

PEMBERIAN *INFUSED WATER* ROSELMA (EKSTRAK  
ROSELLA DAN KURMA) TERHADAP TEKANAN DARAH  
PADA PENDERITA HIPERTENSI

Nurul Aidah Pitaloka Adiningtyas  
Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta,  
Jl. Tatabumi No.3 Banyuraden, Gamping, Sleman  
Email: [nurulaidahpita@gmail.com](mailto:nurulaidahpita@gmail.com)

**ABSTRAK**

**Latar Belakang:** Hipertensi merupakan peningkatan tekanan darah sistolik lebih dari 140 mmHg dan tekanan darah diastolik lebih dari 90 mmHg. Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) merupakan 5 besar provinsi yang memiliki prevalensi hipertensi tertinggi. Zat gizi yang berperan dalam tekanan darah yaitu kalium. Kurma dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif dalam menurunkan tekanan darah karena tinggi kalium, salah satu contohnya yaitu dibuat infused water. Selain itu rosella mengandung antosianin untuk menurunkan tekanan darah. Sebagai salah satu alternatif pengobatan non farmakologis pada hipertensi, infused water ekstrak rosella dan kurma dapat menjadi sebuah terobosan baru dalam mengatasi hipertensi.

**Tujuan Penelitian:** Mengetahui pengaruh pemberian infused water kurma terhadap perubahan tekanan darah pada pasien hipertensi.

**Metode Penelitian:** Jenis penelitian ini adalah eksperimen semu dengan rancangan pre test post test control group design dengan dua kelompok, yaitu kelompok intervensi dan kelompok control. Populasi penelitian adalah pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Gamping II.

**Hasil Penelitian:** Berdasarkan penelitian yang dilakukan menunjukkan hasil bahwa terdapat penurunan tekanan darah setelah perlakuan. Terdapat perbedaan penurunan yang signifikan antara tekanan darah sistolik serta diastolik ( $p < 0,05$ ). Terdapat pengaruh antara pemberian infused water ekstrak rosella dan kurma dengan penurunan darah.

**Kata kunci:** hipertensi, infused water, kurma, rosella, tekanan darah, sistolik diastolik

# GIVING OF INFUSED WATER ROSELMA (ROSELLA AND DATES EXTRACT) ON BLOOD PRESSURE IN HYPERTENSION PATIENTS

Nurul Aidah Pitaloka Adiningtyas  
Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta,  
Jl. Tatabumi No.3 Banyuraden, Gamping, Sleman  
Email: [nurulaidahpita@gmail.com](mailto:nurulaidahpita@gmail.com)

## ABSTRACT

**Background:** Hypertension is an increase in systolic blood pressure of more than 140 mmHg and diastolic blood pressure of more than 90 mmHg. Yogyakarta Special Region (DIY) is in the top 5 provinces that have the highest prevalence of hypertension. Nutrients that play a role in blood pressure, potassium, namely. Dates can be used as an alternative to lower blood pressure because they are high in potassium, one example is making infused water. Apart from that, rosella contains anthocyanins to lower blood pressure. As an alternative non-pharmacological treatment for hypertension, infused water with rosella and date extracts can be a new breakthrough in treating hypertension.

**Research Objective:** To determine the effect of giving infused date water on changes in blood pressure in hypertensive patients.

**Research Method:** This type of research is a quasi-experiment with a pre test post test control group design with two groups, namely the intervention group and the control group. The research population was hypertensive patients in the Gamping II Community Health Center working area.

**Research Results:** Based on research conducted, the results showed that there was a decrease in blood pressure after treatment. There was a significant difference in reduction between systolic and diastolic blood pressure ( $p < 0.05$ ). There is an effect between giving infused water with rosella and date extracts and reducing blood pressure.

**Key words:** hypertension, infused water, dates, rosella, systolic, diastolic