

**PENGARUH PEMBERIAN SEDUHAN TEH ROSELLA MERAH
(*HISBISCUS SABDARIFFA*) TERHADAP PENURUNAN TEKANAN
DARAH SISTOLIK DAN DIASTOLIK PADA PENDERITA HIPERTENSI**

Artikel Penelitian

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



disusun oleh

DWI SIWI ARDHIANI

G2C004253

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

2009

THE EFFECT OF CONSUMPTION OF ROSELLA RED TEA (*HISBISCUS SABDARIFFA*) TO THE DECREASE OF SYSTOLIC AND DIASTOLE BLOOD PRESSURE ON PATIENTS OF HYPERTENSION

Dwi Siwi Ardhiani * Etisa Adi Murbawani **

Abstract :

Background : Hypertension, considered as the main factor of cardiovascular disease, is the leading cause of death around the world. Hypertension closely related with people's life style. Hypertension control should be based on active participation to encourage people to live healthily by consuming a lot of fruits and vegetables. Rosella is a foodstuff contains nutrition which has positive effect toward the decrease of systolic and diastole blood pressure on patients of hypertension.

Objective : To find out the effect of giving red rosella tea toward the decrease of systolic and diastole on patients of hypertension..

Method : This research used *randomized control trial* (RCT) design on 2 groups. The first group had been undergoing a treatment of consuming 1.5 grams of rosella mixed with hot water for 14 days while the second group or control group had been treated by consuming framboz-taste syrup. The subject number of the research are 66 people. Subjects have 140-210 mmHg of systolic and or 90-130 mmHg of diastole blood pressure. Carbohydrate, protein, fat, fiber , kalium , and natrium intake during the research was observed using food recall 3 x 24 hours. Statistical analysis used is *kolmogorov-Smirnov, and chi-square*.

Results : 33 subjects (100%) of first group which were consuming red rosella tea had been experiencing the decrease of systolic and diastole blood pressure.

Conclusion : The giving of red rosella tea (*Hisbiscus Sabdariffa*) had an effect toward the decrease of systolic and diastole blood pressure.

Keywords : Hypertension, red rosella

* Student of Nutrition Science Department of the Faculty of Medicine of Diponegoro University.

** Guiding lecturer of Nutrition Science Department of the Faculty of Medicine of Diponegoro University.

PENGARUH PEMBERIAN SEDUHAN TEH ROSELLA MERAH (*HISBISCUS SABDARIFFA*) TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH SISTOLIK DAN DIASTOLIK PADA PENDERITA HIPERTENSI

Dwi Siwi Ardhiani * Etisa Adi Murbawani **

Abstrak :

Latar Belakang : Hipertensi merupakan faktor utama penyakit kardiovaskuler yang merupakan penyebab utama kematian di seluruh dunia. Hipertensi berkaitan dengan gaya hidup masyarakat. Pengendalian hipertensi harus didasari partisipasi dengan mendorong kemandirian masyarakat untuk hidup sehat dengan banyak mengonsumsi buah dan sayuran. Rosella merupakan bahan makanan yang mengandung zat gizi yang mempunyai efek positif terhadap tekanan darah tinggi.

Tujuan : Mengetahui pengaruh pemberian seduhan teh rosella merah terhadap penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik pada penderita hipertensi.

Metode : Penelitian ini menggunakan desain *randomized control trial* (RCT) pada 2 kelompok. Kelompok pertama yaitu perlakuan dengan rosella sebanyak 1, 5 gram yang diseduh menggunakan air panas selama 14 hari dan kelompok kedua yaitu kelompok kontrol dengan pemberian sirup rasa framboz. Jumlah subjek dalam penelitian ini 66 orang. Subjek mempunyai tekanan darah sistolik 140-210 mmHg dan atau diastolik 90-130 mmHg. Asupan karbohidrat, protein, lemak, serat, kalium, dan natrium selama penelitian diamati dengan menggunakan metode food recall 3 x 24 jam. Analisis statistik yang digunakan adalah *kolmogorov-Smirnov*, dan *chi-square*.

Hasil : Terdapat 33 subjek (100%) mengalami penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik pada kelompok perlakuan dengan seduhan teh rosella.

Simpulan : Pemberian seduhan teh rosella (*Hisbiscus Sabdariffa*) berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah sistolik dan diastolik.

Kata kunci : Hipertensi, rosella merah

* Mahasiswa Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro

** Dosen Pembimbing Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro