



PENGARUH PEMBERIAN JUS LABU SIAM TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI

Dian Desiyana*, Indri Puji Lestari, Maryana

Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Keperawatan Institut Citra Internasional, Jl. Pinus I, Kacang Pedang, Gerunggang, Pangkalpinang, Kepulauan Bangka Belitung 33125, Indonesia

*diandesiana888@gmail.com

ABSTRAK

Hipertensi adalah peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg. Pengobatan hipertensi dapat dilakukan dengan terapi non farmakologis salah satunya dengan jus labu siam. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya pengaruh jus labu siam terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah puskesmas melintang kota pangkalpinang. Jenis penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif menggunakan desain Quasi Eksperiment dengan pretest – posttest with control group. dengan uji T-test dengan hasil berupa univariat dan bivariat. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh pasien penderita penyakit hipertensi di puskesmas melintang kota pangkalpinang. Jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 22 orang. Kelompok dibagi menjadi 2 yaitu kelompok intervensi 11 orang dan kelompok kontrol 11 orang. Hasil penelitian ini diketahui ada pengaruh rata-rata tekanan darah mengalami penurunan dari 155.71/95.31 mmHg menjadi 148.55/90.24 mmHg setelah pemberian perlakuan. Hasil analisis data menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan pada tekanan darah sistolik p-value yaitu 0.000 (p-value<0,05) dan diastolik p-value yaitu 0,004 (p-value<0.05) kelompok yang diberikan jus labu siam selama 5 hari berturut-turut. Saran dari penelitian ini adalah agar jus labu siam dapat dijadikan sebagai terapi non farmakologis untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Kata kunci: hipertensi; jus labu siam; tekanan darah

THE EFFECT OF ADMINISTERING SIMESE PUMPKIN JUICE ON REDUCING BLOOD PRESSURE IN HYPERTENSION PATIENTS IN PUKEMAS AREA CITY PANGKALPINANG YEAR 2023

ABSTRACT

Hypertension is an increase in systolic blood pressure of more than 140 mmHg and diastolic blood pressure of more than 90 mmHg. Hypertension can be treated with non-pharmacological therapy, one of which is chayote juice. This study aims to determine the effect of chayote juice on reducing blood pressure in hypertensive patients in the transverse health center area of Pangkalpinang City. This type of research uses a quantitative approach using a Quasi Experimental design with pretest - posttest with control group. with the T-test with univariate and bivariate results. The population in this study were all patients suffering from hypertension in community health centers across the city of Batang Pinang. The number of samples used in this research was 22 people. The group was divided into 2, namely an intervention group of 11 people and a control group of 11 people. The results of this study are known to have an effect on the average blood pressure decreased from 155.71/95.31 mmHg to 148.55/90.24 mmHg after the treatment. The results of the data analysis showed that there was a significant difference in the systolic blood pressure p-value of 0.000 (p-value <0.05) and diastolic p-value of 0.004 (p-value <0.05) in the group given chayote juice for 5 consecutive days -continuously. The suggestion from this study is that chayote juice can be used as a non-pharmacological therapy to reduce blood pressure in hypertension sufferers

Keywords: blood pressure; hypertension; siamese pumpkin juice

PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan salah satu penyakit tidak menular dan memerlukan perhatian yang sangat serius dan perlu dilakukan tindakan secara nasional, dimana prevalensi yang tinggi dan individu banyak yang tidak menyadari bahwa dirinya mengalami hipertensi, mereka melakukan pengecekan kesehatan di pelayanan kesehatan, karena merasakan sakit atau keluhan lain. Hipertensi sering disebut “the silent killer”(Faridah,2022). Penyakit hipertensi dapat menyebabkan risiko yang serius bagi penderita, bahkan bisa berisiko kematian. Hipertensi yang tidak dikendalikan akan menyebabkan komplikasi yang lebih fatal seperti kerusakan fungsi otak, jantung, ginjal, penglihatan, kecacatan permanen dan kematian mendadak (Adibah, et al., 2020). Menurut World Health Organization (WHO) pada tahun 2019 menunjukkan hipertensi mempengaruhi 1,13 juta orang di dunia. Setiap tahun jumlah orang yang menderita hipertensi terus bertambah dan pada tahun 2020 menunjukkan 11,7% penduduk dunia berusia di atas 60 tahun dan diperkirakan akan terus meningkat karena orang hidup lebih lama, tahun 2021 angka hipertensi meningkat menjadi 29,2%

Berdasarkan data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) prevalensi hipertensi umur >18 tahun diagnosis tenaga kesehatan sebesar 9,4%, sedangkan yang minum obat hipertensi sebesar 9,5%. Sehingga terdapat 0,1% penduduk yang tidak pernah didiagnosis hipertensi oleh tenaga kesehatan tetapi minum obat hipertensi sebesar 34,1% diketahui bahwa sebesar 8,8% terdiagnosis hipertensi dan 13,3% orang terdiagnosis hipertensi tidak minum obat serta 32,3% tidak rutin minum obat. Berdasarkan data terlihat kelompok lansia usia 55-64 tahun memiliki prevalensi hipertensi tertinggi (Riskesdas, 2020). Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Provinsi Bangka Belitung masalah keperawatan hipertensi masuk dalam sepuluh penyakit terbanyak di daerah Bangka Belitung. Pada tiga tahun terakhir bahwa penderita hipertensi menunjukkan jumlah data yang diperoleh pada tahun 2020 sebanyak 119.379 dan pada tahun 2021 mengalami penurunan sebanyak 79.289 dan tahun 2022 mengalami penurunan kembali sebanyak 14.571 (Dinkes Provinsi Bangka Belitung, 2022).

Berdasarkan data kasus hipertensi Dinas Kesehatan Kota Pangkalpinang menunjukkan bahwa penderita hipertensi pada tahun 2019 sebanyak 14.152 (31,3%) dan pada tahun 2020 mengalami penurunan sebanyak 13.758 (30,4%) dan di tahun 2021 kembali meningkat sebanyak 19.736. Terjadi peningkatan data hipertensi pada tahun 2019 sampai dengan 2021 sebanyak 7%. Hipertensi merupakan peringkat pertama dari 10 penyakit terbesar di kota pangkalpinang (Dinkes Kota Pangkalpinang, 2021). Dari Dinas Kota Pangkalpinang didapatkan beberapa puskesmas sebagai naungan, 3 terbesar yang memiliki penderita hipertensi yang terbanyak, pada tahun 2020 yaitu Puskesmas Gerunggang sebanyak 2.952 penderita, tahun 2021 puskesmas Pangkal Balam sebanyak 2.764 penderita, tahun 2022 yaitu Puskesmas Melintang sebanyak 4.071 penderita. Jadi disini disebut Puskesmas Melintang memiliki penderita hipertensi urutan pertama di Puskesmas tersebut dan ini merupakan masalah kesehatan yang serius yang harus diatasi oleh tenaga kesehatan terutama keperawatan.

Berdasarkan data kunjungan pasien Puskesmas Melintang penyakit hipertensi menduduki nomor 1 paling tinggi di kota pangkalpinang dan selama 4 tahun terakhir penderita hipertensi pada tahun 2019 berjumlah 3.723 orang. Pada tahun 2020 penderita hipertensi semakin meningkat berjumlah 3.670 orang, tahun 2021 penderita hipertensi menurun berjumlah 2.969 orang dan pada tahun 2022 kembali meningkat sebanyak 4.071. Hipertensi masih menjadi masalah yang paling serius dan penyakit terbesar di Puskesmas Melintang (Profil Puskesmas Melintang, 2022). Hipertensi juga dikenal sebagai tekanan darah tinggi, ditandai dengan tekanan sistolik lebih besar dari 140 mmHg dan tekanan diastolik lebih besar dari 90 mmHg.

Tekanan darah dapat diturunkan dengan pengobatan farmakologis dan nonfarmakologis. Pemberian jus labu siam adalah cara untuk menurunkan tekanan darah secara non farmakologi.

Labu siam (*Sechium edulle*) mengandung komponen zat-zat seperti protein, labu siam juga memiliki kandungan potasium yang tinggi serta zat lain seperti alkaloid dan flavonoid. Kalium berguna bagi tubuh untuk mengatur tekanan darah, mengobati tekanan darah tinggi menghilangkan karbon dioksida dari darah dan mengaktifkan otot dan saraf. Peningkatan kadar kalium akan memudahkan oksigen mencapai otak dan mendukung keseimbangan cairan yang akan membuat tubuh terasa lebih berenergi. Konsumsi labu siam secara rutin dianjurkan bagi penderita tekanan darah tinggi, karena labu siam dapat menjadi pilihan yang layak untuk mengobati hipertensi (Yanti, 2017). Berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Pemberian Jus Labu Siam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wilayah Puskesmas Melintang Kota Pangkalpinang Pada Tahun 2023”.

METODE

Penelitian ini merupakan Penelitian kuantitatif. Desain yang digunakan yaitu quasy experiment dengan pretest-posttest with control group. Metode penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh pemberian jus labu siam terhadap penderita hipertensi di wilayah puskesmas melintang kota pangkalpinang tahun 2023. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 5 sampai 14 mei 2023. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh pasien penderita penyakit hipertensi di puskesmas melintang kota pangkalpinang. Jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 22 orang. Kelompok dibagi menjadi 2 yaitu kelompok intervensi 11 orang dan kelompok kontrol 11 orang. Teknik pengambilan sampelnya yaitu dengan menggunakan cara non probability sampling dengan metode purposive sampling. Analisa data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisa univariat dan analisa bivariat dengan menggunakan uji T-test.

HASIL

Tabel 1.
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol Pemberian Jus Labu Siam Pada Penderita Hipertensi

Jenis kelamin	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol	
	f	%	f	%
Laki laki	5	45.5	6	54.5
Perempuan	6	54.5	5	45.5

Tabel 1 menunjukkan bahwa responden pada kelompok intervensi yang berjenis kelamin laki laki berjumlah 5 orang (45.5%) dan berjenis kelamin perempuan 6 orang (54.5%) sedangkan responden pada kelompok kontrol responden berjenis kelamin laki-laki berjumlah 6 orang (54.5%) lebih banyak jika dibandingkan responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 5 orang (45.5%).

Tabel 2.
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia Pada Penderit Hipertensi Kelompok

Usia	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol	
	f	%	f	%
35-55	6	54.5	6	54.5
56-70	5	45.5	5	45.5

Tabel 2 menunjukkan bahwa responden pada kelompok intervensi yang berusia 35-55 tahun tahun berjumlah 6 orang (54.5%) lebih banyak dibandingkan dengan responden yang berusia 56-70 tahun berjumlah 5 orang(45.5%). Sama hal nya pada responden kelompok kontrol lebih banyak yang berusia 35-55 tahun berjumlah 6 orang (54.5%) dibandingkan dengan yang berusia 56-70 tahun.

Tabel 3.
Nilai Rata-Rata Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Sebelum dan Sesudah dilakukan Pemberian Jus Labu Siam pada Responden Kelompok Intervensi

Tekanan Darah	Mean	f	Median	SD	SE
<i>Pre test</i>					
Sistolik	155.71	11	152.20	5.966	1.799
Diastolik	95.31	11	95.00	2.703	815
<i>Post test</i>					
Sistolik	148.55	11	149.00	6.021	1.815
Diastolik	90.24	11	90.00	4.652	1.403

Tabel 3 menunjukkan bahwa rata-rata tekanan darah sistolik sebelum dilakukan pemberian jus labu siam pada penderita hipertensi, rata – rata sebesar 155,71 dengan median 152,20 dan standar deviasi 5,966. Dan rata-rata tekanan darah sistolik sesudah dilakukan pemberian jus labu siam pada penderita hipertensi didapatkan nilai rata-rata sebesar 148,55 sedangkan median 149,00 dan standar deviasi 6,021. Rata-rata tekanan darah diastolik sebelum dilakukan pemberian jus labu siam pada penderita hipertensi, rata – rata sebesar 95,31 dengan median 95,00 dan standar deviasi 2,703. Dan rata-rata tekanan darah diastolik sesudah dilakukan pemberian jus labu siam pada penderita hipertensi didapatkan nilai rata-rata sebesar 90,24 sedangkan median 90,00 dan standar deviasi 4,652.

Tabel 4.
Nilai Rata-Rata Tekanan Darah Sistolik dan Diastol Sebelum dan Sesudah dilakukan pada Kelompok Kontrol

Tekanan Darah	Mean	N	Median	SD	SE
<i>Pre test</i>					
Sistolik	154.33	11	148.80	11.363	3.426
Diastolik	99.82	11	96.60	3.035	915
<i>Post test</i>					
Sistolik	148.84	11	145.00	11.113	3.351
Diastolik	102.09	11	90.00	4.615	1.391

Tabel 4 menunjukkan bahwa Rata-rata tekanan darah sistolik sebelum pada penderita hipertensi kelompok kontrol, rata - rata sebesar 154,33 dengan median 148,80 dan standar deviasi 11,363. Dan rata-rata tekanan darah sistolik sesudah pada penderita hipertensi kelompok kontrol didapatkan nilai rata-rata sebesar 148,84 sedangkan median 145,00 dan standar deviasi 11,113. Rata-rata tekanan darah diastolik sebelum pada penderita hipertensi kelompok kontrol, rata - rata sebesar 99,82 dengan median 96,60 dan standar deviasi 3,035. Dan rata-rata tekanan darah diastolik sesudah pada penderita hipertensi kelompok kontrol didapatkan nilai rata-rata sebesar 102,09 sedangkan median 90,00 dan standar deviasi 4.615.

Tabel 5.
Uji Normalitas Data Menggunakan Shapiro Wilk Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Sebelum dan Sesudah dilakukan Pemberian Jus Labu Siam pada Responden Kelompok Intervensi

Tekanan Darah	Shapiro Wilk		
	Statistic	Df	Sig
<i>Pre test</i>			
Sistolik	.881	11	.107
Diastolik	.070	11	.078
<i>Post test</i>			
Sistolik	.038	11	.030
Diastolik	.053	11	.046

Tabel 5 diketahui bahwa tekanan darah sistolik sebelum nilai sig 107. tekanan diastolik sebelum nilai sig 078. Sedangkan tekanan darah sistolik sesudah nilai sig 030 dan tekanan diastolik setelah nilai sig 046. Karena $>0,05$ maka sebagaimana dasar pengambilan keputusan dalam uji normalitas Shapiro Wilk diatas dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal.

Tabel 6.
Uji Normalitas Data Menggunakan Shapiro Wilk Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Sebelum dan Sesudah dilakukan Pemberian Jus Labu Siam pada Responden Kelompok Kontrol

Tekanan Darah	Shapiro Wilk		
	Statistic	Df	Sig
<i>Pre test</i>			
Sistolik	.853	11	.047
Diastolik	.873	11	.085
<i>Post test</i>			
Sistolik	.918	11	.306
Diastolik	.058	11	.084

Tabel 6 diketahui bahwa tekanan darah sistolik sebelum nilai sig 047. tekanan diastolik sebelum nilai sig 085. Sedangkan tekanan darah sistolik sesudah nilai sig 306 dan tekanan diastolik setelah nilai sig 084. Karena $>0,05$ maka sebagaimana dasar pengambilan.

Tabel 7.
Nilai Rata-Rata Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Sebelum dan Sesudah dilakukan Pemberian Jus Labu Siam pada Kelompok Intervensi

Tekanan Darah	Mean	f	SD	SE	P value
<i>Pre test</i>					
Sistolik	155.71	11	5.966	1.799	0.000
Diastolik	95.31	11	2.703	815	
<i>Post test</i>					
Sistolik	148.55	11	6.021	1.815	0.004
Diastolik	90.24	11	4.652	1.403	

Tabel 7 menunjukkan bahwa nilai rata-rata tekanan darah sistolik sebelum pemberian jus labu siam 156 mmHg dengan standar deviasi 5.966 sedangkan tekanan darah sistolik sesudah diberikan jus labu siam 149 mmHg dengan standar deviasi 6.021. Dari hasil uji statistik T Dependent antara sebelum pemberian jus labu siam dan sesudah diberikan jus labu siam didapatkan nilai $value = 0,000 < 0,05$, sehingga dapat disimpulkan ada perbedaan rata-rata

tekanan darah sistolik sebelum dan sesudah dilakukan pemberian jus labu siam pada penderita hipertensi. Nilai rata-rata tekanan darah diastolik sebelum pemberian jus labu siam 95mmHg dengan standar deviasi 2.703 sedangkan tekanan darah diastolik sesudah diberikan jus labu siam 90mmHg dengan standar deviasi 4.652. Dari hasil uji statistik T Dependent antara sebelum pemberian jus labu siam dan sesudah diberikan jus labu siam didapatkan nilai $value = 0,004 < 0,05$, sehingga dapat disimpulkan ada perbedaan rata-rata tekanan darah diastolik sebelum dan sesuai dilakukan pemberian jus labu siam pada penderita hipertensi.

Tabel 8.
Nilai Rata-Rata Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Sebelum dan Sesudah pada Kelompok Kontrol

Tekanan Darah	Mean	f	SD	SE	P value
Pre test					
Sistolik	154.33	11	11.363	5.071	0.028
Diastolik	95.71	11	3.035	915	
Post test					
Sistolik	148.84	11	11.113	4.572	0.006
Diastolik	90.24	11	4.615	1.391	

Tabel 8 menunjukkan bahwa nilai rata-rata tekanan Nila rata-rata tekanan darah sistolik kelompok kontrol sebelum 154.33mmHg dengan standar deviasi 11.363 sedangkan tekanan darah sistolik kelompok kontrol sesudah 148.84 mmHg dengan standar deviasi 11.113. Dari hail uji statistik T Dependent antara kelompok kontrol sebelum dan kelompok kontrol sesudah didapatkan nilai $p\ value = 0,028 < 0,05$, sehingga dapat disimpulkan ada perbedaan rata-rata tekanan darah sistolik kelompok kontrol sebelum dan kelompok kontrol sesudah. Nilai rata-rata tekanan darah diastolik kelompok kontrol sebelum 95.73mmHg dengan standar deviasi 3.035 sedangkan tekanan darah diastolik kelompok kontrol sesudah 90.24 mmHg dengan standar deviasi 4.615. Dari hasil uji statistik T Dependent antara kelompok kontrol sebelum dan kelompok kontrol sesudah didapatkan nilai $p\ value = 0,006 > 0,05$, shingga dapat disimpulkan ada perbedaan rata-rata tekanan darah diastolik kelompok kontrol sebelum dan kelompok kontrol sesudah.

Tabel 9.
Perbedaan Nilai Rata-Rata Tekanan Darah Sistolik dan Diatolik Sebelum dan Sesudah dilakukan Pemberian Jus labu Siam pada Kelompok Intervensi dibandingkan dengan Kelompok Kontrol

Tekanan Darah	Kelompok	Mean	SD	SE	P value
Pre test					
Sistolik	1	155.71	5.966	1.799	0.000
	2	154.33	11.363	5.071	
Diastolik	1	95.31	2.703	815	0.004
	2	95.73	3.035	915	
Post test					
Sistolik	1	148.55	6.021	1.815	0.000
	2	154.91	151.62	4.572	
Diastolik	1	90.24	4.625	1.403	0.004
	2	90.24	4.615	1.391	

Tabel 9 menunjukkan bahwa tekanan darah sistolik sebelum dilakukan pemberian jus labu siam pada kelompok intervensi sebesar 155.71 mmhg, sedangkan pada kelompok kontrol

sebesar 154.33 mmHg. Hasil analisis didapatkan ada perbedaan yang signifikan tekanan darah sistolik sebelum antara kelompok intervensi pemberian jus labu siam dengan kelompok kontrol karena $p\text{ value } 0,000$ ($p\text{ value} < \alpha 0,05$) maka H_0 ditolak artinya ada perbedaan rata-rata (*mean*) tekanan darah sistolik sebelum pada kelompok kontrol. Pada tekanan sistolik sesudah menunjukkan bahwa tekanan darah sistolik sesudah dilakukan pemberian jus labu siam sebesar 148.55 mmHg, sedangkan pada kelompok kontrol sebesar 154.91 mmHg. Hasil analisis didapatkan ada perbedaan yang signifikan tekanan darah sistolik sesudah antara kelompok intervensi pemberian jus labu siam dengan kelompok kontrol karena $p\text{ value } 0,004$ ($p\text{ value} < \alpha 0,05$) maka H_0 ditolak artinya ada perbedaan rata-rata (*mean*) tekanan darah sistolik setelah diberikan jus labu siam dengan rata-rata (*mean*) tekanan darah sistolik sesudah pada kelompok kontrol. Untuk tekanan diastoliknya berdasarkan diatas juga menunjukkan bahwa tekanan darah diastolik sebelum dilakukan pemberian jus labu siam pada kelompok intervensi sebesar 95.31 mmHg, sedangkan pada kelompok kontrol sebesar 90.24 mmHg.

Hasil analisis ada perbedaan yang signifikan tekanan darah diastolik sebelum antara kelompok intervensi jus labu siam dengan kelompok kontrol karena $p\text{ value } 0,000$ ($p\text{ value} < \alpha 0,05$) maka H_0 ditolak artinya ada perbedaan rata-rata (*mean*) tekanan darah diastolik sebelum diberikan jus labu siam dengan rata-rata (*mean*) tekanan darah diastolik sebelum pada kelompok kontrol. Pada tekanan darah diastolik sesudah dilakukan pemberian jus labu siam sebesar 90.24 mmHg sedangkan kontrol sebesar 90.24 mmHg. Hasil analisis ada perbedaan yang signifikan tekanan darah diastolik sesudah antara kelompok intervensi jus labu siam dengan kelompok kontrol karena $p\text{ value } 0,04$ ($p\text{ value} < \alpha 0,05$), maka H_0 ditolak artinya ada perbedaan rata-rata (*mean*) tekanan darah diastolik pada kelompok kontrol.

PEMBAHASAN

Perbedaan Rata-Rata Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Sebelum dan Sesudah dilakukan Pemberian Jus Labu Siam pada Kelompok Intervensi dengan Kelompok Kontrol

Hipertensi merupakan penyakit yang dapat menyebabkan risiko yang serius bagi penderita, bahkan bisa berisiko kematian. Hipertensi yang tidak dikendalikan akan menyebabkan komplikasi yang lebih fatal seperti kerusakan fungsi otak, jantung, ginjal, penglihatan, kecacatan permanen dan kematian mendadak (Adibah, et al., 2020). Hipertensi ditandai dengan hasil tekanan darah (TD) yang menunjukkan sebagai tekanan sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan diastolik lebih dari 90 mmHg. Kondisi medis utama yang disebut hipertensi juga sangat meningkatkan risiko penyakit jantung, penyakit otak, penyakit ginjal dan penyakit lainnya (Faridah, et al., 2022). Labu siam (*Sechium edulle*) dikenal sebagai labu siam memiliki kandungan potasium. Kalium membantu tubuh mengatur tekanan darah, mengobati tekanan darah berlebih dan mengeluarkan karbon dioksida dari darah. Kalium juga dapat mengaktifkan kelenjar saraf dan otot. Kadar kalium yang meningkat akan memudahkan oksigen mencapai otak dan mendukung tubuh terasa lebih ringan karena keseimbangan cairan. Labu siam sebaiknya dikonsumsi secara rutin oleh orang yang memiliki tekanan darah tinggi.

Berdasarkan hasil analisis uji statistik diperoleh bahwa nilai $p\text{-value}$ sebesar 0,000 atau $<0,005$, artinya terdapat pengaruh pemberian jus labu siam terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Wilayah Puskesmas Melintang Kota Pangkalpinang tahun 2023. Dengan nilai rata-rata tekanan darah sistolik dan diastolik responden sesudah mengonsumsi jus labu siam selama 5 hari. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan hasil penelitian Zamma (2022) terhadap 40 responden menunjukkan hasil adanya perubahan tekanan darah. Penelitian ini merupakan penelitian *Quasy Ekspiment Pre-test dan Post-test control group*. Hasil analisa

data menggunakan uji repeated ANOVA yang didapat dari data pengukuran hari pertama dan ketiga tekanan darah adalah 0,00 sistolik 10 mmHg dan diastolik 6 mmHg dengan demikian maka dari itu dapat disimpulkan untuk mengkonsumsi jus labu siam selama 5 hari berturut-turut pada berpengaruh untuk menurunkan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi.

Penelitian ini sejalan dengan (Septiana, 2021) yang berjudul pemberian jus labu siam terhadap penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi. Tujuan studi kasus ini pemberian jus labu siam untuk menurunkan tekanan darah pada lansia hipertensi. Jenis penelitian ini adalah deskriptif dengan metode studi kasus. Subjek penelitian ini adalah dua pasien lansia hipertensi dengan tekanan darah lebih dari 140 – 90 mmHg dan dapat berkomunikasi. Hasil studi kasus menunjukkan bahwa ada perubahan penurunan tekanan darah dari sebelum mengonsumsi jus labu siam dan setelah mengonsumsi jus labu siam, sehingga di harapkan lansia dapat mengonsumsi jus labu siam secara teratur. Dari hasil penelitian bahwa ada perubahan pada tekanan darah yang menunjukkan adanya penurunan yang dilakukan setelah rutin mengonsumsi jus labu siam. Berdasarkan teori dan peneliti terkait maka peneliti berpendapat bahwa labu siam (*sechium edulle*) dikenal sebagai labu siam memiliki kandungan potassium. Kalium membantu tubuh mengatur tekanan darah, mengobati tekanan darah berlebih dan mengeluarkan karbondioksida dari darah. Kalium juga dapat mengaktifkan kelenjar oksigen mencapai otak dan mendukung tubuh terasa lebih ringan kaena keseimbangan cairan. Labu siam sebaiknya dikonsumsi secara rutin oleh orang yang memiliki tekanan darah tinggi.

SIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan didapatkan hasil bahwa adanya pengaruh pemberian jus labu siam terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di wilayah puskesmas melintang kota pangkalpinang tahun 2023. Oleh karena itu, hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai salah satu referensi dalam penanganan hipertensi bahwa pemberian jus labu siam dapat digunakan sebagai pengobatan alternatif non farmakologis untuk pasien dengan hipertensi.

DAFTAR PUSTAKA

- Adibah, Y., Indrayani, T. & Rifiana, A. J., 2020. Pengaruh Pemberian Jus Semangka Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. Carolus Journal of Nursing, pp. 1-43.
- Amaliyyan, R. -VLI), Pisang Ambon Dan Pisang Mas Terhadap Penurunan Tekanan Darah Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Muara Pinang Kabupaten Empat Lawang Povinsi Sumatra Selatan Title. 6.
- Djaelani, E. K. P., 2015. Pengaruh Sari Buah Labu Siam Terhadap Perubhan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Pstw Budhi Luhur Kasongan Bantul Yogyakarta. p. 13.
- Dinas Kesehatan (2022). Profil Kesehatan Provinsi Bangka Belitung,
- Dalimartha S, Purnama BT, Sutarina N, Mahendra B, Darmawan R. 2008. Care Your Self Hypertension. Depok : Penebar Plus.
- Faridah, I., Afiyanti, Y. & Huriyanah, 2022. Pengaruh Monitoring Hipertensi Berbasis Aplikasi Terhadap Kepatuhan Melakukan Terapi Jus Pada Pasien Hipertensi. Nusantara hasana journal, pp. 96-100.

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). Laporan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). Jakarta : Badan Litbangkes
- Kusuma, H.(2017). Aplikasi Asuhan Keperawatan Berdasrkan Diagnosa dan Nanda NIC NOC jilid Jogjakarta: Mediaction.
- Lemeshow, S., Homer Jr, D. W., Klar, J., & Lwanga,° S. K. (1990). Adequacy Of Sample Size In Health Studies. New York: World Health Organization.
- Noviyanti. (2015). Hipertensi Kenali, Cegah Dan Obati. Penerbit Notebook Yogyakarta, 206.
- Notoatmodjo. (2013). Variabel Independen Dan Variabel Dependen. Journal of Chemical Intoma and Modeling, 53(9), 1689-1699.
- Nursalam, (2017) metodologi penelitian Ilmu keperawatan pendekatan praktek. Edisi 4. Jakarta: salemba medika.
- Rachman, T. (2018). Pengaruh pemberian pisang emas Title. Angewandte Chemie International Edition, 6(11), 951-952., 10-27.
- Sahlan, M. & Dewi, C., 2022. Pengaruh Perasan Labu Siam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia. Jambora Nursing journal.
- Salmaa awabiin. (n.d.). Hipotesis Penelitian: Pengertian, Jenis-Jenis, dan Contoh Lengkap. In Deepublish.
- Septiana, S. & Juwariyah, S., 2021. Pemberian Jus Labu Siam Terhadap Penurunan Tekanan Darah. Manajemen Asuhan Keperawatan , Volume 5 No.1 , pp. 32-41.
- Smaltzer, S.C. Bare, B.6.2011, "Buku Ajaran Keperawatan Medikal Bedah. Bunner dan Suddarth. Vol 2.E/8',EGC, Jakarta.
- Sugiyono, 2018. Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D. Bandung : Alfabeta.
- Susanti, A., Eka Resti, F., Purbanova, R., & STIKES Tujuh Belas Karanganyar, K. (2019). Pengaruh musa acuminata cavendish subgroup (pisang ambon) dalam menurunkan tekanan darah. Husada Mahakam : Jurnal Kesehatan, 6(1).61-70.
- Utami, R. S., Cahyanto, E. B. & Listyaningsih, E., 2018. Pengaruh Pemberian Jus Labu Siam Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Wanita Lanjut. Jurnal Ilmiah Kesehatan dan Aplikasinya, Volume 6 (2).
- Wijaya, Putri. (2013). Status Kesehatan Oral dan Asupan Zat Gizi Berhubungan dengan Status Gizi Lansia. Jurnal Gizi Klinik Indonesia, Vol. 8, No. 3, pp. 151-157.
- Yanti, E., 2017. Pengaruh Pemberian Perasan Labu Siam (Sechium Edule) Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. Jurnal Kesehatan Medika Saintika, pp. 1-8.
- Zamaaa, M. S., Dewi, C., & Salma. (2022). Pengaruh Perasan Labu Siam Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia. Jambora Nursing Journal.

