

ABSTRAK

EFEK GOLDEN RAISIN (*Vitis vinifera L.*) TERHADAP TEKANAN DARAH NORMAL PADA WANITA DEWASA

Janice Chiquita Bella, 2014

Pembimbing: dr. Elly Rosa Delima, M.Kes

Latar Belakang Hipertensi kini menjadi masalah global karena prevalensinya yang terus meningkat sejalan dengan perubahan gaya hidup seperti merokok, obesitas, inaktivitas fisik, dan stres psikososial. Kesadaran masyarakat yang sangat minim dan pengobatan hipertensi yang harus dilakukan seumur hidup memperburuk keadaan ini. Penelitian terbaru menyatakan mengonsumsi *sundried raisin* yang biasanya digunakan sebagai bahan pelengkap makanan seperti kue dan roti dapat membantu menurunkan tekanan darah dibandingkan dengan mengonsumsi snack ringan lainnya.

Tujuan Penelitian Untuk mengetahui apakah *golden raisin* menurunkan tekanan darah.

Metode Penelitian Desain penelitian menggunakan eksperimental kuasi yang melibatkan 15 mahasiswi yang berumur 18-25 tahun. Tekanan darah sistolik dan diastolik diukur dalam mmHg sebelum dan sesudah meminum *golden raisin*. Analisis data menggunakan uji t berpasangan dengan $\alpha = 0.05$.

Hasil Rerata tekanan darah setelah meminum *golden raisin* 95.53/64.00 secara signifikan lebih rendah dari sebelum meminum *golden raisin* 107.87/70.67 ($p < 0.01$).

Simpulan *Golden raisin* menurunkan tekanan darah.

Kata kunci: *Golden raisin*, tekanan darah.

ABSTRACT

THE EFFECT OF GOLDEN RAISIN (*Vitis Vinifera* L.) ON NORMAL BLOOD PRESSURE IN ADULT WOMAN

Janice Chiquita Bella, 2014

Tutor: dr. Ellya Rosa Delima, M.Kes

Background Hypertension nowadays has been a global issue because of its prevalence that continuously increased along with the lifestyle changes such as smoking, obesity, lack of activity, and psychological stress. With a minimal awareness of the society and a life time treatment surely makes this situation even worse. The latest study states that consuming sundried raisins, which usually used as a supplementary food for cakes and breads may help lowering the blood pressure.

Objective to find out whether golden raisin decreasing blood pressure.

Methods This research used quasi-experimental design involving 15 female students within the age of 18-25 years old.. Systolic and diastolic blood pressure measured in mmHg before and after drinking golden raisin. Data analysis using paired t-test with $\alpha = 0.05$.

Results The average of the blood pressure after drinking golden raisin was 95.53/64.00, it was significantly lower than before drinking golden raisin which was 107.87/70.67 ($p < 0.01$).

Conclusion Golden raisin lowers blood pressure.

Keywords: Golden raisin, blood pressure.

DAFTAR ISI

	Halaman
JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
ABSTRAK	iv
<i>ABSTRACT</i>	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. Tujuan Penelitian	2
1.4. Manfaat Karya Tulis	2
1.4.1 Manfaat Akademis	2
1.4.2 Manfaat Praktis	2
1.5 Kerangka pemikiran dan Hipotesis	3
1.5.1 Kerangka Pemikiran	3
1.5.2 Hipotesis Penelitian	4

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Raisin	5
2.1.1 Sejarah Raisin	5
2.1.2 Taksonomi Tanaman Anggur	7
2.1.3 Jenis-jenis Raisin	8
2.1.4 Cara Pembuatan Raisin	12
2.1.5 Kandungan Raisin	12
2.1.6 Manfaat Raisin	16
2.1.7 Perbedaan Sun-dried Raisin dan Golden Raisin	20
2.1.8 Kandungan Golden Raisin	24
2.2. Tekanan Darah	25
2.2.1 Jantung	26
2.2.2 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Tekanan Darah	27

2.2.3 Kontrol Tekanan Darah dan Aliran Darah	31
2.2.4 Penentuan Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik	35
2.2.4.1 Hal-hal yang Harus Diperhatikan dalam Pengukuran Tekanan Darah.....	37
2.3. Hipertensi.....	38
2.3.1 Klasifikasi Hipertensi.....	38
2.3.2 Etiologi Hipertensi.....	39
2.3.3 Patofisiologi Hipertensi.....	42
2.3.4 Komplikasi Hipertensi	43

BAB III METODE PENELITIAN

3.1. Bahan, Alat, dan Subjek Penelitian	45
3.1.1 Bahan dan Alat Penelitian	45
3.1.2 Subjek Penelitian	45
3.1.3 Ukuran Sampel Penelitian.....	45
3.2. Metode Penelitian	46
3.2.1 Desain Penelitian	46
3.2.2 Data yang Diukur.....	46
3.2.3 Analisis Data	46
3.3 Variabel Penelitian	46
3.3.1 Variabel Perlakuan dan Variabel Respon.....	46
3.3.2 Definisi Operasional	46
3.4 Prosedur kerja	47
3.4.1 Persiapan Sebelum Tes.....	47
3.4.2 Persiapan Bahan Uji.....	47
3.4.3 Cara Pemeriksaan.....	47
3.4.3.1 Prosedur Pengukuran Tekanan Darah.....	47
3.4.3.2 Prosedur Penelitian	48
3.4.4 Uji Pendahuluan.....	48
3.5 Lokasi dan Waktu Penelitian	48
3.5.1 Lokasi Penelitian	48
3.5.2 Waktu Penelitian.....	48
3.6 Aspek Etik Penelitian	49

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1. Hasil dan Pembahasan Penelitian	50
4.2. Uji Hipotesis	51

BAB V SIMPULAN DAN SARAN

5.1. Simpulan	53
5.2. Saran	53

DAFTAR PUSTAKA	54
LAMPIRAN	58
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	62

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
2.1 Rangkuman Kandungan dan Manfaat Raisin	19
2.2 Perbandingan Komposisi Serat pada <i>Sun-dried Raisin</i> dan <i>Golden Raisin</i>	21
2.3 Perbandingan Komposisi <i>Phenolic Acid</i> pada <i>Sun-dried Raisin</i> dan <i>Golden Raisin</i>	22
2.4 Perbandingan Komposisi <i>Flavonol Glycoside</i> pada <i>Sundried Raisin</i> dan <i>Golden Raisin</i>	22
2.5 Kandungan <i>Golden Raisin</i>	24
2.6 Klasifikasi Hipertensi (JNC VII)	39
4.1 Tekanan Darah Rerata Sistolik dan Diastolik Sebelum dan Sesudah Meminum Raisin.....	50

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1.1 Bagam Kerangka Pemikiran	4
2.1 Raisin (<i>Vitis vinifera L.</i>)	6
2.2 Tanaman Anggur	7
2.3 Anggur <i>Thompson Seedless</i>	8
2.4 <i>Golden Seedless Raisin</i>	9
2.5 <i>Monukka Raisins</i>	10
2.6 <i>Zante Currant Raisin</i>	11
2.7 Peranan Pompa Otot Skelet	28
2.8 Faktor-faktor yang Meningkatkan Tekanan Darah.....	30
2.9 Pengaturan Saraf Otonom dan Refleks Baroreseptor dalam Regulasi Tekanan Darah	33

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1 <i>INFORMED CONSENT</i>	58
2 ANALISIS STATISTIK	59
3 SURAT KEPUTUSAN	60
4 DOKUMENTASI PENELITIAN	61
5 DATA HASIL PENELITIAN	62