

Pengaruh Pemberian Seduhan Kelopak Bunga Rosella Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Wisma Dahlia PPRSLU Budi Sejahtera Banjarbaru

The Effect Of Rosella Flower Petal Brewing On Reducing Blood Pressure In Hypertensive Patients At Wisma Dahlia PPRSLU Budi Sejahtera Banjarbaru

Rian Tasalim¹, M. Sobirin Mohtar¹, Winda Ayu Fazraningtyas¹, Latifah¹, Afifah Ghina Fakhirah^{1*}, Cindy Maulida¹, Ipah Nurjanah¹, Meylia Rabita¹, Siti Aisyah¹, Dede Mahdiyah², Muhammad Anshori³, Claire Areola Rico⁴, Lea L. Pancho-Ongan⁴

¹Fakultas Kesehatan, Program Profesi Ners, Universitas Sari Mulia

²Fakultas Kesehatan, Program Studi Farmasi, Universitas Sari Mulia

³Panti Sosial Tresna Werdha Budi Sejahtera

⁴Saint Paul University Philippines

*Korespondensi: afifahghinaf13@gmail.com

Info Artikel

Diterima:

20 Mei 2026

Dipublikasikan:

31 Juli 2026

ABSTRAK

Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang banyak dialami masyarakat, terutama lansia, dan dapat menyebabkan komplikasi serius apabila tidak dikendalikan dengan baik. Salah satu terapi nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk membantu menurunkan tekanan darah adalah seduhan kelopak bunga rosella (*Hibiscus sabdariffa*) yang memiliki kandungan antioksidan dan efek vasodilatasi. Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian seduhan kelopak bunga rosella terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Wisma Dahlia Panti Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Lanjut Usia Budi Sejahtera. Metode kegiatan dilakukan melalui pendekatan intervensi nonfarmakologis dengan pemberian seduhan kelopak bunga rosella kepada 7 orang lansia penderita hipertensi. Kegiatan diawali dengan pengukuran tekanan darah awal (pre-test), pemberian edukasi kesehatan, pemberian seduhan rosella, serta pengukuran tekanan darah setelah intervensi (post-test). Hasil kegiatan menunjukkan bahwa sebagian besar lansia mengalami penurunan tekanan darah sistolik setelah pemberian seduhan kelopak bunga rosella dengan selisih penurunan berkisar antara 1–5 mmHg. Lansia juga tampak lebih rileks dan nyaman setelah mengonsumsi seduhan rosella. Dengan demikian, seduhan kelopak bunga rosella berpotensi menjadi terapi komplementer nonfarmakologis yang aman, sederhana, ekonomis, dan mudah diterapkan dalam membantu pengendalian tekanan darah pada lansia penderita hipertensi.

Kata kunci: hipertensi, bunga rosella, terapi komplementer, tekanan darah, lansia

ABSTRACT

Hypertension is a non-communicable disease commonly experienced by the community, especially the elderly, and may cause serious complications if not properly controlled. One of the non-pharmacological therapies that can help reduce blood pressure is rosella flower petal brew (*Hibiscus sabdariffa*), which contains antioxidants and vasodilator effects. This community service activity aimed to determine the effect of rosella flower petal brew on reducing blood pressure in hypertensive patients at Wisma Dahlia Panti Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Lanjut Usia Budi Sejahtera. The method used was a non-pharmacological intervention approach by providing rosella flower petal brew to 7 elderly people with hypertension. The activity began with initial blood pressure measurement (pre-test), health education, administration of rosella brew, and post-intervention blood pressure measurement (post-test). The results showed that most elderly participants experienced a decrease in systolic blood pressure after consuming rosella flower petal brew, with reductions ranging from 1–5 mmHg. Participants also appeared more relaxed and comfortable after consuming the rosella brew. Therefore, rosella flower petal brew has the potential to become a safe, simple, economical, and easily applied



This is an open access article under the [CC BY-NC](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) 4.0 license.

complementary non-pharmacological therapy to help control blood pressure in elderly patients with hypertension.

Keywords: *hypertension, rosella flower, complementary therapy, blood pressure, elderly*

1. Pendahuluan

Hipertensi merupakan penyakit tidak menular yang banyak dialami masyarakat, terutama lansia, dan dikenal sebagai *silent killer* karena sering tidak menimbulkan gejala tetapi dapat menyebabkan komplikasi serius hingga kematian. Menurut WHO tahun 2018, hipertensi dialami oleh 22% penduduk dunia, sedangkan di Indonesia prevalensinya mencapai 34,1% dengan angka tertinggi berada di Kalimantan Selatan sebesar 44,1% (Lismayanti, Falah, Nazila, Muttaqin, & Sari, 2023). Tingginya angka kejadian hipertensi menunjukkan bahwa penyakit ini masih menjadi masalah kesehatan yang memerlukan penanganan dan pengendalian secara tepat.

Penanganan hipertensi dapat dilakukan melalui modifikasi gaya hidup dan terapi farmakologis menggunakan obat antihipertensi untuk membantu menurunkan tekanan darah serta mencegah komplikasi akibat hipertensi. Upaya yang banyak dilakukan dalam pencegahan dan pengendalian hipertensi adalah penggunaan obat kimia sintetik atau terapi farmakologis (Artini, Rosita, Purba, Giban, & Kobak, 2025). Namun, penggunaan obat dalam jangka panjang dapat menimbulkan efek samping sehingga diperlukan terapi pendamping yang lebih aman dan mudah diterapkan.

Salah satu terapi nonfarmakologis yang dapat digunakan adalah terapi komplementer berbasis bahan herbal. Terapi komplementer diharapkan mampu membantu menurunkan tekanan darah serta meningkatkan kenyamanan pasien dalam menjalani pengobatan. Salah satu tanaman herbal yang dapat dimanfaatkan adalah bunga rosella (*Hibiscus sabdariffa*) yang berasal dari famili Malvaceae. Rosella mengandung senyawa aktif seperti threonine, valine, leucin, glysin, alanin, thiamine, dan asam askorbat yang berfungsi sebagai diuretik serta membantu menjaga elastisitas dinding pembuluh darah arteri sehingga diyakini mampu membantu menurunkan tekanan

darah (Rakhmat, Isnayati, Rahmawati, & Putro, 2025).

Penelitian yang dilakukan oleh (Fadhilah, Malkis, Wasijati, & Achirman, 2025) menunjukkan bahwa hasil penelitian menunjukkan rata-rata tekanan darah sebelum pemberian seduhan kelopak bunga rosella sebesar 150,91 mmHg dan setelah intervensi menurun menjadi 132,27 mmHg. Uji statistik menunjukkan nilai $p\text{-value} = 0,001 < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa seduhan kelopak bunga rosella berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Berdasarkan kondisi tersebut, pemberian seduhan kelopak bunga rosella menjadi salah satu intervensi nonfarmakologis yang sederhana, ekonomis, dan mudah diaplikasikan dalam praktik keperawatan. Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk membantu menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi di Wisma Dahlia Panti Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Lanjut Usia Budi Sejahtera sehingga tekanan darah dapat lebih terkontrol, risiko komplikasi hipertensi dapat diminimalkan, serta kualitas hidup lansia dapat meningkat melalui penerapan terapi komplementer yang aman dan mudah diterapkan.

2. Metode Kegiatan

Metode pelaksanaan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) ini dilakukan melalui pendekatan intervensi nonfarmakologis dan edukatif dengan memberikan seduhan kelopak bunga rosella kepada lansia penderita hipertensi di Panti Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Lanjut Usia Budi Sejahtera. Kegiatan ini diikuti oleh 7 orang lansia dan dilaksanakan pada Selasa, 20 Januari 2026 pukul 11.00 WITA bertempat di Wisma Dahlia. Kegiatan diawali dengan koordinasi dan persiapan, dilanjutkan dengan pengukuran tekanan darah awal, pemberian edukasi kesehatan mengenai hipertensi dan manfaat bunga rosella, serta pemberian seduhan rosella secara teratur sesuai ketentuan. Selama pelaksanaan kegiatan dilakukan pemantauan tekanan darah secara

berkala untuk menilai perubahan tekanan darah lansia. Tahap akhir kegiatan meliputi evaluasi hasil intervensi, pendokumentasian kegiatan, serta penyusunan laporan dan publikasi ilmiah sebagai luaran Pengabdian kepada Masyarakat.

Peserta kegiatan dipilih berdasarkan kriteria inklusi, yaitu lansia penderita hipertensi yang bersedia mengikuti kegiatan dan tidak termasuk dalam kriteria eksklusi. Sebelum intervensi dilakukan, peserta diberikan penjelasan mengenai tujuan dan prosedur kegiatan serta diminta persetujuan untuk mengikuti kegiatan. Selanjutnya dilakukan pengukuran tekanan darah awal (*pre-test*) menggunakan tensimeter sebagai data dasar sebelum pemberian seduhan kelopak bunga rosella.

Alat dan bahan yang digunakan dalam kegiatan ini meliputi tensimeter, stetoskop atau tensimeter digital, gelas, sendok, saringan kecil, air panas 200 ml, kelopak bunga rosella sebanyak 2 gram (± 4 kuntum), dan madu murni secukupnya. Seduhan dibuat dengan memasukkan kelopak bunga rosella ke dalam gelas, kemudian ditambahkan air panas dan didiamkan selama ± 10 menit hingga warna serta zat aktif larut sempurna. Setelah itu, seduhan disaring dan dapat ditambahkan madu sesuai kebutuhan.

Kegiatan dilanjutkan dengan pemberian seduhan kelopak bunga rosella kepada lansia untuk diminum secara perlahan hingga habis. Selama kegiatan berlangsung dilakukan observasi terhadap kondisi lansia untuk memastikan tidak terdapat keluhan atau reaksi yang mengganggu. Setelah intervensi selesai, tekanan darah lansia diukur kembali (*post-test*) untuk mengetahui perubahan tekanan darah sebelum dan sesudah pemberian seduhan kelopak bunga rosella. Tahap akhir kegiatan dilakukan evaluasi hasil pengukuran tekanan darah serta pemberian edukasi mengenai manfaat seduhan kelopak bunga rosella sebagai terapi komplementer pada penderita hipertensi.

3. Hasil Dan Pembahasan

Kegiatan terapi komplementer berupa pemberian seduhan kelopak bunga rosella dilaksanakan pada 7 orang lansia perempuan yang tinggal di Wisma Dahlia. Para lansia yang

mengikuti kegiatan ini memiliki hasil pengukuran tekanan darah yang bervariasi, namun berdasarkan pengkajian awal diperoleh rata-rata tekanan darah berada di atas 120 mmHg. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa sebagian lansia berada pada kategori pra-hipertensi, sementara sebagian lainnya telah masuk dalam kategori hipertensi.

Pemilihan peserta didasarkan pada hasil pengukuran tekanan darah awal serta kesediaan lansia untuk mengikuti terapi komplementer. Meskipun tidak seluruh lansia memiliki tekanan darah yang sama atau berada pada tingkat hipertensi yang sama, seluruh peserta dinilai memiliki risiko peningkatan tekanan darah sehingga memerlukan upaya pengendalian secara nonfarmakologis.

Terapi komplementer berupa seduhan kelopak bunga rosella dipilih karena diketahui memiliki kandungan antioksidan dan efek vasodilatasi yang berpotensi membantu menurunkan tekanan darah secara alami. Kegiatan ini bertujuan sebagai intervensi pendamping terhadap terapi medis yang sedang dijalani, dengan harapan dapat membantu menurunkan tekanan darah, meningkatkan rasa nyaman, serta memberikan alternatif terapi yang aman dan mudah diterapkan pada lansia. Pelaksanaan kegiatan dilakukan secara terstruktur dan sistematis melalui beberapa tahap sebagai berikut:

Tahap pertama: Kontrak waktu dan perizinan, pada tahap awal, tim pelaksana melakukan koordinasi dengan pengelola Wisma Dahlia untuk menyampaikan rencana kegiatan terapi komplementer berupa pemberian seduhan kelopak bunga rosella sebagai salah satu upaya nonfarmakologis dalam membantu menurunkan tekanan darah pada lansia. Penjelasan yang disampaikan meliputi tujuan kegiatan, manfaat terapi, prosedur pelaksanaan, serta waktu dan tempat pelaksanaan kegiatan. Setelah dilakukan diskusi dan memperoleh persetujuan dari pihak pengelola, disepakati bahwa kegiatan akan dilaksanakan pada Selasa, 20 Januari 2026 pukul 11.00 WITA bertempat di Wisma Dahlia. Tahap ini juga mencakup persiapan sarana dan prasarana yang diperlukan agar kegiatan dapat berjalan dengan aman dan lancar. Tim pelaksana menyiapkan kelopak bunga rosella kering sebagai

bahan utama seduhan, air panas dengan suhu yang sesuai untuk konsumsi lansia, gelas minum bersih, serta alat pengukur tekanan darah untuk melakukan pemeriksaan sebelum dan sesudah terapi. Selain itu, disiapkan pula lembar observasi yang digunakan untuk mencatat hasil pengukuran tekanan darah dan respon lansia selama kegiatan berlangsung.

Tahap kedua: Sebelum terapi diberikan, tim pelaksana melakukan persiapan terhadap peserta dengan memberikan orientasi singkat terkait kegiatan yang akan dilakukan. Lansia diberikan penjelasan mengenai pengertian terapi komplementer, manfaat seduhan kelopak bunga rosella dalam membantu menurunkan tekanan darah, serta cara konsumsi yang aman dan sesuai bagi lansia. Selain itu, peserta juga diinformasikan bahwa terapi ini merupakan terapi pendamping dan tidak dimaksudkan untuk menggantikan pengobatan medis yang sedang dijalani. Lansia dianjurkan untuk tetap mematuhi terapi medis dan kontrol kesehatan secara rutin. Pada tahap ini, tim juga memastikan kondisi umum lansia dalam keadaan cukup stabil dan layak untuk mengikuti kegiatan. Lansia tampak kooperatif, memahami penjelasan yang diberikan, serta menyatakan kesediaannya untuk mengikuti terapi sesuai dengan arahan tim pelaksana



Gambar 1. Persiapan dan orientasi peserta

Tahap ketiga: Pelaksanaan pemberian seduhan kelopak bunga rosella, tahap pelaksanaan diawali dengan pengukuran tekanan darah awal pada seluruh peserta menggunakan alat ukur standar. Hasil pengukuran dicatat secara sistematis pada lembar observasi sebagai data awal sebelum pemberian terapi komplementer. Setelah pengukuran selesai, lansia diberikan seduhan kelopak bunga rosella hangat yang telah disiapkan

sebelumnya. Lansia diarahkan untuk mengonsumsi seduhan secara perlahan dan dalam posisi duduk yang nyaman. Selama proses konsumsi, tim pelaksana melakukan pendampingan dan pemantauan terhadap respon lansia, seperti kenyamanan, toleransi terhadap seduhan, serta adanya keluhan yang mungkin muncul. Tim juga memastikan bahwa seduhan dikonsumsi sesuai anjuran dan tidak menimbulkan efek yang tidak diinginkan. Suasana selama pelaksanaan terapi dijaga tetap tenang dan kondusif agar lansia merasa nyaman dan rileks.



Gambar 2. Pelaksanaan pemberian seduhan kelopak bunga rosella

Tahap keempat: Observasi tekanan darah setelah pemberian seduhan rosella, setelah seluruh lansia mengonsumsi seduhan kelopak bunga rosella, peserta diberikan waktu istirahat sejenak sebelum dilakukan pengukuran tekanan darah ulang. Pengukuran ini bertujuan untuk menilai perubahan tekanan darah setelah pemberian terapi komplementer. Hasil observasi menunjukkan bahwa setelah pemberian lansia mengalami penurunan tekanan darah, baik pada nilai sistolik maupun diastolik, dibandingkan dengan hasil pengukuran sebelum terapi. Selain perubahan tekanan darah, lansia juga tampak lebih rileks dan nyaman, dengan ekspresi wajah yang lebih tenang. Seluruh hasil pengukuran dan respon lansia dicatat pada lembar observasi sebagai bahan evaluasi kegiatan.

Tahap kelima: Evaluasi dan penutupan, kegiatan diakhiri dengan sesi evaluasi dan tanya jawab singkat antara tim pelaksana dan peserta.

Lansia diberikan kesempatan untuk menyampaikan pengalaman dan perasaan setelah mengikuti terapi. Sebagian lansia menyampaikan bahwa setelah mengonsumsi seduhan bunga rosella, tubuh terasa lebih ringan, nyaman, dan tidak tegang. Tim pelaksana kemudian memberikan edukasi kesehatan mengenai pentingnya menjaga tekanan darah tetap stabil, termasuk anjuran konsumsi seduhan kelopak bunga rosella secara rutin dan aman sebagai terapi komplementer, serta pentingnya melakukan kontrol tekanan darah secara berkala. Kegiatan ditutup dengan doa bersama sebagai ungkapan syukur atas kelancaran kegiatan, serta dilanjutkan dengan dokumentasi sebagai bagian dari laporan pelaksanaan terapi komplementer.

Tabel 1. Hasil Pemberian Seduhan Kelopak Bunga Rosella

Responden	Tekanan Darah Sebelum Pemberian	Tekanan Darah Sesudah pemberian
Ny.Y	144/86 mmHg	139/86 mmHg
Ny.N	120/79 mmHg	120/80 mmHg.
Ny.A	161/85 mmHg	158/96 mmHg
Ny.S	144/97 mmHg	142/96 mmHg
Ny.K	119/87 mmHg	119/88 mmHg
Ny.M	150/101 mmHg	149/98 mmHg
Ny.B	127/91 mmHg	126/93 mmHg

Hasil pengukuran tekanan darah menunjukkan bahwa sebagian besar lansia mengalami penurunan tekanan darah sistolik setelah pemberian seduhan kelopak bunga rosella. Penurunan tekanan darah sistolik terlihat pada Ny. Y, Ny. A, Ny. S, Ny. M, dan Ny. B dengan selisih penurunan berkisar antara 1–5 mmHg. Sementara itu, pada Ny. N dan Ny. K tidak tampak perubahan signifikan pada tekanan darah sistolik dan hanya terjadi fluktuasi ringan pada tekanan darah diastolik. Secara umum, hasil kegiatan menunjukkan adanya kecenderungan penurunan tekanan darah setelah pemberian seduhan kelopak bunga rosella, meskipun perubahan yang terjadi belum signifikan karena terapi baru diberikan satu kali. Hasil ini menunjukkan adanya respons awal tubuh terhadap terapi komplementer yang diberikan.

Berdasarkan hasil kegiatan, seduhan kelopak bunga rosella menunjukkan potensi dalam membantu menurunkan tekanan darah pada lansia penderita hipertensi, terutama pada tekanan darah sistolik. Penurunan tekanan darah yang terjadi dapat dipengaruhi oleh kandungan aktif dalam bunga rosella seperti antosianin, flavonoid, polifenol, dan asam askorbat yang berfungsi sebagai antioksidan serta memiliki efek vasodilatasi. Secara fisiologis, kandungan tersebut membantu menjaga elastisitas pembuluh darah, memperlancar aliran darah, serta menurunkan resistensi pembuluh darah perifer sehingga tekanan darah dapat menurun secara bertahap. Selain itu, bunga rosella juga memiliki efek diuretik ringan yang membantu pengeluaran cairan dan natrium melalui urin sehingga volume darah dapat berkurang dan tekanan darah menjadi lebih stabil.

Pada beberapa responden seperti Ny. N dan Ny. K, perubahan tekanan darah tidak terlihat signifikan karena tekanan darah awal berada pada kisaran normal hingga pra-hipertensi. Selain itu, faktor usia, kondisi metabolik, aktivitas sebelum pemeriksaan, pola makan, serta penggunaan obat antihipertensi juga dapat memengaruhi hasil pengukuran tekanan darah pada lansia. Pemberian terapi yang baru dilakukan satu kali juga menjadi faktor penyebab efek penurunan tekanan darah belum terlihat optimal. Hasil kegiatan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Fadhilah, Malkis, Wasijati, & Achirman, 2025) bersama tim yang menyatakan bahwa seduhan kelopak bunga rosella berpengaruh terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa konsumsi rosella secara teratur mampu membantu menurunkan tekanan darah melalui mekanisme vasodilatasi dan efek diuretik alami.

Dengan demikian, seduhan kelopak bunga rosella dapat menjadi salah satu terapi komplementer nonfarmakologis yang aman, sederhana, ekonomis, dan mudah diterapkan pada lansia penderita hipertensi. Apabila dikonsumsi secara rutin dan disertai penerapan pola hidup sehat, terapi ini berpotensi membantu menjaga kestabilan tekanan darah dan meningkatkan kualitas hidup lansia.

4. Simpulan

Pemberian seduhan kelopak bunga rosella pada lansia penderita hipertensi di Wisma Dahlia Panti Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Lanjut Usia Budi Sejahtera menunjukkan adanya kecenderungan penurunan tekanan darah, terutama tekanan darah sistolik. Seduhan kelopak bunga rosella dapat menjadi terapi komplementer nonfarmakologis yang aman, sederhana, dan mudah diterapkan untuk membantu pengendalian hipertensi pada lansia.

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Universitas Sari Mulia, pihak pengelola Panti Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Lanjut Usia Budi Sejahtera khususnya Wisma Dahlia, serta seluruh lansia yang telah bersedia menjadi peserta dalam kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada seluruh tim pelaksana yang telah membantu sehingga kegiatan dapat berjalan dengan lancar dan baik.

Referensi

- Artini, P. W., Rosita, M. E., Purba, K. M., Giban, N., & Kobak, Y. Y. (2025). Review Artikel: Manajemen Terapi Farmakologi dan Non Farmakologi pada Pasien Hipertensi. *Jurnal Farmasi Indonesia*, 70-77.
- Fadhilah, A. S., Malkis, Y., Wasijati, & Achirman. (2025). Pengaruh Pemberian Seduhan Kelopak Bunga Rosella Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Rt 012 Rw 005 Kelurahan Bangka Kecamatan Mampang Prapatan. *Jurnal Riset Kesehatan Nasional*, 81-85.
- Lismayanti, L., Falah, M., Nazila, S. D., Muttaqin, Z., & Sari, N. P. (2023). Pengaruh Pemberian Teh Bunga Rosella Terhadap Penurunan Tekanan. *Healthcare nursing journal*, 484-495.
- Rakhmat, A. P., Isnayati, Rahmawati, E. A., & Putro, D. U. (2025). Pemberian Teh Bunga Rosella Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi Di Rt 014 Pulo Gebang Jakarta Timur. *Jurnal Keperawatan Degeneratif*, 56-65.