



Implementasi Pemberian Teh Rosela terhadap Penurunan Tekanan Darah Tinggi dengan Hipertensi di Kelurahan Kebon Pala

Braviero Boyadewa¹ Nawang pujiastuti² Khaerul Amri³

^{1,2,3} Fakultas Ilmu Kesehatan, Prodi D3 Studi Keperawatan

Universitas Dirgantara Marsekal Suryadarma, Jakarta 13610, Indonesia

Info Artikel	ABSTRAK
<p>Histori Artikel: Diajukan: 3 Maret 2025 Direvisi: 21 April 2025 Diterima: 1 Mei 2025</p> <hr/> <p>Kata kunci: Hipertensi Teh Bunga Rosela Kelurahan Kebon Pala</p>	<p>Hipertensi merupakan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg, hipertensi disebut juga dengan tekanan darah tinggi. Banyak metode pengobatan untuk mengobati hipertensi muncul sebagai hasil kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi termasuk penggunaan obat-obatan tradisional seperti kayu manis (<i>cinnamomum zeylanicum</i>) dan bunga rosela (<i>Hibiscus sabdariffa</i>). Tanaman seperti <i>Hibiscus Sabdariffa</i> (HS) kaya akan manfaat kesehatan antara lain antioksidan, dan efek antidislipidemia. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh terapi teh rosela pada keluarga yang anggotanya menderita hipertensi. Jenis penelitian yang akan diterapkan pada penelitian ini adalah deskriptif dengan pendekatan studi kasus model deskriptif komparatif. Kasus penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas implementasi teh rosela terhadap penurunan tekanan darah. penelitian ini menggunakan pasien yang menderita penyakit hipertensi di kelurahan kebon pala dengan 2 subjek responden yang telah memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Setelah dilakukan pemberian terapi non-farmakologi teh rosela selama 7 hari pasien menunjukkan adanya perubahan tekanan darah rata-rata penurunan sistole 12 mmHg dan diastole 10 mmHg. Terapi pemberian teh rosela dapat menurunkan tekanan darah pada keluarga yang menderita hipertensi derajat 1 menjadi normal-tinggi.</p>
<p>Keywords: <i>Hypertension</i> <i>Roselle flower tea</i> <i>Kebon Pala Village</i></p>	<p><i>Hypertension is a systolic blood pressure of more than 140 mmHg and a diastolic blood pressure of more than 90 mmHg, hypertension is also called high blood pressure. Many treatment methods for treating hypertension have emerged as a result of advances in science and technology including the use of traditional medicines such as cinnamon (<i>cinnamomum zeylanicum</i>) and roselle flowers (<i>Hibiscus sabdariffa</i>). Plants such as <i>Hibiscus Sabdariffa</i> (HS) are rich in health benefits including antioxidants and antidyislipidemia effects. The aim of this research is to determine the effect of roselle tea therapy on families whose members suffer from hypertension. The type of research that will be applied in this research is descriptive with a comparative descriptive model case study approach. This research case aims to determine the effectiveness of the implementation of rosella tea on lowering blood pressure. this study used patients suffering from hypertension in the Kebon Pala sub-district with 2 respondent subjects who met the inclusion and exclusion criteria. : After administering nonpharmacological therapy with roselle tea for 7 days, the patient showed changes in blood pressure. in blood pressure. average decrease in systolic blood pressure of 12 mmHg and dyastolic blood pressure 10 mmHg. Roselle tea therapy can reduce blood pressure in families suffering from grade 1 hypertension to normal-high.</i></p>
<p>Penulis Korespondensi: Braviero Boyadewa Email : boyadewabraviero@gmail.com</p>	<p>Copyright © 2025 Author(s). All rights reserved</p>

I. PENDAHULUAN

Hipertensi merupakan penyebab kematian ketiga di Indonesia setelah stroke dan penyakit jantung, yaitu sebesar 6,7% dari seluruh kematian. Indonesia akan memiliki dua kali lebih banyak orang tua usia 55-65 antara tahun 2015 dan 2050, naik dari 12% menjadi 22%. Ini akan mencakup 900 juta orang hingga 2 miliar orang yang berusia 60 tahun, dengan 125 juta orang yang berusia 80 tahun atau lebih (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2017). Menurut data Badan Pusat Statistik Kepulauan Riau pada tahun 2016 (Profil Dinas Kesehatan Kota Batam, 2017), terdapat 46.686 orang lanjut usia yang tinggal di Kota Batam pada tahun 2017. Satu dari tiga orang secara global, atau 1,13 miliar orang, telah terdiagnosis menderita hipertensi, menurut data Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) pada tahun 2015. Menurut perkiraan, jumlah penderita hipertensi diperkirakan akan meningkat setiap tahunnya, mencapai 1,5 miliar pada tahun 2025. Selain itu, diperkirakan menjadi penyebab penyakit hipertensi. 9,4 juta kematian setiap tahunnya akibat komplikasi terkait hipertensi (Fitri, 2020).

Terapi farmakologis yang melibatkan penggunaan obat-obatan, dan terapi nonfarmakologis merupakan dua bentuk terapi yang dapat digunakan untuk mengatasi hipertensi (Abdi Z.E, 2015). Obat yang digunakan sebagai terapi adalah Penghambat enzim pengonversi angiotensin, penghambat beta, penghambat atau antagonis saluran kalsium, penghambat reseptor angiotensin II, dan diuretik. Dibandingkan pengobatan non farmakologi, pengobatan farmakologi mempunyai efek yang lebih cepat. Namun dibandingkan pengobatan non farmakologi, pengobatan farmakologi mempunyai efek samping yang lebih banyak. Peningkatan produksi urin dan disfungsi ereksi adalah dua konsekuensi dari diuresis, efek samping obat antihipertensi. Efek samping kronis berpotensi mengakibatkan kematian dan penyakit berat (Fitri, 2020). Banyak metode pengobatan untuk mengobati hipertensi muncul sebagai hasil kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi, termasuk penggunaan obat-obatan tradisional seperti kayu manis (*Cinnamomum zeylanicum*) dan bunga rosela (*Hibiscus sabdariffa*). Tanaman seperti *Hibiscus sabdariffa* (HS) kaya akan manfaat kesehatan, antara lain antioksidan, sifat antihipertensi, dan efek antidiislipidemia.

Hibiscus sabdariffa Linn, biasa disebut dengan Rosella, merupakan salah satu spesies kembang sepatu. Afrika adalah negara asal rosella. Tanaman yang dikenal dengan nama rosella ini mampu bertahan pada suhu berkisar antara 10 hingga 600 meter di atas permukaan laut di daerah tropis dan subtropis. Ini akan tumbuh subur jika ditanam pada suhu antara 20 dan 30 derajat Celcius. Setelah ditanam, tanaman rosella ini akan berbunga dalam waktu dua hingga tiga bulan. Tanaman yang berumur 5-6 bulan sudah bisa dipanen. Bunga rosella mengandung gossypetin, antosianin, dan hibisci glukosida sebagai bahan aktif utamanya. Bunga rosella mendapatkan warna merah tua dari kandungan antosianin yang dikandungnya. Bahan kimia antiosanine yang termasuk dalam golongan flavonoid mempunyai kemampuan untuk menurunkan tekanan darah.

Tanaman ini biasanya ditemukan di daerah tropis dan dapat tumbuh setinggi 300 cm. Karena bunga rosela mengandung bahan kimia antosianin, maka diketahui dapat menurunkan tekanan darah berdasarkan artikel penelitian sebelumnya (Andika, Rompas & Mulyadi, 2022). Menurut penelitian tambahan, rebusan bunga rosela dapat menurunkan tekanan darah diastolik dan sistolik secara signifikan (Lismayanti et al, 2023). Selain itu, penelitian Hendi Roehandi (2008), "Efektivitas Pemberian Rosella dan Pengobatan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Panti Werdha Pengasih Kota Tasikmalaya" yang melibatkan 40 responden, senada dengan temuan penelitian ini. 20 responden menerima rebusan rosella, dan 20 lainnya mengonsumsi lima miligram astrapin sekali sehari selama tujuh hari. Penderita hipertensi menunjukkan penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik yang signifikan ketika meminum teh Rosella.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di 3 RT wilayah RW 11 Kelurahan Kebon Pala Kecamatan Makassar, kota Jakarta Timur, didapatkan data 22 orang yang menderita hipertensi. Peneliti juga mengelompokkan kategori hipertensi di wilayah tersebut sehingga mendapatkan hasil 10 orang menderita hipertensi berat, 10 orang menderita hipertensi sedang dan 2 orang menderita hipertensi ringan. Peningkatan promosi kesehatan melalui KIE (komunikasi, informasi, dan edukasi) serta perilaku CERDIK dan OBEY yaitu meningkatkan pencegahan dan pengendalian hipertensi berbasis komunitas melalui kesadaran diri melalui pemeriksaan tekanan darah rutin dan meningkatkan layanan kesehatan yang berfokus pada hipertensi hanyalah dua cara untuk meningkatkan upaya pencegahan dan pengendalian hipertensi berbasis komunitas (Achjar, 2012). Selain itu, pemerintah juga

telah melaksanakan berbagai program dengan tujuan memperluas cakupan Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama (FKTP), memperlancar proses rujukan, dan meningkatkan kualitas layanan yang diberikan. Melalui Pelayanan Terpadu (PANDU) Penyakit Tidak Menular (PTM), inisiatif ini salah satunya bertujuan untuk mencegah komplikasi penyakit hipertensi, khususnya penyakit jantung dan pembuluh darah (PTM) di FKTP. Selain itu, Posbindu PTM yang diselenggarakan oleh tempat kerja atau lembaga juga mendorong masyarakat untuk mengidentifikasi faktor risiko hipertensi (Musakkar & Djafar, 2020). (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2019) Terapi farmakologis yang melibatkan penggunaan obat-obatan, dan terapi nonfarmakologis merupakan dua bentuk terapi yang dapat digunakan untuk mengatasi hipertensi.

Hasil-hasil penelitian (*evidence-based practice*) diatas bisa dijadikan dukungan untuk perawat terlibat dalam terapi komplementer pemberian teh rosella dalam menurunkan tekanan darah. Peran yang dapat diberikan perawat adalah pemberian terapi komplementer sesuai dengan kemampuan dan kewenangan perawat. Kebutuhan masyarakat yang meningkat dan berkembangnya penelitian terhadap terapi komplementer menjadi peluang perawat untuk berpartisipasi sesuai kebutuhan masyarakat.

II. METODE

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan pendekatan studi kasus yang bertujuan untuk mengevaluasi pengaruh pemberian teh rosela (*Hibiscus sabdariffa*) terhadap penurunan tekanan darah pada keluarga dengan hipertensi (Imelda, & Wiratami Sandy, 2019). Penelitian dilakukan secara langsung kepada dua responden yang mengalami hipertensi derajat 1 dan berdomisili di RW 11 Kelurahan Kebon Pala, Jakarta Timur. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi tekanan darah sebelum dan sesudah intervensi, yang dilaksanakan selama tujuh hari berturut-turut.

Sebelum intervensi dilakukan, responden diseleksi berdasarkan kriteria inklusi, yaitu: berusia \geq 30 tahun, terdiagnosis hipertensi derajat 1 dengan tekanan darah sistolik 140–159 mmHg atau diastolik 90–99 mmHg, tidak sedang mengonsumsi obat antihipertensi secara rutin dalam tiga hari terakhir, serta bersedia mengikuti prosedur intervensi dan observasi secara penuh. Setelah memenuhi kriteria tersebut, masing-masing responden dilakukan pengukuran tekanan darah (*pretest*) sebagai data awal.

Intervensi dilakukan dengan memberikan rebusan teh rosela yang dikonsumsi satu kali setiap hari (\pm 200 ml) selama tujuh hari berturut-turut pada waktu yang sama setiap harinya. Rebusan disiapkan dengan takaran standar (5 gram kelopak rosela kering direbus dalam 200 ml air panas selama 5–10 menit tanpa tambahan pemanis). Setelah tujuh hari, dilakukan pengukuran tekanan darah kembali (*posttest*) untuk melihat perubahan yang terjadi.

Tekanan darah diukur menggunakan alat tensimeter digital otomatis yang telah dikalibrasi sebelumnya. Hasil pengukuran dicatat setiap hari untuk memantau tren tekanan darah selama periode intervensi. Analisis data dilakukan secara deskriptif dengan membandingkan nilai tekanan darah sebelum dan sesudah intervensi pada masing-masing subjek untuk melihat adanya penurunan yang signifikan secara klinis.

III. HASIL DAN DISKUSI

Penelitian dilaksanakan di wilayah RW11 Kelurahan Kebon Pala, Kecamatan Makasar, Kota Jakarta Timur. Studi Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 03 Juni - 09 Juni 2024. Subjek pertama adalah Ny. K yang berusia 59 tahun pekerjaan sebagai ibu rumah tangga, pendidikan terakhir SMA. Tinggal bersama Tn. U (kepala keluarga) dengan tipe keluarga inti bersama kedua anak. Ny. K telah di diagnosa (hipertensi sejak 5 tahun). Berdasarkan hasil pengecekan tekanan darah di dapatkan hasilnya 148/93 mmHg (kategori hipertensi ringan). Subjek ke- 2 adalah Ny. A berusia 56 tahun pekerjaan sebagai ibu rumah tangga, pendidikan terakhir SMA. Tn. K sebagai kepala keluarga dan tipe keluarga adalah keluarga inti. Ny. A telah didiagnosis hipertensi sejak 10 tahun, saat ini kategori hipertensi ringan, berdasarkan hasil pengecekan tekanan darah di dapatkan hasilnya 146/92 mmHg.

Kedua subjek pada penelitian ini sama-sama memiliki masalah kesehatan Hipertensi dengan derajat ringan. Diagnosa keperawatan pada Ny. K dan Ny. A adalah manajemen kesehatan keluarga tidak efektif didukung dengan data Ny. K dan Ny. A sudah menderita hipertensi cukup lama tapi tidak

teratur minum obat farmakologis. Kedua subjek lebih mempercayai pengobatan alternatif dan tradisional. Perencanaan yang diprioritaskan untuk kedua subjek penelitian adalah cara merawat anggota keluarga dengan Hipertensi. Perawatan yang diprioritaskan pada penelitian ini adalah pemberian rebusan teh rosela yang dilakukan selama 7 hari.

Penyiapan teh rosella dan pelaksanaan dilakukan oleh peneliti dengan kesepakatan dengan subjek penelitian. Pemberian rebusan teh rosella dilakukan pada pagi hari sekitar jam 07.00-08.00 WIB. dimana keluarga diharapkan mampu merawat anggota dengan masalah kesehatan hipertensi. Implementasi ditekankan pada pemberian obat tradisional pendukung yaitu rebusan teh rosella selama 7 hari yang disiapkan oleh peneliti. Selama 7 hari pemberian teh rosella, kedua subjek mematuhi dan meminum yang disiapkan oleh peneliti. Peneliti tidak menemukan kendala yang berarti.\

Evaluasi asuhan keperawatan pada kedua subjek lebih ditekankan pada kriteria penurunan tekanan darah. Tekanan darah kedua subjek setelah penerapan rebusan teh rosella mengalami penurunan. Tekanan darah subjek ke-1 yaitu Ny. K adalah 134/82 mmHg dan subjek ke-2 yaitu Ny. A adalah 136/83 mmHg. Kedua subjek mengalami penurunan tekanan darah setelah dilakukan implementasi pemberian teh rosella selama 7 hari berturut-turut. Data yang disajikan dalam bentuk narasi dan tabel. Dari hasil sebelum dan sesudah diberikannya terapi teh bunga rosela ditunjukkan Tabel 1.

Tabel 1. Hasil Pemeriksaan Tekanan Darah

NO.	Inisial Responden	Sebelum	Sesudah
1.	Ny. K	148/93 mmHg	134/82 mmHg
2.	Ny. A	146/92 mmHg	136/83 mmHg

Berdasarkan tabel dapat disimpulkan bahwa kedua subjek penelitian pada Ny. K dan Ny. A sebelum dilakukan terapi pemberian teh rosela mendapatkan hasil >140 mmHg, masuk kategori hipertensi derajat 1. Peningkatan tekanan darah pada responden terjadi karena belum bisa mengontrol pol hidup sehat seperti, makan makanan tinggi garam dan lemak, stress dan kurangnya aktivitas fisik. Terapi pemberian teh rosela dapat menurunkan tekanan darah pada Ny. K dengan 134/82 mmHg dan Ny. A dengan 136/83 mmHg. Penelitian ini dilakukan selama 7 hari dan dikonsumsi setiap pagi hari dapat menurunkan tekanan darah dari tekanan darah tinggi hipertensi derajat I menjadi tekanan darah normal-tinggi. Dapat disimpulkan bahwa Ny. K tekanan darah sebelum dilakukan pemberian teh rosela 148/93 mmHg dan Ny. A 146/92 mmHg. Setelah dilakukan pemberian terapi teh rosela terjadi penurunan rata-rata sistole 12 mmHg dan diastole 10 mmHg. Penelitian ini dilakukan selama 7 hari dapat menurunkan tekanan darah dari tekanan darah tinggi hipertensi derajat I menjadi tekanan darah normal-tinggi.

Hasil penelitian ini didukung dengan beberapa penelitian seperti yang ditemukan oleh Anshari (2020) tentang komplikasi hipertensi dan faktor yang berhubungan dengan kejadian hipertensi. Wanita yang sudah menopause memiliki kecenderungan angka kejadian hipertensi lebih tinggi daripada laki-laki. Pada Wanita menopause, kadar okstrogen menurun diikuti dengan penurunan kadar HDL. Responden pada penelitian ini dimungkinkan juga mengalami dampak penurunan ekstogen yang diikuti dengan penurunan HDL. Sehingga ditimbulkan Ketika HDL rendah dan Low Density Lipoprotein (LDL) tinggi terjadinya atherosclerosis sehingga tekanan darah dapat menjadi tinggi. Menurut Novianingtyas (2014) dan Putra (2016) dalam penelitiannya menemukan bahwa perempuan lebih rentan mengalami hipertensi karena perempuan cenderung akan mengalami peningkatan resiko tekanan darah tinggi setelah menopause yaitu pada usia diatas 45 tahun. Salah satu penyakit yang sering muncul pada wanita menopause adalah hipertensi. Hal ini disebabkan pada wanita menopause terjadi penurunan kadar hormon estrogen.

IV. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil studi kasus implementasi *breathing exercise* terhadap *fatigue* pada pasien Penelitian pemberian teh rosella menunjukkan terjadi penurunan tekanan darah di RW 11 Kelurahan Kebon Pala pada dua responden usia awal lansia (eldery) dari kategori hipertensi derajat 1 ke kategori normal tinggi. Terjadi penurunan rata-rata sistole 12 mmHg dan diastole 10 mmHg setelah 7 hari pemberian teh rosella secara rutin yang diberikan di pagi hari. Hal ini menunjukkan ada pengaruh pemberian teh rosella terhadap tekanan darah sistole dan diastole. Disarankan penggunaan teh rosella bisa menjadi alternatif pengobatan untuk membantu penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi..

UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih kepada pihak yang telah membantu dan mendukung hasil penelitian ini, Rektor Universitas Dirgantara Marsekal Suryadarma, Dekan Fikes, LPPM, Para dosen pembimbing, dosen penguji, Kelurahan, Para pasien yang suka rela untuk menjadi subjek penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdi, Z. E. (2015). Analisis Pengaruh Perilaku Pencegahan Hipertensi Berdasarkan Konsep Health Belief Model Dan Dukungan Sosial Pada Masyarakat Desa
- Achjar. (2012). Aplikasi Praktis Asuhan Keperawatan Keluarga. Jakarta : CV. Sagung Seto.
- Andika, Rompas & Mulyadi. (2022). Pengaruh Pemberian Bunga Rosella terhadap perubahan tekanan Darah penderita Hipertensi dengan Terapi Catropil di Desa Kamiwangi Kecamatan Toili Barat. Manado. Fakultas Ilmu Kedokteran Universitas Sam Ratulangi
- Anshari, Zaim. (2020). Komplikasi Hipertensi Dalam Kaitannya Dengan Pengetahuan Pasien Terhadap Hipertensi dan Upaya Pencegahannya. Jurnal Penelitian Keperawatan Medik 2(2):46-51 <http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JPKM>
- Hendi Roehandi. (2008). Efektivitas Pemberian Rosella dan Pengobatan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi di Panti Werdha Pengasih Kota Tasikmalaya.
- Imelda, S. Wiratami Sandy. (2019). Pengaruh Pemberian Minuman Bunga Rosella Terhadap Penurunan Tekanan Darah dan Nyeri Sendi Pada Penderita Hipertensi di Posyandu Lansia Puskesmas Siwalankerto Surabaya. : 53
- Kemenkes RI. (2017, 2019). Buku Pedoman Manajemen Penyakit Tidak Menular. Jakarta : Direktorat Jendral Pencegahan dan Pengendalian Penyakit P2PTM.
- Lismayanti, Falah, Nazila, Muttaqin dan Sari. (2023). Pengaruh Pemberian Teh Rosella Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. Tasikmalaya. Healthcare Nursing Jurnal
- Musakkar & Djafar, (2020). Penyuluhan Kesehatan Tentang pencegahan dan Pengendalian Hipertensi Terhadap Penderita Hipertensi Dan Ibu PKK Kelurahan Takeran, Magetan. Jurnal ABDIMAS Indonesia.
- Novianingtyas, T. (2014). Hubungan Karakteristik (Umur, Jenis Kelamin, Tingkat Pendidikan) dan Aktifitas Fisik dengan Tekanan Darah Pada Lansia di Kelurahan Makamhaji Kecamatan Kartasra Kabupaten Sukoharjo. Jurnal Kesehatan. Vol 9, No1. Universitas Muhammadiyah Surakarta; Surakarta
- Putra. (2016). Analisis Faktor Resiko Hipertensi Di Puskesmas Kelayan Timur Kota Banjarmasin Kalimantan. Journal.scientific.id

Wilis, Hafizha (2022). Konsuling Keluarga Struktual sebagai salah satu pendekatan konseling dalam mengembalikan peran dan fungsi anggota keluarga. *Journal of Education and counseling*, Vol. 2, No. 2, 2022, Hlm. 217-227

Salamung et al. (2021). *Keperawatan Keluarga (Family Nursing)*. Pamekasan. Duta Media Publishing