

**PENERAPAN LABU SIAM (*Cucurbitaceae*) TERHADAP PENGUKURAN
TEKANAN DARAH DAN KOLESTEROL PADA PASIEN HIPERTENSI
DI KELURAHAN GAYAM SUKOHARJO**

Wahyuningtyas Budi Utami, Indarwati, SKM, M.Kes, Eska Dwi Prajayanti,
S.Kep. Ns, M. Kep
Wahyuningtyas.wbu@gmail.com
STIKES 'Aisyiyah Surakarta

ABSTRAK

LatarBelakang :Penyakit darah tinggi merupakan peningkatan abnormal tekanan darah, baik tekanan darah sistolik maupun tekanan darah diastolik, sedangkan kolesterol merupakan metabolit yang mengandung lemak sterol sejenis lipid yang merupakan molekul lemak dalam aliran darah. Cara penurunan tekanan darah tinggi dan kolesterol pada penderita hipertensi dapat dilakukan dengan berbagai macam cara salah satunya dengan menggunakan labu siam. **Tujuan** :Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh labu siam terhadap tekanan darah dan kolesterol pada pasien hipertensi. **Metode Penelitian** :Penelitian melibatkan 2 responden yang dipilih sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Teknik pengumpulan data menggunakan lembar observasi. **Hasil**:Hasil penelitian ini membuktikan sebelum diberikan labu siam 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 . **Kesimpulan** :Disarankan bagi pasien hipertensi mengkonsumsi labu siam yang dibuat jus atau rebus secara setiap pagi hari sampai tekanan darah dan kolesterol normal.