawah 130/90 mmHg (Ignatavicius & Workman, 2010 dalam Sukarmin, Nurachmah, & Gayatri, 2013).

Pada penelitian ini terjadi penurunan rata-rata tekanan darah sistolik sebesar -1,35 mmHg pada kelompok perlakuan dan -2,05 mmHg pada kelompok kontrol. Hasil analisis Mann-Whitney pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol diperoleh p-value 0,949 (>0,05) yang berarti tidak ada perbedaan tekanan darah sistolik yang signifikan antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol. Sedangkan rata-rata penurunan tekanan darah diastolik sebesar -0,25 mmHg pada kelompok perlakuan dan -2,35 mmHg pada kelompok kontrol. Hasil analisis Mann-Whitney pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol diperoleh p-value 0,399 (>0,05) yang berarti tidak ada perbedaan tekanan darah sistolik yang signifikan antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol. Hasil yang sama juga ditunjukkan Sunarno, (2007) diketahui bahwa rata-rata tekanan diastolik pada lengan kanan adalah 102,0323 mmHg dengan standar deviasi sebesar 18,5031, sedangkan tekanan diastolik pada lengan kiri adalah 98,6129 mmHg dengan standar deviasi sebesar 20,7150. Diketahui bahwa nilai perbedaan rata-rata tekanan diastolik antara pengukuran pada lengan kanan dan lengan kiri adalah 3,4194 mmHg dengan standar deviasi sebesar 14,0612. Hasil uji statistik menunjukkan nilai p = 0,186 (> 0,05), maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara hasil pengukuran pada lengan kanan dan lengan kiri.

KESIMPULAN

1. Tidak ada pengaruh sari buah labu siam (*Sechium Edule*) dalam menurunkan tekanan darah sistolik pada kelompok perlakuan
2. Tidak ada pengaruh sari buah labu siam (*Sechium Edule*) dalam menurunkan tekanan darah sistolik pada kelompok kontrol
3. Tidak ada pengaruh sari buah labu siam (*Sechium Edule*) dalam menurunkan tekanan darah diastolik pada kelompok perlakuan



4. Tidak ada pengaruh sari buah labu siam (*Sechium Edule*) dalam menurunkan tekanan darah diastolik pada kelompok kontrol
5. Tidak ada perbedaan penurunan tekanan darah sistolik pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol
6. Tidak ada perbedaan penurunan tekanan darah diastolik pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol

SARAN

Sari buah labu siam dianjurkan sebagai alternatif untuk membantu menurunkan tekanan darah responden. Tetapi perlu adanya penambahan jumlah labu siam.

Pada penelitian selanjutnya perlu adanya tambahan waktu intervensi untuk melihat pengaruh penurunan tekanan darah yaitu tekanan darah sistolik dan diastolik responden menjadi normal.

DAFTAR PUSTAKA

Burta, F. S. (2018). pengaruh edukasi hipertensi berbasis budaya makassar terhadap tingkat pengetahuan penderita hipertensi diwilayah kerja puskesmas paccerrakkang. (1), 430–439.

Djaelani, P. (2015). Pengaruh Sari Buah Labu Siam Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi di Pstw Budhi Luhur Kasongan Bantul Yogyakarta. Program Studi Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah Yogyakarta, 3.

Fitriani, N., & Nilamsari, N. (2017). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tekanan Darah Pada Pekerja Shift Dan Pekerja Non-Shift Di Pt. X Gresik. *Journal of Industrial Hygiene and Occupational Health*, 2(1), 57.

<https://doi.org/10.21111/jihoh.v2i1.1273>

Kementerian Kesehatan RI. (2013). Riskesdas Dalam Angka Provinsi Kalimantan Barat Tahun 2013.

Khikmawati, W. N. (2009). Pengaruh Pemberian Perasan Buah Labu Siam (*Sechium Edule* (Jacq.) Sw.) Terhadap Penurunan Kadar Glukosa Darah Pada Kelinci Jantan New Zealand Yang Dibebeani Glukosa. Fakultas Farmasi Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Nurhalimah Siti, Milwati Susi, S. (2018). Pengaruh Labu Siam (*Cucurbitaceae*) Terhadap Tekanan Darah Dan Kolesterol Pada Pasien Hipertensi Di Kelurahan Tlogomas Malang. Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang, 3, 785–790.

Saputri, D. A. (2018). Buku Hipertensi. Kota Pontianak: Poltekkes Kemenkes Pontianak.

Sukarmin, Nurachmah, E., & Gayatri, D. (2013). Penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 16(1), 33–39.

Sulistyarani. (2016). pengertian tekanan darah.

Universitas Muhammadiyah Malang, 1, 10.

Sunarno, A. (2007). Analisis Perbedaan Hasil Pengukuran Tekanan Darah Antara Lengan Kanan Dengan Lengan Kiri Pada Penderita Hipertensi Di Rsud Dr. H. Abdul Moeloek Propinsi Lampung Arwani. *Media Ners*, 1, 53.

Suprpto, I. H. (2014). buku menu ampuh atasi hipertensi. Yogyakarta: Notebook

Tul'aini, N., Arneliwati, & Dewi, Y. I. (2014). Efektifitas Kombinasi Terapi Kukusan Labu Siam Dan Senam Anti Stroke Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Dengan Hipertensi. *Jurnal Online Mahasiswa*, 1(1), 1–9.