

ABSTRAK

EFEKTIVITAS PEMBERIAN TEH ROSELLA MERAH DAN DAGING BUAH
ALPUKAT SEBAGAI INTERVENSI PENDAMPING SIMVASTATIN
DALAM PENURUNAN KADAR KOLESTEROL TOTAL PADA KLIEN
HIPERKOLESTEROLEMIA

Oleh : Budi Artini

Hiperkolesterolemia adalah kondisi yang ditandai dengan tingginya kadar kolesterol total dalam darah. Banyak penelitian yang telah membuktikan bahwa seduhan teh rosella dan daging buah alpukat dapat menurunkan kadar kolestrol total. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui efektivitas terapi pendamping teh rosella dan daging buah alpukat dalam menurunkan kadar kolesterol total pada klien hiperkolesterolemia. Jenis penelitian ini merupakan penelitian *quasi experiment* dengan *pre-post test control Group Design*. Populasi penelitian ini adalah klien dengan hiperkolesterolemia di wilayah kerja puskesmas Menganti. Besar sampel kelompok 1 terdiri dari 9 responden mendapat obat Simvastatin 10 mg dan teh rosella sebanyak 2 gr yang dikonsumsi 1x/hari. Kelompok 2 terdiri dari 9 responden mendapat obat Simvastatin 10 mg dan daging buah alpukat seberat 330 gr yang dikonsumsi 1x/hari. Kelompok kontrol terdiri dari 11 responden mendapat obat Simvastatin 10 mg yang diminum 1x sehari malam hari sebelum tidur. Semua kelompok diperiksa kadar kolesterol total darahnya sebelum perlakuan dan setelah perlakuan pada hari ke-15. Hasil uji t berpasangan *pre-test* dan *post-test* tiap kelompok menunjukkan adanya perbedaan kadar kolesterol total darah yang signifikan. Hasil uji *one-way ANOVA* menunjukkan ada beda antar ketiga kelompok dengan nilai $p=0,025$, sedangkan hasil uji Bonferroni didapatkan tidak ada beda antara kelompok 1 dan 2 dengan $p=1,000$. Simpulan penelitian ini adalah pemberian teh rosella dan daging buah alpukat memiliki efektivitas yang sama dalam menurunkan kadar kolesterol total, sehingga petugas kesehatan dapat menyarankan penggunaan teh rosella dan daging buah alpukat sebagai terapi pendamping untuk menurunkan kadar kolesterol total.

Kata kunci: hiperkolesterolemia, teh rosella, buah alpukat, Simvastatin