

DAFTAR ISI

Halaman

COVER	i
COVER DALAM	ii
PERNYATAAN KEASLIAN	iii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR SINGKATAN	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB 1 PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	7
1.3 Tujuan Penelitian	8
1.3.1 Tujuan Umum	8
1.3.2 Tujuan Khusus	8
1.4 Manfaat Penelitian	8
1.4.1 Bagi Peneliti	9
1.4.2 Bagi Institusi	9
1.4.3 Bagi Masyarakat	9
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Hipertensi	10
2.1.1 Pengertian Hipertensi	10
2.1.2 Kriteria Hipertensi	11
2.1.3 Jenis-jenis Hipertensi	12

2.1.4	Faktor yang Mempengaruhi Hipertensi	16
2.1.5	Penanganan Hipertensi	20
2.1.6	Komplikasi Hipertensi	28
2.2	Terapi Komplementer	28
2.3	Tekanan Darah	29
2.3.1	Definisi Tekanan Darah	29
2.3.2	Mekanisme Tubuh Mengatur Tekanan Darah	29
2.3.3	Metode Pengukuran Tekanan Darah	30
2.4	Coklat	31
2.4.1	Klasifikasi dan Morfologi Kakao	31
2.4.2	Sejarah Coklat	34
2.4.3	Komponen Nutrisi dalam Coklat	37
2.4.4	Jenis-jenis Coklat	38
2.4.5	Jenis Coklat Berdasarkan Kandungan Kakao	39
2.5	<i>Cocoa Powder</i> (Bubuk Coklat)	40
2.5.1	Definisi <i>Cocoa Powder</i>	40
2.5.2	Macam-macam Bentuk <i>Cocoa Powder</i>	41
2.5.3	Kandungan Gizi <i>Cocoa Powder</i>	42
2.5.4	Kandungan Flavonoid pada <i>Cocoa Powder</i>	43
2.6	<i>Dark Chocolate</i> (Coklat Hitam).....	44
2.6.1	Definisi <i>Dark Chocolate</i>	44
2.6.2	Kandungan Gizi	45
2.6.3	Manfaat <i>Dark Chocolate</i> bagi Kesehatan	45
2.7	Kandungan Coklat terhadap Tekanan Darah	46
2.7.1	Definisi Flavonoid.....	46
2.7.2	Definisi Polifenol	47
2.7.3	Mekanisme Polifenol Terhadap Tekanan Darah	49
2.8	<i>Oatmeal</i>	52
2.9	Alasan Pemilihan Madu	53

BAB 3 KERANGKA KONSEP

3.1	Kerangka Konsep Penelitian	55
3.2	Penjelasan Kerangka Konsep	56

3.3	Hipotesis Penelitian	57
-----	----------------------------	----

BAB 4 METODE PENELITIAN

4.1	Jenis Penelitian	58
4.2	Waktu dan Tempat Penelitian	59
4.2.1	Waktu	59
4.2.2	Tempat	59
4.3	Populasi dan Sampel	60
4.3.1	Populasi	60
4.3.2	Sampel	60
4.4	Perhitungan Sampel	61
4.5	Teknik Pengambilan	62
4.6	Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	62
4.6.1	Variabel Penelitian	62
4.6.2	Definisi Operasional.....	63
4.7	Kerangka Kerja Penelitian	64
4.7.1	Kerangka Kerja Penelitian	64
4.7.2	Keterangan Konsep Kerja Penelitian	65
4.8	Teknik Pengumpulan Data	65
4.8.1	Metode Pengumpulan Data	65
4.8.2	Jenis Data	67
4.9	Instrumen Penelitian	67
4.9.1	Pembuatan <i>Oat Choco Dark Chocolate</i>	68
4.9.2	Pembuatan <i>Oat Choco Cocoa Powder</i>	68
4.10	Kandungan Gizi <i>Oat Choco Dark Chocolate</i> dan <i>Oat Choco Cocoa Powder</i>	71
4.11	Teknik Pengolahan Data	71
4.12	Analisis Data	71

BAB 5 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

5.1	Hasil Penelitian	74
5.1.1	Gambaran Umum Lokasi Penelitian	74
5.1.2	Karakteristik Responden	75

5.1.3	Perbedaan Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah Pemberian <i>Oat Choco Dark Chocolate</i>	81
5.1.4	Perbedaan Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah Pemberian <i>Oat Choco Cocoa Powder</i>	83
5.2	Pembahasan	86
5.2.1	Karakteristik Responden	86
5.2.2	Pengaruh Pemberian <i>Oat Choco Dark Chocolate</i> Terhadap Penurunan Tekanan Darah	89
5.2.3	Pengaruh Pemberian <i>Oat Choco Cocoa Powder</i> Terhadap Penurunan Tekanan Darah	92
5.2.4	Perbandingan Efektivitas Pemberian <i>Oat Choco Dark Chocolate</i> dengan <i>Oat Choco Cocoa Powder</i>	92

BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN

6.1	Kesimpulan	95
6.2	Saran	95
DAFTAR PUSTAKA		97
LAMPIRAN		100

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Klasifikasi Hipertensi	11
Tabel 2.2 Golongan Obat Hipertensi	24
Tabel 2.3 Klasifikasi Tanaman Kakao	32
Tabel 2.4 Jenis Coklat Berdasarkan Kandungan Kakao	40
Tabel 2.5 Kandungan Gizi Coklat Bubuk dan Minuman Coklat	43
Tabel 2.6 Kandungan Gizi Dark Chocolate	45
Tabel 2.7 Kandungan Polifenol	49
Tabel 4.1 Definisi Operasional	63
Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Usia Responden	75
Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin Responden	76
Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Lama Hipertensi Responden	77
Tabel 5.4 Distribusi Frekuensi Status Gizi Responden	78
Tabel 5.5 Distribusi Frekuensi Tingkat Konsumsi Energi dan Natrium	79
Tabel 5.6 Uji Normalitas Data Kolmogorov-Smirnov Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah Perlakuan Pada Kelompok <i>Dark Chocolate</i>	81
Tabel 5.7 Uji Normalitas Data Kolmogorov-Smirnov Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah pada Kelompok <i>Cocoa Powder</i>	83
Tabel 5.8 Hasil Analisis Uji-T Berpasangan Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah Perlakuan pada Kelompok <i>Dark Chocolate</i>	85
Tabel 5.9 Hasil Analisis Uji-T Berpasangan Tekanan Darah Sebelum dan Sesudah Perlakuan pada Kelompok <i>Cocoa Powder</i>	85

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 3.1 Kerangka Konsep Penelitian	56
Gambar 4.1 Langkah-langkah Penelitian	59
Gambar 4.2 Kerangka Kerja Penelitian	64

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Pernyataan Bersedia Menjadi Responden	100
Lampiran 2. Surat Izin Penelitian	101
Lampiran 3. Data Responden Hipertensi Puskesmas Tawang Sari	104
Lampiran 4. Form identitas Responden	107
Lampiran 5. Form <i>SQ-FFQ</i>	108
Lampiran 6. Hasil Uji Statistik	109
Lampiran 7. Resep Pembuatan <i>Oat Choco Dark Chocolate</i>	111
Lampiran 8. Resep Pembuatan <i>Oat Choco Cocoa Powder</i>	112
Lampiran 9. Dokumentasi Penelitian	113
Lampiran 10. Kandungan Gizi <i>Oat Choco</i>	114

DAFTAR SINGKATAN

mmHg : *Milimeter Merkuri (Hydrargyrum)*
SQ-FFQ : *Semi-Quantitative Food Frequency Questionnaire*