

PENGARUH PEMBERIAN *OAT CHOCO DARK CHOCOLATE* DAN *OAT CHOCO COCOA POWDER* TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI PUSKESMAS TAWANGSARI MOJOKERTO

Abstrak

Tekanan darah tinggi atau hipertensi, didefinisikan berdasarkan ambang batas untuk tekanan darah sistolik dan diastolik yang diukur dalam mmHg. Pengukuran Hipertensi di Puskesmas Tawangsari pada tahun 2017 mengalami peningkatan dari 10,63 % menjadi 10,8%. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh dan membandingkan efektifitas pemberian *oat choco dark chocolate* dan *oat choco cocoa powder* terhadap tekanan darah penderita hipertensi rawat jalan kelompok usia dewasa di Puskesmas Tawangsari. Penelitian ini dilaksanakan bulan Januari 2018 – Juni 2018. Jenis penelitian ini adalah *Pre Ecxperimantal* dengan jenis *Pre-Test Post-Test One Group Design*. Pemberian perlakuan kepada 32 responden yang terbagi menjadi dua kelompok, dosis pemberian 23 gram *dark chocolate* dan 13 gram *cocoa powder* diolah berupa *oat choco* dan diberikan selama 6 hari. Teknik analisis yang digunakan adalah analisis statistic *Paired T-test*. Hasil uji Paired T-test terdapat perbedaan yang bermakna pada penurunan tekanan darah sistolik kelompok *oat choco dark chocolate* yaitu $p = 0,000$ yang mengalami penurunan tekanan darah sebesar 16,875 mmHg. Begitu juga dengan pengukuran tekanan darah diastolic yaitu $p = 0,016$ yang mengalami penurunan tekanan darah sebesar 10,625 mmHg. Sedangkan Hasil uji Paired T-test kelompok *oat choco cocoa powder* terdapat perbedaan yang bermakna pada penurunan tekanan darah sistolik yaitu $p = 0,000$ yang mengalami penurunan tekanan darah sebesar 16,25 mmHg. Begitu juga dengan pengukuran tekanan darah diastolic yaitu $p = 0,000$ yang mengalami penurunan tekanan darah sebesar 13,125 mmHg.

Kata Kunci :Hipertensi, oat choco dark chocolate, oat choco cocoa powder.

**INFLUENCE OF CHOCO DARK CHOCOLATE CHOCOLATE OAT AND
CHOCO COCOA POWDER OAT ON BLOOD PRESSURE DECLINE ON
HYPERTENSION PATIENTS IN PUSKESMAS TAWANGSARI
MOJOKERTO**

Abstract

High blood pressure or hypertension, defined according to the threshold for systolic and diastolic blood pressure measured in mmHg. Hypertension measurement at Tawang Sari Health Center in 2017 increased from 10.63% to 10.8%. This study aims to determine the effect and compare the effectiveness of *oat chocodark chocolate* and *oat choco cocoa powder* to blood pressure of hypertensive patients outpatient adult age group in Tawang Sari Community Health Center.

This research was conducted in January 2018 - June 2018. The research type is Pre Experimental with Pre-Test Post-Test One Group Design. Treatment to 32 respondents divided into two groups, dose of 23 grams of dark chocolate and 13 grams of cocoa powder processed in the form of oat choco and given for 6 days.

Analysis technique used is statistical analysis Paired T-test. Paired T-test results showed a significant difference in the decrease in systolic blood pressure of *oat choco dark chocolate* group, $p = 0.000$, which decreased blood pressure by 16.875 mmHg. Similarly, the measurement of diastolic blood pressure is $p = 0.016$ which decreased blood pressure by 10,625 mmHg. While Paired T-test result of *oat choco cocoa powder* group there was significant difference in systolic blood pressure decrease that $p = 0.000$ which decreased blood pressure equal to 16,25 mmHg. Similarly, the measurement of diastolic blood pressure is $p = 0.000$ which decreased blood pressure 13,125 mmHg.

Keywords: Hypertension, oat choco dark chocolate, oat choco cocoa powder