

**PENGARUH PEMBERIAN TEH ROSELLA TERHADAP PENURUNAN KADAR
KOLESTEROL TOTAL DARAH PADA WANITA POST MENOPAUSE**

Artikel Penelitian

Disusun sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi
pada Program Studi Ilmu Gizi, Fakultas Kedokteran
Universitas Diponegoro



disusun oleh :

Marlinda Asfah

G2C005290

**PROGRAM STUDI ILMU GIZI FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS DIPONEGORO
SEMARANG
2010**

PENGARUH PEMBERIAN TEH ROSELLA TERHADAP PENURUNAN KADAR KOLESTEROL TOTAL DARAH PADA WANITA POST MENOPAUSE

Marlinda Asfah ¹ dr.Darmono ²

Abstrak :

Latar Belakang: Kolesterol merupakan suatu komponen lemak yang terdapat dalam peredaran darah. Kadar kolesterol dalam darah yang berlebih dapat menimbulkan kondisi yang disebut hiperkolesterolemia dan berisiko menyebabkan penyakit jantung dan stroke. Mengonsumsi diet tinggi serat larut air dapat menurunkan kadar kolesterol total darah sebesar 2,1 mmol/l. Serat yang terdapat kelopak rosella merupakan jenis serat larut air. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian teh rosella (*Hibiscus Sabdariffa*) terhadap penurunan kadar kolesterol total darah pada wanita post menopause.

Metode: Metode penelitian eksperimen dengan rancangan *one group pretest-posttest design*, dengan jumlah subjek sebanyak 23 orang yang masing-masing mengonsumsi teh rosella yang terbuat dari 5 buah kelopak bunga rosella yang dilarutkan dalam 200 ml air dalam waktu 6 minggu. Analisis statistik yang digunakan adalah *wilcoxon*.

Hasil: Kadar kolesterol total darah turun secara signifikan yaitu 21,13 mg/dl setelah pemberian teh rosella selama 6 minggu.

Simpulan : Pemberian teh rosella (*Hibiscus Sabdariffa*) dapat menurunkan kadar kolesterol total darah secara signifikan.

Kata kunci: kadar kolesterol total, teh rosella

¹ Mahasiswa Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro

²Dosen Pembimbing Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro

SOME EFFECTS OF ROSELLA TEA TREATMENT ON THE REDUCTION OF TOTAL BLOOD CHOLESTEROL LEVEL OF POST-MENOPAUSE WOMEN

Marlinda Asfah ¹ dr.Darmono ²

Abstract :

Background: Cholesterol is a fat component contained in blood circulation. Excessive amount of cholesterol in blood may cause a condition called hypercholesterolemia and result in heart disease and heart attack. Consuming water-dissolved, high fiber diet can reduce the level of total blood cholesterol as much as 2,1 mmol/l. Fiber found in rosella calyx is a kind of fiber dissolved in water. This study aims at finding out the effects of rosella tea (*Hibiscus Sabdariffa*) on the reduction of total blood cholesterol level of post-menopause women.

Method: This study employs one group pretest-posttest design involving 23 subjects who were given rosella tea consisting of 5 (five) rosella calyxes dissolved in 200 ml water for six weeks. The data collected were subjected to statistical analysis of *wilcoxon*.

Results: The level of total blood cholesterol significantly decreased, i.e. 21,13 mg/dl after consuming rosella tea for 6 weeks.

Conclusion: Taking rosella tea (*Hibiscus Sabdariffa*) significantly the total blood cholesterol level.

Keywords: total blood cholesterol, rosella tea

¹ Student of Program of Study of Nutrition, Medical Faculty, Diponegoro University;

² Supervising Lecturer, Program of Study of Nutrition, Medical Faculty, Diponegoro University;