

PENGETAHUAN IBU PKK TENTANG MANFAAT LABU SIAM SEBAGAI (*Sechium edule*) ANTIHIPERTENSI DI DUKUH PANDANSARI DESA TUMPUKAN, KARANGDOWO, KLATEN

*Knowledge Of The PKK About The Benefits Of Chayoteas Antihypertension
(Sechium edule) In Pandansari, Tumpukan Village, Karangdowo, Klaten*

Indah Ambarwati¹, Murwati^{2*}

¹Jurusan Jamu Poltekkes Kemenkes Surakarta

²Jurusan Farmasi Poltekkes Kemenkes Surakarta

*e-mail : watikuklp@gmail.com

ABSTRAK

Labu siam (*Sechium edule*) mengandung alkaloid, saponin, kardenolin/ bufadienol dan flavonoid yang berkhasiat sebagai antipiretik, antiinflamasi dan menurunkan tekanan darah. Akan tetapi kebanyakan masyarakat baru memanfaatkan sebagai bahan makanan dan sayuran. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran pengetahuan Ibu PKK Dukuh Pandansari, Desa Tumpukan, Karangdowo, Klaten mengenai manfaat labu siam sebagai antihipertensi. Metode: Jenis penelitian deskriptif, sampel sebanyak 30 ibu secara purposive sampling. Teknik pengambilan data dengan menggunakan kuisioner yang sudah valid. Hasil: pengetahuan Ibu PKK Dukuh Pandansari, Desa Tumpukan, Karangdowo, Klaten tentang manfaat labu siam sebagai antihipertensi dalam kategori baik sebanyak 20 %, kategori cukup sebanyak 46% dan kategori tidak baik 34%. Kesimpulan: Pengetahuan Ibu PKK Dukuh Pandansari, Desa Tumpukan, Karangdowo, Klaten tentang labu siam sebagai antihipertensi sebagian besar dalam kategori cukup.

Kata Kunci : Pengetahuan, Labu Siam, Antihipertensi

ABSTRACT

Chayote (Sechium edule) contains alkaloids, saponins, cardenolin/bufadienol and flavonoids which are efficacious as antipyretic, anti-inflammatory and lower blood pressure. However, most people just use it as food and vegetables. This study aimed to describe the knowledge of PKK in Pandansari, Tumpukan Village, Karangdowo, Klaten regarding the benefits of chayote as an antihypertensive. Methods: This type of research is descriptive, the sample is 30 mothers by purposive sampling. Data collection techniques using valid questionnaires. Results: The knowledge of PKK in Dukuh Pandansari, Tumpukan Village, Karangdowo, Klaten about the benefits of chayote as an antihypertensive in the good category was 20%, the sufficient category was 46% and the bad category was 34%. Conclusion: The knowledge of PKK in Dukuh Pandansari, Tumpukan Village, Karangdowo, Klaten about chayote as an antihypertensive is mostly in the sufficient category.

Keywords: Knowledge, Chayote, Antihypertensive

PENDAHULUAN

Labu siam (*Sechium edule*) dikenal sebagai salah satu jenis sayuran. Selain dikonsumsi sebagai makanan, secara empiris labu siam juga bisa dimanfaatkan sebagai obat hipertensi. Berdasar hasil penelitian menunjukkan bahwa kelompok responden yang mengkonsumsi perasan labu siam terjadi penurunan tekanan darah sebesar sistolik 15,5 mmHg dan diastolik 9,0 mmHg (Yanti & SD, 2010). Penelitian lain menyatakan bahwa labu siam dapat menurunkan nilai tekanan darah sistolik dan diastolik pada pasien hipertensi (Munawassalmiah et al., 2018). Hasil penelitian secara laboratoris di dapatkan kombinasi ekstrak daun salam 0,2 g/200 g BB ditambah sari labu siam 1.46 g/200g BB efektif sebagai penurunan tekanan darah tinggi (Lajania et al., 2018)

Kandungan kalium dalam labu siam diketahui memiliki efek diuretik sehingga dapat menurunkan kadar garam dalam darah melalui ekskresi urin (Iriany et al., 2014). Selain itu senyawa aktif flavonoid dalam labu siam juga memiliki efek hipotensi dengan mekanisme menghambat *Angiotensin Converting Enzyme* (ACE) (Widiasari, 2018)

Manfaat labu siam sebagai antihipertensi tersebut belum banyak diketahui masyarakat umum, sebagaimana hasil penelitian diperoleh sebesar 43,9 % masyarakat kurang pengetahuan tentang manfaat labu siam (Aslamiah, 2017). Demikian juga berdasar studi pendahuluan di Desa Tumpukan Karangdowo Klaten ditemukan 40% responden tidak mengetahui bahwa manfaat labu siam sebagai antihipertensi. Sementara itu pengetahuan dan pemahaman yang baik tentang manfaat labu siam bisa menjadikan masyarakat mempunyai alternative terapi komplementer pada penyakit hipertensi, khususnya ibu. Karena ibu berperan penting dalam kesehatan, penyiapan makanan dan gizi keluarga (Widyawati, 2019).

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui tingkat pengetahuan ibu-ibu PKK Dukuh Pandansari, Desa Tumpukan, Karangdowo, Klaten mengenai manfaat labu siam sebagai antihipertensi.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini diskriptif krosseksional. Penelitian dilaksanakan Juli 2020 pada ibu-ibu PKK Dukuh Pandansari, Desa Tumpukan, Karangdowo, Klaten, Jawa Tengah. Sampel sebanyak 30 orang sesuai kriteria yang ditetapkan secara *purposive sampling*. Data dikumpulkan melalui kuisisioner pengetahuan labu siam yang sudah diuji validitas dan reliabilitas sebelumnya dengan nilai $p=0,04$ dan nilai *Alpha Cronbach* sebesar 0,766. Ijin diperoleh dari BAPPEDA Kabupaten Klaten. Teknik analisis data dilakukan secara diskriptif meliputi frekuensi, distribusi dan prosentase. Adapun penyajian data dalam bentuk table dan penjelasan secara naratif.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Karakteristik responden berdasar umur, pekerjaan, pendidikan, sumber informasi dan pengalaman efek obat

Karakteristik	Jumlah	Presentase
Umur		
26 - 35 tahun	17	56
36 - 45 tahun	8	26,7
46 - 55 tahun	5	16,7
Total	30	100

Pekerjaan		
Bekerja	21	70
IRT	9	30
Total	30 orang	100
Pendidikan	Jumlah	Presentase
SD	10	33,3
SMP	5	16,7
SMA	7	23,3
PT	8	26,7
Total	30 orang	100
Sumber informasi	Jumlah	Presentase
Media social	12	40
Tenaga kesehatan	8	26,7
Teman/tetangga/saudara	10	33,3
Total	30 orang	100
Pengalaman efek obat	Jumlah	Presentase
berefek	9	30
Tidak berefek	21	70

Berdasar tabel 1, umur responden sebagian besar usia 26 – 35 tahun, usia tersebut kategori usia dewasa awal dan hanya sebagian kecil yang berusia lansia awal. Status pekerjaan responden sebagian besar bekerja diluar rumah. Pendidikan responden secara keseluruhan sudah memenuhi syarat pendidikan dasar dan menengah bahkan sudah ada yang sampai perguruan tinggi. Sumber informasi tentang manfaat labu siam kebanyakan di dapatkan responden dari media sosial. Sebanyak 30% responden juga masih ada yang mengalami efek samping saat mengkonsumsi obat hipertensi.

Tabel 2. Tingkat pengetahuan responden tentang manfaat labu siam sebagai antihipertensi

Kategori	Jumlah	Presentase
Baik	6	20
Cukup	14	46
Kurang baik	10	34
Total	30 orang	100

Berdasar tabel 2, hasil pengukuran pengetahuan tentang manfaat labu siam pada ibu PKK sebagian besar dalam kategori cukup dan masih ditemukan 34% dalam kategori kurang baik.

PEMBAHASAN

Pengetahuan merupakan segala sesuatu yang dilihat, dikenal, dimengerti terhadap suatu objek tertentu yang ditangkap melalui pancaindera yakni, indera pendengaran, penglihatan, penciuman, perasaan dan perabaan (Pakpahan et al., 2021). Pengetahuan seseorang akan mengalami peningkatan seiring bertambahnya usia dan pengalaman, selain itu media informasi dan lingkungan juga dapat mempengaruhinya (Mubarak, 2011). Termasuk pengetahuan tentang manfaat labu siam.

Pengetahuan masyarakat tentang manfaat labu siam sebagai antihipertensi menjadi penting dan strategis, mengingat prevalensi hipertensi di Indonesia cukup tinggi yaitu 34,1%. Pada penderita hipertensi tersebut yang mengkonsumsi obat tradisional sebesar 14,5% dan 4,5% takut akan efek samping obat kimia (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2018).

Labu siam (*Sechium edule*) mengandung alkaloid, saponin, kardenolin/ bufadienol dan flavonoid (Marliana et al., 2005). Adapun khasiat labu siam sebagai antipiretik, antiinflamasi dan menurunkan tekanan darah (Nisa, 2013). Sedangkan hasil penelitian menunjukkan bahwa CEE (33, 66 dan 132) mg/kg BB/hari memiliki efek antihipertensi pada tikus hipertensi yang diinduksi MSG (Baiq, 2018).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa masyarakat khususnya para ibu sudah mempunyai pengetahuan yang cukup baik tentang manfaat labu siam sebagai antihipertensi, meskipun masih ada 34% ibu yang kurang mengetahuinya. Hal ini terjadi karena beberapa faktor yang mempengaruhinya seperti umur, pendidikan, pekerjaan, minat, pengalaman dan lingkungan serta informasi (Mubarak, 2011).

Umur responden pada penelitian ini semua berumur dewasa dan yang paling mendominasi adalah usia dewasa awal dan sebagian kecil lansia awal. Pada usia dewasa beberapa masalah kesehatan yang sering muncul adalah penyakit tidak menular termasuk hipertensi. Hasil Riskesdas 2018 menunjukkan sebanyak 34,1% penderita hipertensi berumur ≥ 18 tahun. Hal ini bisa dijadikan acuan betapa pentingnya pengetahuan tentang penyakit hipertensi dan pencegahannya. Baik secara konvensional maupun tradisional. Pada usia dewasa ini akan menjadi lebih mudah dan cepat mengerti tentang manfaat labu siam, hal ini dikarenakan daya tangkap dan pola pikir seseorang semakin bertambah sehingga pengetahuan yang diperoleh semakin membaik (Budiman, Riyanto, 2013).

Pekerjaan adalah suatu kegiatan yang harus dilakukan terutama untuk memenuhi kebutuhan setiap hari. Lingkungan pekerjaan dapat membuat seseorang memperoleh pengalaman dan pengetahuan baik secara langsung maupun tidak langsung (Mubarak, 2011). Responden pada penelitian ini sebagian besar bekerja di luar rumah, sehingga kondisi ini menjadi nilai positif bagi pengalaman individu dan kesempatan terbuka luas dalam memperoleh informasi dan pengalaman dari lingkungan kerja termasuk perihal pengobatan hipertensi secara tradisional menggunakan labu siam.

Pendidikan mempengaruhi proses belajar, semakin tinggi pendidikan seseorang, semakin mudah orang tersebut menerima informasi (Mubarak, 2011). Hasil penelitian menunjukkan pendidikan responden secara keseluruhan sudah memenuhi syarat pendidikan dasar dan menengah bahkan sudah ada yang sampai perguruan tinggi. Hal ini menjadikan nilai penting dalam meningkatkan pengetahuan karena diharapkan seseorang dengan pendidikan tinggi, maka orang tersebut akan semakin luas wawasan dan pengetahuannya serta mampu menganalisa masalah dengan baik.

Hasil penelitian ini sumber informasi tentang manfaat labu siam kebanyakan di dapatkan responden dari media sosial. Kondisi tersebut sangat menguntungkan bagi responden karena seseorang yang mempunyai sumber informasi yang lebih banyak akan mempunyai pengetahuan yang lebih luas dan baru (Ati et al., 2014) 2014). Apalagi melalui media sosial

pertukaran informasi lebih mudah dan cepat. Selain itu responden ini untuk mengetahui manfaat labu siam, juga didukung sumber informasi lain yaitu dari tenaga kesehatan, teman dan tetangga, sehingga bisa memilih dan memilah informasi yang tepat.

Pengalaman adalah guru terbaik, termasuk dalam penelitian ini ditemukan sebesar 30% responden pernah mengalami efek samping obat hipertensi. Hal ini tentunya menjadi pelajaran penting bagi responden untuk lebih berhati-hati dalam memutuskan memilih melanjutkan pengobatan dengan konvensional atau tradisional. Termasuk upaya mencari tahu berbagai alternatif pengobatan hipertensi termasuk labu siam. Hal ini dapat dilihat dari banyaknya responden yang mengetahui manfaat labu siam sebagai antihipertensi (46% baik).

KESIMPULAN

Pengetahuan ibu PKK tentang manfaat labu siam sebagai antihipertensi dalam kategori baik sebesar 46% dan kurang baik 34%. Saran, masih diperlukan pemberian informasi dan edukasi tentang manfaat labu siam sebagai antihipertensi melalui promosi kesehatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Aslamiah, R. (2017). *Tingkat Pengetahuan Penderita Hipertensi Tentang Manfaat Labu Siam (Sechium Edule) Untuk Menurunkan Tekanan Darah Di Wilayah Kerja Puskesmas Jenangan Kabupaten Ponorogo* [Universitas Muhammadiyah Ponorogo]. <http://eprints.umpo.ac.id/id/eprint/3347>
- Ati, S., Nurdien, Kistanto, & Taufik, A. (2014). Pengantar Konsep Informasi, Data, dan Pengetahuan. In *Dasar-Dasar Informasi* (3rd ed., p. 230). Undip Press. <http://repository.ut.ac.id/4042/1/ASIP4204-M1.pdf>
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. (2018). *Laporan Nasional RKD2018_FINAL.pdf*. In *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*. http://labdata.litbang.kemkes.go.id/images/download/laporan/RKD/2018/Laporan_Nasional_RKD2018_FINAL.pdf
- Baiq, A. M. P. (2018). *Efek Antihipertensi Ekstrak Etanol Labu Siam (Sechium Edule) Swartz Pada Tikus Hipertensi yang di induksi MSG* [Universitas Wahid Hasyim Semarang]. <http://eprints.unwahas.ac.id/id/eprint/983>
- Budiman, Riyanto, A. (2013). *Kapita Selekta Kuesioner Pengetahuan dan Sikap dalam Penelitian Kesehatan*. Salemba Medika. http://ucs.sulselib.net/index.php?p=show_detail&id=490
- Iriany, R., Gaol, L., & Bodhi, W. (2014). Uji Efektivitas Ekstrak Etanol Kulit Buah Labu Siam (*Sechium edule* (Jacq.) Swartz) Sebagai Diureti Pada Tikus Jantan Galur Wistar (*Rattus norvegicus*). *Pharmakon*, 3(2), 67–72. <https://doi.org/10.35799/pha.3.2014.4773>
- Lajania, H. S., Effendi, E. M., Indriani, L., & Siam, S. L. (2018). Efektivitas Kombinasi Ekstrak Daun Salam (*Syzygium polyanthum*) Dan Sari Labu Siam (*Sechium edule* (Jacq.) Sw.) Sebagai Antihipertensi Pada Tikus Jantan. *Jurnal Online Mahasiswa (JOM) Bidang Farmasi*, 1.
- Marliana, S. D., Suryanti, V., & Suyono, S. (2005). The phytochemical screenings and thin layer chromatography analysis of chemical compounds in ethanol extract of labu siam fruit (*Sechium edule* Jacq. Swartz.). *Biofarmasi Journal of Natural Product Biochemistry*, 3(1), 26–31. <https://doi.org/10.13057/biofar/f030106>
- Mubarak, W. I. (2011). *Promosi Kesehatan Untuk Kependidikan*. Salemba Medika.
- Munawassalmiah, Raudhatul, & Laode, R. (2018). Observasi Klinik Ekstrak Labu Siam (*Sechium edule*) Sebagai Antihipertensi. *Proceeding of Mulawarman Pharmaceuticals*

- Conferences*, 128–135. <https://doi.org/2614-4778>
- Nisa, I. (2013). *Khasiat Sakti Tanaman Obat Untuk Darah Tinggi*. Dunia Sehat.
- Pakpahan, M., Siregar, D., Susilawaty, A., Mustar, T., Ramdany, R., Manurung, E., Sianturi, E., Tompunu, M., Sitanggang, Y., & Maisyarah, M. (2021). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Yayasan Kita Menulis.
- Widiasari, S. (2018). Mekanisme Inhibisi Angiotensin Converting Enzym Oleh Flavonoid Pada Hipertensi Inhibition Angiotensin Converting Enzym Mechanism By Flavonoid in Hypertension. *Collaborative Medical Journal (CMJ)*, 1(2), 30–44. <http://jurnal.univrab.ac.id/index.php/cmj/article/view/474/345>
- Widyawati, drg. M. (2019). *Peran Ibu Tentukan Kesehatan Keluarga*. Sehat Negeriku Sehatlah Bangsa. <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilis-media/20190920/2231751/peran-ibu-tentukan-kesehatan-keluarga/>
- Yanti, E., & SD, R. I. (2010). Pengaruh Pemberian Perasan Labu Siam (*Sechium Edule*) Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Jurnal Kesehatan Medika Saintika*, 8(1), 80–86.