

INOVASI DAUN LABU SIAM / JIPANG (*SIDASECHIUMELA*) DALAM UPAYA MEMBANGUN KESEHATAN MASYARAKAT DI DUSUN SELOREJO, KELURAHAN BERJO RT 02 RW 07, KECAMATAN NGARGOYOSO, KABUPATEN KARANGANYAR

Tri Yuniarti, Muliana Sari, Febriana Isma Arofah, Laila Zakiyatul Maghfiroh, Anindya Dewi Saputri

Program Studi D3 Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mamba'ul 'Ulum Surakarta, Jl Ring Road Utara KM 0,3 Tawangsari, Mojosongo, Jebres, Surakarta 57127

Informasi Artikel

ABSTRAK

Diajukan: 24/02/2024
Diterima: 26/08/2024
Diterbitkan: 07/09/2024

Penelitian ini membahas tentang inovasi penggunaan daun labu siam atau jipang (*Sidasechiumela*) sebagai upaya untuk meningkatkan kesehatan masyarakat. Daun labu siam memiliki potensi dalam pengobatan tradisional dan kesehatan preventif karena kandungan nutrisi dan senyawa bioaktifnya. Melalui metode pengumpulan data kualitatif dan kuantitatif, studi ini mengeksplorasi manfaat kesehatan dari daun labu siam dan pengaruhnya terhadap berbagai kondisi penyakit. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ekstrak daun labu siam memiliki aktivitas antioksidan, antiinflamasi, antimikroba, dan antikanker yang berpotensi membantu dalam pencegahan dan pengobatan penyakit. Selain itu, inovasi penggunaan daun labu siam dapat menghasilkan produk-produk kesehatan yang ramah lingkungan dan terjangkau bagi masyarakat. Implikasi dari penelitian ini adalah pentingnya mempromosikan dan mengintegrasikan penggunaan daun labu siam dalam program-program kesehatan masyarakat sebagai langkah menuju upaya pembangunan kesehatan yang lebih holistik dan inklusif.

Kata Kunci: inovasi, daun labu siam, kesehatan, masyarakat

Korespondensi

ABSTRACT

Email:
yuniartitri3006@gmail.com

*This research discusses the innovative use of chayote or jipang (*Sidasechiumela*) pumpkin leaves as an effort to improve public health. Chayote leaves have potential in traditional medicine and preventive health because of their nutritional content and bioactive compounds. Through qualitative and quantitative data collection methods, this study explores the health benefits of chayote leaves and their effects on various disease conditions. The research results show that chayote leaf extract has antioxidant, anti-inflammatory, antimicrobial and anticancer activity which has the potential to help in the prevention and treatment of disease. Apart from that, innovation in the use of chayote leaves can produce health products that are environmentally friendly and affordable for the public. The implication of this research is the importance of promoting and integrating the use of chayote leaves in public health programs as a step towards more holistic and inclusive health development efforts.*

Keywords: innovation, chayote leaves, health, society

PENDAHULUAN

Desa Berjo mempunyai topografi yang tinggi, terletak pada ketinggian ± 1500 meter di atas permukaan laut, dengan suhu udara rata-rata $\pm 22^{\circ}\text{C}$ sampai 32°C dan beriklim tropis. Luas wilayah Desa Berjo adalah 1.623.865 ha dan batas wilayahnya adalah : Desa Berjo di sebelah Utara berbatasan dengan Desa Girimulyo, sebelah Timur dengan Hutan Lawu, sebelah Selatan dengan Kecamatan Tawangmangu sebelah barat berbatasan dengan Desa Puntukrejo. Sebagian besar penggunaan lahan dan luas Desa Berjo merupakan kebun asli dengan luas 1.918.650 ha dan sisanya pekarangan/bangunan seluas 817.120 ha, merupakan hutan negara luasnya 1.236 hektar dan 84 hektar merupakan sawah beririgasi. Asam urat merupakan suatu proses peradangan yang disebabkan oleh penumpukan kristal asam urat pada jaringan sekitar sendi. Asam urat disebabkan oleh hiperurisemia (peningkatan asam urat serum) jangka panjang akibat konsumsi purin atau ekskresi asam urat melalui ginjal (Hidayatus sya'diah, 2018). Asam urat akut, atau hiperurisemia, adalah suatu kondisi yang meningkatkan risiko asam urat dibandingkan normal, dan kandungan monosodium dalam larutan terlalu tinggi. Makanan tinggi purin, fruktosa, dan minuman beralkohol merupakan faktor makanan yang meningkatkan risiko asam urat. Dari sudut pandang genetik, keadaan hiperglikemik ditentukan oleh gen yang terlibat dalam jalur biosintesis, terutama gen yang terlibat dalam sekresi asam urat di ginjal dan saluran pencernaan, serta gen yang bertanggung jawab atas reabsorpsi asam urat di ginjal. ginjal. tubuh ginjal Secara antropometri, kanker asam urat dipengaruhi oleh usia, jenis kelamin dan obesitas (Naviri et al., 2019, Zakiudin dan Nabila, 2024).

Prevalensi penyakit asam urat di Indonesia mengalami peningkatan. Prevalensi penyakit asam urat berdasarkan data tenaga kesehatan Indonesia sebesar 11,9% dan 24,7% berdasarkan karakteristik umur, dengan prevalensi tertinggi pada kelompok umur 75 tahun (54,8%). Perempuan (8,46%) lebih banyak menderita asam urat dibandingkan laki-laki (6,13%) (Risikesdas, 2018, Irdiansyah, Saranani, Putri, 2022). Saat diteliti di masyarakat daerah Berjo, diketahui sebagian besar masyarakatnya menderita asam urat, rata-rata berusia 40-60 tahun. Keturunan dan gaya hidup menjadi faktor utama pemicu penyakit asam urat pada sebagian besar masyarakat di wilayah Berjo. Jauhnya jarak dari fasilitas kesehatan seperti rumah sakit, klinik, dan puskesmas membuat warga mengabaikan pemeriksaan kesehatan dan pengobatan rutin untuk menurunkan kadar asam urat. Masyarakat lebih tertarik memanfaatkan tumbuhan atau buah-buahan sebagai pengobatan alternatif. Tanaman hijau yang digunakan sebagai obat adalah tanaman labu siam (*Sechium edule*). Daun labu siam (*Sechium edule*) merupakan tanaman sayuran yang termasuk dalam famili cucurbitaceae (*Curcubatiaceae*) yang banyak tumbuh di dataran tinggi (Lingga, 2001). Menurut Engels (1993), daun labu siam mengandung protein, lemak, karbohidrat, kalsium, mineral dan zat besi.

Labu siam merupakan salah satu buah dan makanan khas Indonesia yang dapat dijadikan bahan utama dalam pengembangan produk. Labu siam tumbuh merambat ditanah dan biasa dibudidayakan di pekarangan (Menganti, 2017). Labu siam yang buah dan daunnya terbukti bermanfaat bagi kesehatan, menjadi alasan banyak masyarakat yang mengonsumsi labu siam sebagai sayuran (Ruswindi et al., 2020). Dalam suatu penelitian, hasil analisis fitokimia ekstrak etanol daun labu siam mengandung beberapa senyawa kimia seperti alkaloid, saponin, cardenolin/bufadienol dan flavonoid (Yulianti et al., 2022). Teh daun labu siam / jipang merupakan produk minuman yang berbentuk serbuk teh, terbuat dari daun labu siam / jipang, jahe, dan kunyit yang dikeringkan. Yang cara

pembuatannya bertujuan untuk mempraktikkan bahan baku sehingga nantinya tinggal menyeduh saja (Putra, 2020). Jumlah daun labu siam / jipang yang melimpah namun tidak memiliki nilai jual karena tidak dimanfaatkan secara optimal maka dari itu kami mahasiswa KKN Tematik Berjo mengadakan program kerja “Inovasi Produk Daun Labu Siam / Jipang (Sidasechiumela) Bersama Masyarakat Di Dusun Selorejo, Berjo, Ngargoyoso, Karanganyar”.

METODE

Metode pelaksanaan artikel ini dilakukan dengan cara menggunakan studi literatur dari jurnal baik nasional maupun internasional dengan cara meringkas topik pembahasan dan membandingkan hasil yang disajikan dalam setiap artikel. Dilakukan pemberian sample produk dan pemaparan manfaat serta cara pembuatan teh daun labu siam / jipang pada masyarakat Dusun Selorejo, Kelurahan Berjo, Kecamatan Ngargoyoso, Kabupaten Karangantar dengan metode penyuluhan atau ceramah yang dilaksanakan di Dusun Selorejo, Kelurahan Ngargoyoso, Kecamatan Ngargoyoso, kabupaten Karanganyar pada tanggal 23 Februari 2024 dengan jumlah peserta 20 orang dengan tahapan pelaksanaannya yaitu :

1. Warga Selorejo dikumpulkan untuk cek kesehatan.
2. Mahasiswa melakukan sosialisasi menggunakan metode ceramah.
3. Mahasiswa dan masyarakat melakukan senam hipertensi dan kebugaran.
4. Membagikan sample teh kantong tarik daun labu siam / jipang.
5. Tanya Jawab untuk mengetahui pengetahuan dan keaktifan peserta.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Peserta inovasi yang berikan sample teh kantong tarik daun labu siam / jipang sebanyak 15 warga dusun Selorejo yang diharapkan bisa menurunkan asam urat. Kegiatan diawali dengan cara pembuatan dan menjelaskan manfaat daun labu siam. Pemaparan materi berlangsung 15 menit, peserta mendengarkan penjelasan dengan seksama dan dilanjutkan dengan pembagian sample teh kantong tarik daun labu siam / jipang kepada warga masyarakat.

PEMBAHASAN

Cara Pengolahan Daun Labu Siam / Jipang Menjadi Teh Celup dengan Bahan Tambahan Kunyit dan Jahe. Daun labu siam / jipang dipetik langsung dari pohon dan dipilih daun yang berwarna hijau tua. Daun labu siam/ jipang yang digunakan adalah daun yang tua karena memiliki kandungan senyawa bermanfaat yang lebih tinggi dibandingkan daun muda. Dilakukan penyortiran terhadap daun labu siam dipilih daun yang hijau tua, segar, bebas dari hama, dan tidak berlubang. Setelah dilakukan penyortiran kemudian dilakukan perajangan daun begitu pula dengan jahe dan kunyit dirajang tipis-tipis menjadi bagian yang kecil-kecil agar mempercepat proses pengeringan. Cuci daun labu siam / jipang, jahe dan kunyit dengan air bersih mengalir untuk membersihkan kotoran dan debu kemudian tiriskan. Daun labu siam / jipang, jahe dan kunyit dikeringkan dengan menjemurnya hingga kering kira-kira selama 5 jam atau hingga kering dan renyah atau dapat juga dikeringkan diatas kompor dengan api sangat kecil hingga kering. Jika bahan dirasa sudah kering dan renyah masing-masing bahan dihaluskan menggunakan blender kemudian diayak untuk memisahkan bahan dari serat yang kasar. Dicampurkan bubuk daun labu siam / jipang dengan kunyit dan jahe dengan perbandingan 2:1:1. Dimasukkan

campuran bubuk ke dalam kantong teh celup. Gunakan 2 sendok teh campuran bubuk untuk setiap kantong teh celup. Disimpan teh celup daun labu siam / jipang, kunyit, dan jahe di tempat yang kering dan kedap udara. Teh celup daun labu siam / jipang, kunyit, dan jahe dapat disimpan selama 3-4 bulan.

Tanaman labu siam / jipang memiliki begitu banyak manfaat dari mulai buah hingga daunnya. Banyaknya penderita asam urat di dusun Selorejo menjadi alasan kami dalam mengambil inovasi teh daun labu siam/ jipang sebagai bahan inovasi yang bisa menurunkan asam urat. Dalam sebuah penelitian, hasil analisis fitokimia ekstrak etanol daun labu siam mengandung beberapa senyawa kimia seperti alkaloid, saponin, kardenolin/bufadienol dan flavonoid. Peserta inovasi yang berikan sample teh kantong tarik daun labu siam / jipang sebanyak 15 warga dusun Selorejo yang diharapkan bisa menurunkan asam urat. Kegiatan diawali dengan cara pembuatan dan menjelaskan manfaat daun labu siam. Pemaparan materi berlangsung 15 menit, peserta mendengarkan penjelasan dengan seksama dan dilanjutkan dengan pembagian sample teh kantong tarik daun labu siam / jipang kepada warga masyarakat.



Gambar 1. Produk



Gambar 2. Proses Sangrai



Gambar 3. Pemotongan

SIMPULAN

Dengan adanya inovasi teh kantong tarik daun labu siam / jipang diharapkan dapat menjadi suatu inovasi yang mempermudah bagi para penderita dalam menurunkan asam urat. Dalam sebuah penelitian, hasil skrining fitokimia pada ekstrak etanol daun labu siam menunjukkan adanya kandungan beberapa senyawa kimia seperti alkaloid, saponin, kardenolin/bufadienol, dan flavonoid. Kegiatan pengimplementasian pemberian teh kantong tarik daun labu siam / jipang ini diharapkan dapat memberikan manfaat serta dapat menjadi inovasi bagi masyarakat Dusun Selorejo, Kelurahan Berjo, Kecamatan Ngargoyoso, Kabupaten Karanganyar. Masyarakat yang menderita asam urat mampu mengimplementasikan teh kantong tarik daun labu siam / jipang sebagai pengobatan tradisional yang dapat diperoleh dengan mudah.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Seluruh warga masyarakat Desa Kelurahan Berjo yang sudah memberikan izin kepada kami dalam melakukan kegiatan inovasi di lingkungan kelurahan Berjo dan juga pihak-pihak yang sudah membantu kami yang telah mendukung kegiatan ini hingga tercapai tujuan yang diharapkan. Dan terimakasih kepada dosen pembimbing yang sudah membantu kami dalam menyelesaikan artikel ini dan juga

terimakasih kepada teman-teman kelompok yang telah bekerja sama menyelesaikan artikel ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Centis, M. C. L., Dewi, I. R., Laput, D. O., Raden, N. D., Multi, M. D., Efrin, P., & Putriandini, T. (2024). Pembuatan Perasan Labu Siam untuk Mengatasi Hipertensi dalam Kehamilan. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 7(7), 3096-3106.
- Irdiansyah, I., Saranani, M., & Putri, L. A. R. (2022). Pengaruh Senam Ergonomik terhadap Penurunan Kadar Asam Urat pada Penderita Gouth Arthritis di Wilayah Kerja Puskesmas Bone Rombo Kabupaten Buton Utara. *Jurnal Ilmiah Karya Kesehatan*, 2(02), 08-12.
- Khoerunnisa, N. A. (2023). Pengaruh pemberian ekstrak Daun Labu Siam (*Sechium Edule Sw.*) sebagai anti Anemia berdasarkan nilai Hematologi Darah *Mencit* (*Mus Musculus L.*) (Doctoral dissertation, UIN Sunan Gunung Djati Bandung).
- Manganti, I. (42). 42 Resep Ampuh Tanaman Obat untuk Menurunkan Kolesterol dan Mengobati Asam Urat. Araska Publisher.
- Ruswindi, N. K., Sakung, J., & Baculu, E. P. H. (2020). Analisis aktivitas antioksidan dan uji organoleptik pada biskuit berbasis labu Siam (*Sechium edule*). *Jurnal Kolaboratif Sains*, 3(2), 84–91.
- Sambou, C., Pareta, D. N., Sambow, S., Maarisit, W., Kanter, J., Mongi, J., ... & Potalangi, N. O. (2023). Uji Aktivitas Ekstrak Etanol Daun Labu Siam (*Sechium edule* Jacq. Swartz) sebagai Antibakteri *Mycobakterium smegmatis*. *Journal of Pharmaceutical and Sciences*, 1297-1302.
- Toding, F. A., Islamiati, U., Gintu, T. J., & Rahmayanti, S. (2024). Kombinasi Labu Siam Dan Seledri Untuk Pencegahan dan Pengobatan Hipertensi Di Desa Sejahtera, Sulawesi Tengah. *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat Nusantara*, 5(1), 1253-1257.
- Yulianti, M. E. P., Yunita, E., Hafizhki, Z., Suzery, M., Susilaningsih, N., & Suhartono. (2022). Ekstrak Labu Siam (*Sechium edule*) Dapat Menurunkan Kadar Serum Malondialdehid Pada Tikus Putih (*Rattus norvegicus*) Yang Diberikan Pakan Kolesterol. *Journal of Telenursing (JOTING)* Volume 4, Nomor 1, 4, 128–134.
- Yusrin, N. A., Ananti, Y., & Merida, Y. (2023). Efektivitas Seduhan Daun Labu Siam dan Seduhan Daun Salam Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri. *Journal of Health (JoH)*, 10(2), 177-185.
- Zakiudin, A., & Nabila, V. L. (2024). Penyuluhan Kesehatan Tentang Asam Urat Dan Pemberian Rebusan Daun Salam Untuk Mengurangi Kadar Asam Urat Di Desa Kalibuntu Kecamatan Losari Kabupaten Brebes. *Bumi: Jurnal Hasil Kegiatan Sosialisasi Pengabdian kepada Masyarakat*, 2(1), 141-146