

PENGARUH KOMBINASI TEH BUNGA TELANG DAN MADU MURNI TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI POSBINDU RW 009 KEBAYORAN LAMA UTARA

Muhammad Hanif Fawwaz^{1*}, Diana Rhismawati Djupri², Tati Suryati³, Nila Rostarina⁴

^{1,2,3,4} Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan PERTAMEDIKA

*Koresponden: Muhammad Hanif Fawwaz. Alamat: Jl. Bintaro Raya, Kebayoran Lama. Email: psicommando2@gmail.com

Received: 25 Desember 2025 | Revised: 06 Januari 2026 | Accepted: 12 Februari 2026

Abstrak

Latar Belakang: Hipertensi merupakan masalah kesehatan yang berisiko meningkatkan kejadian penyakit kardiovaskular apabila tidak ditangani secara optimal. Selain terapi farmakologis, diperlukan terapi non-farmakologis sebagai pendamping untuk membantu mengendalikan tekanan darah. Salah satu alternatif terapi non-farmakologis adalah kombinasi teh bunga telang dan madu murni.

Tujuan: Mengetahui pengaruh kombinasi teh bunga telang dan madu murni terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Posbindu RW 009 Kebayoran Lama Utara.

Metodologi Penelitian: Desain penelitian quasi-eksperimen dengan pendekatan one group pretest-posttest. Sampel penelitian berjumlah 18 responden yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Intervensi diberikan selama 7 hari. Pengukuran tekanan darah dilakukan sebelum dan sesudah intervensi.

Hasil: Analisis data meliputi analisis univariat dan bivariat menggunakan uji paired samples T-test. Hasil penelitian menunjukkan rata-rata tekanan darah sistolik sebelum intervensi sebesar 148,11 mmHg dan diastolik sebesar 91,39 mmHg. Setelah intervensi, rata-rata tekanan darah sistolik menurun menjadi 133,89 mmHg dan diastolik menjadi 84,22 mmHg. Hasil analisis bivariat menunjukkan nilai p-value < 0,001 ($p < 0,05$), yang berarti terdapat pengaruh signifikan pemberian kombinasi teh bunga telang dan madu murni terhadap penurunan tekanan darah.

Kesimpulan: Kombinasi teh bunga telang dan madu murni berpengaruh signifikan dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Kata Kunci: Bunga Telang, Hipertensi, Madu, Tekanan Darah

1. Latar Belakang

Hipertensi merupakan suatu kondisi medis yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah arteri secara persisten di atas nilai normal. Tekanan darah terdiri dari dua komponen utama, yaitu tekanan sistolik yang mencerminkan tekanan saat jantung melakukan kontraksi dan tekanan diastolik yang mencerminkan tekanan saat jantung berada dalam fase relaksasi (Kemenkes, 2023). Seorang individu dianggap menderita hipertensi jika tekanan sistolik ≥ 140 mmHg dan/atau tekanan darah diastolik ≥ 90 mmHg. Kondisi ini umumnya bersifat asimtomatik sehingga sering disebut

sebagai “*silent killer*” karena komplikasinya baru muncul setelah kerusakan organ target terjadi (Khusniyati et al., 2025).

Berbagai faktor dapat memengaruhi munculnya hipertensi, baik yang bersifat *non-modifiable* maupun *modifiable*. Faktor-faktor tersebut antara lain meliputi usia dan jenis kelamin sebagai determinan biologis, serta gaya hidup tidak sehat seperti konsumsi garam yang berlebihan, tingkat stres yang tinggi, kurangnya aktivitas fisik, kebiasaan merokok, dan kondisi obesitas yang berperan sebagai

pemicu utama dalam peningkatan tekanan darah (Ekarini et al., 2020).

Menurut data terbaru dari WHO (2023), prevalensi hipertensi secara global mencapai angka yang sangat signifikan, yakni sekitar 35% atau 1,28 miliar individu dewasa berusia antara 30 hingga 79 tahun yang tercatat mengalami kondisi ini dan menyebabkan lebih dari 10 juta kematian setiap tahun secara global menjadikannya salah satu faktor risiko utama penyakit kardiovaskular seperti stroke, gagal ginjal, dan penyakit jantung iskemik. Di Indonesia, hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2023) mencatat prevalensi hipertensi sebesar 30,8% pada penduduk usia ≥ 18 tahun. Secara khusus, Provinsi DKI Jakarta tercatat sebagai wilayah dengan prevalensi hipertensi tertinggi di Indonesia, yaitu sebesar 12,6% dari total penduduk usia ≥ 18 tahun, angka ini diperkirakan tinggi setiap tahunnya karena gaya hidup modern yang cenderung tidak sehat. Berdasarkan data dari Puskesmas Kelurahan Kebayoran Lama Utara tahun 2022 terdapat sebanyak 4.377 penduduk berusia ≥ 15 tahun yang tercatat menderita hipertensi.

Hipertensi umumnya berkembang tanpa menunjukkan tanda atau gejala yang khas sehingga seringkali tidak disadari oleh penderitanya. Beberapa keluhan yang kerap muncul seperti sakit kepala, pusing, mata berkunang-kunang, sensasi panas di bagian tengkuk, sesak napas, mudah lelah, mudah marah, atau rasa berat di kepala, memang dapat ditemukan, tetapi tidak dapat dijadikan indikator pasti keberadaan hipertensi (Sudarmin et al., 2022). Apabila gejala hipertensi muncul, hal tersebut umumnya menandakan telah terjadinya kerusakan vaskular dengan manifestasi klinis yang khas sesuai dengan organ yang diperdarahi oleh pembuluh darah yang terdampak. Perubahan patologis pada ginjal, misalnya dapat ditunjukkan melalui gejala seperti nokturia, yakni peningkatan frekuensi buang air kecil pada malam hari. Serta azotemia, yaitu peningkatan kadar nitrogen urea dalam darah. Sementara itu, keterlibatan sistem vaskular otak dapat menimbulkan komplikasi berupa serangan iskemik transien (*transient ischemic attack*) yang dapat bermanifestasi sebagai kelumpuhan sementara pada satu sisi tubuh (*hemiplegia*)

maupun gangguan ketajaman penglihatan (Husaini & Fonna, 2024). Oleh karena itu, deteksi tekanan darah secara berkala menjadi metode yang paling efektif untuk mengidentifikasi kondisi ini (Wijaya et al., 2024).

Sebab tidak jarang seseorang baru mengetahui dirinya mengidap hipertensi setelah terjadi komplikasi serius pada organ-organ vital seperti penyakit jantung koroner, stroke, atau gagal ginjal yang merupakan dampak dari tekanan darah tinggi yang tidak terkontrol (Lukitaningtyas & Cahyono, 2023). Maka dari itu, intervensi penanganan hipertensi perlu dilakukan sedini mungkin setelah kondisi ini terdiagnosis guna mencegah terjadinya progresivitas penyakit dan menghindari kerusakan organ lebih lanjut (Saimi & Sartika, 2024).

Prinsip utama dalam penanganan hipertensi adalah menurunkan tekanan darah hingga mencapai nilai normal atau setidaknya ke tingkat terendah yang masih dapat ditoleransi oleh penderita. Tujuan tersebut tidak hanya berfokus pada pengendalian tekanan darah, tetapi juga untuk mencegah munculnya berbagai komplikasi yang dapat terjadi akibat hipertensi yang tidak terkontrol (Kartikasari & Afif, 2022). Penanganan hipertensi dapat berupa terapi farmakologis, yaitu penggunaan obat-obatan medis seperti diuretik, ACE inhibitor, ARB (*Angiotensin II Receptor Blocker*), *beta blocker*, CCB (*Calcium Channel Blocker*), nitrat, dan *alpha blocker* (Christy, 2023). Namun, penanganan hipertensi seharusnya tidak hanya terbatas pada terapi farmakologis, tetapi juga perlu dikombinasikan dengan terapi non-farmakologis.

Terapi non-farmakologis merupakan bentuk penatalaksanaan tanpa penggunaan obat-obatan yang dilakukan melalui perubahan gaya hidup ke arah lebih sehat serta menghindari berbagai faktor risiko yang dapat memicu timbulnya penyakit. Upaya tersebut dapat berupa berolahraga secara teratur (30 hingga 45 menit sebanyak 3x/minggu), pengaturan pola makan melalui diet rendah garam (< 5 gram atau 1 sendok teh/hari), penerapan terapi relaksasi, serta pemanfaatan terapi herbal seperti air rebusan daun salam, teh bunga telang, dan madu murni (Iqbal & Handayani, 2022).

Salah satu alternatif yang belum banyak masyarakat tahu dalam menurunkan tekanan darah adalah penggunaan tanaman herbal seperti bunga telang (*Clitoria ternatea*) dan madu murni. Bunga telang mengandung antosianin, senyawa flavonoid yang memiliki efek vasodilatasi melalui peningkatan sintesis *nitric oxide* (NO) sehingga membantu menurunkan tekanan darah (Rizkawati et al., 2023). Selain itu, antosianin juga memiliki efek antioksidan yang kuat yang mampu menghambat stres oksidatif sebagai salah satu mekanisme patofisiologis hipertensi (Hanura et al., 2021).

Sementara itu, madu murni secara ilmiah telah terbukti memiliki sifat antihipertensi melalui beberapa mekanisme. Kandungan flavonoid, fenolik, dan mineral dalam madu membantu meningkatkan pelebaran pembuluh darah, menurunkan resistensi vaskuler, dan merangsang pelepasan insulin serta menurunkan aktivitas sistem renin-angiotensin-aldosteron (RAAS) (El-Seedi et al., 2022). Temuan ini sejalan dengan laporan beberapa studi dalam Musyayyadah et al. (2020) yang menunjukkan bahwa kandungan antioksidan dalam madu berperan dalam menurunkan tekanan darah melalui perbaikan stres oksidatif. Selain itu, sifat antioksidatif tersebut juga berkontribusi dalam pencegahan berbagai penyakit degeneratif, seperti gangguan kardiovaskular, proses karsinogenesis, dan penyakit kronis lainnya.

Menariknya, kombinasi bunga telang dan madu murni belum banyak dikaji, padahal secara teoritis keduanya berpotensi memberikan efek sinergis dalam menurunkan tekanan darah. Hal ini diperkuat oleh riset yang menunjukkan bahwa kombinasi keduanya memberikan peningkatan fenolik dan antioksidan yang lebih signifikan dibandingkan jika diberikan secara tunggal (Fadilla, 2025). Kandungan senyawa fenolik dan antioksidan yang tinggi berperan dalam meningkatkan ketersediaan *nitric oxide* dalam tubuh sehingga berdampak pada perbaikan fungsi endotel pembuluh darah dan menyebabkan vasodilatasi yang berujung pada penurunan tekanan darah (Nofitasari et al., 2024).

2. Tujuan Penelitian

Penelitian ini untuk mengetahui pengaruh kombinasi teh bunga telang dan madu murni terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Posbindu RW 009 Kebayoran Lama Utara.

3. Metode Penelitian

3.1. Desain Penelitian

Penelitian ini bersifat deskriptif kuantitatif dengan menggunakan metode *Quasi-experiment* (kuasi eksperimen) dengan pendekatan *one group pretest-posttest design* yang tidak menyertakan kelompok kontrol atau pembanding. Sebagaimana dijelaskan oleh Adiputra et al. (2021), desain *one group pretest-posttest* bertujuan untuk mengevaluasi adanya perubahan setelah diberikan intervensi tertentu dengan hanya melibatkan satu kelompok subjek penelitian tanpa perbandingan dengan kelompok kontrol.

3.2. Hipotesis

Hipotesis dalam penelitian ini, antara lain:

1. H₀: Tidak ada pengaruh kombinasi teh bunga telang dan madu murni terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Posbindu RW 009 Kebayoran Lama Utara.
2. H_a: Ada pengaruh kombinasi teh bunga telang dan madu murni terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Posbindu RW 009 Kebayoran Lama Utara.

3.3. Populasi dan Sampel

Populasi pada penelitian ini adalah warga penderita hipertensi yang melakukan kontrol rutin di Posbindu RW 009 Kebayoran Lama Utara pada periode Juni hingga Agustus 2025 dengan jumlah rata-rata responden sebanyak 42 orang setiap bulannya.

Pada penelitian ini, peneliti mengambil sampel sebanyak 18 orang dengan teknik *purposive sampling*. Menurut Agustianti et al. (2022), jumlah minimum sampel yang disarankan dalam penelitian eksperimental adalah 15 orang pada setiap kelompok. Ditambah dengan

kemungkinan adanya sampel *drop out* sebanyak 10%, maka jumlah sampel yang dibutuhkan menjadi 18 orang.

3.3. Instrumen Pengumpulan Data

Penelitian ini menggunakan instrumen penelitian untuk pengumpulan data diri dan tekanan darah responden berupa lembar karakteristik responden, *sphygmomanometer* digital, dan lembar pengukuran tekanan darah.

3.4. Pengumpulan Data

Pada penelitian ini, pengumpulan data dilakukan pada bulan September hingga November 2025 di Posbindu RW 009 Kebayoran Lama Utara. Dengan waktu pemberian intervensi selama 7 hari berturut-turut pada pukul 05.00–06.30 WIB.

3.5. Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini dilakukan secara bertahap melalui uji normalitas, analisis univariat, dan analisis bivariat. Uji normalitas bertujuan menilai apakah variabel residu pada model regresi memenuhi asumsi distribusi normal atau tidak (Hartoyo et al., 2025). Selanjutnya, analisis univariat dilakukan untuk mendeskripsikan karakteristik masing-masing variabel dalam penelitian (Mulyana et al., 2024). Analisis bivariat kemudian digunakan untuk menilai adanya hubungan atau korelasi antara dua variabel yang diduga memiliki keterkaitan (Norfai, 2021).

3.6. Pertimbangan Etik

Penelitian ini telah dilakukan uji etik dan dinyatakan lolos oleh Komite Etik Penelitian Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto (UMP) dengan nomor registrasi KEPK/UMP/133/X/2025.

4. Hasil Penelitian

4.1. Analisis Univariat

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia di Posbindu RW 009 Kebayoran Lama Utara, (n=18)

Usia	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Dewasa Awal (26-35 tahun)	4	22,2
Dewasa Akhir (36-45 tahun)	3	16,7
Lansia Awal (46-55 tahun)	5	27,8
Lansia Akhir (56-65 tahun)	6	33,3
Jumlah	18	100

Tabel 1 distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan usia menunjukkan bahwa dari 18 responden, didapatkan data sebanyak 6 responden (33,3%) berusia lansia akhir (56-65 tahun), sebanyak 5 responden (27,8%) berusia lansia awal (46-55 tahun), sebanyak 4 responden (22,2%) berusia dewasa awal (26-35 tahun), dan sebanyak 3 responden (16,7%) berusia dewasa akhir (36-45 tahun).

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di Posbindu RW 009 Kebayoran Lama Utara, (n=18)

Jenis Kelamin	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Laki-laki	3	16,7
Perempuan	15	83,3
Total	18	100

Tabel 2 distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin menunjukkan bahwa dari 18 responden, didapatkan data sebanyak 15 responden (83,3%) berjenis kelamin perempuan dan sebanyak 3 responden (16,7%) berjenis kelamin laki-laki.

Tabel 3
Rata-Rata Tekanan Darah Responden Sebelum (Pre) Diberikan Kombinasi Teh Bunga Telang dan Madu Murni

Tekanan Darah	Mean	Standar Deviasi	Min-Max
Pre-Sistolik	148,11	10,577	138-176
Pre-Diastolik	91,39	9,965	79-114

Tabel 3 menunjukkan bahwa gambaran tekanan darah responden sebelum diberikan kombinasi teh bunga telang dan madu murni dari 18 responden, didapatkan data rata-rata tekanan darah sistolik adalah 148,11 mmHg dengan nilai minimal 138 dan maksimal 176 dengan standar

deviasi 10,577 dan rata-rata tekanan darah diastolik adalah 91,39 mmHg dengan nilai minimal 79 dan maksimal 114 dengan standar deviasi 9,965.

Tabel 4
Rata-Rata Tekanan Darah Responden Setelah (Post) Diberikan Kombinasi Teh Bunga Telang dan Madu Murni

Tekanan Darah	Mean	Standar Deviasi	Min-Max
Post-Sistolik	133,89	8,950	121-155
Post-Diastolik	84,22	7,440	72-101

Tabel 4 menunjukkan bahwa gambaran tekanan darah setelah diberikan kombinasi teh bunga telang dan madu murni dari 18 responden, didapatkan data rata-rata tekanan darah sistolik adalah 133,89 mmHg dengan nilai minimal 121 dan maksimal 155 dengan standar deviasi 8,950 dan rata-rata tekanan darah diastolik adalah 84,22 mmHg dengan nilai minimal 72 dan maksimal 101 dengan standar deviasi 7,440.

4.2. Analisis Bivariat

Hasil analisis bivariat dalam penelitian ini merupakan hasil tabulasi menggunakan uji statistik *paired sample T-test* untuk menentukan adanya pengaruh kombinasi teh bunga telang dan madu murni terhadap tekanan darah penderita hipertensi. Dengan ketentuan, ada pengaruh jika *P-Value* <0,05 dan tidak ada pengaruh jika *P-Value* > 0,05.

Tabel 5
Tekanan Darah Responden Sebelum (Pre) dan Setelah (Post) Diberikan Kombinasi Teh Bunga Telang dan Madu Murni

Tekanan Darah	Sebelum		Setelah		P-Value
	Mean	SD	Mean	SD	
Sistolik	148,11	10,577	133,89	8,950	<0,001
Diastolik	91,39	9,965	84,22	7,440	<0,001

Tabel 6
Selisih Tekanan Darah Responden Sebelum (Pre) dan Setelah (Post) Diberikan Kombinasi Teh Bunga Telang dan Madu Murni

Tekanan Darah	Mean	SD	SE Mean	P-Value
Sistolik	14,22	5,342	1,259	<0,001
Diastolik	7,17	5,533	1,304	

Tabel 5 dan 6 menunjukkan hasil analisis kombinasi teh bunga telang dan madu murni dapat menurunkan tekanan darah dengan adanya perbedaan rata-rata tekanan darah sebelum dan setelah intervensi. Hasil

paired sample T-test diperoleh *P-Value* = <0,001 (α < 0,05), maka H_0 ditolak (H_a diterima) yang artinya ada pengaruh kombinasi teh bunga telang dan madu murni terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Posbindu RW 009 Kebayoran Lama Utara.

5. Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata tekanan darah sebelum diberikan intervensi adalah 148,11 mmHg (sistolik) dan 91,39 mmHg (diastolik) mengalami penurunan dengan nilai rata-rata setelah diberikan intervensi, yaitu 133,89 mmHg (sistolik) 84,22 mmHg (diastolik) dengan selisih sebesar 14,22 mmHg (sistolik) dan 7,17 (diastolik).

Temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Unja et al. (2024) yang berjudul "Pengaruh Pemberian Teh Bunga Telang terhadap Perubahan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi" juga menunjukkan adanya penurunan tekanan darah setelah pemberian teh bunga telang dengan rata-rata penurunan sistolik sebesar 7 mmHg dan diastolik sebesar 5 mmHg. Hal ini didukung pula oleh penelitian Napitupulu et al. (2020) yang berjudul "Pengaruh Pemberian Madu Lebah terhadap Tekanan Darah pada Lansia Penderita Hipertensi" berupa adanya penurunan tekanan darah setelah pemberian madu dengan rata-rata penurunan MAP sebesar 8,87 mmHg. Temuan-temuan tersebut mendukung potensi teh bunga telang dan madu sebagai terapi herbal dalam pengendalian tekanan darah.

Kombinasi dari teh bunga telang dan madu murni dilaporkan mampu meningkatkan kandungan senyawa fenolik dan aktivitas antioksidan secara lebih signifikan dibandingkan pemberian secara tunggal (Fadilla, 2025). Peningkatan aktivitas antioksidan tersebut berkontribusi terhadap peningkatan ketersediaan *nitric oxide* dalam tubuh yang berperan pada perbaikan fungsi endotel dan vasodilatasi pembuluh darah sehingga menghasilkan penurunan tekanan darah yang lebih optimal (Nofitasari et al., 2024).

Menurut analisis peneliti, kandungan aktif pada kombinasi teh bunga telang dan madu murni memiliki efek sinergis dalam mekanisme penurunan tekanan darah.

Dengan demikian, kombinasi teh bunga telang dan madu murni berpotensi digunakan sebagai alternatif terapi non-farmakologis dalam pengelolaan hipertensi yang relatif aman dan mudah diterapkan bagi penderita hipertensi.

6. Kesimpulan

Hasil penelitian mengenai pengaruh kombinasi teh bunga telang dan madu murni terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Posbindu RW 009 Kebayoran Lama Utara dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Karakteristik responden yang terdiri dari usia terbanyak dalam kelompok usia lansia akhir (56-65 tahun) 33,3% dan jenis kelamin terbanyak berjenis kelamin perempuan 83,3% di Posbindu RW 009 Kebayoran Lama Utara.
2. Rata-rata tekanan darah sebelum diberikan kombinasi teh bunga telang dan madu murni diperoleh sistolik 148,11 mmHg dan diastolik 91,39 mmHg.
3. Rata-rata tekanan darah setelah diberikan kombinasi teh bunga telang dan madu murni diperoleh sistolik 133,89 mmHg dan diastolik 84,22 mmHg.
4. Ada pengaruh kombinasi teh bunga telang dan madu murni terhadap penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi di Posbindu RW 009 Kebayoran Lama Utara dengan $p\text{-value} = <0,001$

7. Referensi

Adiputra, I. M. S., Trisnadewi, N. W., Oktaviani, N. P. W., Munthe, S. A., Hulu, V. T., Budiastutik, I., Faridi, A., Ramdany, R., Fitriani, R. J., Tania, P. O. A., Rahmiati, B. F., Lusiana, S. A., Susilawaty, A., Sianturi, E., & Suryana. (2021). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Yayasan Kita Menulis.

Agustianti, R., Pandriadi, Nussifera, L., Wahyudi, Angelianawati, L., Meliana, I., Sidik, E. A., Nurlaila, Q., Simarmata, N., Himawan, I. S., Pawan, E., Ikhrum, F., Andriani, A. D., Ratnadewi, & Hardika, I. R. (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif & Kualitatif* (N. P. Gatriyani & N. Mayasari (eds.)). CV. Tohar Media.

Christy, Z. A. (2023). Jenis Obat untuk Penanganan dan Pencegahan Hipertensi. *Bohr: Jurnal Cendekia Kimia*,

01(02), 53–57.

<https://doi.org/10.36873/bohr.v1i02.7453>

Ekarini, N. L. P., Wahyuni, J. D., & Sulistyowati, D. (2020). Faktor - Faktor Yang Berhubungan Dengan Hipertensi Pada Usia Dewasa. *JKEP*, 5(1), 61–73. <https://doi.org/10.32668/jkep.v5i1.357>

El-Seedi, H. R., Eid, N., Abd El-Wahed, A. A., Rateb, M. E., Afifi, H. S., Algethami, A. F., Zhao, C., Al Naggat, Y., Alsharif, S. M., Tahir, H. E., Xu, B., Wang, K., & Khalifa, S. A. M. (2022). Honey Bee Products: Preclinical and Clinical Studies of Their Anti-inflammatory and Immunomodulatory Properties. *Frontiers in Nutrition*, 8. <https://doi.org/10.3389/fnut.2021.761267>

Fadilla, R. (2025). Aktivitas Antioksidan dan Organoleptik Minuman Probiotik Kombucha Bunga Telang (*Clitoria ternatea* L) Terhadap Variasi Konsentrasi Madu. *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Kesehatan*, 4(1), 207–216. <https://doi.org/10.55606/jurrikes.v4i1.4499>

Hanura, T. A., Fauziah, A. I., Nasrullah, N., & Wahyuningsih, U. (2021). Pengaruh Penambahan Ekstrak Bunga Telang terhadap Kadar Antosianin, Kalium, dan Sifat Organoleptik Jeli Buah Naga Merah. *Ghidza: Jurnal Gizi Dan Kesehatan*, 5(2), 187–196.

Hartoyo, T., Surgawati, I., Sulisti, H., Chaniago, N., Kusumastuti, S. Y., Hadiyat, Y., Septianawati, D., Paridy, A., Nampira, A. A., Pramita, D. A., & Judijanto, L. (2025). *Statiska Parametrik* (I. K. Sari (ed.)). PT. Sonpedia Publishing Indonesia.

Husaini, F., & Fonna, T. R. (2024). Hipertensi dan Komplikasi Yang Menyertai Hipertensi. *Jurnal Medika Nusantara*, 2(3), 135–147. <https://doi.org/10.59680/medika.v2i3.1260>

Iqbal, M. F., & Handayani, S. (2022). Terapi Non Farmakologi pada Hipertensi. *Jurnal Untuk Masyarakat Sehat (JUKMAS)*, 6(1), 41–51. <https://doi.org/10.52643/jukmas.v6i1.2113>

Kartikasari, I., & Afif, M. (2022). Penatalaksanaan Hipertensi di Era Pandemi COVID-19. *Proceeding Series Universitas Muhammadiyah Surabaya*, 1(1), 72–79. <https://doi.org/https://doi.org/10.30651/ps.v1i1.13708>

- Kemenkes. (2023). *Hipertensi (Tekanan Darah Tinggi)*. Ayosehat. <https://ayosehat.kemkes.go.id/topik-penyakit/pencegahan-infeksi-pada-usia-produktif/hipertensi-tekanan-darah-tinggi>
- Khusniyati, N., Ginting, D. S., Prihandana, S., Andirani, & Said, A. (2025). *Buku Asuhan Keperawatan Medikal Bedah Pada Sistem Kardiovaskuler*. Mahakarya Citra Utama.
- Lukitaningtyas, D., & Cahyono, E. A. (2023). HIPERTENSI; ARTIKEL REVIEW. *Pengembangan Ilmu Dan Praktik Kesehatan*, 2(2), 100–117. <https://doi.org/10.56586/pipk.v2i2.272>
- Mulyana, A., Susilawati, E., Fransisca, Y., Arismawati, M., Madrapriya, F., Phety, D. T. O., Putranto, A. H., Fajriyah, E., Kurniawan, R., Asri, Y. N., Milasari, L. A., & Sumiati, I. (2024). *Metode Penelitian Kuantitatif* (R. Oktavera & P. N. Fauziah (eds.)). CV. Tohar Media.
- Musyayyadah, S. A., Darni, J., & Fathimah, F. (2020). Pengaruh Larutan Madu terhadap Tekanan Darah Lanjut Usia Hipertensi. *Nutri-Sains: Jurnal Gizi, Pangan Dan Aplikasinya*, 3(2), 83. <https://doi.org/10.21580/ns.2019.3.2.3425>
- Napitupulu, N. F., Napitupulu, M., & Simangunsong, H. (2020). Pengaruh Pemberian Madu Lebah terhadap Tekanan Darah pada Lansia Penderita Hipertensi. *CHMK Nursing Scientific Journal*, 4(3), 303–309. <http://cyberchmk.net/ojs/index.php/ners/article/download/756/247/>
- Nofitasari, R. S., Saputri, R. K., Nisak, S. K., & Basith, A. (2024). Uji Aktivitas Antioksidan Teh Herbal Bunga Telang dengan Perbedaan Pemanis sebagai Alternatif Pengobatan Hipertensi. *Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat UNSIQ*, 11(3), 191–199. <https://doi.org/10.32699/ppkm.v11i3.7832>
- Norfai. (2021). *Analisis Data Penelitian (Analisis Univariat, Bivariat dan Multivariat)* (N. Fahmi (ed.)). CV. Penerbit Qiara Media.
- Rizkawati, M., Fairuz, R. A., & Absari, N. W. (2023). Potensi Tanaman Herbal Bunga Telang (*Clitoria ternatea*) sebagai Alternatif Antihipertensi. *Healthy Tadulako Journal (Jurnal Kesehatan Tadulako)*, 9(1), 43–50. <https://doi.org/10.22487/htj.v9i1.637>
- Saimi, & Sartika, H. A. (2024). *Cegah Hipertensi: Kenali Pencetus dan Temukan Solusi* (N. Duniawati (ed.)). Penerbit Adab.
- Sudarmin, H., Fauziah, C., & Hadiwardjo, Y. H. (2022). Gambaran Faktor Resiko pada Penderita Hipertensi di Poli Umum Puskesmas Limo Tahun 2020. *Riset Kedokteran*, 6(2), 1–8.
- Unja, E. E., Fitriyaningsih, R. N., Oktovin, O., Rachman, A., Warjiman, W., & Lanawati, L. (2024). Pengaruh Pemberian Teh Bunga Telang terhadap Perubahan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi. *Indonesian Journal of Innovation Multidisipliner Research*, 2(3), 393–401. <https://doi.org/10.69693/ijim.v2i3.196>
- WHO. (2023). *Hypertension*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/hypertension>
- Wijaya, C., Firmansyah, Y., Syarifah, A. G., Alifia, T. P., Kurniawan, J., & Gunaidi, F. C. (2024). Peningkatan Kewaspadaan Hipertensi Melalui Pemeriksaan Tekanan Darah sebagai Deteksi Dini pada Populasi Lanjut Usia di Panti Werda Hana. *SEWAGATI: Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 3(2), 23–29. <https://doi.org/10.56910/sewagati.v3i2.1438>