

ABSTRAK

EFEK BUAH PEPAYA (*Carica papaya* L.) TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA WANITA DEWASA

Sylvania Purnamawati, 2014

Pembimbing : dr. Yenni Limyati, Sp. KFR, M.Kes

Hipertensi merupakan penyebab kematian nomor 3 setelah stroke dan tuberkulosis, yakni mencapai 6,7% dari populasi kematian pada semua umur di Indonesia. Menurut Riskesdas tahun 2013, angka hipertensi di Indonesia mencapai 25,8%. Pepaya (*Carica papaya* L.) terkenal sebagai tanaman obat di berbagai belahan dunia, tetapi yang paling sering digunakan adalah buahnya karena paling banyak dikonsumsi orang dan dikenal memiliki khasiat menurunkan tekanan darah. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah buah pepaya menurunkan tekanan darah pada wanita dewasa.

Metode penelitian ini menggunakan desain eksperimental kuasi dan dilakukan pengukuran tekanan darah sebelum dan sesudah meminum buah pepaya, pada 15 orang wanita berusia 18-25 tahun dengan posisi duduk. Analisis data menggunakan uji “t” berpasangan dengan $\alpha = 0,05$.

Hasil penelitian menunjukkan rata-rata penurunan tekanan darah sistolik sesudah minum buah pepaya adalah sebesar 92,00 mmHg (SD= $\pm 6,094$), lebih rendah daripada rata-rata tekanan darah sistolik sebelum minum buah pepaya sebesar 105,00 mmHg (SD= $\pm 5,116$) ($p < 0,01$) dan rata-rata tekanan darah diastolik sesudah minum buah pepaya adalah sebesar 62,00 mmHg (SD= $\pm 4,673$), lebih rendah daripada rata-rata tekanan darah diastolik sebelum minum buah pepaya sebesar 70,00 mmHg (SD= $\pm 4,935$) ($p < 0,01$).

Kesimpulan dari penelitian adalah buah pepaya menurunkan tekanan darah pada wanita dewasa

Kata Kunci : tekanan darah, buah pepaya.

ABSTRACT

THE EFFECT OF PAPAYA FRUIT (*Carica papaya* L.) IN LOWERING BLOOD PRESSURE ADULT WOMEN

Sylvania Purnamawati, 2014

Supervisor : dr. Yenni Limyati, Sp. KFR, M.Kes

*Hypertension is the third leading cause of death after stroke and tuberculosis, counted as many as 6.7% of deaths in all age populations in Indonesia. According to Riskesdas in 2013, the numbers of hypertension in Indonesia reached 25.8%. Papaya (*Carica papaya* L.) is known as a medicinal plant in many parts of the world, but the most commonly consumed is the fruit and is known to lower blood pressure. The aim of this study was to determine if the papaya fruit lowers blood pressure in adult women.*

This study used quasi experimental design and measurement of blood pressure taken before and after drinking papaya fruit, on 15 women's age range from 18-25 years old with a sitting position. Data analysis used the "t" paired test with $\alpha=0,05$.

The results showed that the average systolic blood pressure after drinking papaya fruit was 92,00 mmHg ($SD=\pm 6,094$), while to the average systolic blood pressure before drinking papaya fruit with 105,00 mmHg ($SD=\pm 5,116$) ($p<0,01$). The average diastolic blood pressure after drinking papaya fruit was 62,00 mmHg ($SD=\pm 4,673$), while to the average diastolic blood pressure before drinking papaya fruit was 70,00 mmHg ($SD=\pm 4,935$) ($p<0,01$).

This study concluded that papaya fruit lowers blood pressure in adult women.

Keywords : blood pressure, papaya fruit.

DAFTAR ISI

	Halaman
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.....	1
1.3 Tujuan Penelitian	2
1.4 Manfaat Penelitian	2
1.4.1 Manfaat Akademis	2
1.4.2 Manfaat Praktis	2
1.5 Kerangka Pemikiran dan Hipotesis Penelitian	2
1.5.1 Kerangka Pemikiran	2
1.5.2 Hipotesis Penelitian.....	3

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

2.1	T
ekanan Darah	4
2.2.1 Definisi Tekanan darah.....	4
2.2.2 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Tekanan Darah	4
2.2.2.1 Faktor Utama	4
2.2.2.2 Faktor Tambahan	8
2.2.3 Sistem Renin-Angiotensin-Aldosteron.....	10

2.2.3.1	Pengaktifan sistem renin-angiotensin-aldosteron.....	10
2.2.3.2	Fungsi Sistem Renin-Angiotensin-Aldosteron.....	11
2.2.4	Metode Pengukuran Tekanan Darah.....	13
2.2.4.1	Metode Palpasi	13
2.2.4.2	Metode Auskultasi	13
2.2.4.3	Metode Gabungan Palpasi dan Auskultasi.....	14
2.2	Hipertensi	15
2.3.1	Klasifikasi Hipertensi Berdasarkan Etiologi.....	15
2.3.2	Penyulit Hipertensi	17
2.3.3	Pengobatan Hipertensi	18
2.3	Pepaya (<i>Carica papaya</i> L.).....	20
2.1.1	Deskripsi Tanaman.....	20
2.1.2	Morfologi Tanaman.....	22
2.1.3	Kandungan Buah Pepaya.....	29
2.1.4	Pengaruh Buah Pepaya Terhadap Tekanan Darah	30
2.1.5	Kegunaan Lain dan Khasiat Pepaya.....	31

BAB III BAHAN DAN METODE PENELITIAN

3.1	Bahan, Alat, dan Subjek Penelitian.....	33
3.1.1	Bahan dan Alat Penelitian	33
3.1.2	Subjek Penelitian.....	33
3.1.3	Besar Sampel Penelitian	33
3.2		L
	okasi dan Waktu Penelitian	34
3.3	Prosedur Kerja	34
3.3.1	Uji Pendahuluan.....	34
3.3.2	Persiapan Subjek Penelitian.....	35
3.3.3	Persiapan Bahan Uji	35
3.3.4	Cara Pemeriksaan.....	36
3.3.4.1	Prosedur Pengukuran Tekanan Darah.....	36
3.4	Metode Penelitian	36

3.4.1 Desain Penelitian.....	36
3.4.2 Analisis Data.....	37
3.4.3 Variabel Penelitian	37
3.4.4 Definisi Operasional Variabel.....	37
3.5 Aspek Etik Penelitian.....	37
 BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
4.1 Hasil dan Pembahasan Penelitian	39
4.2 Pengujian Hipotesis Penelitian	40
 BAB V SIMPULAN DAN SARAN	
5.1 Simpulan.....	43
5.2 Saran.....	43
 DAFTAR PUSTAKA	44
LAMPIRAN.....	47
RIWAYAT HIDUP.....	53

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
2.1 Klasifikasi Tekanan Darah Menurut JNC VII.....	15
2.2 Kandungan Nutrisi Buah Pepaya per 100 gram	30
4.1 Tekanan Darah Rerata Sistolik dan Diastolik Sebelum dan Sesudah Meminum Buah Pepaya	39

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1.1 Bagan Pengaruh Buah Pepaya Terhadap Tekanan Darah.....	3
2.1 Bagan Faktor-faktor yang Mempengaruhi Tekanan Darah	7
2.2 Sistem Renin-Angiotensin.....	13
2.3 Pengukuran Tekanan Darah Cara Auskultasi.....	14
2.4 Pepaya	20
2.5 Akar Pepaya	22
2.6 Batang Pepaya	23
2.7 Daun Pepaya.....	24
2.8 Bunga Betina	26
2.9 Bunga Jantan	26
2.10Buah Pepaya.....	28
2.11Biji Pepaya	28

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Surat Keputusan Komisi Etik Penelitian.....	47
Lampiran 2 <i>Informed Consent</i>	48
Lampiran 3 Data Hasil Percobaan.....	49
Lampiran 4 Hasil Uji t Berpasangan untuk Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah Meminum Buah Pepaya (<i>Carica papaya</i> L.)	51
Lampiran 5 Dokumentasi Penelitian	52