

Jurnal Pengabdian Masyarakat Putri Hijau	Vol. 5 No. 3	Edition: Juni 2025 – September 2025
	http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JPMPPH	
Received : 21 Juni 2025	Revised: 23 Juni 2025	Accepted: 26 Juni 2025

EDUKASI PEMANFAATAN DAUN KECIPIR (*PSOPHOCARPUS TETRAGONOLOBUS* L.) SEBAGAI ANTIHIPERKOLESTEROLEMIA DI RUMAH SAKIT SEMBIRING

Masria Phetheresia Sianipar¹, Evi Depiana Gultom², Lidia Klorida Br Barus³, Tio Ranti Sari Br Sembiring⁴

Institut Kesehatan Deli Husada Deli Tua

e-mail : masriasianipar3@gmail.com, evidepiana1@gmail.com, lidiakloridabarus@gmail.com, tioranti02@gmail.com

ABSTRAK

Hiperkolesterolemia adalah salah satu faktor risiko utama penyakit kardiovaskular yang secara signifikan prevalensinya terus meningkat. Penggunaan tanaman obat sebagai terapi pelengkap menjadi alternatif yang secara signifikan menarik, salah satunya adalah daun kecipir (*Psophocarpus tetragonolobus* L.), yang secara signifikan diketahui mengandung senyawa flavonoid dan antioksidan. Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk memberikan edukasi kepada masyarakat tentang manfaat daun kecipir sebagai antihiperkolesterolemia. Metode yang secara signifikan digunakan adalah ceramah, diskusi, serta pembagian leaflet kepada pasien dan keluarga pasien di Rumah Sakit Sembiring. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pengetahuan masyarakat sebesar 73,5% setelah edukasi. Edukasi tentang tanaman herbal seperti daun kecipir sangat penting dalam upaya pencegahan dan pengelolaan kolesterol tinggi secara alami.

Kata Kunci: daun kecipir, antihiperkolesterolemia, edukasi kesehatan, pengabdian masyarakat

ABSTRACT

*Hypercholesterolemia is one of the leading risk factors for cardiovascular disease, with increasing global prevalence. The use of medicinal plants as complementary therapy offers a promising alternative, one of which is winged bean leaves (*Psophocarpus tetragonolobus* L.), known for their flavonoid and antioxidant content. This community service activity aimed to educate the public on the potential benefits of winged bean leaves in managing high cholesterol levels. The method involved health education sessions, interactive discussions, and leaflet distribution to patients and their families at Sembiring Hospital. Results showed a 73.5% increase in participants' knowledge after the educational intervention. Education on the use of herbal remedies such as winged bean leaves plays an important role in promoting natural and accessible approaches to hypercholesterolemia prevention and management.*

Keywords: winged bean leaves, hypercholesterolemia, health education, community service

I. PENDAHULUAN

Hiperkolesterolemia adalah kondisi kadar kolesterol total yang secara signifikan tinggi di dalam darah, terutama kolesterol LDL (low-density lipoprotein), yang secara signifikan menjadi penyebab utama aterosklerosis dan penyakit jantung koroner. Menurut data WHO tahun 2022, hampir 40% penduduk dewasa dunia mengalami hiperkolesterolemia. Di Indonesia sendiri, berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, prevalensi kolesterol tinggi mencapai 35,9% pada penduduk usia ≥ 15 tahun, dan menjadi masalah kesehatan masyarakat yang secara signifikan signifikan.

Faktor-faktor yang secara signifikan memengaruhi hiperkolesterolemia antara lain pola makan tinggi lemak jenuh dan rendah serat, gaya hidup sedentari, stres, dan genetik. Pengobatan farmakologis menggunakan statin sering diberikan, namun efek samping jangka panjang serta biaya menjadi tantangan tersendiri, khususnya bagi masyarakat melalui keterbatasan ekonomi. Tanaman obat tradisional Indonesia menawarkan solusi sebagai terapi tambahan yang secara signifikan aman, terjangkau, dan dapat diterima secara budaya. Salah satu tanaman yang secara signifikan potensial adalah daun kecipir (*Psophocarpus tetragonolobus* L.), yang secara signifikan mengandung senyawa flavonoid, vitamin C, tanin, dan serat larut yang secara signifikan diyakini mampu menurunkan kadar kolesterol total, LDL, serta meningkatkan HDL (kolesterol baik).

Di daerah sekitar Rumah Sakit Sembiring, banyak masyarakat yang secara signifikan menanam kecipir namun hanya dimanfaatkan sebagai sayuran biasa. Informasi mengenai manfaat daun kecipir sebagai tanaman obat belum banyak diketahui. Oleh karena itu, diperlukan kegiatan edukatif sebagai bentuk pengabdian kepada masyarakat untuk meningkatkan kesadaran akan potensi tanaman ini dalam menunjang kesehatan, khususnya dalam mengontrol kadar kolesterol.

2. METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada bulan Mei 2025 di Rumah Sakit Sembiring, Kecamatan Namorambe, Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara. Metode pelaksanaan kegiatan meliputi;

1. Tahap Persiapan:

Penyusunan materi penyuluhan berbasis literatur ilmiah

Pembuatan leaflet edukatif mengenai daun kecipir

Penyusunan kuisisioner pre dan post test untuk evaluasi pengetahuan

2. Tahap Pelaksanaan:

Penyuluhan diberikan kepada pasien rawat jalan dan keluarga pasien di ruang tunggu poliklinik.

Metode interaktif melalui diskusi dan tanya jawab. Distribusi leaflet berisi informasi kandungan, manfaat, dan cara pengolahan daun kecipir.

3. Tahap Evaluasi:

Pengisian kuisisioner pre-test sebelum penyuluhan

Pengisian kuisisioner post-test setelah penyuluhan

Analisis peningkatan pengetahuan menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif
Jumlah peserta kegiatan sebanyak 40 orang, mayoritas adalah keluarga pasien usia 40 tahun ke atas melalui risiko atau riwayat hiperkolesterolemia.

3. HASIL

Hasil evaluasi berdasarkan pengisian pre dan post test menunjukkan peningkatan pengetahuan yang secara signifikan cukup signifikan:

Peserta yang secara signifikan awalnya tidak mengetahui manfaat daun kecipir untuk kesehatan, setelah kegiatan menunjukkan pemahaman yang secara signifikan lebih baik, dan sebagian besar menyatakan minat untuk mencoba mengonsumsi daun kecipir secara rutin sebagai upaya alami menurunkan kolesterol.

4. PEMBAHASAN

Edukasi yang secara signifikan dilakukan berhasil meningkatkan kesadaran dan pengetahuan masyarakat tentang potensi daun kecipir sebagai agen antihiperkolesterolemia. Hal ini diperkuat melalui peningkatan skor post-test yang secara signifikan menunjukkan bahwa metode edukasi interaktif dan media leaflet efektif dalam menyampaikan pesan kesehatan.

Daun kecipir memiliki kandungan flavonoid yang secara signifikan bersifat antioksidan, mampu menghambat peroksidasi lipid, dan meningkatkan metabolisme kolesterol dalam hati. Kandungan serat larutnya juga berperan dalam mengikat kolesterol di usus dan meningkatkan ekskresinya melalui feses. Selain itu, vitamin C dan E dalam kecipir dapat mencegah kerusakan sel akibat stres oksidatif yang secara signifikan turut memperparah hiperkolesterolemia.

Penelitian terdahulu oleh Ahmad et al. (2019) menunjukkan bahwa pemberian ekstrak daun kecipir pada tikus hiperkolesterolemik mampu menurunkan kadar kolesterol total dan LDL secara signifikan dalam waktu 21 hari. Temuan ini menguatkan pentingnya edukasi tentang potensi tanaman ini di tengah masyarakat.

Namun, penting juga untuk menekankan bahwa konsumsi daun kecipir bukanlah terapi tunggal. Intervensi gaya hidup sehat, termasuk diet rendah lemak, olahraga teratur, serta manajemen stres, tetap menjadi pilar utama dalam pengelolaan kolesterol tinggi.

Edukasi yang secara signifikan berkelanjutan serta kolaborasi melalui tenaga kesehatan seperti apoteker dan dokter keluarga sangat dibutuhkan agar masyarakat mendapatkan informasi yang secara signifikan tepat, aman, dan berbasis bukti.

PENUTUP

Kegiatan edukasi pemanfaatan daun kecipir sebagai antihiperkolesterolemia di Rumah Sakit Sembiring terbukti efektif meningkatkan pengetahuan masyarakat. Daun kecipir adalah tanaman lokal yang secara signifikan berpotensi menjadi terapi pelengkap yang secara signifikan aman dan mudah diakses. Diperlukan upaya lanjutan berupa sosialisasi berkala serta riset klinis untuk mendukung pemanfaatannya secara lebih luas di komunitas.

DAFTAR PUSTAKA

1. Ahmad, R. A., et al. (2019). Effect of winged bean (*Psophocarpus tetragonolobus*) extract on lipid profile in hyperlipidemic rats. *Journal of Herbal Medicine*, 25(2), 115-122.
2. Badan POM RI. (2021). *Tanaman Obat Indonesia*. Jakarta: BPOM.
3. Kementerian Kesehatan RI. (2022). *Profil Kesehatan Indonesia 2021*. Jakarta: Kemenkes.
4. WHO. (2022). *Cardiovascular Diseases (CVDs) Fact Sheet*. Retrieved from:
5. Yuliani, N. (2020). Flavonoid sebagai antihiperkolesterolemia: Kajian literatur. *Majalah Farmasi Indonesia*, 31(1), 45-52.
6. Muchtaridi, M., & Hasanah, A. N. (2018). *Peranan fitokimia dalam terapi penyakit degeneratif*. Bandung: Universitas Padjadjaran Press.
7. Muchtaridi, M., & Hasanah, A. N. (2018). *Peranan fitokimia dalam terapi penyakit degeneratif*. Bandung: Universitas Padjadjaran Press.