

# PERBANDINGAN EFEKTIVITAS FILTRAT JUS JAMBU BIJI (*Psidium guajava* L.) DAN JUS TOMAT (*Solanum lycopersicum* L.) SEBAGAI LAKSANSIA (PENCAHAR)

Dias Ardini<sup>1)</sup>, Sri Pujiwati<sup>1)</sup>

Jurusan Farmasi Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang

e\_mail: [ardinidias\\_aw@yahoo.com](mailto:ardinidias_aw@yahoo.com)

**Abstract:** **Abstract: Effectiveness Filtrate Comparative of Guava Juice (*Psidium guajava* L.) and Tomato Juice (*Solanum lycopersicum* L.) as Laxative.** To realize the health status of the highest for the public, health care effort of modern and traditional. One of the effects of modern lifestyle is a diet that causes constipation. One of the traditional medicine for treating constipation with natural ingredients using guava juice and tomato juice. Type of research is experimental by using rancangan completely randomized (CRD) is to test the effects of guava fruit juice and tomato juice as a laxative in Swiss-Webster mice. The independent variable of this study is the number of fruit guava and tomatoes are used in the form of juice and the dependent variable of the study was the amount of stool, stool weight and consistency beses. The results showed guava juice 200 grams and 200 grams of tomato juice has the ability to increase the frequency of bowel movements and stool weight. While the consistency of the stool becomes more tender than the negative control. It can be concluded guava juice 200 grams and 200 grams of tomato juice has the ability as laksansia.

**Keywords:** tomato juice - guava juice, laksansia

**Abstrak:** **Perbandingan Efektivitas Filtrat Jus Jambu Biji (*Psidium guajava* L.) dan Jus Tomat (*Solanum lycopersicum* L.) Sebagai Laksansia (Pencahar).** Untuk mewujudkan derajat kesehatan yang setinggi-tingginya bagi masyarakat, dilakukan upaya pelayanan kesehatan modern dan tradisional. Salah satu dampak dari gaya hidup modern adalah pola makan yang menyebabkan sembelit. Salah satu pengobatan tradisional untuk mengatasi sembelit dengan bahan alam menggunakan jus jambu biji dan jus tomat. Jenis penelitian yang digunakan bersifat eksperimental dengan menggunakan Rancangan Acak Lengkap (RAL) yaitu untuk menguji efek jus buah jambu biji dan jus buah tomat sebagai pencahar pada mencit Swiss-Webster. Variabel bebas dari penelitian ini adalah banyaknya buah jambu biji dan tomat yang digunakan dalam bentuk jus dan variabel terikat dari penelitian ini adalah jumlah feses, berat beses dan konsistensi feses. Hasil penelitian menunjukkan jus jambu biji 200 gr dan jus tomat 200 gr mempunyai kemampuan meningkatkan frekuensi defekasi dan berat feses. Sementara konsistensi feses menjadi lebih lembek dibanding kontrol negative. Sehingga dapat disimpulkan jus jambu biji 200 gr dan jus tomat 200 gr mempunyai kemampuan sebagai laksansia.

**Kata kunci :** jus tomat- jambu biji, laksansia

Kehidupan modern menuntut seseorang bergerak lebih cepat untuk memenuhi berbagai kebutuhan hidup. Hal ini membuat manusia berada dalam kondisi kelelahan, kurang tidur, stress dan gangguan pencernaan (sembelit) yang menyebabkan penurunan daya tahan tubuh (Wijayakusuma, 2008).

Sembelit (obstipasi) merupakan suatu pertanda, bahwa usus tidak berfungsi dengan baik. Sembelit atau obstipasi adalah suatu gangguan pencernaan yang umum dialami oleh siapa saja. Sembelit dapat diartikan berbeda-beda oleh setiap orang, tetapi yang dimaksud dengan sembelit adalah suatu gejala proses buang air besar (*defekasi*) yang

bermasalah, tidak lancar dan tidak teratur (Tjay dan Rahardja, 2008).

Obstipasi ada (3) tiga yaitu obstipasi yang disebabkan oleh tinja yang keras, obstipasi pada saat kehamilan, dan obstipasi kronis. Bila obstipasi kronis tidak ditangani, akhirnya dapat mengakibatkan tinja membatu, wasir, dan kerusakan di anus (Tjay dan Rahardja, 2008).

Banyak hal yang dapat menyebabkan sembelit, tetapi pada umumnya gangguan sembelit yang banyak dialami orang disebabkan oleh beberapa hal diantaranya kurang mengkonsumsi makanan berserat seperti sayur dan buah, kurang minum, kurang

berolahraga, stress dan kebiasaan mengkonsumsi obat-obat pencahar untuk membantu buang air besar sehingga jika tidak mengkonsumsi merasa sulit buang air besar (Djunarko dan Hendrawati, 2011).

Obat pencahar atau laksansia adalah zat-zat yang dapat menstimulasi gerakan peristaltik usus sebagai reflek dari rangsangan langsung terhadap dinding usus dan dengan demikian menyebabkan atau mempermudah buang air besar (*defekasi*) dan meredakan sembelit (Tjay dan Raharja, 2008).

Banyak obat yang mengandung bahan kimia yang dapat mengatasi sembelit misalnya mircolax®, dulcolax® dan agarol®, namun karena efek samping dari obat tersebut berupa efek samping langsung maupun tak langsung atau terakumulasi, hal ini dapat terjadi karena bahan kimia bersifat anorganik dan murni sementara tubuh bersifat organik dan kompleks. Pengobatan menggunakan bahan-bahan alami saat ini menjadi alternative dalam penyembuhan berbagai macam penyakit dengan efek samping minimal dibandingkan obat-obatan kimia (Wikanjati, 2010).

Gaya hidup kembali ke alam (*back to nature*) menjadi “trend” saat ini membawa masyarakat kembali memanfaatkan bahan alam, termasuk pengobatan dengan tumbuhan berkhasiat (obat herbal) (Wijayakusuma, 2008).

Salah satu hasil yang dilakukan untuk mencegah dan mengatasi sembelit yaitu mengkonsumsi buah dan sayur yang mengandung kaya serat diantaranya jambu biji, mangga, nanas, anggur, pir, belimbing, peach, apel, papaya, semangka, strawberry, jeruk, markisa, avokat, tomat, sayuran hijau, brokoli, paprika, kapri, bayam, buncis, kacang panjang, kacang hijau dan wortel, yang dapat di tanam sendiri sebagai tanaman yang berkhasiat sebagai obat (Fairuz, 2011).

Jambu biji (*Psidium guajava*, L.) banyak digemari masyarakat dan buah yang mudah didapat. Daun jambu biji maupun akarnya mengandung tannin yang dapat digunakan penyembuhan berbagai penyakit diantaranya menyembuhkan penyakit diare (mencret) dan disentri. Sedangkan untuk penyembuhan sembelit yang digunakan adalah buahnya. Diantara jenis buah-buahan, jambu biji memiliki kandungan serat yang cukup tinggi, yakni 5,60 gram per 100 gram buah jambu biji. Banyaknya kandungan serat kasar terlarut, terutama pectin, menjadikan

jambu biji bersifat hipokolesterolemik dan hipoglikemik yang dapat menurunkan kadar kolesterol darah maupun gula darah. Ia mampu mengikat lemak dan gula dalam darah yang berasal dari makanan, lalu membuangnya ke luar tubuh. Banyak mengkonsumsi buah jambu biji matang bermanfaat memperlancar pencernaan dan mengobati sembelit (IKAPI, 2011).

Buah lain yang juga dimanfaatkan untuk mengatasi sembelit adalah buah tomat. Tomat selain dapat dimanfaatkan sebagai antiseptik usus, juga digunakan sebagai pencahar ringan atau laksansia (Kurniawati, 2010). Kandungan lainnya adalah alkaloid solanin (0,007 %), tomatin, asam folat, asam malat dan mineral.

Buah jambu biji dan tomat telah digunakan secara empiris sebagai pencahar untuk mengatasi sembelit. Namun secara ilmiah belum ada penelitian untuk menguji keduanya. Maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah apakah filtrat jus jambu biji (*Psidium guajava* L.) dan filtrat jus tomat (*Solanum lycopersicum* L.) mempunyai kemampuan sebagai pencahar/laksatif? . Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan kemampuan filtrat jus jambu biji (*Psidium guajava* L.) dan filtrat jus tomat (*Solanum lycopersicum* L.) sebagai pencahar/laksatif.

## METODE

Jenis penelitian adalah eksperimental laboratories dengan rancangan penelitian post-test only control group design yang bersifat eksperimental dengan menggunakan rancangan Acak Lengkap (RAL) yaitu untuk menguji efek jus buah jambu biji dan jus buah tomat sebagai pencahar pada mencit Swiss-Webster. Variabel bebas dari penelitian ini adalah banyaknya buah jambu biji dan tomat yang digunakan dalam bentuk jus, sebagai variabel terikat adalah jumlah feses, berat beses dan konsistensi feses.

Penelitian dilakukan di Laboratorium Terpadu Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang, adapun waktu penelitian yaitu pada bulan Desember 2012.

Dalam penelitian ini terdapat 6 (enam) kelompok perlakuan, yaitu 2 (dua) kelompok kontrol, 2 (dua) kelompok perlakuan untuk jus jambu biji dan 2 (dua) kelompok perlakuan untuk jus tomat. Bila dimasukkan ke dalam rumus Federer, maka dapat ditentukan

pengulangan per kelompok yaitu :  $(n-1)(t-1) \geq 15$ ;  $(n-1)(6-1) \geq 15$ ;  $(n-1)(5) \geq 1$ ;  $(5n-5) \geq 15$ ;  $5n \geq 20$ ;  $n \geq 4$ .

Maka besar pengulangan per kelompok minimal 4 ekor mencit. Sehingga dalam penelitian ini dipakai 36 mencit (6 perlakuan masing-masing 6 mencit), menggunakan hewan uji mencit Webster, dengan jumlah 36 ekor dibagi menjadi 6 kelompok perlakuan.

1. Kelompok 1 merupakan kontrol positif yaitu mencit yang diberi CMC 1 %
2. Kolompok 2 merupakan kontrol negatif yaitu mencit yang diberi aquadest
3. Kolompok 3 yaitu mencit yang diberi jus dari 100 g buah tomat (*Solanum lycopersicum*)
4. Kelompok 4 yaitu mencit yang diberi jus dari 200 g buah tomat (*Solanum lycopersicum*)
5. Kelompok 5 yaitu mencit yang diberi jus dari 100 g buah jambu biji (*Psidium guajava L.*)
6. Kelompok 6 yaitu mencit yang diberi jus dari 200 g buah jambu biji (*Psidium guajava L.*)

Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan data yang diperoleh dari uji efek laksansia berupa karakteristik feses mencit meliputi jumlah feses, berat feses dan konsistensi feses. Analisis data menggunakan jenis bivariat. Variabel bebas penelitian adalah banyaknya jambu biji (*Psidium guajava L.*) serta tomat (*Solanum lycopersicum L.*) yang digunakan bentuk jus dan variabel terikat penelitian ini adalah jumlah feses, berat feses dan konsistensi feses. Analisis data untuk parameter frekuensi defekasi dan konsistensi feses menggunakan uji Anova (*Analysis of Varian*).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

#### 1. Determinasi tanaman

Determinasi tanaman dilakukan di Jurusan Farmasi Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang. Berdasarkan hasil determinasi menggunakan buku *Flora of Java* karangan Backley menyatakan bahwa tanaman yang diidentifikasi dalam penelitian ini adalah jenis tanaman jambu biji dengan spesies (*Psidium guajava L.*), dengan varietas Liin (jambu biji berbiji) dan tomat dengan spesies (*Solanum*

*lycopersicum L.*). Masing-masing buah sebanyak 100 gram dan 200 gram di buat filtrat jus menggunakan juicer kecepatan 500 rpm. Hasilnya diberikan secara oral ke mencit Swiss-Webster untuk mengetahui efek sebagai pencahar. Banyaknya filtrat jus yang diberikan ke mencit dihitung berdasarkan nilai konversi.

#### 2. Hasil pengujian efek pencahar filtrat jus jambu biji

Penelitian ini mempunyai tujuan untuk mengetahui efek filtrat jus buah jambu biji dan buah tomat sebagai pencahar pada mencit, mengetahui banyaknya filtrat jus jambu biji dan tomat yang memberikan efek lebih baik, dan mengetahui efek filtrat jus jambu biji dan tomat sebagai pencahar jika dibandingkan dengan CMC.

Data dikumpulkan melalui pengamatan dengan parameter yang dilihat yaitu frekuensi defekasi, konsistensi feses, dan berat feses. Pengolahan data dilakukan analisis bivariat karena terdiri dari dua variabel yaitu variabel bebas dan variabel terikat dengan uji anova.

Gambaran hasil perhitungan frekuensi defekasi pengamatan selang 30 menit selama tiga hari dapat dilihat pada tabel 1 berikut:

#### a. Hasil perhitungan frekuensi defekasi pada pengamatan selang 30 menit selama 3 jam.

**Tabel 1: Frekuensi defekasi pada pengamatan selang 30 menit selama 3 jam.**

No	Kntrl pos CMC	Kntrl Neg Aqds	Tmt 100 mg	Tmt 200 mg	Jmb 100 mg	Jmb 200 mg
1.	4	2	3	3	3	3
2.	4	4	4	5	4	5
3.	6	3	6	7	5	6
4.	4	3	5	8	5	6
5.	8	4	5	7	5	6
6.	7	4	4	7	8	6
Jml	33	20	27	37	30	32
Rata2	5,50	3,33	4,50	6,17	5,00	5,33

Ket: Kntrl = kontrol; Pos = positif  
Neg = negatif; Aqds = Aquadest; Tmt = tomat  
Jmb = Jambu

Dari tabel 1 di atas, dilakukan perhitungan statistik menggunakan Anova Test dengan hasil seperti pada tabel 2 berikut :

**Tabel 2: Anova Frekuensi Defekasi Mencit setelah Pemberian Filtrat jus Tomat dan Filtrat jus Jambu Biji**

	Jml Kdrt	Drjt Kbbsn	Rta2 Kdrt	Nilai F	Sig. (p)
Antara klmpk	28,47	5	5,69	2,73	0,04
Dalam klmpk	62,50	30	2,08		
Total	90,97	35			

Ket. Jml = jumlah; Kdrt = kuadrat; Drjt = derajat Kbbsn = kebebasan; Rta2 = Rata-rata; Klmpk = kelompok

Dari tabel 2 diketahui nilai Sig 0,04, (< 0,05), maka Ho ditolak, berarti ada perbedaan frekuensi defekasi secara signifikan sedikitnya pada dua kelompok perlakuan. Karena H1 diterima, dilanjutkan analisis dengan uji LSD untuk mengetahui kelompok perlakuan mana berbeda nyata.

**Tabel 3: Nilai Sig. Hasil Uji LSD Frekuensi Defekasi Mencit setelah Pemberian Filtrat jus Tomat dan Filtrat jus Jambu Biji**

	Kntrl pos CMC	Kntrl neg Aqdst	Tmt 100 Mg	Tmt 200 mg	Jmb 100 mg	Jmb 200 mg
Kntrl positif CMC	-	<b>0,01</b>	0,24	0,43	0,55	0,84
Kntrl negatif Aqdst		-	0,17	<b>0,00</b>	0,06	<b>0,02</b>
Tomat 100 mg			-	0,06	0,55	0,33
Tomat 200 mg				-	0,17	0,33
Jambu 100 mg					-	0,69
Jambu 200 mg						-

Terjadi perbedaan yang nyata dengan nilai sig. < 0,05. Maka dari tabel 3 dapat disimpulkan bahwa frekuensi defekasi yang berbeda nyata pada pemberian filtrat jus tomat 200 gram dan filtrat jus jambu biji 200 gram.

**b. Hasil perhitungan berat feses pada pengamatan selang 30 menit selama 3 jam.**

**Tabel 4: Hasil pengukuran berat (gram) feses mencit pada pengamatan selang 30 menit selama 3 jam.**

	Kntrl pos CMC	Kntrl neg Aqdst	Tmt 100 mg	Tmt 200 mg	Jmb 100 mg	Jmb 200 mg
1	0,05	0,03	0,03	0,03	0,03	0,04
2	0,04	0,05	0,05	0,07	0,05	0,07
3	0,11	0,05	0,06	0,11	0,06	0,10
4	0,11	0,06	0,07	0,11	0,08	0,11
5	0,12	0,06	0,08	0,10	0,08	0,12
6	0,13	0,06	0,11	0,12	0,11	0,12
Jml	0,60	0,31	0,41	0,55	0,41	0,56
Rta2	0,10	0,05	0,07	0,09	0,07	0,09

Ket. Kntrl = kontrol; Tmt = tomat; Jmb = jambu nos = positif; neg = negatif; Aqdst = aquadest mg = miligram

Dari tabel 4, dilakukan perhitungan statistik menggunakan Anova Test dengan hasil seperti pada tabel 5 berikut :

**Tabel 5: Hasil Perhitungan Anova Berat Feses Mencit setelah Pemberian Filtrat jus Tomat dan Filtrat jus Jambu Biji**

	Jml Kdrt	Drjt Kbbsn	Rta2 Kdrt	Nilai F	Sig. (p)
Antara klmpk	0,01	5	0,00	2,69	0,04
Dalam klmpk	0,03	30	0,00		
Total	0,04	35			

Tabel 5 menunjukkan nilai Sig 0,040, (< 0,05), maka Ho ditolak, berarti ada perbedaan berat feses mencit secara signifikan sedikitnya pada dua kelompok perlakuan. Karena H1 diterima, dilanjutkan analisis uji LSD untuk mengetahui kelompok perlakuan mana yang berbeda nyata.

**Tabel 6 : Hasil Uji LSD Berat Feses Mencit setelah Pemberian Filtrat jus Tomat dan Filtrat jus Jambu Biji**

	<b>Kntrl pos CMC</b>	<b>Kntrl neg Aqdst</b>	<b>Tmt 100 mg</b>	<b>Tmt 200 mg</b>	<b>Jmb 100 mg</b>	<b>Jmb 200 mg</b>
Kntrl pos CMC	-	<b>0,01</b>	0,56	0,60	0,07	0,70
Kntrl neg Aqds		-	0,34	<b>0,02</b>	0,30	<b>0,02</b>
Tmt 100 mg			-	0,15	0,94	0,12
Tmt 200 mg				-	0,18	0,89
Jmb 100 mg					-	0,14
Jmb 200 mg						-

Terjadi perbedaan yang nyata dengan nilai sig. < 0,05. Maka dari tabel 6 dapat disimpulkan bahwa frekuensi defekasi yang berbeda nyata pada pemberian filtrat jus tomat 200 gram dan filtrat jus jambu biji 200 gram.

**c. Hasil pengamatan konsistensi feses pada pengamatan selang 30 menit selama 3 jam.**

**Tabel 7: Data hasil pengukuran berat (gram) feses mencit ada pengamatan selang 30 menit selama 3 jam.**

	<b>Kntrl Pos CMC</b>	<b>Kntrl neg Aqds</b>	<b>Tmt 100 mg</b>	<b>Tmt 200 mg</b>	<b>Jmb 100 mg</b>	<b>Jmb 200 Mg</b>
1	1	1	2	2	2	2
2	2	2	2	2	2	2
3	2	1	2	2	2	2
4	2	1	2	2	2	2
5	2	1	2	2	2	2
6	2	1	2	2	2	2
Σ	11	7	12	12	12	12
Rata2	1,83	1,17	2	2	2	2

Dari tabel 7 di atas, dilakukan perhitungan statistik menggunakan Kruskal-Wallis Test untuk mengetahui ada tidaknya perbedaan konsistensi feses pada sedikitnya dua kelompok perlakuan. Uji ini digunakan karena variabelnya adalah kategori. Hasil ujinya pada tabel 8.

**Tabel 8 : Hasil Uji Kruskal-Wallis Pengaruh pemberian Filtrat jus Tomat dan Filtrat jus jambu Biji terhadap Konsistensi Feses mencit**

<b>Konsistensi</b>	
Chi kuadrat	: 9,917
Derajat bebas (df)	: 2
Asymp. Sig.	: 0,007

Dari perhitungan tabel diatas menunjukkan nilai Chi-Square 9,917 dan Asymp. Sig 0,007. Karena nilai Asymp. Sig hitung < 0,05, maka Ho ditolak, H1 diterima, berarti ada perbedaan konsistensi feses secara signifikan sedikitnya dua kelompok perlakuan.

**Pembahasan**

Pada pengujian efek laksansia dibuat kelompok perlakuan yang terdiri dari 6 (enam) kelompok, yaitu kontrol positif (CMC), kontrol negatif (aquadest), uji T1 (filtrat jus dari tomat 100g), T2 (filtrat jus tomat dari 200 g), J1 (filtrat jus dari jambu biji 100 g) dan J2 (filtrat jus dari jambu biji 200 g). Untuk mengetahui ada atau tidaknya efek laksansia, diamati dengan parameter frekuensi defekasi, konsistensi feses, dan berat feses.

Penelitian ini menggunakan hewan percobaan mencit 18-22 gram, dan satu jam sebelum perlakuan mencit dipuasakan, hal ini sesuai kriteria dan prosedur kerja yang telah ditentukan, parameter yang dilihat frekuensi defekasi, konsistensi feses, dan berat feses. Kontrol negatif yang digunakan adalah aquadest. Kontrol negatif digunakan sebagai kontrol, untuk mengetahui apakah zat uji yang digunakan dapat memberikan efek atau tidak.

Zat uji yang digunakan adalah filtrat jus buah tomat dan jambu biji. Penelitian ini menggunakan buah dalam bentuk filtrat jus, karena buah tomat dan jambu biji yang biasa dikonsumsi untuk mengatasi sembelit biasanya dimakan langsung atau di filtrat jus sebanyak 100 gram. Kandungan serat untuk setiap 100

gram buah tomat adalah 4,2 g, sedangkan buah jambu biji adalah 5,60 gram (Kusumo, 2010).

Hasil uji statistik terhadap frekuensi defekasi dan berat feses menciit, terdapat perbedaan antara kontrol negatif dengan perlakuan pemberian filtrat jus tomat 200 gram dan filtrat jus jambu biji 200 gram. Perbedaan terjadi karena kandungan serat dan senyawa pectin. Struktur kimia serat dan pektin membentuk anyaman kompleks, serat dan pektin berdaya menyerap dan mengikat banyak molekul air, dengan demikian mampu mengembang dengan kuat. Isi usus yang mengandung banyak serat volumenya diperbesar sehingga menstimulir peristaltik serta memperlancar pengeluaran feses. Disamping frekuensi buang air besar meningkat, juga feses bertambah banyak dan menjadi lunak (Tjay dan Rahardja, 2010).

Bila dibandingkan dengan kontrol positif (CMC Na), nilai rata-rata frekuensi defekasi dan berat feses menciit setelah pemberian filtrat jus tomat 200 gram dan filtrat jus jambu biji 200 gram tidak berbeda nyata (nilai sig. > 0,05), maka kedua filtrat jus tersebut dapat dikatakan efektif sebagai pencahar.

Pemberian filtrat jus tomat 100 gram dan jambu biji 100 gram tidak memberikan pengaruh terhadap frekuensi, dan berat feses. Hal ini disebabkan oleh jumlah serat dan pektin yang ada belum cukup untuk memberikan efek pencahar secara nyata.

## DAFTAR RUJUKAN

- Djunarko, I dan Hendrawati, y. 2011. *Swamedikasi yang baik dan benar*. Klaten: PT.Citra Aji Parama.
- Fairuz, U. 2011. *Buah-buahan & sayur-sayuran kaya khasiat pembasmi ragam penyakit & pulihkan stamina*. Yogyakarta: Laksana.
- IKAPI, Anggota. 2011. *Health secret of guava*. Jakarta: PT. Elex Media Komputindo.
- Kusumo, R.A. 2010. *Buah + sayur = sehat, mengenal kandungan dan khasiat untuk menjaga kesehatan tubuh*. Sleman: Pionar Media.
- Tjay, T. H dan Kirana R. 2008. *Obat-obat penting*. Jakarta: PT. Elex Media Komputindo.
- Tjay, T. H dan K. Rahardja. 2010. *Obat-obat sederhana untuk gangguan sehari-hari*. Jakarta: PT. Elex Media Komputindo.
- Wijayakusuma. 2008. *Ramuan lengkap herbal taklukan penyakit*. Depok: Pustaka Bunda.
- Wikanjati, A. 2010. *Jamu godhog ces pleng*. Yogyakarta: Media Pressindo.

Nilai rata-rata konsistensi feses kontrol positif (1,83) mempunyai kesamaan dengan yang diberi filtrat jus buah tomat dan jambu biji. Hal ini disebabkan karena serat dan pektin tomat dan jambu biji mempunyai kemampuan seperti pada CMC. Sedangkan pada kontrol negatif (akuades), nilai rata-rata konsistensinya (1,17) terjadi perbedaan konsistensi setelah pemberian filtrat jus tomat dan filtrat jus jambu biji (nilai rata-rata = 2) menjadi lebih lembek. Dari hasil tersebut, maka baik jambu biji dan tomat tidak terdapat perbedaan yang bermakna terhadap konsistensi feses.

## SIMPULAN

Simpulan pada penelitian ini antara lain: 1) Filtrat jus dari 200 gram buah tomat dan filtrat jus dari 200 gram buah jambu biji mempunyai kemampuan meningkatkan frekuensi defekasi pada menciit; 2) Filtrat jus dari 200 gram buah tomat dan filtrat jus dari 200 gram buah jambu biji mempunyai kemampuan meningkatkan berat feses pada menciit; 3) Filtrat jus dari buah tomat dan buah jambu mempengaruhi konsistensi feses menjadi lebih lembek dibandingkan kontrol negatif; 4) Filtrat jus dari 200 gram buah tomat dan filtrat jus dari 200 gram buah jambu biji mempunyai kemampuan sebagai laksansia; 5) Filtrat jus jambu biji dan tomat tidak berbeda kemampuannya sebagai laksansia.