



Melia Shintia
 Mutiara Pohan¹
 Riska Yanti²
 Andy Zulfadlan³

PENGARUH PEMBERIAN AIR REBUSAN LABU SIAM (SECHIUM EDULE) TERHADAP TEKANAN DARAH IBU HAMIL HIPERTENSI DI DESA AEK HARUAYA

Abstract

Hypertensive disorders in pregnancy affect up to 8% of all gestations and are the second cause after embolism. Pregnant women with hypertension are prone to developing potentially lethal complications, especially placental abruption, disseminated intravascular coagulation, cerebral hemorrhage, hepatic failure and acute renal failure. Makmur & Enny (2020) The increased incidence of hypertension is influenced by several risk factors including gender, family history of high blood pressure, obesity, lack of exercise, consuming excessive salt, stress, and unhealthy lifestyle habits such as smoking and drinking. Management of hypertension can be done by means of pharmacology and non- pharmacology. By way of pharmacology or using hypertension drugs. While non- pharmacological therapy is using complementary therapy. Knowing the Effect of Giving Siamese Pumpkin (Sechium Edule) Decoction on Blood Pressure of Pregnant Women with Hypertension at TPMB Diana Munzir Way Jepara, East Lampung. This study used the Two group pre-post test design method with a sample of 15 people. Data techniques included in the uivariate analysis using the frequency distribution and bivariate analysis using the SPSS program statistical calculations. The results of this study using the Wilcoxon test showed that there was a significant influence between the pretest and posttest, a significance value of 0.000 or <0.05 was obtained, so the hypothesis was not rejected (accepted), or it meant that there was a difference in the pretest and posttest average values in the hypertension classification. There is a significant influence between the Effect of Siamese Pumpkin Decoction (Sechium Edule) on the Blood Pressure of Pregnant Women and Hypertension before and after it is given. It is hoped that it can increase the knowledge of pregnant women for complementary alternatives to lower blood pressure.

Keywords: Pregnancy, Hypertension, Chayote

Abstrak

Gangguan hipertensi pada kehamilan mempengaruhi sampai 8% dari semua masa gestasi dan merupakan penyebab kedua setelah emboli. Ibu hamil dengan hipertensi cenderung mengalami perkembangan komplikasi yang berpotensi mematikan, terutama abrution placentae, koagulasi intravaskuler diseminata, pendarahan cerebral, gagal hati dan gagal ginjal Akut. Makmur & Enny (2020) meningkatnya kejadian hipertensi dipengaruhi oleh beberapa faktor resiko diantaranya jenis kelamin, adanya Riwayat darah tinggi dalam keluarga, obesitas, kurang olahraga, mengonsumsi garam yang berlebihan, stress, dan kebiasaan hidup yang tidak sehat seperti merokok dan minum-minuman. Penatalaksanaan hipertensi dapat dilakukan dengan cara farmakologi dan non farmakologi. Dengan cara farmakologi atau menggunakan obat-obatan hipertensi. Sedangkan terapi non farmakologi yaitu menggunakan terapi komplementer. Mengetahui Pengaruh Pemberian Rebusan Labu Siam (Sechium Edule) Terhadap Tekanan Darah Ibu Hamil dengan Hipertensi di Desa Aek Haruaya. Penelitian ini menggunakan metode Two group pre-post test design dengan sample 15 orang. Teknik data termasuk dalam analisis uivariat menggunakan distribusi frekuensi dan analisis bivariat menggunakan perhitungan statistik program SPSS. Hasil dari penelitian ini menggunakan uji Wilcoxon menunjukkan bahwa terdapat pengaruh signifikan antara pretest dan posttest, didapat nilai signifikansi sebesar 0,000 atau <0.05 , sehingga hipotesis tidak ditolak (diterima), atau diartikan terdapat perbedaan nilai rata-rata pretest dan posttest pada klasifikasi hipertensi. Terdapat pengaruh yang signifikan

^{1,2,3)} Program Studi Diploma III Kebidanan, STIKES Paluta Husada
 email : meliashintia@gmail.com, yantiriska745@gmail.com, andyzulfadlan@gmail.com

antara Pengaruh Pemberian Rebusan Labu Siam (*Sechium Edule*) Terhadap Tekanan Darah Ibu Hamil dengan Hipertensi sebelum dan sesudah diberikan. Diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil untuk alternatif menurunkan tekanan darah secara komplementer.

Kata Kunci: Hamil, Hipertensi, Labu Siam

PENDAHULUAN

Menurut World Health Organization (WHO), kesehatan ibu merupakan kunci bagi kesehatan generasi penerusnya, ibu yang sehat ketika hamil, aman ketika melahirkan, pada umumnya akan melahirkan bayi yang sehat. Oleh sebab itu angka kesakitan dan kematian ibu merupakan indikator yang penting untuk menggambarkan status kesehatan maternal. Agar posisi alamiah ini berjalan dengan lancar dan baik dan tidak berkembang menjadi keadaan patologis, diperlukan upaya sejak dini yaitu berupa asuhan kebidanan secara menyeluruh dan berkesinambungan serta upaya untuk menurunkan Angka Kematian Ibu (AKI) dan Angka Kematian Bayi (AKB) (Kemenkes RI, 2022).

Menurut WHO (2024), jumlah kematian ibu masih sangat tinggi mencapai 287.000 perempuan meninggal selama dan setelah kehamilan dan persalinan pada tahun 2020. Penyebab kematian tertinggi pada ibu hamil dan persalinan yaitu perdarahan (42%), preeklampsia/eklampsia (13%), abortus (11%), infeksi (10%), partus lama (9%), dan hipertensi (15%).

Penyebab hipertensi kehamilan menurut Sundari (2016) antara lain : pengetahuan, pola makan, paritas, umur, riwayat hipertensi, sosial ekonomi, dan obesitas (Sundari, 2016). Namun, menurut Prawirohardjo (2016), pola makan dan gaya hidup yang tidak sehat adalah penyebab utama hipertensi kehamilan. Menu, cara memasak, dan cara mengonsumsi makanan adalah semua bagian dari pola makan. Hipertensi kehamilan juga dapat disebabkan oleh usia. Usia seseorang ibu terkait dengan perkembangan alat reproduksinya. Pada usia 20-35 tahun reproduksi akan aman dan sehat. Jika kehamilan terjadi pada usia di bawah dua puluh tahun, alat reproduksi ibu hamil belum matang secara biologis, ibu hamil tidak siap untuk kehamilan, sehingga emosinya tidak stabil, dan ibu hamil kurang peduli untuk menjaga kehamilannya. Jika kehamilan terjadi pada usia di atas 35 tahun, risiko ibu hamil mengalami kondisi kehamilan yang lebih tinggi karena penurunan fungsi reproduksinya dan penurunan daya tahannya. Wanita yang mengalami obesitas lebih cenderung mengalami hipertensi selama kehamilan dibandingkan dengan wanita yang tidak mengalami obesitas.

Hipertensi kehamilan dapat menyebabkan kematian ibu, prematuritas, pertumbuhan janin terhambat, dan kelahiran mati karena pengapuran plasenta, yang menyebabkan kurangnya asupan makanan dan oksigen ke janin. Oleh karena itu, banyak yang melakukan penyelidikan dan menemukan komponen yang paling penting bagi ibu hamil. Teori inflamasi adalah beberapa teori yang berpotensi memengaruhi hipertensi kehamilan. Edukasi kesehatan harus diberikan kepada penderita hipertensi untuk meningkatkan pengetahuan dan persepsi mereka tentang hipertensi (Mardiono & Sidik, 2024). Diharapkan bahwa penyebaran informasi tentang cara mencegah dan mengurangi penyakit akan membantu mengurangi angka hipertensi. Penyuluhan dapat membantu meningkatkan pengetahuan dan sikap masyarakat terhadap hipertensi. Orang-orang biasanya hanya tahu pengobatan hipertensi dengan farmakologi, tetapi hanya sedikit dari masyarakat yang tahu bahwa tanaman dapat digunakan sebagai obat tradisional untuk membantu mencegah hipertensi. Labu siam merupakan salah satu jenis tanaman yang telah terbukti secara ilmiah dapat mencegah hipertensi dan mudah ditemukan disekitar pekarangan rumah khususnya di Kabupaten Padang Lawas Utara (Marjoni & Ramadhani, 2023).

Tanaman obat keluarga rumah seperti labu siam mengandung gizi zat mikro seperti kalium (3378.62 mg plus minus) dan alkaloid, labu siam memiliki sifat diuretik, yang membantu ginjal mengeluarkan cairan berlebih dan natrium klorida dari tubuh, yang membantu mengurangi tekanan (Yanuary & Musfirah, 2023).

Manfaat kalium yang dimiliki labu siam, selain menurunkan sekresi renin, yang mengakibatkan penurunan angiotensin II dan vasokonstriksi pembuluh darah, kalium juga membantu menurunkan aldosterone, yang mengakibatkan penyerapan natrium dan air ke dalam darah. Karena kandungan asam amino dan vitamin C dalam sayur labu siam, perasan sayur ini juga membantu mengurangi hipertensi. Daun labu siam juga mengandung saponin, polifenol, dan flavonoid (Harahap & Khairani, 2022).

Berdasarkan pendahuluan diatas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Seberapa efektif Pengaruh Pemberian Rebusan Labu Siam (*Sechium Edule*) Terhadap Tekanan Darah Ibu Hamil dengan Hipertensi di Desa Aek Haruaya. Tujuan penelitian ini adalah diketahuinya Pengaruh Pemberian Rebusan Labu Siam (*Sechium Edule*) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Ibu Hamil Dengan Hipertensi.

TINJAUAN TEORI

Kehamilan adalah sebuah proses yang mengagumkan terjadi di dalam rahim seorang wanita selama 40 minggu sejak hari pertama haid terakhir, proses kehamilan dimulai dengan fertilisasi dan berlanjut dengan nidasi atau penanaman embrio di dalam rahim, lalu berkembang hingga janin tersebut siap untuk dilahirkan (Kasmianti et al., 2023).

Hipertensi

Hipertensi adalah suatu keadaan Ketika tekanan darah di pembuluh darah meningkat secara kronis. Hal tersebut dapat terjadi karena jantung bekerja lebih keras memompa darah untuk memenuhi kebutuhan oksigen dan nutrisi tubuh (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2019).

Hipertensi adalah tekanan darah sekurang-kurangnya 140 mmHg sistolik atau 90 mmHg diastolik pada dua kali pemeriksaan berjarak 15 menit menggunakan lengan yang sama. Definisi hipertensi berat adalah peningkatan tekanan darah sekurang-kurangnya 160 mmHg sistolik atau 110 mmHg diastolik. Hipertensi dikenal dengan 2 type klasifikasi diantaranya yaitu hipertensi primer dan hipertensi sekunder. Hipertensi primer adalah suatu kondisi dimana terjadinya tekanan darah tinggi akibat dari dampak gaya hidup seseorang dan factor lingkungan. Seseorang yang pola makannya tidak terkontrol akan mengalami kelebihan berat badan bahkan sampai obesitas yang akan sebagai pencetus awal untuk terkenanya penyakit tekanan darah tinggi. Hipertensi sekunder adalah suatu kondisi dimana terjadinya peningkatan tekanan darah tinggi sebagai akibat seseorang mengalami/menderita penyakit lainnya seperti gagal jantung, gagal ginjal, atau kerusakan sistem hormon. Sedangkan pada ibu hamil tekanan darah secara umum meningkat pada usia kandungan 20 minggu terutama pada Wanita yang berat badannya di atas normal atau gemuk (Irawan, 2016).

Labu Siam

Labu siam (*Sechium edule* (Jacq) Sw) merupakan tanaman subtropis dan termasuk ke dalam spesies cucurbitaceus yang sering digunakan sebagai bahan makanan. 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 (Nurmalasari, 2019).

Salah satu penyebab utama kematian ibu selama kehamilan ialah hipertensi, terutama di Indonesia, terutama di Wilayah Padang Lawas Utara, di mana prevalensi hipertensi sangat tinggi. Hal ini disebabkan oleh ketidaktahuan ibu hamil tentang cara mengatasi hipertensi selama kehamilan. Menggunakan labu siam adalah upaya pertama untuk mengatasi hipertensi, tetapi tidak dilarang untuk mengunjungi fasilitas kesehatan. Orang tidak pernah tahu bahwa manfaat labu siam dapat mengobati tekanan darah tinggi, jadi mereka hanya makan labu siam sebagai sayuran. Karena banyaknya buahnya, orang tidak lagi makan labu siam, tetapi mereka memberinya ternak babi untuk dimakan. Jika tekanan darah mereka turun, orang cenderung berhenti mengonsumsi obat dan menunggu penyakitnya kambuh lagi. Namun, labu siam dapat menurunkan tekanan darah.

METODE

Jenis penelitian menggunakan quasi experiment design dengan pendekatan two group pre-post test. Waktu penelitian ini dilakukan pada bulan Oktober 2025. Populasi pada penelitian ini adalah jumlah ibu hamil sebanyak 30 ibu hamil dengan Hipertensi di Desa Aek Haruaya. Sampel ditentukan menggunakan perhitungan rumus slovin dengan kriteria inklusi dan eksklusi menjadi 15 responden kelompok intervensi labu siam dan 15 responden menggunakan obat nepidipin menggunakan teknik purposive sampling dengan Kriteria inklusi berupa Ibu hamil

trimester I- III dengan menderita hipertensi; Ibu hamil yang mengkonsumsi rebusan labu siam; Ibu hamil yang tidak memiliki komplikasi dalam kehamilan; Ibu hamil melakukan ANC terpadu di PMB; Ibu hamil yang kooperatif dan bersedia menjadi subjek penelitian yang dibuktikan dengan menyetujui informed consent. Serta Kriteria eksklusi berupa Ibu hamil yang tidak bersedia menjadi responden penelitian; Ibu hamil yang memiliki komplikasi dalam kehamilan; Ibu hamil yang tidak kooperatif; Ibu hamil yang protein urine positif Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah sfignomanometer untuk mengukur tekanan darah dan hasilnya dicatat pada lembar observasi. Jenis data yang dikumpulkan adalah data primer berupa data karakteristik responden dan data sikap ibu dalam melakukan PMK; serta data sekunder berupa jumlah ibu hamil yang menderita hipertensi. Data kemudian diolah melalui tahap editing, scoring, coding, dan tabulating. Data dianalisis menggunakan analisis univariat nilai mean dan analisis bivariat wilcoxon test menggunakan aplikasi SPSS 26.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tekanan Darah Ibu Hamil Sebelum Mengkonsumsi Rebusan Labu Siam (*Sechium Edule*)

Tekanan Darah	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Normal	0	0 %
Prehipertensi	10	66.6%
Hipertensi Stage 1	5	33,3%
TOTAL	15	100%

Berdasarkan tabel 1. Menunjukkan bahwa semua responden mempunyai tekanan darah tinggi dengan jumlah 15 ibu hamil (100%).

Tabel 2. Distribusi frekuensi responden berdasarkan tekanan darah tinggi ibu hamil setelah mengkonsumsi rebusan labu siam (*Sechium Edule*) selama 1 Minggu

Hasil	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Naik	0	0 %
Tetap	1	6,7%
Turun	14	93,3%
TOTAL	15	100%

Berdasarkan tabel 2. menunjukkan bahwa semua responden setelah mengkonsumsi rebusan labu siam (*Sechium Edule*) selama 1 Minggu mengalami penurunan tekanan darah sebanyak 14 responden (93,3%) dan tidak mengalami tetap 1 responden (6,7%).

Hasil Bivariat

Tabel 3. Pengaruh Pemberian Rebusan Labu Siam Terhadap Hipertensi Pada Ibu Hamil di Desa Aek Haruaya melalui aplikasi SPSS 26

Test Statistics ^a	
	Posttest - Pretest
Z	-3.742 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000
a. Wilcoxon Signed Ranks Test	
b. Based on positive ranks.	

Berdasarkan tabel diatas, didapat nilai signifikansi sebesar 0,000 atau < 0.05 , sehingga hipotesis tidak ditolak (diterima), atau diartikan terdapat perbedaan nilai rata-rata pretest dan posttest klasifikasi hipertensi. Hal tersebut menunjukkan bahwa intervensi yang dilakukan setelah posttest dilakukan, mampu mempengaruhi klasifikasi hipertensi responden.



Dokumentasi kegiatan

Pembahasan

Mengidentifikasi Tekanan Darah Ibu Hamil Sebelum Penerapan Konsumsi Rebusan Labu Siam (*Sechium Edule*)

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada 15 orang ibu hamil yang menderita hipertensi dengan observasi tekanan darah sebelum mengkonsumsi rebusan labu siam selama 7 hari dan di konsumsi sehari dua kali menunjukkan bahwa ibu hamil memiliki tekanan darah antara 130/80 mmHg sampai 150/93 mmHg (100%). Di Desa Aek Haruaya peneliti menemukan responden yang mengalami hipertensi sebanyak 15 ibu hamil dengan prehipertensi sebanyak 10 ibu hamil dan 5 di antaranya menderita Hipertensi stage 1. Hal ini sesuai dengan tabel hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu hamil yang menderita hipertensi rata-rata berusia < 20 tahun 4 ibu hamil (26,67%) dan > 35 tahun sebanyak 5 ibu hamil (33,33 %) dan 6 ibu hamil yang berusia 21-35 tahun.

Riwayat Pendidikan ibu menunjukkan bahwa dari 15 responden Sebagian besar responden mempunyai Pendidikan SMA Sebanyak 9 ibu hamil (60%), serta SMP 5 ibu hamil (33,3%), SD 1 ibu Hamil (6,7%) Perguruan tinggi sebesar 0 ibu hamil (0%) hal ini bersesuaian dengan hasil penelitian dari Elya (2016) Berdasarkan hasil uji statistik pendidikan dengan kejadian hipertensi pada ibu hamil TM III nilai p value lebih dari 0,005 yang berarti tidak ada hubungan antara Pendidikan dengan kejadian hipertensi pada ibu hamil. Hal ini disebabkan karena dalam penelitian ini responden yang menderita hipertensi yang berpendidikan rendah belum tentu memiliki pengetahuan yang rendah pula, karena pengetahuan tidak hanya dipengaruhi oleh pendidikan tapi pengalaman dan pengetahuan yang didapatkan dari bidan pada saat mengikuti kelas ibu hamil.

Karakteristik berdasarkan gravida didapatkan bahwa ibu hamil dengan hipertensi rata-rata Anak ke 2 sebesar 9 ibu hamil (60%), diikuti dengan anak ke 3 sebesar 3 ibu hamil (20%), ke 1 sebanyak 2 ibu hamil (13,3%) serta anak keempat 1 ibu hamil (6,7%) (Fajri & Sari, 2019).

Hipertensi adalah suatu keadaan Ketika tekanan darah di pembuluh darah meningkat secara kronis. Hal tersebut dapat terjadi karena jantung bekerja lebih keras memompa darah untuk memenuhi kebutuhan oksigen dan nutrisi tubuh. (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2019). Dikatakan hipertensi bila memiliki tekanan darah sistolik ≥ 140 mmHg dan atau tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg, pada pemeriksaan yang berulang. Tekanan darah sistolik merupakan pengukuran utama yang menjadi dasar penentuan diagnosis hipertensi (Perhimpunan Dokter Spesialis Kardiovaskular Indonesia, 2015).

Penyebab hipertensi pada ibu hamil disebabkan oleh kondisi hipertensi esensial atau hipertensi prime. Kondisi tersebut timbul bukan disebabkan oleh adanya gangguan jantung atau ginjal, melainkan disebabkan pola hidup yang jauh dari kata sehat. Pola hidup yang tidak sehat yang kerap dilakukan oleh Ibu hamil misalnya mengonsumsi garam berlebihan, tingkat stres berlebihan tidak dikendalikan, merokok, kebiasaan minum alkohol dan kafein, dan lain sebagainya. Padahal kebiasaan buruk tersebut dilarang untuk dilakukan oleh ibu hamil karena dapat menimbulkan banyak risiko kesehatan yang dapat mengganggu kondisi tubuh Ibu dan janin dalam kandungan. Akibat terjadinya hipertensi dalam kehamilan dapat menyebabkan antara lain berkurangnya aliran darah ke plasenta, pertumbuhan janin terhambat, persalinan prematur, meningkatnya penyakit kardiovaskuler (Prawirohardjo, 2021).

Hal ini sejalan dengan penelitian Arikah et al. (2020) berdasarkan hasil penelitian didapatkan P value sebesar 0,416 artinya tidak ada hubungan antara umur dengan kejadian hipertensi pada ibu hamil dan walaupun tidak adanya hubungan antara umur dengan kejadian

hipertensi pada ibu hamil, umur masih merupakan faktor risiko kejadian hipertensi pada ibu hamil, hal ini disebabkan, Hipertensi lebih sering didapatkan pada masa awal dan akhir usia reproduktif yaitu usia remaja atau di atas 35 tahun. Ibu hamil < 20 tahun mudah mengalami kenaikan tekanan darah dan lebih cepat menimbulkan kejang, sedangkan usia lebih 35 tahun juga merupakan faktor risiko untuk terjadinya hipertensi. Jadi wanita yang berada pada awal atau akhir usia reproduktif lebih rentan menderita hipertensi saat hamil.

Hal ini bersesuaian dengan penelitian Sukaesih dalam Latifi et al. (2021). Kehamilan bagi wanita dengan usia muda maupun usia tua merupakan suatu keadaan yang dapat menimbulkan resiko komplikasi dan kematian ibu. Pada usia 20- 35 tahun adalah periode yang aman untuk melahirkan dengan resiko kesakitan dan kematian ibu yang paling rendah. Pada usia 35 tahun atau >35 tahun, kesehatan ibu sudah menurun akibatnya ibu hamil pada usia tersebut mempunyai kemungkinan lebih besar untuk mempunyai anak cacat, persalinan lama dan perdarahan.

Peneliti berasumsi bahwa hipertensi lebih sering didapatkan pada masa awal dan akhir usia reproduktif yaitu usia remaja atau di atas 35 tahun. Ibu hamil < 20 tahun mudah mengalami kenaikan tekanan darah dan lebih cepat menimbulkan kejang, sedangkan usia lebih 35 tahun juga merupakan faktor risiko untuk terjadinya hipertensi. Jadi wanita yang berada pada awal atau akhir usia reproduktif lebih rentan menderita hipertensi saat hamil. Adapun dalam ranah tingkat pendidikan responden yang menderita hipertensi yang berpendidikan rendah belum tentu memiliki pengetahuan yang rendah pula, karena pengetahuan tidak hanya dipengaruhi oleh pendidikan tapi pengalaman dan pengetahuan yang didapatkan dari bidan pada saat mengikuti kelas ibu hamil. Jumlah anak dengan frekuensi hipertensi pada ibu Sebagian besar diderita pada ibu dengan anak 2 karena Sebagian besar ibu menjalani program keluarga berencana.

Penurunan Tekanan Darah Menggunakan Rebusan Labu Siam Terhadap ibu hamil Yang Mengalami Hipertensi

Berdasarkan Hasil Penelitian bahwa Sebagian besar responden (93,3 %) mengalami penurunan setelah mengkonsumsi rebusan labu siam dan sebagian kecil responden (6,7%) memiliki penurunan tapi tidak signifikan.

Hipertensi adalah suatu keadaan Ketika tekanan darah di pembuluh darah meningkat secara kronis (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2019). Penatalaksanaan hipertensi dapat dilakukan dengan cara farmakologi dan non farmakologi. Dengan cara farmakologi atau menggunakan obat-obatan hipertensi. Sedangkan terapi non farmakologi yaitu menggunakan terapi komplementer salah satunya dengan menggunakan tanaman obat (Y. D. Anggraini, 2021). Labu siam berkhasiat sebagai antipiretik, antiinflamasi, dan menurunkan tekanan darah tinggi.

Labu siam memiliki banyak manfaat bagi kesehatan tubuh diantaranya dapat menurunkan tekanan darah tinggi karena mengandung kalium (Nurmalasari, 2019).

Hal ini bersesuaian dengan penelitian oleh Siti et al. (2018) yang berjudul Pengaruh Labu Siam (Cucurbitaceae) Terhadap Tekanan Darah Dan Kolesterol Pada Pasien Hipertensi Di Kelurahan Tlogomas Malang, Hasil penelitian membuktikan sebelum diberikan labu siam lebih dari separuh (60,0%) responden memiliki tekanan darah hipertensi tingkat 2 dan kurang dari separuh (46,7%) responden mengalami kolesterol mengkhawatirkan pada pasien hipertensi, sedangkan sesudah diberikan terapi herbal (labu siam) kurang dari separuh (46,7%) responden memiliki tekanan darah hipertensi tingkat 1 dan lebih dari separuh (60,0%) responden mengalami kolesterol normal pada pasien hipertensi. Ada pengaruh labu siam terhadap tekanan darah dan kolesterol pada pasien hipertensi dengan p-value tekanan darah sebesar $0,000 < 0,050$ dan p value kolesterol sebesar $0,000 < 0,050$. Disarankan bagi pasien hipertensi mengkonsumsi labu siam yang di buat jus atau rebus secara rutin setiap sore hari sampai tekanan darah dan kolesterol normal.

Menurut hasil penelitian Jayani (2016) Labu siam dapat dikonsumsi langsung dengan cara dikukus dapat menurunkan tekanan darah pada ibu hamil jika dikonsumsi setiap hari selama seminggu dengan dosis sebanyak 250 gram. Cara pembuatan rebusan labu siam yaitu siapkan labu siam seberat 250 gram, potong menjadi 4 bagian lalu cuci dengan air mengalir, lalu panas kan air hingga mendidih, setelah mendidih masukan labu siam yang sudah dipotong tunggu sampai 10 menit lalu tiriskan. Labu siam rebus dikonsumsi selama 7 hari dan dikonsumsi sehari sebanyak 2 kali pagi dan sore sebagai lalapan.

Pada saat kunjungan ada peningkatan penurunan tekanan darah yang baik pada responden, karena pada saat itu peneliti melakukan observasi atau penilaian tekanan darah tersebut, jadi peneliti bisa mengetahui penurunan tekanan darah naik, tekanan darah tetap, dan tekanan darah menurun. Selama pemberian rebusan labu siam hampir keseluruhan responden merasakan nyaman dan senang setelah mengonsumsi rebusan labu siam sebagai lalapan ada juga responden yang kurang menyukai labu siam sebagai lalapan tetapi peneliti menjelaskan manfaat dan kandungan labu siam seperti dapat menurunkan tekanan darah karena pada labu siam itu sendiri terdapat kandungan anti inflamasi dan mempunyai kandungan kalium yang mempunyai efek diuretik yang dapat menurunkan kadar garam di dalam darah melalui ekresi urine. Kandungan kalium dapat mengurangi sekresi renin yang menyebabkan penurunan angiotensin II sehingga terjadi kurangnya vasokonstriksi pada pembuluh darah dan menurunnya aldosteron sehingga reabsorpsi natrium dan air ke dalam darah berkurang, kalium juga bermanfaat untuk memicu kerja otot dan simpul saraf, selain itu kadar kalium yang tinggi akan memperlancar pengiriman oksigen ke otak serta menjaga keseimbangan cairan (Anuhgera, 2020).

Peneliti berasumsi bahwa dengan mengonsumsi labu siam dalam bentuk apapun dapat menurunkan tekanan darah tinggi Adapun penderita hipertensi disarankan bagi pasien hipertensi mengonsumsi labu siam yang di buat jus atau rebus secara rutin sampai tekanan darah normal. Labu siam digunakan sebagai obat alami hipertensi dikarenakan kandungan kalium yang dapat menurunkan hipertensi. Kandungan kalium dapat mengurangi sekresi renin yang menyebabkan penurunan angiotensin II sehingga terjadi kurangnya vasokonstriksi pada pembuluh darah dan menurunnya aldosteron sehingga reabsorpsi natrium dan air ke dalam darah berkurang.

Pengaruh Pemberian Rebusan Labu Siam Terhadap Hipertensi Pada Ibu Hamil di Desa Aek Haruaya

Berdasarkan hasil uji analisa data menggunakan Wilcoxon dengan komputerisasi SPSS 26 di dapat nilai Z sebesar -3.742b dengan nilai signifikansi $\alpha = 0.05$ diperoleh hasil $p = 0,00$ yang berarti $p < 0,05$ sehingga hipotesis tidak ditolak (diterima), atau diartikan terdapat perbedaan nilai rata-rata pretest dan posttest klasifikasi hipertensi. Hal tersebut menunjukkan bahwa intervensi yang dilakukan setelah posttest dilakukan, mampu mempengaruhi klasifikasi hipertensi responden.

Hipertensi adalah suatu keadaan Ketika tekanan darah di pembuluh darah meningkat secara kronis (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2019). Penatalaksanaan hipertensi dapat dilakukan dengan cara farmakologi dan non farmakologi. Dengan cara farmakologi atau menggunakan obat-obatan hipertensi. Sedangkan terapi non farmakologi yaitu menggunakan terapi komplementer salah satunya dengan menggunakan tanaman obat (Y. D. Anggraini, 2021). Labu siam berkhasiat sebagai antipiretik, antiinflamasi, dan menurunkan tekanan darah tinggi. Labu siam memiliki banyak manfaat bagi kesehatan tubuh diantaranya dapat menurunkan tekanan darah tinggi karena mengandung kalium (Nurmalasari, 2019). Kandungan kalium dapat mengurangi sekresi renin yang menyebabkan penurunan angiotensin II sehingga terjadi kurangnya vasokonstriksi pada pembuluh darah dan menurunnya aldosteron sehingga reabsorpsi natrium dan air ke dalam darah berkurang, kalium juga bermanfaat untuk memicu kerja otot dan simpul saraf, selain itu kadar kalium yang tinggi akan memperlancar pengiriman oksigen ke otak serta menjaga keseimbangan cairan (Anuhgera, 2020).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Jayani (2016) Adanya pengaruh hal ini karena ibu hamil mengonsumsi labu siam karena labu siam mengandung berbagai macam nutrisi dan anti inflamasi sehingga dapat mengobati tekanan darah tinggi. Kadar kalium didalam labu siam sangat menjadi anti inflamasi yang mempunyai efek diuretik serta dapat menurunkan kadar garam di dalam darah melalui ekresi urine. Dengan berkurangnya kadar garam yang bersifat menyerap atau menahan air ini akan meringankan kerja jantung dalam memompa darah sehingga tekanan darah akan menurun. Labu siam yang sangat kaya akan kandungan kalium yang berpengaruh terhadap pengontrolan tekanan darah dan mengeluarkan karbondioksida dalam darah. Kalium membantu kinerja otot dan simpul saraf yang berperan untuk memperlancar transportasi oksigen ke otak dan dapat berperan didalam keseimbangan cairan. Demikian juga kandungan labu siam seperti alkaloid yang dapat memperlancar peredaran darah. Kandungan alkaloidnya berfungsi sebagai vasodilator yang mampu menurunkan darah tinggi. kalium berpengaruh terhadap sekresi aldosteron sehingga diuresis meningkat yang menyebabkan berkurangnya volume darah, sehingga tekanan darah menurun. Selain itu kalium

juga bersifat diuretik dengan cara menurunkan reabsorpsi garam dan air oleh tubulus melalui mekanisme pemblokiran transport aktif natrium melalui dinding tubulus sehingga cairan yang dikeluarkan oleh tubuh meningkat dan volume di intravaskuler menurun

P. R. Anggraini (2016) menjelaskan bahwa kandungan kalium dalam buah labu sebesar 167,1 miligram. Hasil penelitian lainnya dilakukan oleh Indrayani & Komala (2020) dengan pemberian labu siam dengan cara dikukus dikonsumsi setiap hari selama seminggu dengan dosis sebanyak 250gram menunjukkan ada pengaruh pemberian labu siam terhadap tekanan darah Wanita Usia Subur dengan hipertensi

Hal itu dibuktikan dengan 15 responden yang diintervensi menggunakan rebusan labu siam selama 7 hari dan dikonsumsi sebanyak sekali dalam sehari mengalami penurunan tekanan darah, karena peran labu siam sebagai antiinflamasi agar tekanan darah menurun. Setelah dilakukan intervensi selama 7 hari berturut-turut responden mengalami proses penurunan tekanan darah terdapat (93,3%) responden mengalami penurunan tekanan darah dan terklasifikasi prehipertensi dan normal serta (6,7%) responden mengalami penurunan tetapi masih tergolong hipertensi.

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 (Jayani, 2016).

Peneliti berasumsi bahwa dengan mengonsumsi labu siam dalam bentuk apapun dapat menurunkan tekanan darah tinggi Adapun penderita hipertensi disarankan bagi pasien hipertensi mengonsumsi labu siam yang di buat jus atau rebus secara rutin sampai tekanan darah normal. Labu siam digunakan sebagai obat alami hipertensi dikarenakan kandungan kalium yang dapat menurunkan hipertensi. Kandungan kalium dapat mengurangi sekresi renin yang menyebabkan penurunan angiotensin II sehingga terjadi kurangnya vasokonstriksi pada pembuluh darah dan menurunnya aldosteron sehingga reabsorpsi natrium dan air ke dalam darah berkurang. Dengan berkurangnya kadar garam yang bersifat menyerap atau menahan air ini akan meringankan kerja jantung dalam memompa darah sehingga tekanan darah akan menurun.

SIMPULAN

Ada pengaruh konsumsi rebusan labu siam terhadap penurunan tekanan darah ibu hamil di Desa Aek Haruaya.

SARAN

Ibu hamil yang mengalami hipertensi disarankan mencari informasi yang akurat dan terbaru tentang manfaat mengonsumsi rebusan labu siam sebagai obat nonfarmakologi untuk penurunan tekanan darah. Dalam memberikan perawatan untuk ibu hamil yang mengalami hipertensi, bidan disarankan untuk dapat menjalin kerjasama dengan tim kesehatan lainnya seperti dokter dan ahli gizi untuk mengetahui seberapa besar pengaruh labu siam

Penelitian selanjutnya diharapkan dapat memperdalam pemahaman tentang mekanisme yang terlibat dalam pengaruh konsumsi rebusan labu siam dan pengaruh serta faktor apa saja yang membuat tekanan darah ibu tetap normal. Untuk mengurangi faktor-faktor gangguan yang mungkin mempengaruhi hasil penelitian, penting untuk melakukan pengendalian variabel seperti mengukur aspek-aspek lain yang dapat mempengaruhi seperti genetic, gaya hidup, asupan konsumsi garam dll.

DAFTAR PUSTAKA

- Agata, A. P. (2022). Pengelolaan Hipertensi Sebelum Kehamilan (The Management Of Hypertension Before Pregnancy). *Jurnal Ilmu Medis Indonesia*, 1(2), 95–101.
- Anggraini, P. R. (2016). Kadar Na⁺, K⁺, Cl⁻, dan Kalsium Total Serum Darah Serta Hubungannya dengan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi. *Bioma*.
- Anggraini, Y. D. (2021). Asuhan Keperawatan pada Ny. V (31 tahun) G2P1A0H1 Usia Kehamilan 33-34 Minggu dengan Hipertensi Gestasional dan Penerapan Evidence Based Nursing Practice di Klinik Pratama Sarinah Pekanbaru. Universitas Andalas.

- Anuhgera, D. E. (2020). Pengaruh Pemberian Rebusan Daun Seledri (*Apium Graviolens* L) Terhadap Tekanan Darah Pada Wanita Menopause Dengan Hipertensi. *Jurnal Kebidanan Kestra*, 3(1).
- Arikah, T., Rahardjo, T. B. W., & Widodo, S. (2020). Kejadian Hipertensi pada Ibu Hamil. *Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 1(2), 115–124. <https://doi.org/10.15294/jpp kmi.v1i2.40329>
- Dinas Kesehatan Provinsi Lampung. (2020). Profil Kesehatan Provinsi Lampung Tahun 2019.
- Elya, S. W. (2016). Kehamilan dengan Hipertensi Gestasional. *Jurnal Medula Unila*, 4(3).
- Fajri, U. N., & Sari, D. N. (2019). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Hipertensi Pada Kehamilan Trimester Iii Di Kabupaten Banjarnegara. *Journal of Midwifery and Public Health*, 1(2). <https://doi.org/10.25157/jmp h.v1i2.3003>
- Hariyanti, Mutaqin, Z. Z., & Marlina, E. D. (2021). Kenali Preeklamsia Kehamilan Sejak dini (Modul Deteksi Dini Oleh Kader). Zahira Media Publisher.
- Indrawati. (2021). Terapi Komplementer Pada Kehamilan. Media Sains Indonesia.
- Indrayani, Y. W., & Komala, G. M. (2020). Pengaruh Pemberian Labu Siam Berimplikasi Terhadap Tekanan Darah Ibu Hamil dengan Hipertensi di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Maja Kabupaten Majalengka. *Journal of Midwifery Care*, 1(1).
- Irawan. (2016). Epidemiologi Penyakit Tidak Menular. Deepublish.
- Jayani, I. (2016). Pemberian Labu Siam Berimplikasi Terhadap Perubahan Tekanan Darah Ibu Hamil Hipertensi. *Care: Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*, 4(2), Kemenkes RI. (2020). Laporan Statistik Kesehatan Ibu dan Anak di Indonesia. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2020.
- Latifi, D. R. N., Indrawati, N. D., Puspitaningrum, D., & Nurjanah, S. (2021). Literatur Review : Hubungan Faktor- Faktor Penyebab Preeklamsia pada Ibu Hamil. Prosiding Seminar Nasional UNIMUS.
- Makmur, N. S., & Enny, F. (2020). Faktor-Faktor Terjadinya Hipertensi dalam Kehamilan di Puskesmas X. *Journal Health of Studies*, 4(1).
- Nurmalasari, P. (2019). Pemanfaatan Labu Siam (*Sechium Edule* (Jacq.) Sw.) dan Ubi Jalar Cilembu (*Ipomoea batatas* (L.) Lam. var. cilembu) Sebagai Bahan Utama Dalam Pembuatan Selai. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Perhimpunan Dokter Spesialis Kardiovaskular Indonesia. (2015). Pedoman Tatalaksana Hipertensi Pada Penyakit Kardiovaskuler. Perhimpunan Dokter Spesialis Kardiovaskular Indonesia.
- Prawirohardjo, S. (2021). Ilmu Kebidanan Sarwono Prawirohardjo. Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Siti, N., Susi, M., & Sulasmini. (2018). Pengaruh Labu Siam (*Cucurbitaceae*) Terhadap Tekanan Darah Dan Kolesterol Pada Pasien Hipertensi di Kelurahan Tlogomas Malang. *Nursing News*, 3, 785–790.
- World Health Organization. (2020). A Global Brief on Hypertension: Silent Killer, Global Public Health Crisis. World Health Organization.