

PENGARUH PEMBERIAN AIR  
REBUSAN DAUN KELOR  
TERHADAP KADAR  
KOLESTEROL PADA LANSIA  
(Di RT/RW 001/003 Dusu  
Mojoduwur Kecamatan  
Mojowarno Kabupaten Jombang)

*by* Linda Rahmawati

---

**Submission date:** 15-Sep-2020 12:42PM (UTC+0700)

**Submission ID:** 1387489461

**File name:** artikel\_linda\_fix.docx (60.97K)

**Word count:** 3941

**Character count:** 24927

**PENGARUH PEMBERIAN AIR REBUSAN DAUN KELOR TERHADAP KADAR KOLESTEROL PADA LANSIA**

(Di RT/RW 001/003 Dusu Mojoduwur Kecamatan Mojowarno Kabupaten Jombang)

Linda Rahmawati<sup>1</sup> Endang Yuswatiningsih<sup>2</sup> Agustina Maunaturrohmah<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>STIKes Insan Cendekia Medika Jombang

<sup>1</sup>email: [lindarahma976@gmail.com](mailto:lindarahma976@gmail.com) <sup>2</sup>email: [endangramazza@gmail.com](mailto:endangramazza@gmail.com) <sup>3</sup>email: [agustina.rohmah30@gmail.com](mailto:agustina.rohmah30@gmail.com)

**ABSTRAK**

**Pendahuluan:** Kolesterol adalah yang berwarna putih seperti lilin dan diproduksi pada tubuh manusia terutama didalam hati. Namun bila kadarnya didalam tubuh terlalu tinggi, kolesterol akan menumpuk di pembuluh darah dan mengganggu aliran darah. Menganalisis pengaruh pemberian rebusan daun kelor terhadap kadar kolesterol pada lansia di dusun Mojoduwur Kecamatan Mojowarno Kabupaten Jombang. **Metode Penelitian:** Penelitian ini menggunakan *one group pre test post tes design*, Populasinya adalah seluruh lansia yang berjumlah 63 di dusun mojoduwur, sampel yang diambil adalah 11 lansia dengan *metode random sampling*. Variabel independent yaitu pemberian air rebusan daun kelor dan variabel dependent yaitu kolesterol pada lansia, pengumpulan data menggunakan dan lembar observasi kolesterol sebelum dan sesudah diberikan air rebusan daun kelor. Teknik pengolahan data menggunakan editing coding, scoring, tabulating, serta uji statistik menggunakan uji wilcoxon. **Hasil penelitian:** Kadar kolesterol sebelum diberikan air rebusan daun kelor seluruh responden memiliki kolesterol naik sejumlah 11 responden (100%). Kadar kolesterol sesudah diberikan air rebusan daun kelor selama 7 hari seluruh responden memiliki kolesterol turun sejumlah 11 responden (100%). Uji wilcoxon menunjukkan bahwa nilai signifikansi  $p = 0,003 < \alpha (0,005)$ , sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima. **Kesimpulan:** Ada pengaruh pemberian air rebusan daun kelor terhadap kadar kolesterol pada lansia di dusun mojoduwur kecamatan mojowarno kabupaten jombang. **Saran:** untuk perawat dapat dijadikan terapi nonfarmakologi serta perawat diharapkan dapat memberikan konseling tentang manfaat penggunaan air rebusan daun kelor untuk menurunkan kadar kolesterol.

**Kata kunci:** Kolesterol, Lansia, Daun kelor

**THE EFFECT OF GIVING MORROW LEAVES ON CHOLESTEROL LEVELS IN ELDERLY**

(Study in Mojoduwur Hamlet, Mojowarno District, Jombang Regency)

**ABSTRACT**

**Introduction:** Cholesterol is white like wax and is produced in the human body, especially in the liver. However, if the levels in the body are too high, cholesterol will accumulate in the blood vessels and interfere with blood flow. To analyze the effect of Moringa leaf decoction on cholesterol levels in the elderly in Mojoduwur Hamlet, Mojowarno District, Jombang Regency. **Research Method:** Used *one group pre test post test design*. The population was all 63 elderly in Mojoduwur village, the sample taken was 11 elderly with *random sampling method*. The independent variable is the provision of boiled water for Moringa leaves and the dependent variable is cholesterol in the elderly, data collection uses cholesterol observation sheets before and after being given Moringa leaf boiled water. **Data processing techniques used editing coding, scoring, tabulating, and statistical tests using the Wilcoxon test.** **Result:** Cholesterol levels before being given boiled water for Moringa leaves, all

respondents had increased cholesterol by 11 respondents (100%). Cholesterol levels after being given Moringa leaf boiled water for 7 days all respondents had decreased cholesterol by 11 respondent (100%). Wilcoxon test shows that the significance value is  $p = 0.003$  &lt; $\alpha$  (0.005), so that  $H_0$  is rejected and  $H_1$  is accepted. **Conclusion:** There is an effect of giving Moringa leaf boiled water on cholesterol levels in the elderly in Mojojuwur hamlet, Mojowarno sub-district, Jombang district. **Suggestion:** nurses can be used as non-pharmacological therapies and nurses are expected to provide counseling about the benefits of using Moringa leaf boiled water to reduce cholesterol levels.

**Keywords:** Cholesterol, Elderly, Moringa Leaves

## PENDAHULUAN

Kebugaran memang berharga, maka dari itu sangat perlu untuk menjaga kesehatan. Bertepatan dengan kebiasaan masyarakat yang sering mengkonsumsi makanan yang mengandung lemak jenuh dan trans secara berlebihan seperti daging, dan gorengan. Asupan lemak jenuh dan trans dari makanan yang terlalu tinggi atau melebihi 2 gram perhari dari kebutuhan tubuh maka akan terjadi penumpukan kolesterol dalam tubuh. Makanan cepat saji yang mengandung tinggi lemak dan trans akan menyebabkan naiknya kadar kolesterol dalam tubuh. Kadar kolesterol yang berlebih ditandai dengan kaki terasa sakit dan kesemutan (Nurchayo, 2008).

Data Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) di tahun 2019 penderita kolesterol di Indonesia sebanyak 42,0%. Prevalensi hiperkolesterolemia di Jawa Timur 36,1% (KEMENKES, 2017). Penyakit kolesterol di Indonesia yang terjadi pada usia >60 tahun 58,7% (KEMENKES, 2017). Menurut data pemeriksaan yang ada di jombang pasien yang mengalami hiperkolesterol sebanyak 2,27% (DINKES Jombang, 2018). Data kolesterol tinggi yang diambil dari catatan data di Pos Pembinaan Terpadu (Posbindu) pada bulan juli tahun 2020. Berlandaskan studi yang sudah saya lakukan di dusun Mojojuwur Kecamatan Mojowarno Kabupaten Jombang tahun 2020, didapatkan jumlah keseluruhan lansia sebesar 63 lansia yang memiliki kadar kolesterol naik.

Sebagian lansia sudah terbiasa mengkonsumsi rebusan air daun kelor untuk mengurangi nyeri. Sumber data yang didapatkan dari hasil laporan puskesmas dan kader kesehatan program pelayanan kesehatan lanjut usia di Dusun Mojojuwur Kecamatan Mojowarno Kabupaten Jombang pada tahun 2020.

Kolesterol banyak diderita para lansia, ada beberapa faktor salah satunya yaitu segi usia, bertambah tua badan akan lamban untuk digerakkan, maka kolesterol di tubuh menyebabkan menumpuk dihati. Ada jenis kolesterol yaitu HDL (*High Density Lipoprotein*) yaitu kolesterol baik, semakin tinggi kadarnya maka kemungkinan kecil untuk terkena serangan jantung. Lemak ini bisa disebut dengan lemak sehat atau lemak tidak jenuh. Lemak tak jenuh tunggal seperti, minyak zaitun, avokado, kedelai, serta biji-bijian, yang dapat menurunkan kadar kolesterol. HDL ini dikatakan lemak baik karena dapat menetralkan kolesterol dari dinding pembuluh darah dan membawa kembali ke hati (Fairuz Fikri, 2009).

LDL (*Low Density Lipoprotein*) yaitu kolesterol yang jahat. Kolesterol akan mengendap di dinding pembuluh darah arteri koroner sehingga menyebabkan penyumbatan (Kowalski, 2010). Jika kadar kolesterolnya berlebihan, maka akan terjadi pengendapan didalam dinding pembuluh darah arteri dapat mengakibatkan sempit atau bahkan tertutupnya pembuluh darah. Jika plak mengalami penyumbatan proses sirkulasi darah ke jantung dapat menimbulkan penyakit jantung, jika terjadi diotak dapat

mengakibatkan stroke bahkan dapat menyebabkan kematian (Fairuz Fikri,2009).

Terdapat sebagian faktor yang mengakibatkan kolesterol yaitu makanan yang tidak seimbang tinggi lemak dan trans, obesitas, malas beraktifitas, merokok dan faktor usia. Jika penderita kolesterol semakin malas bergerak maka akan terjadi penumpukan kolesterol dihati. Maka membutuhkan olahraga yang diimbangi dengan antara pola makan dan supaya para lansia terhindar dari kolesterol yang berlebih (Susanto,2010). Apabila hiperkolesterolemia dibiarkan dapat mengakibatkan resiko komplikasi serangan jantung dan kelumpuhan (Dadan, 2012).

Salah satu cara agar mengetahui sedari dini mungkin resiko hiperkolesterolemia adalah dengan melakukan pemeriksaan laboratorium yaitu dengan pemeriksaan darah. Apabila tubuh merasakan tanda-tanda kadar kolesterol meningkat perlu tindakan penanganan awal menggunakan cara memperhatikan kebiasaan mengkonsumsi makanan supaya tidak menyebabkan kenaikan kadar kolesterol, mengkonsumsi air putih lebih banyak guna meminimalisir kelainan yang terjadi pada ginjal, melakukan pengecekan kolesterol secara teratur (Dr. Brenatal Sarigih, 2011). Dan minum air rebusan daun kelor (*Moringa oleifera*) yang terdapat kandungan antioksidan bentuk flavonoid yang bisa mengendalikan lipogenesis didalam hepar, serta terdapat pula kandungan seperti vitamin C yang memiliki kandungan 220 mg/dl, lebih banyak dibanding tanaman lain.

Dari hasil wawancara pada tanggal 2 agustus 2020 dengan sebagian lansia yang masih aktif di posyandu di dusun mojoduwur kecamatan mojowarno kabupaten jombang, yang menderita kolesterol belum tahu manfaat daun kelor untuk menurunkan kolesterol. Sehingga dengan kejadian ini peneliti terdorong untuk melaksanakan pengkajian terhadap “pengaruh pemberian rebusan daun kelor terhadap kadar kolesterol pada lansia”.

Berdasarkan hasil penelitian<sup>4</sup> dari Chrysthien dkk (2019) Pengaruh Pemberian Jus Daun Kelor (*Moringa Oleifera Lam*) Terhadap Kadar Kolesterol Total Orang Dewasa Hiperkolesterolemia Di Wilayah Kerja Puskesmas Oebobo Kota Kupang. Peneliti terdorong untuk melaksanakan penelitian yang berjudul “Pengaruh Pemberian Air Rebusan Daun Kelor Terhadap Kadar Kolesterol Pada Lansia “

## BAHAN DAN METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan <sup>31</sup> *one group pre test post tes design*, Populasinya adalah seluruh lansia yang berjumlah 63 di dusun mojoduwur, sampel yang diambil adalah 11 lansia dengan *metode random sampling* <sup>5</sup> *prolehan sampel pengkajian ini dengan probability sampling dengan jenis simple random sampling*. Dengan menuliskan nama responden dalam kertas kemudian dikopyok. Variabel independent yaitu pemberian air rebusan daun kelor dan variabel dependent yaitu kolesterol pada lansia, pengumpulan data menggunakan dan lembar observasi kolesterol sebelum dan sesudah diberikan air rebusan daun kelor. Teknik pengolahan data menggunakan *editing cod*<sup>12</sup>, *scoring*, *tabulating*, serta uji statistik menggunakan *uji wilcoxon*. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 2 agustus 2020 dengan sebagian lansia yang masih aktif di posyandu di dusun mojoduwur kecamatan mojowarno kabupaten jombang, yang menderita kolesterol belum tahu manfaat daun kelor untuk menurunkan kolesterol. Bahan yang digunakan adalah  $\pm 3$  gram daun kelor, 200 ml air, dan kapas alkohol. Alat yang akan digunakan peneliti seperti panci, menggunakan gelas ukur, menggunakan kompor, menggunakan GCU (glukosa, kolesterol, asam urat), lampiran observasi, bolpoin. Kadar kolesterol sebelum diberikan air rebusan daun kelor seluruh responden memiliki kolesterol naik sejumlah 11 responden (10<sup>2</sup>). Kadar kolesterol sesudah diberikan air rebusan daun kelor selama 7 hari seluruh responden memiliki kolesterol turun sejumlah 11

responden (100%). Uji wilcoxon menunjukkan bahwa nilai signifikansi  $p = 0,003 < \alpha (0,005)$ , sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima.

## HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian yang telah dilaksanakan di Dusun Mojoduwur Kecamatan Mojowarno kabupaten Jombang dengan jumlah responden sebesar 11 orang. Hasil penelitian dibagi menjadi dua bagian yakni data umum dan data khusus. Dalam data umum memuat karakteristik responden berdasarkan usia, jenis kelamin, pekerjaan dan pola makan. Sedangkan data khusus adalah kategori kadar kolesterol sebelum pemberian air rebusan daun kelor, kategori kadar kolesterol sesudah pemberian air rebusan daun kelor, kategori jumlah kolesterol sebelum dan setelah pemberian air rebusan daun kelor. Data-data tersebut nantinya akan disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi yang mewakili karakteristik responden.

28

### 1. Analisis Bivariat

**Tabel 1. Distribusi frekuensi responden berdasarkan usia di studi di RT/RW 001/003 dusun mojuduwur kecamatan mojowarno kabupaten jombang pada bulan agustus 2020**

No	Umur	Jumlah	Presentase (%)
1	Usia 60-62 tahun	5	46
2	Usia 63-65 tahun	4	36
3	Usia 66-68 tahun	0	0
4	Usia 69-71 tahun	2	18
Jumlah		11	100

Berlandaskan tabel 1 diketahui hampir setengahnya peserta berusia 60 - 62 tahun sejumlah 5 peserta (46%).

27

**Tabel 2 Distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin di studi di**

**RT/RW 001/003 dusun mojuduwur kecamatan mojowarno kabupaten jombang pada bulan agustus 2020**

No	Jenis kelamin	Jumlah	Presentase (%)
1	Pria	3	27
2	Wanita	8	73
Jumlah		11	100

Berlandaskan tabel 2 dapat dilihat jika sebagian besar peserta berjenis kelamin perempuan sejumlah 8 peserta (73%)

13

**Tabel 3 Distribusi frekuensi responden berdasarkan pekerjaan di studi di RT/RW 001/003 dusun mojuduwur kecamatan mojowarno kabupaten jombang pada bulan agustus 2020**

No	Perkerjaan	Jumlah	Presentase (%)
1	Swasta	0	0
2	Wiraswasta	0	0
3	Petani	3	27
4	Ibu rumah tangga	8	73
Jumlah		11	100

Berlandaskan tabel 3 membuktikan jika mayoritas pekerjaan responden yaitu sebagai ibu rumah tangga sebanyak 8 lansia (73%).

**Tabel 4 Distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis makanan lansia di RT/RW 001/003 dusun mojuduwur kecamatan mojowarno kabupaten jombang pada bulan agustus 2020**

No	Makanan	Jumlah	Presentase (%)
1	Makanan bersantan	5	46
2	Daging bebek	4	36
3	Jeroan	2	18
Jumlah		11	100

berlandaskan tabel 4 bisa dilihat jika hampir setengahnya responden memiliki kebiasaan makan-makanan bersantan sejumlah 5 lansia (46%).

## 2. Analisis Bivariat

**2** **Tabel 5. Distribusi frekuensi responden berdasarkan kadar kolesterol sebelum diberikan air rebusan daun kelor di RT/RW 001003 Dusun mojuduwur pada bulan agustus 2020.**

No	Kadar kolesterol	Jumlah	Presentase (%)
1	Naik	11	0
2	Menetap	0	0
3	menurun	0	0
Jumlah		11	100

Berlandaskan data diatas menunjukkan bahwa seluruhnya dari responden sebelum mengkonsumsi air rebusan daun kelor mempunyai kadar kolesterol naik yaitu 11 responden (100%).

**Tabel 6. Distribusi frekuensi berlandaskan kadar kolesterol sesudah diberikan air rebusan daun kelor di RT/RW 001/003 dusun mojouwur pada bulan agustus 2020**

No	Kriteria	Jumlah	Presentase (%)
1	Naik	0	0
2	menetap	0	0
3	menurun	11	100
Jumlah		11	100

Berlandaskan data diatas dapat diketahui bahwa seluruhnya responden setelah mengkonsumsi air rebusan daun kelor selama 7 hari sebanyak 100 ml yang diberikan 1 kali dalam sehari, mengalami perubahan pada kadar kolesterol responden. Seluruhnya responden memiliki kadar kolesterol turun sebesar 11 responden (100%).

**Tabel 7. 3 Diseminasi frekuensi berlandaskan kadar kolesterol sebelum dan sesudah diberikan air rebusan daun kelor di RT/RW 001/003 Dusun mojuduwur pada bulan agustus 2020**

### Kadar kolesterol sesudah dan sebelum pemberian air rebusan daun kelor

Kriteria	Sebelum		Sesudah	
	Frekuensi (f)	Presentase (%)	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Naik	11	100	0	0
Tetap	0	0	0	0
Turun	0	0	11	100
Total	11	100	11	100
Uji Wilcoxon	Nilai p= 0,003			

Berlandaskan tabel diatas dapat diambil kesimpulan seluruhnya kadar kolesterol sebelum pemberian air rebusan daun kelor yaitu naik sebesar 11 lansia (100%). Kemudian setelah diberikan air rebusan daun kelor dalam waktu 7 hari dapat dilihat seluruhnya kadar kolesterol tergolong turun yaitu sebanyak 11 lansia (100%).

## PEMBAHASAN

Faktor yang bisa mempengaruhi peningkatan kadar kolesterol seseorang meliputi usia, jenis kelamin, pekerjaan dan kebiasaan makan tidak sehat. Peningkatan kadar kolesterol diakibatkan oleh faktor umur serta jenis kelamin semakin menua usia akan mengalami penurunan kerja organ didalam tubuh.

Berlandaskan tabel 1 diketahui hampir setengahnya peserta berusia 60 - 62 tahun sejumlah 5 peserta (46%).

Menurut peneliti bahwa kolesterol banyak diderita para lansia, ada beberapa faktor salah satunya yaitu unsur umur, karena Semakin lama tubuh malas beraktivitas, maka kolesterol dalam tubuh akan menumpuk di jantung. Terdapat beberapa unsur yang mengakibatkan kolesterol yaitu makanan yang tidak sehat dan trans, obesitas, malas beraktifitas, merokok dan faktor usia. Jika penderita kolesterol semakin malas bergerak maka akan terjadi penumpukan kolesterol dihati. Dibutuhkan olahraga dan diimbangi dengan makanan

yang sehat agar para lansia terhindar dari kolesterol yang berlebih. Kadar kolesterol ini biasanya menyerang umur 60 tahun keatas. Faktor ini penyebabnya karena makanan yang tidak sehat seperti makanan bersantan, daging bebek dan jeroan.

Menurut teori Fikri (2009) kolesterol jika kadarnya berlebihan, maka akan terjadi pengendapan dapat menyebabkan penyempitan bahkan penutupan pembuluh darah. Jika plak terlepas menyumbat proses aliran darah ke jantung dapat menimbulkan serangan jantung, jika terjadi di otak dapat mengakibatkan stroke bahkan dapat menyebabkan kematian.

Menurut teori Nilawati, Krisnatuti, Mahendra dan Gin (2016) faktor usia yang mempengaruhi keadaan salah satu penyebab alamiah bisa mempengaruhi keadaan kesehatan manusia. Hal ini terjadi karena semakin tua bagian tubuh bekerja maka semakin lama organ tubuh bekerja maka semakin banyak kotoran yang menumpuk, dalam artian kolesterol yang menyertai aktivitas organ tubuh tersebut.

Berlandaskan tabel 2. dapat ditarik kesimpulan sebagian besar responden yang menderita kadar kolesterol yaitu lansia yang berjenis kelamin perempuan dengan jumlah 8 orang (73%).

Menurut pendapat peneliti perempuan beresiko lebih mengalami obesitas, sehingga dapat terjadi penumpukan-penumpukan lemak didalam tubuh. Karena perempuan dapat berkurangnya 30 sampai 50 persen dari jumlah otot keseluruhan pada umur 45 tahun. Secara alami metabolisme fisik dapat memperlambat dan gerakan yang menurun akan merubah makanan ditubuh menjadi lemak. Sejalan dengan penelitian Sri Ujjani (19) yang berjudul interaksi antara umur serta jenis kelamin dengan kadar kolesterol penderita obesitas di rsud abdul moeloek prov (30) lampung, lampung (2015) kolesterol lebih banyak dialami perempuan dari pada laki-laki.

Menurut teori Fadhil kurniawan (2019) menyatakan bahwa Jenis kelamin juga

dapat memengaruhi kadar kolesterol, yang dikatakan berisiko bagi (25) ita dan pria. Pada usia pra menopause, wanita memiliki hormon estrogen yang tidak dimiliki oleh pria. Hormon estrogen bisa menghambat pembentukan kerak diarteri dengan meningkatkan jumlah HDL (High Density Lipoprotein), tetapi selama menopause kadar estrogen pada wanita menurun. Itulah mengapa wanita yang telah menopause mempunyai resiko lebih besar daripada sebelum menopause.

Berlandaskan tabel 3. memperlihatkan jika mayoritas responden melakukan kegiatan dirumah sebagai ibu rumah tangga sejumlah 8 responden (73%).

Menurut pendapat peneliti aktivitas pekerjaan ibu rumah tangga yang tergolong sedang dan tidak terlalu berat berdampak pada aktivitas yang hanya memerlukan pengeluaran energi yang sedikit, gerakan yang dilakukan setiap tubuh tidak cukup untuk membakar lemak jahat. Sejalan dengan penelitian Gilang (8) utan anodya dkk yang berjudul Hubungan aktifitas fisik dan kadar low density lipoprotein pada lansia dipuskesmas arjuno malang (2018).

Menurut teori Kurnianto (2015) Beberapa situasi dugaan menjadi pemicu timbulnya risiko jenis penyakit yang berhubungan dengan penyakit kardiovaskular merupakan pemahaman dari keuntungan aktivitas fisik yang harus dilakukan dan kurangnya dukungan social.

Berlandaskan tabel 4 menunjukkan bahwa hampir setengahnya kebiasaan pola makan yang bersantan memicu kadar kolesterol sebanyak 5 lansia (46%)

Menurut pendapat peneliti konsumsi makanan yang bersantan yang berlebih dan melebihi takaran normal perhari dapat memicu terjadinya kadar kolesterol naik dan juga dapat memperburuk sistem organ tubuh.

Menurut teori Sastriamidjojo (2017) memakan-makanan yang tidak sehat

contohnya makanan bersantan jika melebihi batas normal akan meningkatkan kadar kolesterol. Karena semakin lama lemak jahat didalam tubuh akan semakin menumpuk.

Menurut teori Annies (2015) Kadar kolesterol yang berlebih dalam darah akan mudah melekat dalam dinding pembuluh darah. LDL yang berlebihan akan menyebabkan penggumpalan dan jika penggumpalan itu semakin membesar akan mengakibatkan benjolan dan mengakibatkan penyempitan saluran pembuluh darah proses ini sering disebut dengan atherosclerosis. Atherosclerosis yaitu suatu proses penyempitan pembuluh darah oleh lemak.

Berdasarkan tabel 5 bahwa seluruhnya responden sebelum mengkonsumsi air rebusan daun kelor selama 7 hari dipagi hari sebanyak 100 ml yang diberikan 1 kali dalam sehari, mengalami kenaikan pada kadar kolesterol responden. Seluruhnya responden memiliki kadar kolesterol naik sebesar 11 responden (100%).

Menurut peneliti kadar kolesterol responden sebelum diberikan air rebusan daun kelor mengalami kenaikan kadar kolesterol. Karena responden sebelumnya tidak menjaga kebiasaan makan sehat, sering mengkonsumsi makanan bersantan, daging bebek dan jeroan serta tidak menerapkan kebiasaan olahraga.

Berdasarkan tabel 6 bahwa seluruhnya responden setelah mengkonsumsi air rebusan daun kelor selama 7 hari dipagi hari sebanyak 100 ml yang diberikan 1 kali dalam sehari, mengalami perubahan pada kadar kolesterol responden. Seluruhnya responden memiliki kadar kolesterol turun sebesar 11 responden (100%).

Menurut pendapat peneliti air rebusan daun kelor yang terdapat salah satu kandungan jenis flavonoid pada daun kelor. Mafaat flavonoid antarlain akan melindungi bagian sel, menambah efektivitas vitamin C, obat yang dapat menghilangkan radang, osteoporosis, dan

untuk obat anti infeksi (Waji, 2016). Sejalan dengan hasil penelitian dari Chrysthien dkk hal tersebut dipengaruhi air rebusan daun kelor selama 7 hari (2019).

Berdasarkan hasil penelitian dari Chrysthien dkk (2019) Pengaruh Jus Daun Moringa Oleifera Lam (Moringa Oleifera Lam) terhadap Kadar Kolesterol pada Jumlah Orang Dewasa Hiperkolesterolemia di Wilayah Kerja Puskesmas Oebobo Kota Kupang. Sehingga peneliti ingin melaksanakan penelitian yang berjudul "Pengaruh Air Rebus Daun Kelor terhadap Kadar Kolesterol Pada Lansia". Pemberian air rebusan daun kelor dalam waktu 7 hari dan diberikan 100 ml selama 1 kali dalam sehari dengan takaran sekali minum 100 ml yang dapat menurunkan kadar kolesterol pada penderita kolesterol.

Berdasarkan penelitian ini sudah pernah dilakukan sebelumnya tentang khasiat tanaman kelor, merupakan ekstrak daun kelor dosisnya 75 mg/kg bisa menurunkan kadar kolesterol total darah tikus menjadi normal sejumlah 47,5% (Muniandy, 2013). Untuk dapat mengetahui pengaruh aktivitas dari kandungan daun kelor yang lebih efektif dan jelas maka penelitian ini dilakukan ke tahap yang lebih lanjut yaitu fraksinasi. Fraksinasi tersebut bertujuan agar dapat memisahkan senyawa-senyawa berdasarkan tingkatannya. Fraksinasi pada penelitian ini dilaksanakan menggunakan seperti pelarut semi polar berupa etil asetat. Fraksi etil asetat ini mempunyai tujuan untuk membawa senyawa aktif yang bersifat semi polar seperti flavonoid sebagai antioksidan dan memiliki efek terhadap penurunan kadar kolesterol total serta LDL kolesterol tikus hiperkolesterolemia.

Sesuai dengan hasil penelitian yang sudah dilaksanakan bisa diambil kesimpulan bahwa pemberian fraksi etil asetat daun kelor di kelompok pada dosis 3 (7,444 mg/kg BB) adalah dosis yang bisa menjadikan penurunan kadar kolesterol total serta LDL kolesterol seperti dengan kelompok positif, dengan persentase penurunan kolesterol total dan LDL



disetiap responden sebanyak 69,46% dan 63,29%

Berlandaskan hasil penelitian pada tabel 7 sebelum mengkonsumsi air rebusan daun kelor tergolong kadar kolesterol naik. Setelah mengkonsumsi air rebusan daun kelor dalam waktu 7 hari dengan pemberian 1 kali dalam sehari setiap pagi sebanyak 100 ml, terjadi perubahan kadar kolesterol turun.

11

Peneliti melakukan analisa data dengan memakai uji statistik Wilcoxon signed rank test dan diperoleh nilai  $p = 0,003$  dari kadar kolesterol dengan nilai  $p < 0,05$  yang artinya  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima, maka ada pengaruh pemberian rebusan daun kelor di RT/RW 001/003 Dusun Mojoduro. Berdasarkan analisa dalam waktu 7 hari berturut-turut didapatkan hasil yang sangat bermakna terhadap penurunan kadar kolesterol yaitu seluruhnya lansia mengalami penurunan yaitu sebanyak 11 lansia dari 11 lansia.

Menurut pendapat peneliti penurunan kadar kolesterol pada lansia dengan kolesterol naik keturun dikarenakan kandungan senyawa flavonoid dalam daun kelor yang dapat menurunkan kadar kolesterol pada lansia..

Faktor yang bisa mempengaruhi peningkatan kadar kolesterol seseorang meliputi usia, jenis kelamin, pekerjaan dan kebiasaan makan tidak sehat. Peningkatan kadar kolesterol diakibatkan oleh faktor umur serta jenis kelamin semakin menua usia akan mengalami penurunan kerja organ didalam tubuh. Didaalam penelitian ini terdapat 5 responden yang mengalami kadar kolesterol naik karena pola makan yang tidak sehat.

Dosis pemberian rebusan daun kelor Cuci daun kelor  $\pm 3$ gr, rebus menggunakan air 200ml hingga tersisa 100ml atau satu gelas. Setelah itu tunggu hingga dingin dan dapat dikonsumsi. Diminum selama 7 hari setiap pagi setelah makan. Langkah – langkah pembuatan rebusan air daun kelor, antara lain :

1. Persiapan bahan

- a. 3 gram daun kelor yang berwarna hijau tua
- b. 200 ml
- c. Gelas ukur
- d. Gelas plastik
- e. Timbangan buah
- f. Penyaring
- g. Panci
- h. Kompor
- i. Pisau

2. Cara membuat :

- a. Cuci daun kelor yang berwarna hijau tua hingga bersih
- b. Iris lembaran daun kelor hingga tipis dan memanjang
- c. Masukkan air sebanyak 200ml kedalam panci
- d. Masukkan daun kelor kedalam panci yang sudah di isi air , panaskan hingga mendidih tunggu hingga 1 menit dan sisakan 100 ml untuk 1 kali minum dalam sehari.
- e. Saring air dari daun kelor.
- f. Tuangkan air rebusan daun kelor ke dalam gelas plastik yang sudah disiapkan.
- g. Minum setiap pagi setelah makan

## SIMPULAN DAN SARAN

### Simpulan

1. Kadar kolesterol pada lansia sebelum diberikan air resbusan daun kelor di RT/RW 001/003 Dusun Mojoduwur Kecamatan Mojowarno Kabupaten Jombang seluruhnya naik.
2. Kadar kolesterol pada lansia sesudah diberikan air resbusan daun kelor di RT/RW 001/003 Dusun Mojoduwur Kecamatan Mojowarno Kabupaten Jombang seluruhnya turun.
3. Terdapat pengaruh pemberian air rebusan daun kelor terhadap kadar kolesterol pada lansia di RT/RW 001/003 Dusun Mojoduwur Kecamatan Mojowarno Kabupaten Jombang.

## Saran

1. Bagi perawat dipuskesmas japanan Hasil penelitian di harapkan bisa dijadikan terapi non farmakologi bagi perawat komunitas dan gerontik serta perawat diharapkan dapat memberikan konseling tentang manfaat penggunaan air rebusan daun kelor untuk menurunkan kadar kolesterol.
2. Bagi dosen dan mahasiswa Bagi pengajar dan mahasiswa diharapkan dapat melaksanaka penelitian atau pengabdian masyarakat yang berhubungan dengan pemberian air rebsan daun kelor pada lansia yang mempunyai kadar kolesterol tinggi
- 2  
3. Bagi peneliti selanjutnya Menjadi objek penilaian bagi peneliti selanjutnya agar melaksanakan penelitian menggunakan kelompok control untuk mengetahui efektivitas dari rebusan air daun kelor.

## KEPUSTAKAAN

- A Krisnadi, Dudi. Kelor Super Nutrisi. *Moringa oleifera*. 2015;1-164.
- 2  
Arikunto, S.,2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Aksara.
- 18  
Aloedie Yoeantafara.2017. *Pengaruh Pola Makan Terhadap Kadar Kolesterol Total*. Jurnal MKMI, Volume 13. No 4 305-309.
- 23  
Annies. *Kolesterol dan penyakit jantung koroner* Jogjakarta: Ar-Ruzz Media; 2015.
- 3  
Bandiyah, S.,2009. *Lanjut Usia dan Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Brenatal, Saragih.,2011. *Upaya Terhadap Penurunan Kolesterol*.
- 16  
City, Ardhilla and Noni, Oktaviani,2013. *Diaskol Janstroke (Diabetes Militus,Asam Urat, Kolesterol, Jnating, dan Stroke)*. IN *AzNa Books*. Yogyakarta. hal 30-35
- Cijregina,2014. *Pemeriksaan Kadar Kolesterol Total*.
- 4  
Chrysthien Venty, et al, 2019. *Pengaruh Pemberian Jus Daun Kelor (Moringa Oleifera) Terhadap Kadar Kolesterol Total Orang Dewasa Hiperkolesterolemia Di Wilayah Kerja Puskesmas Oebobo Kota Kupang* <https://core.ac.uk/download/pdf/270189028.pdf>
- Dadan, N.,2012.*Tingkat Resiko Terjadinya Hiperkolesterolemia*.
- 15  
Fadhil Kurniawan dkk.2019.*Hubungan Umur Jenis Kelamin Dan Kegemukan Dengan Kadar Kolesterol Total Guru SMAN 1 Seiraya*. Jurnal Laboratorium Khatulistiwa, Volume, No 1, 72-75
- 22  
Fatimah, 2010. *Merawat Manusia Lanjut Usia*. Jakarta: Trans Info Media.
- Fikri, Fairuz.2013. *Bahaya Kolesterol: Memahami, Mendeteksi, dan Mengontrol Kolesterol*. Yogyakarta.
- Gilang 8  
utan Anodya dkk. 2017.*Hubungan Aktifitas Fisik Dan Kadar Low Density Lipoprotein Pada Lansia Di Puskesmas Arjuno Kota Malang*. Jurusan Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Malang.
- 2  
Hidayat2017.*Metodologi Penelitian Keperawatan dan Kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- 26  
Kowalski, R.E.2007.*Terapi Hipertensi Program 8 Minggu*. PT Mizan Pustaka, Bandung.
- 14  
Levine, T.B, Lenine A.B.*manifestation Of Insulin Resistance*.Pioli S, editor.

*Metabolic Syndrome and Cardiovascular Disease*. United States Of America. 2006.

<sup>1</sup> Muniandy, L.A.P. 2013. Efek antihiperlipidemia dari ekstrak etanol daun Moringa oleifera Lamk. pada tikus wistar jantan. Skripsi. Fakultas Farmasi ITB.

<sup>10</sup> Nursalam, 2017. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan : Pendekatan Praktis*. Jakarta: Salemba Medika.

Notoatmodjo, S., 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta

Nurchahyo, 2010. *5000 Kesehatan Jilid 1*, Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.

Padila, 2013. *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: Nuha Medika.

<sup>9</sup> Sriujani. 2015. *Hubungan Antara Usia Dan Jenis Kelamin Dengan Kadar Kolesterol Penderita Obesitas RSUD ABDUL Moeloek Provinsi Lampung*. *Jurnal Kesehatan*, Volume VI, No. 1, 43-48.

# PENGARUH PEMBERIAN AIR REBUSAN DAUN KELOR TERHADAP KADAR KOLESTEROL PADA LANSIA (Di RT/RW 001/003 Dusu Mojoduwur Kecamatan Mojowarno Kabupaten Jombang)

## ORIGINALITY REPORT

20%

SIMILARITY INDEX

%

INTERNET SOURCES

%

PUBLICATIONS

%

STUDENT PAPERS

## PRIMARY SOURCES

1

[jurnalnasional.ump.ac.id](http://jurnalnasional.ump.ac.id)

Internet Source

3%

2

[repo.stikesicme-jbg.ac.id](http://repo.stikesicme-jbg.ac.id)

Internet Source

3%

3

[digilib.unisayogya.ac.id](http://digilib.unisayogya.ac.id)

Internet Source

2%

4

[ejurnal.undana.ac.id](http://ejurnal.undana.ac.id)

Internet Source

1%

5

[www.scribd.com](http://www.scribd.com)

Internet Source

1%

6

Submitted to Universitas Negeri Surabaya The State University of Surabaya

Student Paper

1%

7

Submitted to Universitas Jenderal Soedirman

Student Paper

1%

8	Internet Source	1%
9	<a href="https://repository.unimus.ac.id">repository.unimus.ac.id</a> Internet Source	1%
10	<a href="https://eprints.poltekkesjogja.ac.id">eprints.poltekkesjogja.ac.id</a> Internet Source	<1%
11	Yunarsih Yunarsih, Sumi Dwi Antono, Retna Lea Santika. Jurnal Ilmu Kesehatan, 2018 Publication	<1%
12	<a href="https://es.scribd.com">es.scribd.com</a> Internet Source	<1%
13	<a href="https://ejournal.stikesmajapahit.ac.id">ejournal.stikesmajapahit.ac.id</a> Internet Source	<1%
14	<a href="https://media.neliti.com">media.neliti.com</a> Internet Source	<1%
15	<a href="https://ejournal.poltekkes-pontianak.ac.id">ejournal.poltekkes-pontianak.ac.id</a> Internet Source	<1%
16	Erma Retnaningtyas. "Pemberian Air Rebusan Ketumbar terhadap Pengurangan Kadar Kolesterol pada Wanita di Desa Domas Kecamatan Menganti Kabupaten Gresik", Journal for Quality in Women's Health, 2019 Publication	<1%
17	<a href="https://www.galerimedika.com">www.galerimedika.com</a> Internet Source	<1%

---

18	<a href="http://renoastinandriyani.blogspot.com">renoastinandriyani.blogspot.com</a> Internet Source	<1%
19	<a href="http://ejournal.poltekkes-smg.ac.id">ejournal.poltekkes-smg.ac.id</a> Internet Source	<1%
20	Ainun Hamimah, Era Dewi Kartika. "Pengaruh Penerapan Problem Based Learning (PBL) Terhadap Metakognisi Siswa", Laplace : Jurnal Pendidikan Matematika, 2019 Publication	<1%
21	<a href="http://journal.ipts.ac.id">journal.ipts.ac.id</a> Internet Source	<1%
22	Novianti Novianti, Dina Mariana. "Faktor Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Lansia dalam Mengikuti Senam Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas", Jurnal Keperawatan Silampari, 2018 Publication	<1%
23	<a href="http://journal.unhas.ac.id">journal.unhas.ac.id</a> Internet Source	<1%
24	<a href="http://pt.scribd.com">pt.scribd.com</a> Internet Source	<1%
25	<a href="http://penyakitkistaherbal.blogspot.com">penyakitkistaherbal.blogspot.com</a> Internet Source	<1%
26	<a href="http://text-id.123dok.com">text-id.123dok.com</a> Internet Source	<1%

---

27	<a href="http://www.slideshare.net">www.slideshare.net</a> Internet Source	<1%
28	<a href="http://id.scribd.com">id.scribd.com</a> Internet Source	<1%
29	Sri Wahyu, Andi Sitti Fahirah Arsal, Indah Chintya Maharani. "Efektivitas Ekstrak Daun Kelor ( Moringa Oleifera) terhadap Penurunan Kadar Kolesterol Total pada Tikus Putih ( Rattus Novergicus)", Green Medical Journal, 2019 Publication	<1%
30	<a href="http://repository.radenintan.ac.id">repository.radenintan.ac.id</a> Internet Source	<1%
31	<a href="http://jurnal.fkip.unila.ac.id">jurnal.fkip.unila.ac.id</a> Internet Source	<1%
32	David Eaton. "Review of the Toxicology of Chlorpyrifos With an Emphasis on Human Exposure and Neurodevelopment", Critical Reviews in Toxicology, 2008 Publication	<1%

Exclude quotes Off

Exclude matches Off

Exclude bibliography Off