

## ABSTRAK

### EDUKASI PENGGUNAAN JUS LABU SIAM SEBAGAI UPAYA MENURUNKAN KADAR KOLESTEROL DENGAN MEDIA *BOOKLET*

Sheli Itsna Maharani, Ika Silvitasari  
[shelimaharani853@gmail.com](mailto:shelimaharani853@gmail.com)  
Universitas ‘Aisyah Surakarta

## INTISARI

**Latar Belakang;** Banyak masyarakat yang mengalami peningkatan kadar kolesterol tinggi dan kurangnya kesadaran masyarakat terhadap efek tingginya kadar kolesterol, efek yang ditimbulkan yaitu berakibat stroke bahkan kematian. Data dari WHO menunjukkan prevelensi kolesterol seluruh dunia sebesar 39%. Prevelensi kolesterol di Indonesia mencapai 66,41%, sedangkan di Jawa Tengah kasus kolesterol mencapai 48,1%. Hiperkolesterolemia penting untuk ditangani karena apabila kolesterol berlebih didalam tubuh dalam jumlah yang banyak maka akan membentuk endapan pada dinding pembuluh darah sehingga menyebabkan penyempitan yang dinamakan aterosklerosis, jika penyempitan terjadi pada pembuluh darah jantung maka menyebabkan penyakit jantung koroner dan bila pada pembuluh darah di otak menyebabkan penyakit serebovaskuler. Penatalaksanaan non farmakologi salah satunya dengan pemanfaatan jus labu siam. **Metode;** Metode luaran KIE yang digunakan merupakan booklet yang berisi tentang manfaat jus labu siam dalam upaya menurunkan kadar kolesterol. **Hasil;** Luaran yang dihasilkan berupa media komunikasi , informasi, edukasi dalam bentuk booklet berjudul “Jus Labu Siam Efektif Menurunkan Kadar Kolesterol”. **Kesimpulan:** Hasil luaran booklet ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai media informasi dan edukasi bagi masyarakat yang mengalami hiperkolesterolemia sehingga dapat menerapkan terapi jus labu siam secara mandiri.

**Kata Kunci :** *Kolesterol, Jus Labu Siam, Booklet*