

Efektivitas Buku Sebagai Media Edukasi Dalam Meningkatkan Pengetahuan Keluarga Mengenai Kelopak Bunga Rosella Dalam Menurunkan Tekanan Darah Tinggi Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Jongaya
The Effectiveness of Books as Educational Media in Increasing Family Knowledge Regarding Rosella Flower Petals in Reducing High Blood Pressure in the Elderly in the Jongaya Community Health Center Work Area

Aedha Noviyanti Ridwan
Poltekkes Kemenkes Makassar
Email : aedha.ridwan@gmail.com
Nomor Telepon: +62 812-4212-2826

ABSTRACT

Background: Hypertension is a health problem often experienced by the elderly and can cause serious complications such as stroke, kidney failure, and heart disease. Hypertension management efforts can be done pharmacologically and non-pharmacologically, one of which is by utilizing herbal plants such as rosella petals (*Hibiscus sabdariffa*). **Objective:** This study aims to determine the effectiveness of books as educational media in increasing family knowledge about the use of rosella petals in reducing high blood pressure in the elderly in the Jongaya Community Health Center, Makassar. **Method:** The method used was a quasi-experimental with a pre-test and post-test design without a control group. The research subjects were 20 family respondents who had elderly people with hypertension. Data were collected using questionnaires before and after the intervention in the form of providing educational books about rosella petals. Analysis was carried out descriptively quantitatively. **Results:** The results of the study showed a significant increase in knowledge. Before the intervention, all respondents (100%) were in the "poor" knowledge category. After the intervention, 70% of respondents had "good" knowledge, 25% had "sufficient" knowledge, and only 5% were still "poor". **In conclusion,** an educational book about rosella petals can be used as an effective health promotion tool to increase family knowledge in supporting hypertension management in the elderly.

Keywords: hypertension, elderly, health education, rosella petals, book media.

ABSTRAK

Latar Belakang: Hipertensi merupakan salah satu masalah kesehatan yang sering dialami oleh lansia dan dapat menimbulkan komplikasi serius seperti stroke, gagal ginjal, dan penyakit jantung. Upaya pengelolaan hipertensi dapat dilakukan secara farmakologis maupun nonfarmakologis, salah satunya dengan memanfaatkan tanaman herbal seperti kelopak bunga rosella (*Hibiscus sabdariffa*). **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas buku sebagai media edukasi dalam meningkatkan pengetahuan keluarga mengenai pemanfaatan kelopak bunga rosella dalam menurunkan tekanan darah tinggi lansia di wilayah kerja Puskesmas Jongaya, Makassar. **Metode:** Metode yang digunakan adalah quasi-experimental dengan desain pre-test dan post-test tanpa kelompok kontrol. Subjek penelitian sebanyak 20 responden keluarga yang memiliki lansia penderita hipertensi. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner sebelum dan sesudah intervensi berupa pemberian buku edukasi tentang kelopak bunga rosella. Analisis dilakukan secara deskriptif kuantitatif. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan. Sebelum intervensi, seluruh responden (100%) berada pada kategori pengetahuan "kurang". Setelah intervensi, 70% responden memiliki pengetahuan "baik", 25% "cukup", dan hanya 5% yang masih "kurang". **Kesimpulannya,** buku edukasi tentang kelopak bunga rosella dapat dijadikan media promosi kesehatan yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan keluarga dalam mendukung pengelolaan hipertensi pada lansia.

Kata kunci: hipertensi, lansia, edukasi kesehatan, kelopak bunga rosella, media buku.

PENDAHULUAN

Tekanan darah tinggi atau hipertensi merupakan salah satu masalah yang paling umum di kalangan lansia. Menurut data dari World Health Organization (WHO), sekitar 1,28 miliar orang dewasa berumur antara 30-79 tahun di seluruh dunia mengalami hipertensi (WHO, 2023). Komplikasi dari hipertensi dapat menimbulkan masalah yang serius. Oleh karena itu, penting bagi tenaga kesehatan untuk memahami resiko dan cara pengelolaan tekanan darah yang tepat. Lansia merupakan populasi yang mengalami perubahan yang signifikan baik dari segi fisiologis maupun patofisiologis. Seiring bertambahnya usia, kelompok ini mengalami perubahan yang memengaruhi sistem dalam tubuh mereka. Proses penuaan ini merupakan hal yang alami dan dialami oleh setiap individu.

Jumlah populasi lansia terus mengalami pertumbuhan, berdasarkan data dari World Health Organization (WHO) pada tahun 2024, sekitar 1,18 miliar jiwa lansia (WHO, WHO, 2024). Data dari Badan Pusat Statistik (BPS), pada tahun 2024, populasi

lansia di Indonesia telah mencapai angka 12% dari total populasi. Data tersebut menunjukkan adanya peningkatan dibandingkan tahun sebelumnya, hal ini menunjukkan Indonesia telah memasuki tahap di mana populasi penduduknya didominasi oleh kelompok lanjut usia, dikenal juga sebagai populasi menua (ageing population) (Rakyat, 2024). Survei Kesehatan Indonesia (SKI) mengeluarkan data terbaru ada 22,9% lansia yang menderita hipertensi (Santika, 2023). Berdasarkan data tersebut masalah kesehatan tekanan darah tinggi atau hipertensi di kalangan lansia cukup signifikan. Burhan et al. (2020, dikutip dalam Aripa, 2024) menjelaskan bahwa provinsi Sulawesi Selatan merupakan salah satu daerah yang mengalami tingkat prevalensi hipertensi yang cukup tinggi. Berdasarkan data yang diperoleh tahun 2020, kota Makassar menempati posisi ketiga di antara 24 kabupaten/kota yang ada di Sulawesi Selatan dengan prevalensi yang mencapai angka 27,61%. Data tersebut menunjukkan masalah kesehatan yang serius dan memerlukan perhatian khusus dari berbagai

pihak. Data pada tahun 2019 jumlah lansia di wilayah jongaya sebanyak 711 lansia yang terkena hipertensi, tahun 2020 sebanyak 97 lansia, tahun 2021 sebanyak 157 lansia, dan pada tahun 2022 (Januari-Maret) sebanyak 181 lansia (Aripa, 2024).

Berdasarkan data di atas mengenai kasus hipertensi di mana tingginya angka hipertensi pada lansia menjadi masalah yang signifikan, hipertensi pada lansia jika tidak di tangani dengan baik akan menjadi komplikasi yang sangat serius seperti penyakit jantung, stroke, hingga gagal ginjal. Oleh karena itu penanganan hipertensi pada lansia penting untuk meningkatkan kualitas hidup mereka. Proyek ini bertujuan untuk mengatasi masalah tersebut dengan menyediakan sebuah buku yang membahas kelopak bunga rosella sebagai alternatif yang dapat membantu menurunkan tekanan darah tinggi pada lansia.

Secara keseluruhan, proyek ini bertujuan untuk memberikan informasi yang mudah dipahami dan diimplementasikan oleh keluarga untuk lansia, dengan harapan keluarga dapat mengelola tekanan darah tinggi lansia dengan baik dan memperoleh kualitas hidup yang lebih baik. Buku panduan ini akan menjadi sumber yang berguna bagi keluarga yang memiliki lansia untuk menerapkan pengobatan herbal kelopak bunga rosella secara efektif, serta memotivasi keluarga yang memiliki lansia untuk mengadopsi gaya hidup sehat yang mendukung pengelolaan hipertensi secara alami.

METODE

Desain, tempat dan waktu

Desain produk dari penelitian ini yaitu pengembangan buku kelopak bunga rosella sebagai alternatif dalam menurunkan tekanan darah tinggi pada lansia. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode penelitian eksperimen (quasi-experimental) menggunakan desain pre-test dan post-test tanpa adanya kelompok kontrol. Penelitian ini dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Jongaya selama dua minggu, yaitu pada bulan Februari-Mei 2025.

Jumlah dan cara pengambilan subjek

Subjek dalam proyek ini adalah 16 responden keluarga yang memiliki lansia yang menderita hipertensi dan terdaftar di puskesmas jongaya. Kriteria inklusi meliputi keluarga yang memiliki lansia penderita hipertensi, belum pernah tereduksi mengenai kelopak bunga rosella sebagai alternatif dalam menurunkan tekanan darah tinggi lansia, bersedia mengikuti seluruh proses penelitian, mampu memahami serta membaca bahasa yang digunakan dalam buku kelopak bunga rosella sebagai alternatif menurunkan tekanan darah tinggi lansia. Sementara itu, kriteria eksklusi yaitu memiliki kriteria inklusi akan tetapi ada masalah yang membuat keluar dari kriteria inklusi.

Hasil

1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di wilayah kerja puskesmas jongaya yang berada di Jl. Andi Tonro No.49, Pa'baeng-baeng, Kec Tamalate, Kota Makassar, Sulawesi Selatan 90223. Puskesmas jongaya merupakan fasilitas kesehatan tingkat pertama yang terdaftar dalam BPJS kesehatan di kota Makassar, terdapat tiga wilayah kerja puskesmas jongaya yaitu, Kelurahan Jongaya, Kelurahan Bongaya, Kelurahan Pa'baeng-baeng. Batas wilayah kerja

puskesmas jongaya sebelah utara berbatasan dengan kelurahan Parang, Sebelah timur berbatasan dengan kelurahan Mannuruki, sebelah selatan berbatasan dengan maccini sombala, sebelah barat berbatasan dengan kelurahan sambung jawa.

Puskesmas jongaya di kota Makassar tergolong sebagai faskes non rawat inap, yang berarti tidak menyediakan layanan perawatan bagi pasien yang membutuhkan perawatan lebih lama. Puskesmas jongaya juga memberikan pelayanan kesehatan seperti imunisasi, Pemeriksaan kesehatan ibu dan anak, serta program promosi kesehatan. Selain itu, puskesmas jongaya juga berperan dalam pengolongan penyakit tidak menular di masyarakat. Peneliti melakukan penelitian di Klasster 4 Penanggulangan penyakit tidak menular di Puskesmas jongaya, saat pelaksanaan kegiatan polanis dan melakukan kunjungan rumah.

2. Karakteristik Responden

a. Berdasarkan Umur

Tabel 4.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Karakteristik Responden Berdasarkan Usia		
Usia	Jumlah	Presentase
60-65	11	55%
66-70	3	15%
71-75	2	10%
76-80	1	5%
81-85	3	15%
Total	20	100%

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan terdapat 20 responden dengan umur yang berbeda beda, terdapat 11 responden yang berumur 60-65 tahun (55%), 3 responden berumur 66-70 tahun (15%), 2 responden berumur 71-75 tahun (10%), 1 responden berumur 76-80 tahun (5%), dan 3 responden berumur 81-85 tahun (15%).

b. Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 4.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan		
Pendidikan	Jumlah	Presentase
S1	1	5%
SMA	1	5%
SMP	3	15%
SD	15	75%
Total	20	100%

Berdasarkan tabel diatas terdapat 20 responden dengan jenis kelamin yang berbeda yaitu, 2 responden laki-laki (10%), dan 18 responden Perempuan (90%).

c. Berdasarkan Pendidikan

Tabel 4.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan

Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan		
Pendidikan	Jumlah	Presentase
S1	1	5%
SMA	1	5%
SMP	3	15%
SD	15	75%
Total	20	100%

Tabel diatas menunjukkan karakteristik responden berdasarkan pendidikan terdapat 1 responden dengan pendidikan S1 (5%), 1 responden berpendidikan SMA (5%), 3 responden berpendidikan SMP (15%), dan terdapat 15 responden yang berpendidikan SD (75%).

3. Hasil Uji Efektivitas Intervensi

a. Analisis Kuantitatif

Penelitian ini mengukur pengetahuan keluarga mengenai kelopak bunga rosella dalam menurunkan tekanan darah lansia dengan menggunakan buku sebagai media edukasi, berikut hasil analisis data:

Tabel 4.4 Tingkat Pengetahuan Responden Sebelum dan sesudah dilakukan intervensi

Kategori tingkat pengetahuan	Pre-Test	Post-Test
Baik	0	14
Cukup	0	5
Kurang	20	1
Jumlah	20	20

Berdasarkan data di atas dapat di lihat tingkat pengetahuan responden sebelum (pre-test) dilakukan intervensi terdapat 20 responden dengan pengetahuan yang "Kurang" dan sesudah (post-test) diberikan intervensi terdapat perubahan 14 Responden dengan pengetahuan yang "Baik", 5 responden dengan pengetahuan yang "Cukup", dan terdapat 1 responden dengan pengetahuan yang "Kurang".

Dengan data tersebut dapat menunjukkan bahwa pemberian edukasi menggunakan buku efektif dalam meningkatkan pengetahuan responden, yang dimana 20 responden dengan pengetahuan "Kurang" sebelum diberikan intervensi dan setelah diberikan intervensi terdapat peningkatan di kategori "Baik" dan "Cukup". Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pemberian buku sebagai media edukasi mampu memberikan dampak positif terhadap peningkatan responden.

Pembahasan

1. Peningkatan Pengetahuan Keluarga

Penelitian ini bertujuan untuk mengukur tingkat pengetahuan keluarga mengenai kelopak bunga rosella dalam menurunkan tekanan darah tinggi lansia menggunakan buku sebagai alat edukasi, penelitian ini di laksanakan di wilayah kerja Puskesmas Jongaya. Hasil dari pre-test menunjukkan bahwa seluruh peserta (100%) memiliki tingkat pengetahuan yang rendah. Namun, setelah dilakukan intervensi melalui edukasi menggunakan buku, terdapat peningkatan yang signifikan. Hasil post-test menunjukkan bahwa 14 responden (70%) memiliki pengetahuan yang baik, 5 responden (25%) memiliki pengetahuan yang cukup, dan hanya 1 responden (5%) yang masih memiliki pengetahuan yang kurang.

Peningkatan pengetahuan ini menandakan intervensi yang di laksanakan efektif dalam meningkatkan pengetahuan keluarga mengenai kelopak bunga rosella dalam menurunkan tekanan darah tinggi lansia. Dapat dilihat mayoritas responden berumur 60-65 tahun (55%) menurut klasifikasi WHO mereka termasuk dalam kategori lansia muda, hal ini menunjukkan fungsi kognitif responden masih cukup baik, sehingga edukasi dengan menggunakan media buku cukup efektif. Namun, terdapat 6 responden (30%) yang berusia di atas 70 tahun, penurunan daya baca dan daya ingat merupakan sebuah hal yang normal pada responden di usia tersebut, pendekatan edukasi tidak hanya diberikan buku akan tetapi di bantu dengan pendampingan dan penjelasan yang lebih detail.

Mayoritas responden dalam penelitian ini adalah perempuan. Hal ini merupakan faktor pendukung keberhasilan intervensi, dikarenakan perempuan umumnya lebih aktif dalam merawat anggota keluarga termasuk lansia. Mereka juga lebih cenderung teliti dan bertanggung jawab dengan kesehatan keluarga. Akan tetapi peningkatan pengetahuan menggunakan buku sebagai media edukasi dipengaruhi oleh tingkat pendidikan, dalam penelitian ini sebagian besar responden berpendidikan dasar (SD) terdapat keterbatasan dalam memahami materi, oleh karena itu buku yang digunakan disusun dengan menarik dan mudah dipahami.

Hasil penelitian ini selaras dengan temuan Wibisono (2022) yang menyatakan bahwa penggunaan media booklet atau buku saku yang dirancang dengan tampilan sederhana dan penjelasan yang mudah dimengerti dapat meningkatkan pemahaman keluarga terhadap materi kesehatan. Dalam penelitiannya, booklet terbukti efektif meningkatkan pengetahuan keluarga dalam deteksi dini penyakit hipertensi. Ini menguatkan bahwa media cetak seperti buku tidak hanya menjadi sarana edukasi pasif, tetapi juga dapat menjadi alat intervensi promotif yang efektif apabila dirancang sesuai dengan karakteristik target pembacanya.

2. Produk Penelitian

Produk buku sebagai media edukasi kelopak bunga rosella dalam menurunkan tekanan darah lansia memiliki kelebihan yang menjadikan alat edukasi ini sebagai sumber informasi yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan keluarga mengenai kelopak bunga rosella dalam menurunkan tekanan darah tinggi lansia media edukasi ini berisi penjelasan mengenai hipertensi, kandungan rosella, manfaat rosella dan cara pengelolaan konsumsi yang mudah dipahami oleh masyarakat umum.

Terdapat peningkatan pengetahuan keluarga setelah diberi edukasi menggunakan media edukasi buku kelopak bunga rosella dalam menurunkan tekanan darah lansia, keberhasilan buku ini mengindikasikan bahwa keluarga memiliki peran penting sebagai pendukung utama dalam menjaga kesehatan lansia. Meskipun media edukasi buku memiliki banyak kelebihan sebagai edukasi terdapat beberapa kekurangan dan batasan dalam pelaksanaannya. Salah satunya adalah tingkat literasi dan minat baca pasien yang beragam menjadi tantangan besar, terutama bagi mereka yang memiliki latar belakang pendidikan rendah atau kesulitan membaca.

KESIMPULAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengukur tingkat pengetahuan keluarga mengenai kelopak bunga rosella dalam menurunkan tekanan darah tinggi lansia dan menilai buku sebagai media edukasi apakah efektif dalam meningkatkan pengetahuan keluarga di wilayah kerja Puskesmas Jongaya, Kota Makassar. Berdasarkan analisis data dan temuan penulis dapat disimpulkan bahwa:

1. Terdapat peningkatan pengetahuan keluarga mengenai kelopak bunga rosella dalam menurunkan tekanan darah tinggi lansia setelah diberikan edukasi menggunakan media buku
2. Buku sebagai media edukasi terbukti efektif dalam menyampaikan informasi kepada keluarga.

SARAN

1. Bagi Puskesmas dan Institusional Lainnya:

Diharapkan puskesmas dapat mengadopsi penggunaan buku kelopak bunga rosella ini dalam program promosi kesehatan bagi lansia, baik dalam kegiatan polanis maupun saat melakukan kunjungan rumah. Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Disarankan untuk melanjutkan penelitian dengan melakukan intervensi dengan mencoba dan mengontrol minuman herbal kelopak bunga rosella apakah efektif dalam menurunkan tekanan darah tinggi lansia

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada kedua orang tua saya bapak Ridwan dan Ibu Ihat Solihat yang telah memberikan dukungan dan doa selama penyusunan proposal penelitian, serta cinta kasih dari Almh ibunda Tati Sumiati dan saya

ucapkan terimakasih juga kepada semua pihak yang telah memberikan bimbingan, saran dan dukungan sehingga Proposal Penelitian ini dapat selesai, yaitu kepada Bapak dan Ibu:

1. Dr. Drs. Rusli., Sp. FRS. APT. Selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Makassar.
2. Iwan, S.Kp., M.Kes., selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Makassar.
3. H. Mardiana Mustafa, SKM, M.Kes selaku Sekretaris Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Makassar.
4. Naharia Laubo, S.Pd, S.Kep, Ns, M.Kes selaku ketua prodi Diploma III Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Makassar.
5. Baharuddin, SPd, M.M.Kes selaku dosen pembimbing utama yang selama ini telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk memberikan bimbingan serta saran kepada saya dalam penyusunan Proposal Penelitian.
6. Dr. Hj. Muhasidah, SKM, M.Kep selaku dosen pembimbing pendamping yang telah memberikan bimbingan dan arahan selama masa penyusunan proposal Penelitian.
7. H. Rauf Harmiady, S.Kep.Ns., M.Kes selaku Penguji utama dan H. Sudirman, SKM, S.Kep.,M.Kes selaku anggota penguji yang telah banyak memberikan masukan serta arahan dalam Proposal Penelitian.
8. Bapak dan Ibu Dosen, Staff, dan Intstruktur Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Makassar.
9. Saudara/i Intan Setiani Syaffira. S.E., Muhammad Aidil Ridwan S.Tr, Pel Muhammad Alrasyid Ridwan, dan Aisyah Desianty Ridwan yang telah memberikan dukungan dan doa selama penyusunan proposal penelitian.
10. Teruntuk teman saya Eva Sulfi dan Anggi Anggoro Kasih Anwar, yang telah memberikan dukungan, doa, dan motivasi selama penyusunan proposal ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Aripa, Iusyana. 2024. "Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Jongaya Kota Makassar Factors" 7 (4): 742–49
- Aripa, Iusyana. (2024). Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Jongaya Kota Makassar *Factors*. 7(4), 742–749.
- Bahriah, B., et al.(2024). Buku Ajar Keperawatan Gerontik (Berdasarkan Kurikulum Pendidikan Ners Indonesia Tahun 2021). In *Eureka Media Aksara*.
- Budi, U. S., & Purwati, R. D. (2020). Budidaya Rosela Herbal (*Hibiscus sabdariffa var. sabdariffa*) (hal. 2–4).
- Fatimah, & Nuryaningsih. (2024). Buku Ajar Keperawatan Gerontik.
- Fauziah, T., Numayni, Putri, R., Pidia, S., & Sari, S. (2021). Hipertensi Si Pembunuh Senyap "Yuk Kenali Pencegahan dan Penanganannya." In *Buku Saku*.
- Haryani, W., & Setyobroto, I. (2022). Modul Etika Penelitian. In *Jurusan Kesehatan Gigi Poltekkes Jakarta I*.
- Ibrahim, C. O., Mokhtar, S., & Bima, I. H. (2024). Efektivitas pemberian obat herbal bawang putih terhadap penderita hipertensi. 8, 2707–2714.
- Irawati. (2020). asuhan keperawatan pasien gerd, 20-28.
- Kemendes. (2020, juli 8). Penyakit Tidak Menular Indonesia . Retrieved february 24, 2025, from <https://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/hipertensi-penyakit-jantung-dan-pembuluh-darah/page/5/apa-komplikasi-berbahaya-dari-hipertensi>
- Kemendes. (2024, agustus 21). Penyakit Tidak Menular . Retrieved february 24, 2025, from <https://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/penyakit-hipertensi/mengenal-klasifikasi-penyakit-hipertensi>
- Khairunnisa, & Ananda, M. R. (2023). Penggunaan Obat Pada Pasien geriatri Di Instalasi Rawat jalan Rumah Sakit Universitas Sumatera Utara. *Majalah Farmasi dan Farmakologi*, 1(6), 6–10. <https://doi.org/10.20956/mff.SpecialIssue.Korespondensi>
- Kristiani, R. B., & Yobel, S. (2022). Pendampingan Dan Edukasi Manfaat Pemberian Seduhan Air Bunga Rosella Pada Lansia Dengan Hipertensi. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(1), 44–49. <https://doi.org/10.47560/pengabmas.v3i1.349>
- Massa, K., & Manafe, L. A. (2022). Kepatuhan Minum Obat Hipertensi Pada Lansia. *Sam Ratulangi Journal of Public Health*, 2(2), 046. <https://doi.org/10.35801/srjoph.v2i2.36279>
- Pradono, J., Kusumawardani, N., & Rachmalina, R. (2020). Hipertensi : Pembunuh Terselubung Di Indonesia. In *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI*. <https://repository.kemkes.go.id/book/10>
- Putu, I., Wijaya, A., Komang, I., Atmaja, W., Sri, K. I., Bina, S., & Bali, U. (2020). Pengaruh rebusan bunga rosella (*Hibiscus sabdariffa*) terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi The Influence of Rosella Stew (*Hibiscus sabdariffa*) Towards Blood Pressure Degradation of Patients Patient With Hypertension. *Politeknik Kesehatan Makassar*, 11(01), 2087–2122.
- Rakyat, D. S. (2024, 12 31). Statistik penduduk lanjut usia 2024. indonesia : Badan Pusat Statistik. Retrieved from badan pusat statistik .
- Rangkuti, M. (2024). Manfaat Rosella Untuk Kesehatan Tubuh.
- Sakti, I. P., & Luhung, M. (2025). Buku Ajar Penatalaksanaan Hipertensi Lansia.
- Santika, E. F. (2023, Juli 5). Prevalensi Hipertensi Indonesia (2018 dan 2023)*. databoks.katadata.co.id:databoks.katadata.co.id/layanan-konsumen-kesehatan/statistik/8a60c7f555dd1ac/prevalensi-hipertensi-indonesia-turun-jadi-308-pada-2023
- Wardhani, R. R., & Nisa, S. K. (2023). Pengaruh Pemberian Dynamic Neuromuscular Stabilization untuk Meningkatkan

Keseimbangan pada Lansia; Narrative Review. *FISIO MU: Physiotherapy Evidences*, 4(1), 41–50.
<https://doi.org/10.23917/fisiomu.v4i1.19839>

Wenny, R. (2023). *Manfaat Bunga Rosella dan Cara Bikin Teh Herbal dari Bunganya*.
<https://www.goodnewsfromindonesia.id/2023/01/15/manfaat-bunga-rosella-dan-cara-bikin-teh-herbal-dari-bunganya>

Wenny, R. (2023, januari 15). [goodnewsfromindonesia.id](https://www.goodnewsfromindonesia.id). Retrieved february 26, 2025, from
<https://www.goodnewsfromindonesia.id/2023/01/15/manfaat-bunga-rosella-dan-cara-bikin-teh-herbal-dari-bunganya>

WHO. (2023, maret 16). World Healt Organization. Retrieved from who.int: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>

WHO. (2024, oktober 1). WHO. Retrieved from who.int: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>

Wibisono, A. (2022). Pengaruh edukasi menggunakan booklet terhadap pengetahuan keluarga dalam deteksi dini hipertensi. *Jurnal Ilmu Kesehatan dan Sains*, 7(2), 120–126.