

ABSTRAK

EFEK CABAI RAWIT (*Capsicum frutescens* L.) TERHADAP PENURUNAN NAFSU MAKAN PADA WANITA DEWASA

Finiyanti Cahyadi, 2016,

Pembimbing I : Julia Windi G., dr., M.Kes.

Pembimbing II : Dr. Diana Krisanti Jasaputra, dr., M.Kes.

Obesitas atau keadaan lemak berlebih banyak dijumpai pada wanita. Nafsu makan yang tinggi menjadi faktor utamanya. Amfetamin dan Sibutramin adalah obat pilihan untuk obesitas, tetapi beresiko merangsang sistem saraf pusat (gelisah, meningkatkan tekanan darah) dan toleransi obat. Senyawa *capsaicin* pada cabai rawit dapat digunakan sebagai komplementer terapi anti-obesitas.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah cabai rawit (*Capsicum frutescens* L.) memengaruhi nafsu makan pada wanita dewasa muda.

Desain penelitian ini bersifat *quasi experimental* dengan rancangan *pre-test* dan *post-test*, yang dilakukan terhadap 30 wanita dewasa muda dalam rentang usia 18- 23 tahun. Data yang diukur adalah jumlah bubur yang berhasil dihabiskan sesudah diberikan bubur dengan cabai rawit dibandingkan sesudah diberikan bubur tanpa cabai rawit. Analisis data dengan *uji non parametric* metode *Wilcoxon* dengan $\alpha = 0,05$.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan jumlah bubur yang berhasil dihabiskan sesudah diberikan bubur dengan cabai rawit yaitu sebesar $(258,33 \pm 72,912)$, dibandingkan sesudah diberikan bubur tanpa cabai rawit sebesar $(500,00 \pm 146,805)$, dan didapatkan hasil $p = 0,000$ ($p < 0,01$) yang menunjukkan perbedaan bermakna.

Simpulan penelitian ini adalah Cabai Rawit (*Capsicum frutescens* L.) menurunkan nafsu makan pada wanita dewasa.

Kata kunci : nafsu makan, capsaicin, cabai rawit (*Capsicum frutescens* L.)

ABSTRACT

THE EFFECTS OF CAYENNE PEPPER (*Capsicum frutescens L.*) ON REDUCTION APPETITE IN ADULT WOMEN

Finiyanti Cahyadi, 2016,

Preceptor I : Julia Windi G., dr., M.Kes.

Preceptor II : Dr. Diana Krisanti Jasaputra, dr., M.Kes.

Obesity or fat excess problem is more common in women. High appetite becomes the main factor. Amphetamines and Sibutramine are drug of choice for obesity, but has the risk of stimulating central nervous system (restlessness, increased blood pressure) and drug tolerance. The compound capsaicin in cayenne pepper can be used as a complementary for anti-obesity therapy.

*The purpose of this study was to determine whether cayenne pepper (*Capsicum frutescens L.*) affect appetite in young adult women.*

The design of this study was quasi experimental, with pre-test and post-test design, performed on thirty young adult women in the age range of 18- 23 years. The measured data was the amount of porridge that successfully spent after given porridge with cayenne pepper and after given porridge without cayenne pepper. Data was analyzed using non-parametric test Wilcoxon method with $\alpha = 0,05$.

The results showed that there were differences in the amount of porridge that successfully spent after given porridge with cayenne pepper that is equal to $(258,33 \pm 72,912)$ than after given porridge without cayenne pepper at $(500,00 \pm 146,805)$, and the results with $p = 0,000$ ($p < 0,01$), showed significant difference.

*The conclusion of this study is cayenne pepper (*Capsicum frutescens L.*) reduce appetite in adult women.*

Keywords: *appetite, capsaicin, cayenne pepper (*Capsicum frutescens L.*)*

DAFTAR ISI

	Halaman
JUDUL	1
LEMBAR PERSETUJUAN	2
SURAT PERNYATAAN	2
ABSTRAK	4
ABSTRACT	5
KATA PENGANTAR.....	6
DAFTAR ISI.....	8
DAFTAR TABEL	11
DAFTAR GAMBAR.....	12
DAFTAR LAMPIRAN.....	13
BAB I PENDAHULUAN.....	14
1.1 Latar Belakang	14
1.2 Identifikasi Masalah.....	16
1.3 Tujuan Penelitian	16
1.4 Manfaat Karya Tulis Ilmiah.....	16
1.4.1 Manfaat Akademis	16
1.4.2 Manfaat Praktis	16
1.5 Kerangka Pemikiran dan Hipotesis.....	17
1.5.1 Kerangka Pemikiran.....	17
1.5.2 Hipotesis Penelitian.....	21
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	22

2.1	Rasa Lapar dan Nafsu Makan	22
2.1.1	Definisi Rasa Lapar dan Nafsu Makan	22
2.1.2	Fisiologi Rasa Lapar dan Nafsu Makan	22
2.1.3	Faktor- faktor yang Mengatur Jumlah Asupan Makanan	25
2.1.4	Indera Kimiawi : Pengecapan dan Penghiduan.....	30
2.1.4.1	Sel Reseptor Kecap	30
2.1.4.2	Reseptor olfaktorius di hidung.....	32
2.1.5	Fungsi Gastrointestinal, Motilitas, Pengaturan Saraf, dan Sirkulasi Darah.....	33
2.1.5.1	Kontrol saraf terhadap fungsi gastrointestinal-sistem saraf enterik.....	33
2.1.5.2	Pengaturan Otonom Traktus Gastrointestinal.....	34
2.2	Cabai Rawit (<i>Capsicum frutescens</i> L.).....	37
2.2.1	Taksonomi Cabai Rawit.....	37
2.2.2	Deskripsi Cabai Rawit	38
2.2.3	Kandungan Cabai Rawit	40
2.2.4	Kegunaan Cabai Rawit.....	42
2.2.5	Pengaruh Cabai Rawit terhadap Nafsu Makan	44
BAB III BAHAN DAN METODE PENELITIAN		48
3.1	Alat Bahan dan Subjek Penelitian.....	48
3.1.1	Alat-alat dan Bahan Penelitian.....	48
3.1.2	Subjek Penelitian.....	48
3.1.2.1	Kriteria Inklusi	48
3.1.2.2	Kriteria Eksklusi.....	49
3.2	Tempat dan Waktu Penelitian.....	49
3.3	Prosedur Penelitian	49

3.4 Metode Penelitian	51
3.4.1 Desain Penelitian.....	51
3.4.2 Variabel Penelitian	51
3.4.2.1 Definisi Konseptual Variabel	51
3.4.2.2 Definisi Operasional Variabel.....	51
3.4.3 Besar Sampel Penelitian.....	52
3.5 Analisis Data	52
3.6 Pengujian Hipotesis & Kriteria Uji.....	52
3.7 Aspek Etik Penelitian.....	53
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	54
4.1 Hasil Penelitian	54
4.2 Pembahasan Penelitian	54
4.3 Pengujian Hipotesis Penelitian	56
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....	57
5.1 Simpulan	57
5.2 Saran	57
DAFTAR PUSTAKA	58
LAMPIRAN.....	62
RIWAYAT HIDUP	70

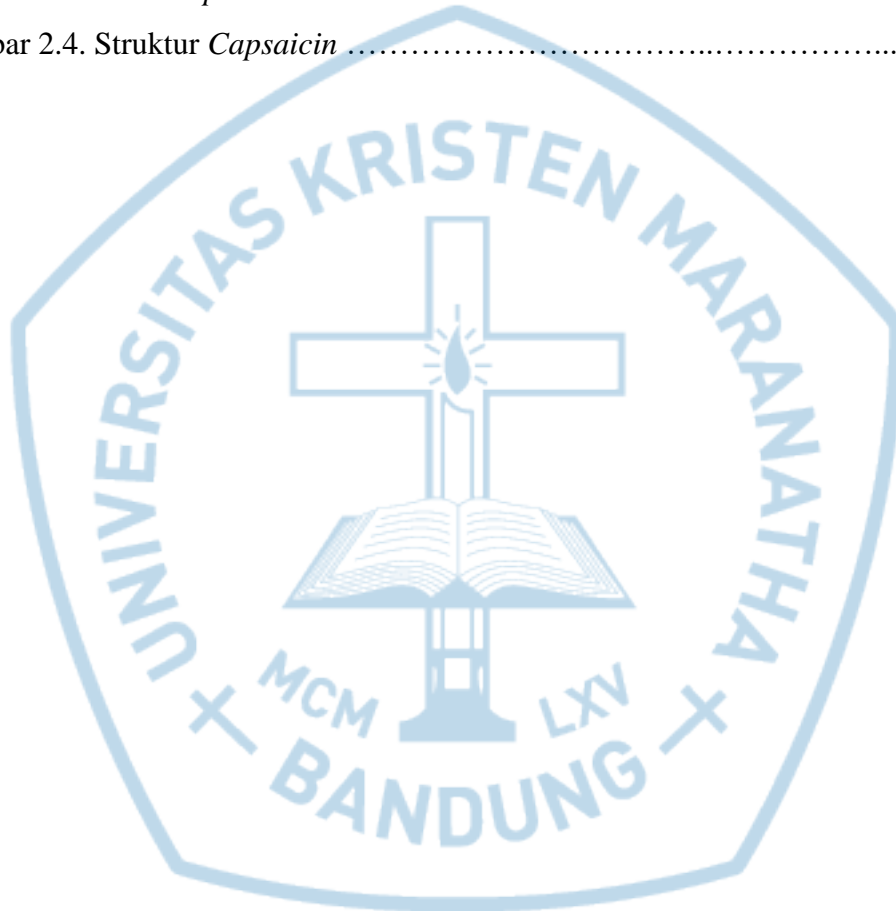
DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
Tabel 2.1. Neurotransmitter dan Hormon yang Memengaruhi Pusat Makan dan Pusat Kenyang di Hipotalamus.....	11
Tabel 2.2. Kandungan Gizi Cabai Rawit (<i>Capsicum frutescens</i> L.).....	28
Tabel 4.1. Rerata Jumlah Bubur (dalam gram) yang Berhasil Dihabiskan Sesudah dan Sebelum Mengonsumsi Cabai Rawit (<i>Capsicum frutescens</i> L.).....	41



DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
Gambar 1.1. Bagan Kerangka Pemikiran.....	7
Gambar 2.1. Mekanisme Umpan Balik dalam Pengaturan Asupan Makanan...14	
Gambar 2.2. Tanaman Cabai Rawit (<i>Capsicum frutescens</i> L.).....	25
Gambar 2.3. Jenis <i>Capsaicinoid</i>	32
Gambar 2.4. Struktur <i>Capsaicin</i>	33



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
Lampiran 1. Surat Persetujuan Subjek Penelitian.....	49
Lampiran 2. Data Hasil Penelitian.....	50
Lampiran 3. Analisis Statistik	51
Lampiran 4. Surat Keputusan Etik	52
Lampiran 5. Surat Determinasi Cabai Rawit (<i>Capsicum frutescens</i> L.)	53
Lampiran 6. Dokumentasi	54

