

Volume 11 No. 2 Desember 2020

JURNAL ILMU KESEHATAN

ISSN : 2087-1287



**STIKES KARYA
HUSADA KEDIRI**

Jurnal Ilmu Kesehatan

Terbit sebanyak 2 (Dua) kali setahun pada Bulan Juni dan Desember
Berisi tulisan yang diangkat dari hasil penelitian di bidang kesehatan dan artikel kesehatan

Susunan Pengelola Jurnal ILKES STIKES Karya Husada Kediri**Ketua Penyunting**

Dr. Ns. Ratna Hidayati, M.Kep., Sp. Mat
(STIKES Karya Husada Kediri, SINTA ID : 6092090)

Dewan Penyunting :

1. Retno Ardanari A., S.Kep., Ns., M.Ked.Trop (SINTA ID : 6058020) STIKES Karya Husada Kediri
2. Didit Damayanti, M.Kep (SINTA ID : 6110624) STIKES Karya Husada Kediri
3. Wahyu Wijayanti, SSiT., M.Keb (SINTA ID : 6112421) STIKES Karya Husada Kediri
4. Linda Andri Mustofa, SSiT., M.Keb STIKES Karya Husada Kediri
5. Fitri Yuniarti, SST., M.Kes (SINTA ID : 6109259) STIKES Karya Husada Kediri
6. Linda Ishariani, M.Kep (SINTA ID : 6111368) STIKES Karya Husada Kediri

IT Support :

1. Pria Wahyu R.G., S.Kep., Ns., M.Kep (STIKES Karya Husada Kediri)

Reviewer :

1. DR. Ns. Ratna Hidayati, M.Kep., Sp.Mat (SINTA ID : 6092090) STIKES Karya Husada Kediri
2. Nian Afrian Nuari, M.Kep (Scopus ID : 57200987092, SINTA ID : 173184) STIKES Karya Husada Kediri
3. Dhina Widayati, M.Kep (Scopus ID : 57203413583, SINTA ID : 6095606) STIKES Karya Husada Kediri
4. Ita Eko Suparni, SSiT., M.Keb (SINTA ID : 6111368) STIKES Karya Husada Kediri
5. Linda Ishariani, M.Kep (SINTA ID : 6111368) STIKES Karya Husada Kediri
6. Melani Kartikasari, M.Kep (SINTA ID : 6098884) STIKES Karya Husada Kediri
7. Neny Triana, M.Pd., M.Kep (SINTA ID : 5998035) STIKES Karya Husada Kediri
8. Nurul Laili, M.Kep (SINTA ID : 6107741) STIKES Karya Husada Kediri
9. Dwi Ertiana, S.Keb., MPH (SINTA ID : 6125894) STIKES Karya Husada Kediri
10. Mirthasari Palupi, SST., M.Kes (SINTA ID : 6060396) Akademi Gizi Karya Husada Kediri

Alamat Redaksi : **STIKES Karya Husada Kediri**

Jln. Soekarno Hatta No.7, Kotak Pos 153, Telp. (0354) 399912
Pare- Kediri

Website : www.stikes-khkediri.ac.id

Email: stikes_lppmkh@yahoo.com

Kata Pengantar

Puji syukur kami panjatkan kehadirat Allah SWT karena atas limpahan Rahmat-Nya kepada kami sehingga kami mampu menyelesaikan “Jurnal Ilmu Kesehatan STIKES Karya Husada Kediri” Volume 11 Nomor 2 Desember 2020.

Penerbitan jurnal ini dilakukan dengan tujuan meningkatkan dan mewujudkan Tri Dharma Perguruan Tinggi, sebagai salah satu sarana penyampaian informasi di bidang kesehatan yang diakses oleh segenap lapisan masyarakat sebagai amanat mewujudkan cita-cita bangsa mencerdaskan kehidupan bangsa adalah tanggung jawab keluarga, masyarakat, dan pemerintah, sedangkan STIKES Karya Husada Kediri yang merupakan bagian dari komunitas terpanggil untuk ikut serta menangani dan merampungkan amanat ini, bersama keluarga dan pemerintah.

Di dalam penyelesaian Jurnal Ilmu Kesehatan ini, bimbingan serta dukungan dari banyak pihak telah sangat membantu, untuk itu kami ucapkan rasa hormat dan terima kasih pada semua pihak yang telah memberikan dukungan moril, spiritual, dan materiil dalam membantu penyelesaian Jurnal Ilmu Kesehatan STIKES Karya Husada Kediri.

Kami menyadari bahwa dalam Jurnal Ilmu Kesehatan ini masih jauh dari kesempurnaan, oleh karena itu kami mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun. Semoga jurnal ini dapat bermanfaat bagi kita semua.

Pare, Desember 2020

Tim Redaksi

Daftar Isi

Bercerita Menggunakan Visualisasi Boneka Tangan Berpengaruh Terhadap Kemampuan Komunikasi Wicara Pada Anak Autisme Ni Nyoman Soma Wati ¹ , Si Luh Nyoman Alit Nuryani, B.Ng., M.Ng ² , Ni Luh Putu Devhy, S.KM., M.Kes ³	258-265
Aktivitas Fisik Dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Ni Kadek Yuni Lestari ^{1*} , I Gusti Ayu Putu Satya Laksmi ²	266-274
Efektifitas <i>Cognitive Behavioral Therapy</i> Dalam Memperbaiki Perilaku Makan Lansia Sofia Rhosma Dewi ^{1*} , Komarudin ² , Novelin Annisa Fajriyah ³	275-284
Penerapan <i>Self Affirmation</i> Terhadap Penurunan <i>Body Dissatisfaction</i> Pada Remaja Akhir Andika Siswoaribowo ^{1*} , Muhammad Taukhid ² , Dellia Paramita ³	285-295
Dampak Pendekatan Sprititual Terhadap Kepatuhan Pencegahan Penyebaran VIRUS COVID 19 Winda Nurmayani ¹ , Syamdarniati ² , Dewi Nur Sukma Purqoti ³	296-305
Faktor Maternal Yang Berhubungan Dengan Bayi Berat Lahir Rendah di RS Amelia Pare Kediri Tahun 2018 Endah Luqmanasari ¹ , Muliana ²	306-315
Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Pernikahan Usia Dini Tri Ardayani ¹	316-324
Pelatihan Kader FPE (<i>FAMILY PSYCHOEDUCATION</i>) Dalam Manajemen Stress Dan Beban Keluarga Orang Dengan Gangguan Jiwa Dedi Kurniawan ¹ , Galuh Kumalasari ²	325-330
Pengaruh Penambahan Kitosan Dan Kuersetin Terhadap Kadar <i>Free Fatty Acid</i> (FFA) Soto Daging Frenky Arif Budiman ^{1*} , Tutut Pujianto ²	331-337
Pengaruh Teh Daun Afrika Dan Madu Sembung Terhadap Hiperkolesterolemia Nunik Purwanti ^{1*} , Rahmadaniar Aditya Putri ² , Siti Nurjanah ³	338-344

Pengaruh Teh Daun Afrika Dan Madu Sembung Terhadap Hiperkolesterolemia

Nunik Purwanti^{1*}, Rahmadaniar Aditya Putri², Siti Nurjanah³

Program Studi D3 Keperawatan Universitas NU Surabaya, noniek@unusa.ac.id, 082141511655
Program Studi S1 Keperawatan Universitas NU Surabaya, rahmadaniar@unusa.ac.id, 081585422305
Program Studi S1 Keperawatan Universitas NU Surabaya, nungji@unusa.ac.id, 081230309989

Abstrak

Kadar kolesterol tinggi sering terjadi usia diatas 30 tahun dikarenakan penurunan hormon estrogen. Kadar kolesterol tinggi > 240 mg/dl disebut hiperkolesterolemia, jika di biarkan menyebabkan penyakit jantung dan stroke. Tujuan penelitian menganalisis Pengaruh Teh Daun Afrika dan Madu Sembung terhadap penurunan kadar kolesterol pada hiperkolesterolemia. Rancangan penelitian *true experiment*, desain penelitian *the randomized pretest post test control group design*. Populasi penderita hiperkolesterolemia di Desa Kedensari RW 05, jumlah sampel 90 orang. Teknik sampling menggunakan *simple random sampling*. Sampel sebanyak 80. Sampel dibagi 4 perlakuan, 20 di berikan Teh Daun Afrika, 20 diberikan Madu Sembung, 20 diberikan Teh Daun Afrika dan Madu sembung, 20 tidak diberikan Teh Daun Afrika dan Madu Sembung. Variabel independen Teh Daun Afrika dan Madu Sembung, variabel dependen hiperkolesterolemia. Instrumen penelitian alat cek kolesterol dan lembar observasi. Data di analisis dengan ANOVA Hasil penelitian dilakukan uji post hoc test dengan Duncan pada kelompok kontrol dan perlakuan kadar kolesterol banyak menurun pada saat diberikan madu (194,65%) dari pada Daun Afrika (183,20%). Pemberian Teh Daun Afrika dan Madu Sembung didapatkan hasil sebanyak 209,95%. Responden tanpa intervensi di dapatkan hasil 209,60%. Diantara empat intervensi, pemberian teh daun Afrika dan Madu sembung mempunyai hasil yang lebih efektif. Analisis uji ANOVA nilai $p(0.000) < \alpha(0,05)$ maka ada pengaruh Teh daun Afrika dan Madu Sembung terhadap penurunan kadar kolesterol. Penggunaan Teh Daun Afrika dan madu efektif menurunkan kadar kolesterol darah. Penurunan kadar kolesterol dengan menggunakan Teh Daun Afrika dan Madu Sembung sangat dianjurkan untuk masyarakat.

Kata kunci: daun Afrika, Madu, Hiperkolesterolemia

Abstract

High cholesterol level often happens above 30 years because decreasing estrogen hormones. High cholesterol level > 240 mg/dl is hypercholesterolemia, which can lead to heart diseases and stroke. Study aimed analyzing effects African leaf tea and honey Sembung lowering cholesterol in hypercholesterolemia. True experiment research design, conducted using randomized pretest posttest control group design. Population hypercholesterolemic sufferers in Kedensari Village RW 05, totaling 90 samples. Technique collect samples simple random sampling in 80 samples were divided into 4 treatments. 20 treated with African leaf tea. 20 treated with honey. 20 treated with African leaf tea and honey, 20 not treated with African leaf tea and honey. Independent variable was African leaf tea and honey, dependent variable was hypercholesterolemia. Study used instrument cholesterol check and observation sheet. Data were analyzed using ANOVA test. Result study using post hoc test with Duncan's test in the control and treatment group showed cholesterol level reduced more significantly with honey (194.65%) compared to African leaf tea (183.20%). Result treatment African leaf tea and honey was 209.95%. Result respondents receiving no intervention was 209.60%. Among four intervention, treatment with African leaf tea and honey brought more effective results. ANOVA test analysis p value $(0.000) < \alpha(0.05)$ African leaf tea and honey effective on lowering the cholesterol level in hypercholesterolemia. In conclusion, the use of African leaf tea and honey is very effective to reduce the cholesterol level in the blood. Therefore, lowering the cholesterol level using African leaf tea and honey is highly recommended in the society.

Keywords: cholesterol level, hypercholesterolemia, African bitter leaves tea, honey mixed with Sembung tree

Alamat Korespondensi Penulis:

Nunik Purwanti

Email : noniek@unusa.ac.id

Alamat: JI SMEA no 57 Surabaya

PENDAHULUAN

Perubahan gaya hidup, pola makan masyarakat, Kesibukan dunia kerja sehingga jarang olah raga dan aktifitas fisik dewasa ini menyebabkan timbulnya beberapa keluhan dari masyarakat, diantaranya nyeri kepala yang tidak ada habisnya sehingga mengganggu aktifitas sehari-hari. Setelah dilakukan pemeriksaan banyak ditemukan kadar kolesterol sudah mencapai >240 mg/dl disebut juga sebagai hiperkolesterolemia. Kolesterol merupakan penyakit yang paling sering dijumpai. Saat ini tingginya angka kolesterol memicu terjadinya serangan jantung dan stroke. Penelitian yang dilakukan Waloya dkk didapatkan hasil kadar kolesterol pada usia 25-65 tahun menurut survey konsumsi rumah tangga (SKRT) 2004 adalah 1,5% dan batas tinggi kadar kolesterol darah 200-249 mg/dl sebesar 11,2% [9]. Kejadian hiperkolesterol di Desa Kedensari RT 17 RW 05 Tanggulangin berdasarkan hasil studi pendahuluan, dari 10 orang yang diambil, di dapatkan 6 orang (60%) kadar kolesterolnya tinggi. Hiperkolesterolemia sangat berperan terhadap kejadian aterosklerosis yang merupakan pencetus penyakit jantung koroner. Kementerian Kesehatan RI angka kejadian penyakit jantung koroner sekitar 1,5 %, usia paling banyak 65-74 tahun. Tahun 2020 diperkirakan sekitar 7,6 juta orang akan meninggal dengan penyakit stroke[2]. Ni Putu dkk juga mengatakan bahwa hiperkolesterol mengakibatkan resiko terjadinya penyakit jantung dan stroke[3].

Tingginya angka kejadian hiperkolesterolemia pemicunya diantaranya adalah perokok, pola makan, dan kurang olah raga. Penelitian Waloya

penyebab kolesterol yang tinggi diantaranya karena konsumsi pangan dan aktifitas fisik[9]. Rani mengatakan dalam penelitiannya bahwa pengobatan hiperkolesterolemia membutuhkan waktu yang lama. Pengendalian kadar kolesterol diperlukan suatu strategi yang komprehensif, dapat dilakukan dengan terapi farmakologis maupun non farmakologis. Dewasa ini masyarakat lebih mengandalkan terapi non farmakologis daripada farmakologis. Terapi non farmakologis diantaranya mengubah gaya hidup, berhenti merokok, pemberian produk herbal seperti Teh Daun Afrika dan Madu Sembung. Menurut penelitian Rani Daun Afrika mengandung senyawa saponin, flavonoid, dimana senyawa tersebut diduga dapat menurunkan kadar kolesterol.[7] Penelitian yang dilakukan Putu madu mengandung senyawa antioksidan diantaranya adalah asam fenolik, flavonoid, vitamin E, vitamin C, asam urat. Flavonoid berdasarkan beberapa penelitian diduga efektif menurunkan kolesterol[6].

Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti ingin meneliti tentang Pengaruh Teh Daun Afrika dan Madu Sembung terhadap Penurunan Kadar Kolesterol Pada Hiperkolesterolemia.

METODE PENELITIAN

Rancangan penelitian ini merupakan jenis penelitian murni (*true experiment*), dengan desain penelitian *pretest post test control group design*. Pada rancangan ini kelompok eksperimen diberi perlakuan sedang kelompok kontrol tidak. Populasi dalam penelitian adalah penderita hiperkolesterolemia di Desa Kedensari RW 05 Sidoarjo sebanyak 90 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah penderita hiperkolesterolemia di Desa Kedensari RW 05 Tanggulangin Sidoarjo sebanyak 80.kriteria inklusi

responden penderita tidak ada komplikasi penyakit (jantung, diabetes, stroke, hipertensi dll), usia diatas 25 tahun. Kriteria eksklusi penderita dengan komplikasi penyakit hipertensi, gagal jantung, stroke, diabetes dll, usia dibawah 25 tahun.

Pemilihan kelompok menggunakan teknik acak *simple random sampling*. yang dibagi menjadi empat kelompok. Kelompok Kontrol 1 akan mendapatkan teh daun Afrika 2g/sachet 3 kali perhari selama 15 hari. Teh Daun Afrika bisa didapatkan dari toko penjual produk herbal berbentuk teh. Kelompok Kontrol 2 akan mendapatkan madu 1 sdm/hari selama 15 hari. Kelompok perlakuan akan mendapatkan teh daun Afrika dan Madu Sembung selama 15 hari. Kelompok Kontrol 4 tanpa diberikan perlakuan baik Teh Daun Afrika maupun Madu Sembung.

Semua kelompok diawali dengan *pre-test*, kemudian dilakukan pengukuran (*post-test*). Variabel independen Teh Daun Afrika dan Madu Sembung, variabel dependen hiperkolesterolemia, Uji ANOVA digunakan untuk menganalisis data penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1) Analisis Univariat

Karakteristik responden yang akan dijelaskan dalam analisis univariat penelitian ini meliputi usia responden, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan, pendapatan dan lama menderita Hiperkolesterolemia pada kelompok kontrol dan kelompok perlakuan. Distribusi frekuensi karakteristik responden penelitian terlihat dalam tabel berikut ini.

Tabel 1. Distribusi frekuensi karakteristik responden pada kelompok kontrol dan kelompok perlakuan di Desa Kedensari RW 5 Tanggulangin Sidoarjo

No.	Karakteristik	Kelompok K1 (n=20)		Kelompok K2 (n=20)		Kelompok K3 (n=20)		Kelompok K4 (n=20)	
		n	%	n	%	n	%	n	%
1	Umur (tahun)								
	26-35	7	35	6	30	5	25	4	20
	36-45	8	40	9	45	10	50	10	50
	45-55	3	15	4	20	3	15	4	20
	>55	2	10	1	5	2	10	2	10
2	Jenis Kelamin								
	Laki-laki	2	10	0	0	4	20	4	20
	Perempuan	18	90	20	100	16	80	16	80
3	Pekerjaan								
	PNS	2	10	2	10	3	15	0	0
	Swasta	5	25	6	30	7	35	3	15
	Wiraswasta	8	40	8	40	8	40	10	50
	Pensiunan	0	0	0	0	0	0	0	0
	Tidak Bekerja	5	25	4	20	2	10	7	35
5	Penghasilan								
	<Rp. 500.000,00	5	25	4	20	2	10	7	35
	Rp. 500.000,00 - <Rp.1.000.000,00	3	15	5	25	0	0	2	10
	Rp. 1.000.000,00 - <Rp.1.500.000,00	6	30	4	20	9	45	6	30
	Rp.>1.500.000,00	6	30	7	35	9	45	5	25
	Lama Hiperkolesterolemia								
	1-3 tahun	6	30	6	30	5	25	5	25
	4-6 tahun	7	35	8	40	9	45	6	30
	>6 tahun	7	35	6	30	6	30	9	45

Sumber : Data primer 2020

Catatan : K1 : Teh Daun Afrika

K2 : Madu Sembung

K3 : Teh Daun Afrika dan Madu

K4: tanpa Teh Daun Afrika dan Madu Sembung

Tabel 1 menunjukkan bahwa usia responden pada ke empat kelompok paling banyak berusia 36-45 tahun, Jenis kelamin pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol menunjukkan sebagian besar berjenis kelamin perempuan. Pekerjaan responden paling banyak bekerja sebagai wiraswasta. Penghasilan responden sebagian besar lebih dari Rp. 1.500.000, lama menderita hiperkolesterol sebagian besar selama 4-6 tahun.

Tabel 2. Distribusi frekuensi kadar kolesterol responden pada kelompok kontrol dan kelompok perlakuan di Desa Kedensari RW 5 Tanggulangin Sidoarjo

kadar kolesterol							
K1		K2		K3		K4	
Pre	post	Pre	post	pre	post	pre	post
270	200	242	200	260	190	245	200
250	210	250	195	250	190	250	200
250	200	255	210	270	170	252	170
250	220	240	200	250	180	250	200
245	220	240	170	260	200	245	190
250	200	245	200	270	200	250	200
250	210	250	230	270	210	255	190
320	210	260	230	245	230	250	220
260	200	250	235	250	220	240	230
240	220	240	210	252	230	250	180
245	210	240	220	250	170	250	230
300	230	245	200	245	200	260	170
240	200	250	210	250	240	255	180
242	230	250	220	255	200	260	220
250	200	245	200	250	220	250	180
255	195	240	230	240	200	270	180
300	180	240	210	250	250	250	180
300	200	245	200	250	210	260	170
245	180	245	195	260	235	270	170
250	200	240	170	255	200	270	170

Sumber : data primer 2020

Berdasarkan tabel 2 kadar responden sebelum diberikan perlakuan > 240 mg/dl setelah diberikan perlakuan < 240 mg/dl

Tabel 3. Uji normalitas kadar kolesterol responden sebelum dan setelah diberikan Teh Daun Afrika dan Madu pada kelompok kontrol dan kelompok perlakuan

Responden	Kadar kolesterol	nilai p
Kelompok Negatif (tidak madu dan Daun Afrika)	Kadar kolesterol pre-test	.284
	Kadar kolesterol post test	.088
Kelompok Teh Daun Afrika	Kadar kolesterol pre-test	.092
	Kadar kolesterol post-test	.095
Kelompok Madu	kadar kolesterol pre-test	.720
	Kadar kolesterol post-test	.544
Kelompok Teh Daun Afrika dan madu	kadar kolesterol pre-test	.720
	Kadar kolesterol post-test	.107

Tabel 3 menunjukkan bahwa hasil uji normalitas variabel kolesterol darah pre-test dan post-test pada kelompok kontrol dan kelompok perlakuan dengan uji *Shapiro wilk test* didapatkan nilai $p > 0,05$ yang berarti sebaran data normal, selanjutnya untuk dapat menggunakan uji ANOVA dilakukan analisis homogenitas varian antar kelompok dengan uji *Levene's test*.

Tabel 4. Uji Homogenitas kadar kolesterol responden pada kelompok kontrol dan kelompok perlakuan

	uji Levene	df1	df2	nilai Signifikan
pre	1.541	3	76	.211
post	2.440	3	76	.017

Tabel 4 menjelaskan bahwa berdasarkan hasil uji statistik *Levene's test* didapatkan $P > 0,05$ berarti bahwa distribusi data baik pre test maupun post test adalah homogen

1) Analisis Multivariat

Tabel 5. Analisis varian uji one way ANOVA pada kelompok kontrol dan perlakuan

	df	nilai Mean	F	Nilai Signifikan
	3	3335.567	8.650	.000
post	76	385.625		
	79			
	3	332.579	24.644	.000
pre	76	13.495		
	79			

Berdasarkan tabel diatas dapat kita lihat pada saat pre nilai F = 24, 644 dengan $p < 0,05$ berarti dapat kita simpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan kadar kolesterol antara kelompok Teh Daun Afrika, Madu, Teh Daun Afrika dan Madu, serta kelompok negatif (tanpa Teh Daun Afrika dan Madu). Pada saat post di dapatkan nilai F = 8,650 dengan nilai $p < 0,05$ berarti ada perbedaan penurunan kadar kolesterol pada kelompok Teh Daun Afrika, Madu, Teh Daun Afrika dan Madu, serta kelompok negatif (tanpa Teh Daun Afrika dan Madu). Pada kelompok pre dan post saat dilakukan uji ANOVA terdapat nilai signifikan, selanjutnya di lakukan uji *post Hoc test* dengan uji Duncan.

Tabel 6. Analisis uji post hoc test dengan Duncan pada kelompok kontrol dan perlakuan

perlakuan	N	nilai alpha = 0.05	
		1	2
Daun Afrika	20	183.	
Madu	20	194.	
Negatif	20	60	209.
Daun Afrika dan Madu	20	95	209.
Nilai Signifikan		0.06	0.95
		9	5

Berdasarkan tabel 6 didapatkan bahwa kadar kolesterol lebih banyak menurun pada saat diberikan madu (194,65%) dari pada Daun Afrika

(183,20%). Jadi bisa dikatakan bahwa pemberian Madu Sembung lebih efektif dari pada Daun Afrika. Pada kelompok kontrol negatif, tanpa pemberian Daun Afrika dan madu, sebanyak 209,60% dibandingkan dengan pemberian Daun Afrika dan Madu Sembung sebanyak 209,95%, ternyata penurunan kadar kolesterolnya lebih banyak pada saat pemberian Daun Afrika dan Madu Sembung. Berdasarkan nilai dari masing-masing kelompok diatas, bahwa yang lebih efektif dari semua perlakuan adalah menggunakan kombinasi Daun Afrika dan Madu Sembung untuk menurunkan kadar kolesterol darah pada Hiperkolesterolemia.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Rani, daun Afrika (*vernonia amygdalina del*) mengandung senyawa flavonoid, saponin dan tanin yang terdapat pada EEDA. Flavonoid di duga dapat mengurangi sintesis kolesterol karena mempunyai aktivitas enzim 3 hidroksi 3 metil glutaryl CoA. Tanin yang bereaksi dengan protein mukosa sel epitel usus dapat menghambat penyerapan lemak. Saponin sendiri bekerja dengan cara mengurangi absorpsi kolesterol di usus dan mengurangi absorpsi getah empedu.[7]

Daun Afrika mempunyai rasa pahit jika dikonsumsi. Efek dan kandungan yang dapat dimanfaatkan daun Afrika banyak sekali selain penurunan kadar kolesterol. Selama ini daun Afrika banyak yang menyebut dengan daun Insulin. Penggunaannya daun Afrika banyak dimanfaatkan untuk menurunkan kadar glukosa darah. Penelitian secara farmakologis ekstrak daun Afrika menunjukkan adanya hypoglycemic dan hypolipidemia, yang bertujuan mengontrol kadar glukosa darah pada Penderita Diabetes Mellitus. Nida dkk dalam penelitiannya mengatakan bahwa daun Afrika banyak mengandung Nutrisi dan senyawa kimia, diantaranya ada protein 19,2%, serat 19,2%,

karbohidrat 68,4%, lemak 4,7%. Senyawa kimia yang terkandung dalam Daun Afrika adalah saponin, vernolepin, vernodalin, flavonoid, kumarin, asam fenolat, lignin, xanton, terpen, peptide, luteolin, fosfor, kalium, sulfur, natrium, mangan, tembaga, zink, magnesium dan terakhir selenium[4].

Pada tabel 1 didapatkan bahwa paling banyak responden berjenis kelamin perempuan. Penelitian Agus mengatakan bahwa usia kanak-kanak wanita cenderung kadar kolesterol darah tinggi dibandingkan laki-laki. Kenyataannya selama periode berlansung, saat usia 20 tahun laki-laki kadar kolesterolnya lebih tinggi dari perempuan. Perempuan saat mencapai menopause karena pengaruh kadar estrogen yang berkurang menyebabkan kadar kolesterol lebih tinggi dari laki-laki[1].

Erejuwa, dkk, (2012) dalam penelitian Nanang madu mengandung senyawa bioaktif seperti fenolik, flavonoid, asam organik, senyawa turunan karotenoid, metabolisme nitrit oksid (NO), asam askorbat, senyawa aromatic, mineral, vitamin, asam amino dan protein[5].

Madu kaya akan karbohidrat, air, vitamin dan mineral. Madu juga mengandung enzim dan antioksidan yang baik bagi tubuh. Kandungan flavonoid dalam madu mampu menghilangkan radikal bebas, hal ini sesuai dengan pendapat Rahma dalam penelitiannya mengatakan bahwa senyawa fenolik pada madu berperan sebagai anti oksidan yang dapat menurunkan kadar LDL darah pada hiperkolesterolemia[8]. Madu pada pohon sembung, pada dasarnya belum banyak dilakukan penelitian. Kenyataannya dilapangan, sudah banyak masyarakat yang mengkonsumsi madu sembung. Madu Sembung pada penelitian ini didapatkan dari hutan liar di daerah Banyuwangi. Spesifik dari kandungan Daun

Sembung sendiri, sudah banyak dilakukan penelitian, diantaranya adalah dapat menurunkan kadar kolesterol.

Jadi diantara beberapa perlakuan dalam penelitian, didapatkan ternyata Teh Daun Afrika dan Madu Sembung, keduanya sangat efektif memiliki manfaat untuk menurunkan kadar kolesterol, jika digabungkan keduanya memiliki efek yang luar biasa untuk mempercepat penurunan kadar kolesterol.

SIMPULAN DAN SARAN

Teh Daun Afrika dan Madu Sembung efektif dalam menurunkan kadar kolesterol pada hiperkolesterolemia. Hendaknya masyarakat lebih memanfaatkan pemakaian produk herbal untuk menurunkan kadar kolesterol dari pada obat yang mengandung bahan kimia. Daun Afrika sangat mudah didapatkan bahkan pohon daun Afrika mudah sekali tumbuh, pengelolaan dalam bentuk lain selain teh sebagai inovasi pengelolaan produk herbal sangatlah baik dan bisa digunakan sebagai ladang wirausaha.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Agus dkk. 2016. Faktor Resiko Peningkatan Kolesterol Pada Usia Diatas 30 Tahun di Kota Banda Aceh. *Jurnal Nutrisia*. Vol. 18 Nomor 2. Halaman 109-114
- [2] Kementrian kesehatan RI. 2013. *Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS)*. Jakarta
- [3] Ni Putu dkk. 2017. Gambaran Kadar Kolesterol Low Density Lippoprotein (LDL) Pada Komunitas Lacto Vegetarian Brahma Kumaris Di Kota Denpasar. *Chemistry Jurnal*. Vol. 4 No. 1

- [4] Nida dkk. 2018. Uji Toksisitas Sub Akut Infusa Daun Afrika (*Vernonia amygdalina*) terhadap Histopatologi Ginjal Mencit Galur Balb/C. *Jurnal Pharmasipha*. Vol. 2. No. 1..
- [5] Nanang. 2014. Perbedaan Kadar Kolesterol HDL Pada Latihan Aerobik yang diberikan Madu dan Tanpa Madu. *Jurnal Media Keolahragaan Indonesia*. Volume 4. Nomor 1. ISSN: 2088-6802
- [6] Putu dkk. 2019. Aktivitas Antioksidan Madu Ternakan dan Madu Kelengkeng Sebagai Pengobatan Alami. *Jurnal Widya Kesehatan*. Volume 1.Nomor 1.
- [7] Rani. 2017. Efek Antikolesterol Ekstra Etanol Daun Afrika (*Vernonia amygdalina Del*) pada Tikus. *Jurnal Penelitian Pendidikan MIPA*. Vol 2 No.1
- [8] Rahma dkk. 2014. Pengaruh Antioksidan Madu Dorsata dan Madu Trigona Terhadap Penghambatan Oksidasi LDL Pada Mencit Hiperkolesterolemia. *JST Kesehatan*. Vol. 4 No 4 :3777-384. ISSN 2252-5416
- [9] Waloya T dkk. 2013. Hubungan Antara Konsumsi Pangan dan Aktifitas Fisik Dengan Kadar Kolesterol Darah Pria dan Wanita Dewasa di Bogor. *JPG*. Volume 8. Nomor 1.