

ABSTRAK

EFEK BUAH SIRSAK (*Annona muricata* Linn.) TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PEREMPUAN DEWASA

Paulina Kristi Hartanto, 2014, Pembimbing: Roro Wahyudianingsih, dr., Sp.PA.

Prevalensi hipertensi atau tekanan darah tinggi di Indonesia cukup tinggi. Hipertensi sering tidak menunjukkan gejala, sehingga baru disadari bila telah menyebabkan gangguan organ seperti gangguan fungsi jantung atau stroke. Penelitian yang dilakukan oleh *Dietary Approaches to Stop Hypertension* menemukan bahwa diet tinggi kalium dari buah dan sayuran serta makanan sehari-hari dapat membantu menurunkan risiko hipertensi. Sirsak diketahui mengandung nutrisi yang baik untuk tubuh manusia dan dapat berperan dalam mengurangi gangguan vaskuler.

Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui apakah sirsak menurunkan tekanan darah pada perempuan dewasa.

Penelitian ini bersifat eksperimental kuasi dengan rancangan *pre test* dan *post test* yang dilakukan pada 15 orang perempuan usia 18-23 tahun. Data yang diukur adalah tekanan darah sistol dan diastol perempuan dewasa sebelum dan sesudah konsumsi buah sirsak. Data dianalisis dengan uji t berpasangan dengan $\alpha = 0,05$.

Hasil penelitian menunjukkan rerata tekanan darah sesudah konsumsi buah sirsak 95,93/60,00 mmHg, sedangkan sebelum konsumsi buah sirsak 107,93/67,40 mmHg, dengan penurunan yang sangat signifikan ($p \leq 0,01$).

Simpulan, sirsak memiliki efek dalam menurunkan tekanan darah pada perempuan dewasa.

Kata kunci : sirsak (*Annona muricata* Linn.), tekanan darah

ABSTRACT

THE EFFECT OF SOURSOP (*Annona muricata* Linn.) IN DECREASING BLOOD PRESSURE OF ADULT FEMALE

Paulina Kristi Hartanto, 2014, Tutor: Roro Wahyudianingsih, dr., Sp.PA.

The prevalence of hypertension is high in Indonesia. Hypertension often has no symptoms, it's found when caused organ dysfunction such as heart failure or stroke. Research by Dietary Approaches to Stop Hypertension found that consuming fruits and vegetables contained high level of potassium can reduce the risk of hypertension. Soursop is known to contain good nutrients for human and can be use to decrease blood pressure.

The aim of this research is to indentify the effect of soursop in decreasing blood pressure of adult female.

This research was quasi experimental study using pre test and post test design which is perfomed on 15 adult female aged 18-23 year old. The datas were from adult female's systolic and diastolic blood pressure before and after consuming soursop. The data were analyzed using the paired t test with $\alpha = 0,05$.

The result of this research was blood pressure mean after consuming soursop is: 95,93/60,00 mmHg, lower than before consuming soursop: 107,93/67,40 mmHg, with a very significant decrease ($p \leq 0,01$).

As conclusion, soursop has effect in decreasing blood pressure of adult female.

Keywoords : soursop (*Annona muricata* Linn.), blood pressure

DAFTAR ISI

JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Identifikasi Masalah	2
1.3 Maksud dan Tujuan.....	2
1.4 Manfaat Karya Tulis Ilmiah	2
1.5 Kerangka Pemikiran dan Hipotesis.....	2
1.5.1 Kerangka Pemikiran	2
1.5.2 Hipotesis Penelitian	6

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Sirsak (<i>Annona muricata</i> Linn.)	7
2.1.1 Taksonomi Sirsak	8
2.1.2 Morfologi Tanaman Sirsak	8
2.1.3 Kandungan Sirsak.....	11
2.1.4 Khasiat Sirsak.....	14
2.2 Tekanan Darah	14
2.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Tekanan Darah	15
2.4 Sistem Renin Angiotensin Aldosteron.....	19

2.4.1 Pengaktifan Sistem Renin Angiotensin Aldosteron	19
2.4.2 Fungsi Sistem Renin Angiotensin Aldosteron	20
2.4.3 Peran Sistem Renin Angiotensin Aldosteron dalam Berbagai Penyakit.....	22
2.5 Metode Pengukuran Tekanan Darah.....	22
2.5.1 Metode Palpasi	22
2.5.2 Metode Auskultasi.....	23
2.5.3 Metode Gabungan.....	23
2.6 Hipertensi	24
2.6.1 Faktor Risiko Hipertensi	25

BAB III BAHAN DAN METODE PENELITIAN

3.1 Alat dan Bahan Penelitian	27
3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian	27
3.3 Subjek Penelitian	27
3.4 Ukuran Sampel Penelitian	28
3.5 Metode Penelitian	28
3.5.1 Desain Penelitian	28
3.5.2 Variabel Penelitian	28
3.5.3 Definisi Operasional Variabel	29
3.6 Prosedur Kerja	29
3.6.1 Cara Pemeriksaan	30
3.7 Metode Analisis	30
3.7.1 Hipotesis Statistik	30
3.7.2 Kriteria Uji	31
3.8 Aspek Etik Penelitian	31

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil dan Pembahasan Penelitian	32
4.2 Pengujian Hipotesis Penelitian	36

BAB V SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan 38

5.2 Saran 38

DAFTAR PUSTAKA 39

LAMPIRAN 43

RIWAYAT HIDUP 49

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
2.1 Kandungan Gizi Buah Sirsak/100 gr	12
2.2 Kandungan Mineral dan Vitamin dalam Daging Buah Sirsak	13
2.3 Kandungan Asam Amino Relatif dalam Buah Sirsak.....	13
2.4 Khasiat Sirsak	14
2.5 Klasifikasi Tekanan Darah	24
4.1 Tekanan Darah Sistol dan Diastol Sebelum dan Sesudah Konsumsi Buah Sirsak	32
4.2 Tekanan Darah Rerata Sistol dan Diastol Sebelum dan Sesudah Konsumsi Buah Sirsak.....	33

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1.1 Bagan Efek Buah Sirsak terhadap Tekanan Darah	6
2.1 Tanaman Sirsak.....	8
2.2 Daun Sirsak	9
2.3 Bunga Sirsak	10
2.4 Buah Sirsak.....	10

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1 Hasil Pengukuran Tekanan Darah Sistol Sebelum dan Sesudah Perlakuan dengan Menggunakan Buah Sirsak.....	43
2 Hasil Pengukuran Tekanan Darah Diastol Sebelum dan Sesudah Perlakuan dengan Menggunakan Buah Sirsak.....	44
3 Hasil Uji Statistik Tekanan Darah Sistol dan Diastol Sebelum dan Sesudah Perlakuan Menggunakan Uji T Berpasangan	45
4 Surat Keputusan Komisi Etik Penelitian.....	46
5 Surat Pernyataan Persetujuan untuk Ikut Serta dalam Penelitian (<i>Informed Consent</i>).....	47
6 Foto-foto Penelitian.....	48