

Pengaruh Komsumsi Pisang Ambon Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pra Lansia Hipertensi

Eny Sutria¹, Aulia Insani²

¹ Fakultas Kedokteran dan Ilmu kesehatan, UIN Alauddin Makassar
email: eny.sutria@uin-alauddin.ac.id

² Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, UIN Alauddin Makassar
email: auliainsanilatif5@gmail.com

ABSTRAK

Hipertensi merupakan penyumbang kematian akibat penyakit tidak menular (PTM) yang meningkat dari 41,7% menjadi 60%. Hipertensi merupakan penyebab utama penyakit jantung, gagal ginjal, dan *stroke*. Salah satu terapi non farmakologi yang dapat menurunkan tekanan darah ialah pisang ambon. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh konsumsi pisang ambon dalam menurunkan tekanan darah pada pra lansia hipertensi.

Jenis penelitian yang digunakan ialah *non-equivalent control group design*. Pendekatan sampel yang dipakai adalah sampling non probabilitas dengan metode *purposive sampling*. Banyaknya sampel yang digunakan ialah 20 orang dimana terdiri dari 10 orang kelompok kontrol dan 10 orang kelompok intervensi yang dipilih berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi.

Hasil Uji Mann-Whitney Test data tekanan darah sistolik sebelum dan sesudah diberikan intervensi menunjukkan *p value* 0,000. Dan tekanan darah diastolik sebelum dan sesudah diberikan intervensi menunjukkan *p value* 0,001. Hal ini berarti secara signifikan konsumsi pisang ambon menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolik pada pra lansia hipertensi. Pisang dapat menurunkan tekanan darah karena mengandung kalium tinggi yang dapat menurunkan tekanan darah.

Selain itu pisang ambon juga memiliki aktivitas *Angiotensin Converting Enzim Inhibitor* (ACE-I) di dalam tubuh, yang menghambat kerja enzim angiotensin pada proses peningkatan tekanan darah pada pra lansia hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Kecamatan Pasimasunggu, dengan harapan bahwa masyarakat sebaiknya mengukur tekanan darah secara rutin, hidup dengan pola hidup sehat, dan mereka dapat mengonsumsi pisang untuk mencegah maupun mengontrol tekanan darah mereka.

Kata Kunci: *Pisang Ambon, Hipertensi, Pra lansia*

1. PENDAHULUAN

Secara umum, hipertensi merupakan suatu keadaan tanpa gejala, dimana tekanan darah yang tinggi di dalam arteri menyebabkan meningkatnya risiko terhadap penyakit- penyakit yang berhubungan dengan kardiovaskuler seperti stroke, gagal ginjal, serangan jantung, dan kerusakan ginjal (Sutanto, 2010).

Menurut National *Basic Health Survey* 2013, prevalensi hipertensi pada kelompok usia 15-24 tahun adalah 8,7 persen, pada kelompok usia 25-34 tahun adalah 14,7 persen, 35-44 tahun 24,8 persen, 45-54 tahun 35,6 persen, 55-64 tahun 45,9 persen, 65-74 tahun 57,6 persen, dan lebih dari 75 tahun adalah 63,8 persen.

Pra lansia adalah seseorang yang berusia 45-60 tahun. Seiring bertambahnya usia vaskularisasi pembuluh darah akan menurun maka resiko terkena hipertensi menjadi lebih besar. Seseorang yang beresiko menderita hipertensi adalah usia 45 tahun keatas. Oleh karena itu upaya untuk mengurangi atau mencegah terjadinya hipertensi dapat dilakukan pada usia pra lansia untuk meminimalisir kejadian hipertensi pada lanjut usia. Sedangkan Pra lansia dikabupaten selayar menduduki peringkat umur kedua tertinggi yaitu 21.486 jiwa atau 17,93%.

Selain dengan menggunakan terapi obat-obatan kimia penyakit hipertensi juga dapat dicegah dan diminimalisir dengan pengaturan pola makan yang sehat dan seimbang,

Bila dilihat dari masalah nutrisi, faktor yang turut berperan dalam meningkatnya prevalensi penyakit hipertensi adalah konsumsi kalium yang kurang adekuat atau tidak sesuai dengan rekomendasi jumlah kalium yang harus dikonsumsi perhari.

Pisang adalah buah yang paling populer di seluruh dunia setelah apel dan jeruk. Indonesia merupakan peringkat ke tujuh produsen pisang di dunia yaitu sebesar 6,5 juta ton per tahunnya. Selain itu Indonesia juga memenuhi kebutuhan 50% pisang di Asia dengan daerah

penyumbang terbanyak adalah Lampung. Sulawesi selatan adalah salah satu provinsi yang tingkat produksi pisangnya meningkat tiap tahun yaitu 144.666 pada tahun 2009 dan kemudian meningkat menjadi 186.782 pada tahun 2014, sedangkan Kabupaten Selayar menduduki peringkat ke sembilan untuk produksi buah pisang terbanyak di provinsi Sulawesi Selatan yang produksinya meningkat setiap tahunnya yaitu 331 ton pada tahun 2012 dan meningkat menjadi 517 pada tahun 2013. (regionalinvestment.bkpm.go.id).

Salah satu wilayah dengan insiden hipertensi yaitu sebanyak 391 jiwa (9,68%) di Kecamatan Pasimasunggu Kabupaten Selayar (Harnia,2013). Puskesmas Kecamatan Pasimasunggu merupakan puskesmas yang terletak di daerah kepulauan dimana tenaga kerja dan fasilitas kesehatan di puskesmas ini belum memadai dan perlu untuk ditingkatkan. Menurut data puskesmas Kecamatan Pasimasunggu penderita hipertensi setiap tahunnya meningkat dari tahun 2013 yaitu sebanyak 67 orang, tahun 2014 sebanyak 87 orang dan diprediksi tahun ini meningkat 100 orang dan rata-rata terdapat pada usia 40 tahun keatas. Dengan latar belakang diatas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh konsumsi pisang ambon terhadap penurunan tekanan darah pada Pra lansia hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Pasimasunggu Kabupaten Selayar.

2. METODE

a. Jenis dan desain penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan desain *quasy experimental* Adapun jenis rancangan yang akan digunakan yaitu *non-equivalent control group design*, dimana terdapat dua kelompok eksperimen yang diberi perlakuan berbeda. Desain rencana penelitian ini dapat digambarkan sebagai berikut:

Pre test		Post test
O ₁	X	O ₂

O₃

O₄

pemberian pisang ambon.

Keterangan:

- O1: pre test pada kelompok intervensi sebelum diberikan pisang ambon
 O2: post test pada kelompok intervensi sesudah diberikan pisang ambon
 O3: pre test pada kelompok kontrol tanpa diberikan pisang ambon
 O4: post test pada kelompok kontrol tanpa diberikan pisang ambon
 X: merupakan perlakuan atau intervensi yang diberikan.

b. Populasi dan sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah setiap subjek yang memenuhi karakteristik yaitu penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Pasimasunggu Kabupaten Selayar. Dalam penelitian ini, teknik sampling yang digunakan secara *non probability sampling* dengan teknik *purposive sampling* atau *judgement sampling*.

c. Alur penelitian

Peneliti terlebih dahulu mengumpulkan responden sebanyak 10 orang yang sesuai dengan kriteria inklusi di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Pasimasunggu Kabupaten Selayar. Pemberian konsumsi pisang ambon dilakukan selama 5 hari dengan frekuensi 3 kali sehari yaitu pada pagi hari, siang hari dan sore hari.

Setelah intervensi konsumsi pisang ambon dilakukan, lalu diobservasi tekanan darah pre selanjutnya pemberian intervensi yaitu pada hari kedua sampai hari keenam dan observasi tekanan darah post pada hari ketujuh. Kemudian, setelah kelompok intervensi konsumsi pisang ambon selesai diobservasi, peneliti mengumpulkan kelompok kontrol yang tidak diberikan intervensi pisang ambon sebanyak 10 responden, lalu diobservasi dalam jangka waktu yang sama.

d. Alat dan bahan

Alat dan bahan yang digunakan peneliti dalam penelitian ini adalah tensimeter, pisang ambon dan lembar observasi berisi identitas responden, hasil pengukuran tekanan darah serta

e. Metode Pengumpulan data

1. Wawancara

Data karakteristik responden diperoleh dengan wawancara langsung dengan responden, yang isinya menekankan pada informasi karakteristik yaitu; nama, usia, jenis kelamin dan lain-lain.

2. Pengukuran Observasi

Pengukuran observasi dilakukan melalui lembar observasi. Penurunan tekanan darah dapat diobservasi adalah tekanan darah sebelum dan sesudah intervensi serta tekanan darah sebelum dan sesudah tanpa intervensi.

f. Analisis Data

a. Analisa Univariat

Analisa univariat dilakukan terhadap variabel dari hasil penelitian menghasilkan distribusi frekuensi dari tiap variabel yang diteliti.

b. Analisa Bivariat

Setelah data-data tersebut ditabulasi, maka dilakukan interpretasi terhadap data yang terkumpul dengan menggunakan komputerisasi. Rumus statistik yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *paired T-test*, *Wilcoxon Signed Ranks Test* dan *Mann-Whitney* untuk mengetahui perbedaan masing-masing variabel kelompok perlakuan dan kelompok kontrol.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Karakteristik Responden

Table 3.1
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin, Dan Pekerjaan Pada Pra lansia yang Mengalami Hipertensi

Karakteristik Responden	Kelompok Responden		Total			
	Perlakuan	Kontrol				
	f	%	f	%	F	%

Umur						
45-50	7	35	3	15	10	
50						
51-55	2	10	4	20	6	
30						
56-60	1	5	3	15	4	
20						
Jumlah	10	50	10	50	20	
100						
Jenis Kelamin						
Laki-laki	2	10	4	20	6	
30 Perempuan	8	40	6	30	14	
70						
Jumlah	10	50	10	50	20	100
<hr/>						
Pekerjaan						
IRT	8	40	6	30	14	70
Petani	2	10	4	20	6	30
Jumlah	10	50	10	50	16	100

Sumber : data primer, 2015

Berdasarkan table 3.1 diatas, menunjukkan bahwa distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat usia adalah sebagian besar responden berusia antara 45-50 tahun yaitu sebanyak 10 orang atau 50%. Distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin sebagian besar perempuan dengan jumlah 14 responden atau 70%. Distribusi frekuensi responden berdasarkan pekerjaan adalah sebanyak 14 orang responden atau 70% bekerja sebagai ibu rumah tangga

2. Analisis Univariat

Tabel 3.2

Perbandingan Tekanan Darah Pada Kelompok Perlakuan Dengan Kelompok Kontrol Sebelum Perlakuan (Pre Test)

Variabel (Tekanan Darah Pre test)			
Perlakuan		Kontrol	
Sistol (mmHg)	diastol (mmHg)	Sistol (mmHg)	diastole (mmHg)
140	90	140	90
150	90	150	100
150	90	140	90
140	80	150	90
130	80	140	90
130	80	130	80
140	90	140	80
130	90	150	90
140	90	140	90
140	90	160	100

Mean
139 89 144 90

Sumber : Data Primer, 2015

Berdasarkan tabel 3.2 terlihat bahwa tekanan darah pra lansia pada saat Pre- Test pada kelompok perlakuan sistole yang paling tinggi adalah 150 dengan *mean* 139 dan diastol yang paling tinggi adalah 90 dengan *mean* 89. Sedangkan tekanan darah pada kelompok kontrol sistol yang paling tinggi adalah 160 dengan *mean* 144 dan diastole yang paling tinggi adalah 100 dengan *mean* 90. Berdasarkan hal tersebut dapat diketahui bahwa terdapat perbedaan mean antara kelompok perlakuan dengan kelompok kontrol, dimana pada kelompok kontrol lebih tinggi dari pada kelompok kontrol.

Tabel 3.3

Perbandingan Tekanan Darah Pada Kelompok Perlakuan Dengan Kelompok Kontrol Setelah Perlakuan (Pre Test)

Variabel (Tekanan Darah Pre test)				
Perlakuan		Kontrol		
Sistol (mmHg)	diastol (mmHg)	Sistol (mmHg)	diastole (mmHg)	
120	80	140	90	
130	80	150	100	
110	70	140	90	
120	80	150	90	
120	70	150	90	
110	70	130	80	
1420	80	140	80	
110	80	150	90	
120	80	140	90	
120	80	160	100	
Mean	120	77	145	90

Sumber : Data Primer, 2015

Berdasarkan tabel 3.3 terlihat bahwa tekanan darah pra lansia pada saat Post- Test pada kelompok perlakuan sistole yang paling tinggi adalah 130 dengan mean 120 dan diastol yang paling tinggi adalah 80 dengan mean 77. Sedangkan tekanan darah pada kelompok kontrol sistol yang paling tinggi adalah 160 dengan mean 145 dan diastole yang paling tinggi adalah 100 dengan mean 90. Berdasarkan hal tersebut dapat diketahui bahwa terdapat

perbedaan mean bermakna antara kelompok perlakuan dengan kelompok kontrol, dimana pada kelompok perlakuan memiliki tekanan darah lebih rendah dibanding kelompok kontrol.

3. Analisis Bivariat

Tabel 3.4
Hasil Uji Perbandingan Tekanan Darah Pre Test Dan Post Test Pada Kelompok Kontrol (*Paired T-Test dan Wilcoxon Signed Ranks Test*)

Tekanan darah	Pre test mmHg	ost test mmHg	P
Mean Sistol	144	145	.343
Mean Diastol	90	90	1.,000

Uji *Wilcoxon Signed Ranks Test*.

Setelah dilakukan Uji *T-Paired Test* didapatkan p-value pada kelompok kontrol (pre-post test sistol) sebesar 0.343 atau $p > 0.05$ berarti tidak ada pengaruh variabel kelompok kontrol (sistol) terhadap penurunan tekanan darah. Kemudian dilakukan Uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* didapatkan p-value pada kelompok kontrol (pre-post test diastol) sebesar 1.000 atau $p > 0.05$ berarti tidak ada pengaruh variabel kelompok kontrol (diastol) terhadap penurunan tekanan darah

Tabel 3.5
Hasil Uji Perbandingan Tekanan Darah Pre Test Dan Post Test Pada Kelompok Intervensi (*Wilcoxon Signed Ranks Test*)

Tekanan darah	Pre test mmHg	Post test mmHg	P
Mean Sistol	139	120	,018
Mean Diastol	89	77	,004

Uji *Wilcoxon Signed Ranks Test*

Hasil Uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* pada tekanan darah pre dan post test (sistol) pada kelompok intervensi didapatkan p-value 0.018 atau $p < 0.05$ berarti ada pengaruh variabel kelompok intervensi (sistol) terhadap

penurunan tekanan darah. Sedangkan Hasil Uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* pada tekanan darah pre dan post test (diastol) pada kelompok intervensi didapatkan p-value 0.04 atau $p < 0.05$ berarti ada pengaruh variabel kelompok intervensi (diastol) terhadap penurunan tekanan darah. Untuk melihat pengaruh variabel independen dan variabel dependen maka dilakukan uji *Mann-Whitney*.

Tabel 3.6
Hasil Uji Perbandingan Tekanan Darah Post Test Pada Kelompok Intervensi Dan Kelompok Kontrol (*MannWhitney*)

TD Sistole	Perlakuan		Kontrol		Total		P
	F	%	F	%	F	%	
Meningkat	0	0	1	5	1	5	.000
Tetap	0	50	9	45	9	45	
Menu run	10	50	0	0	10	50	

TD Diastol	Perlakuan		Kontrol		Total		P
	F	%	F	%	F	%	
Meningkat	0	0	1	5	1	5	.001
Tetap	0	50	9	45	9	45	
Menu run	10	50	0	0	10	50	

Setelah dilakukan Uji *Mann-Whitney* didapatkan p-value pada Post test (sistol) kontrol dan intervensi sebesar 0.000 atau $p < 0.05$ berarti ada perbedaan yang sangat bermakna antara kelompok kontrol dan kelompok intervensi (sistol) pada Post test atau ada pengaruh pengaruh variabel kelompok intervensi terhadap penurunan tekanan darah (sistol).

Sedangkan hasil Uji *Mann-Whitney* didapatkan p-value pada Post test (diastol)

kontrol dan intervensi sebesar 0.001 atau $p < 0.05$ berarti ada perbedaan yang sangat bermakna antara kelompok kontrol dan intervensi (diastol) pada Post test. atau ada pengaruh pengaruh variabel kelompok intervensi terhadap penurunan tekanan darah (diastol).

c. PEMBAHASAN

Distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat usia adalah sebagian besar responden berusia antara 45-50 tahun yaitu sebanyak 10 orang atau 50% sedangkan yang berusia 51-55 tahun yaitu sebesar 6 orang atau 30% dan yang berusia 56-60 sebanyak 4 orang atau 20%. Dengan Mann-Whitney Test didapatkan P value = 0,476 yang menunjukkan bahwa P value $> 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan bermakna rentang umur responden antara kelompok perlakuan dengan kelompok kontrol.

Berdasarkan hasil pengukuran tekanan darah pada masing-masing sampel didapatkan bahwa perbedaan umur mempengaruhi tekanan darah para sampel semakin tinggi umur sampel maka tekanan darahnya semakin tinggi dan sebaliknya. Hal ini disebabkan karena semakin bertambahnya usia maka elastisitas pembuluh darah semakin berkurang dan terjadinya penyempitan pembuluh darah sehingga darah memerlukan tekanan yang tinggi untuk mengalir keseluruh tubuh.

Distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin laki-laki adalah sebanyak 6 responden atau 30% dan 14 responden atau 70% berjenis kelamin perempuan. Untuk mengetahui perbedaan rerata jenis kelamin responden digunakan uji alternative non parametrik Mann-Whitney dan didapatkan P value = 0,342 yang menunjukkan bahwa P value $> 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan bermakna jenis kelamin responden antara kelompok perlakuan dengan kelompok kontrol.

Distribusi frekuensi responden berdasarkan pekerjaan adalah sebanyak 14 orang responden atau 70% bekerja sebagai ibu rumah tangga dan 6 orang responden atau 30% bekerja sebagai petani. Berdasarkan hasil pengukuran tekanan

darah pada masing-masing sampel menunjukkan bahwa pekerjaan tidak mempengaruhi tekanan darah para sampel. Dan berdasarkan uji alternative non parametrik Mann-Whitney didapatkan P value = 0,342 yang menunjukkan bahwa P value $> 0,05$ tidak ada perbedaan bermakna pekerjaan responden antara kelompok perlakuan dengan kelompok kontrol.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa semua responden pada kelompok kontrol tidak mengalami penurunan tekanan darah, baik tekanan darah sistol maupun tekanan darah diastol. Hal ini terjadi karena pada kelompok kontrol tidak diberikan intervensi ataupun melakukan tindakan penanganan untuk menurunkan tekanan darah.

Tekanan darah responden penelitian *pretest* pada kelompok perlakuan dengan nilai tertinggi 150/90 mmHg dan nilai terendah 130/80 mmHg dengan rata-rata tekanan darah *pretest* pada sistol 139 mmHg dan pada diastol 87 mmHg. Sedangkan hasil pengukuran tekanan darah *posttest* pada kelompok intervensi dengan nilai tertinggi 130/80 mmHg dan nilai terendah 110/70 mmHg dengan rata-rata tekanan darah *pretest* pada sistol 120 mmHg dan pada diastol 77 mmHg.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa semua responden pada kelompok perlakuan mengalami penurunan tekanan darah selama diberikan intervensi konsumsi pisang ambon selama lima hari berturut-turut. Selanjutnya untuk mengetahui hasil perbandingan antara tekanan darah *pretest* dan *posttest* pada kelompok perlakuan dilakukan Uji Wilcoxon Signed Ranks Test untuk tekanan darah sistol dan diastol. Hasil Uji Wilcoxon Signed Ranks Test untuk tekanan darah sistole didapatkan p value = 0.018 atau $p < 0.05$ artinya ada pengaruh signifikan terhadap penurunan tekanan darah sistol pada kelompok intervensi. Uji Wilcoxon Signed Ranks Test yang selanjutnya untuk mengetahui perbedaan tekanan darah diastol pre dan *posttest* kelompok intervensi menunjukkan p value = 0.004 atau $p < 0.05$ artinya ada pengaruh signifikan atau perbedaan bermakna terhadap penurunan tekanan darah diastol pada kelompok intervensi.

Berdasarkan hasil uji statistik mengenai karakteristik responden antara kelompok kontrol dan kelompok intervensi didapatkan bahwa tidak ada perbedaan bermakna mengenai karakteristik responden pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

Untuk mengetahui hasil uji perbandingan antara kelompok kontrol dan kelompok intervensi setelah diberikan konsumsi pisang ambon selama lima hari berturut-turut (posttest) maka dilakukan uji *Mann-Whitney Test*. Hasil uji *Mann-Whitney Test* untuk tekanan darah sistol posttest antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol didapatkan nilai $p=0.000$ atau $p<0.05$ artinya ada pengaruh signifikan kelompok intervensi terhadap penurunan tekanan darah sistol atau konsumsi pisang ambon berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah pra lansia. Selanjutnya hasil uji *Mann-Whitney Test* untuk tekanan darah diastol posttest antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol didapatkan nilai $p=0.004$ atau $p<0.05$ artinya ada pengaruh signifikan kelompok intervensi terhadap penurunan tekanan darah diastol atau konsumsi pisang ambon berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah pra lansia.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Lizel Rachel dkk. yang berjudul Pengaruh Terapi Diet Pisang Ambon Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Klien Hipertensi Di Kota Bitung. menunjukkan bahwa terjadi penurunan tekanan darah setelah responden diberikan terapi diet pisang ambon sebanyak 3 buah sehari selama 3 hari. Masing-masing penurunan rerata tekanan darah sistolik maupun diastolik ialah sebesar 9,545 mmHg dan 9,091 mmHg. Selain itu terdapat juga penelitian yang dilakukan oleh Menti Juliana Pandiangan, jurusan keperawatan universitas advent indonesia dengan judul "Pengaruh Konsumsi Buah Pisang Ambon Terhadap Tekanan Darah Pada Mahasiswi Pre hipertensi Di Universitas Advent Indonesia. Hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya pengaruh yang signifikan dari mengkonsumsi buah pisang ambon terhadap tekanan darah sistol dan diastol

pada mahasiswi prehipertensi di UNAI Bandung.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa konsumsi pisang ambon sangat efektif untuk menurunkan tekanan darah. Penurunan tekanan darah disebabkan karena pisang ambon banyak mengandung tinggi kalium dan rendah natrium. Kalium membantu menjaga tekanan osmotik diruang intrasel sedangkan natrium menjaga tekanan osmotik dalam ruang ekstrasel sehingga kadar kalium yang tinggi dapat meningkatkan ekskresi natrium dalam urin (natriuresis), sehingga dapat menurunkan volume darah dan tekanan darah, namun sebaliknya penurunan kalium dalam ruang intrasel menyebabkan cairan dalam ruang intrasel cenderung tertarik keruangan ekstrasel dan retensi natrium dikarenakan respon dari tubuh agar osmolalitas pada kedua kompartemen berada pada titik ekuilibrium namun hal tersebut dapat meningkatkan tekanan darah (Winarno,2009).

Selain itu pisang ambon juga memiliki aktivitas *Angiotensin Converting Enzim Inhibitor* (ACE-I) di dalam tubuh. Sesuai dengan namanya, zat ini menghambat kerja enzim angiotensin pada proses peningkatan tekanan darah sehingga baik untuk penderita hipertensi. (Sarkar C, 1999)

Hasil penelitian ini sesuai dengan firman Allah dalam Al-Quran surah An-Nahl Ayat 69 yang menjelaskan bahwa buah-buahan merupakan obat bagi suatu penyakit.

ثُمَّ كُلِي مِن كُلِّ الثَّمَرَاتِ فَاسْلُكِي سُبُلَ رَبِّكِ ذُلُلًا يَخْرُجُ مِنْ
بُطُونِهَا شَرَابٌ مُّخْتَلِفٌ أَلْوَانُهُ فِيهِ شِفَاءٌ لِّلنَّاسِ إِنَّ فِي ذَٰلِكَ لَآيَةً لِّقَوْمٍ
يَتَفَكَّرُونَ ﴿١٦﴾

Terjemahnya:

Kemudian makanlah dari segala jenis bunga-bunga dan buah-buahan (yang engkau sukai), serta turutlah jalan-jalan peraturan Tuhanmu yang diilhamkan dan dimudahkannya kepadamu". (Dengan itu) akan keluarlah dari dalam badannya minuman (madu) yang berlainan warnanya, yang mengandung penawar bagi manusia (dari berbagai-bagai penyakit). Sesungguhnya pada yang demikian itu, ada

tanda (yang membuktikan kemurahan Allah) bagi orang-orang yang mau berfikir.

Ayat ini menjelaskan bahwa beberapa jenis bunga-bunga dan buah-buahan yang mengandung penawar bagi manusia dari berbagai penyakit. Dan buah pisang adalah salah satu diantara buah-buahan yang disebutkan dalam Al-Quran. Dimana buah pisang ambon mempunyai banyak manfaat, salah satunya adalah dapat menurunkan tekanan darah.

Surah ini disebut juga "An-Ni'am" artinya nikmat-nikmat, karena di dalamnya Allah menyebutkan berbagai macam nikmat untuk hamba-hamba-Nya. Salah satunya pada Ayat 69 yang menjelaskan bahwa ada bermacam-macam bunga dan buah-buahan yang dapat menjadi penawar bagi suatu penyakit. Selain itu dari sari-sari bunga tersebut dapat tercipta madu yang mempunyai banyak manfaat untuk kesehatan.

d. KESIMPULAN

1. Ada hubungan antara konsumsi pisang ambon dengan penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi dimana hasil uji Mann-Whitney Test diperoleh $p=0.000$ (tekanan darah sistol) dan 0.001 (tekanan darah diastol) atau $p\text{ value} < 0.05$ yang artinya ada hubungan yang signifikan.
2. Tidak ada hubungan signifikantekanan darah pada (kelompok kontrol) dimana hasil Uji T Paired dan uji Wilcoxon Signed Ranks Test didapatkan nilai $p=0.343$ (tekanan darah sistol) dan 1.000 (tekanan darah diastol) atau $p\text{ value} > 0.05$

e. REFERENSI

Al-Qur'an dan terjemahannya. 2010. Departemen RI. An-Nahl Ayat 69

Al-Qur'an dan terjemahannya. 2010. Departemen RI. An-Nahl Ayat 70

Harnia. 2013. *Pengaruh Latihan Fisik Teratur Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Kelurahan Benteng Kabupaten Kepulauan Selayar.*

Skripsi. Jurusan Keperawatan. Unhas

Hidayat.2008. *Metode Penelitian Keperawatan Dan Teknik Analisa Data.*Jakarta: Salemba Medika

Lizel Rachel Tangkilisan., Sunny Kalangi., Gresty Masi. 2013. *Pengaruh Terapi Diet Pisang Ambon Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Klien Hipertensi Di Kota Bitung.* Jurnal Keperawatan. Universitas Samratulangi

Maryam, Siti. 2008. *Mengenal Usia Lanjut dan Perawatanya.* Jakarta: Salemba Medika.

Menti Juliana. *Pengaruh Konsumsi Pisang Ambon Terhadap Tekanan Darah Pada Mahasiswa Prehipertensi Di Universitas Advent Indonesia Bandung.* Jurnal keperawatan. universitas advent indonesia bandung

Regionalinvestment.bkpm.go.id

Sarkar C, 1999. Effect of banana on cold stress test and peak expiratory flow ratein healthy volunteers.Findarticles.com/p/articles/mi_qa3867/is_/ai_n8860447. June 21st 1999

Sutanto. 2010. *Cegah & Tangkal Penyakit Modern.* Yogyakarta: Andi

WHO, 2011, Regional Office for South-East Asia. Departement of Sustainable Development and Healthy Enviroments, Non Communicable Disease: Hypertension, <http://www.searo.int/> diakses 5 Januari 2014

Winarno, F. G., S. 2009. *Pengantar Teknologi Pangan.* Gramedia: Jakarta

