

MANFAAT BUNGA KENOP —UNTUK— HIPERTENSI

Pendekatan Alami Untuk Mengelola Tekanan Darah
dan Menjaga Kesehatan Jantung Secara Holistik



Mendukung
Tekanan Darah
Yang Sehat



Meningkatkan
Elastisitas
Pembuluh Darah



Melindungi
Sistem
Kardiovaskuler

Nurazizah Putri Rahayu
Dr. Krisdiana Wijayanti, M.Mid
Dr. Sudirman, MN

MANFAAT BUNGA KENOP UNTUK HIPERTENSI

Sanksi Pelanggaran Pasal 113

Undang-Undang No. 28 Tahun 2014 Tentang Hak Cipta

1. Setiap Orang yang dengan tanpa hak melakukan pelanggaran hak ekonomi sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf i untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 1 (satu) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp 100.000.000 (seratus juta rupiah).
2. Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf c, huruf d, huruf f, dan/atau huruf h untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 3 (tiga) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp 500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah).
3. Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf a, huruf b, huruf e, dan/atau huruf g untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 4 (empat) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp 1.000.000.000,00 (satu miliar rupiah).
4. Setiap Orang yang memenuhi unsur sebagaimana dimaksud pada ayat (3) yang dilakukan dalam bentuk pembajakan, dipidana dengan pidana penjara paling lama 10 (sepuluh) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp 4.000.000.000,00 (empat miliar rupiah).

MANFAAT BUNGA KENOP UNTUK HIPERTENSI

Nurazizah Putri Rahayu

Dr. Krisdiana Wijayanti, M.Mid

Dr. Sudirman, MN



GREENBOOK
Specialist International Standard Book Publishing

MANFAAT BUNGA KENOP UNTUK HIPERTENSI

Penulis:

Nurazizah Putri Rahayu
Dr. Krisdiana Wijayanti, M.Mid
Dr. Sudirman, MN

Perancang Sampul:

Nur Muhamad Saf'i

Penata Letak:

Ida Farida

Editor:

Ida Farida

ISBN: 978-634-7542-52-6

Hak Cipta 2026, Pada penulis

Hak Cipta Dilindungi Oleh Undang-Undang

Copyright © 2026

by Penerbit CV. Greenbook publishing Indonesia

All Right Reserved

Dilarang keras menerjemahkan, memfotokopi, atau memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini tanpa izin tertulis dari Penerbit.

PENERBIT:

by Penerbit CV. Greenbook publishing Indonesia
Jl. Sultan Ageng Tirtayasa No.12 Kedajaya, Kec. Kedawung
Kabupaten Cirebon, Jawa Barat 45611

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena berkat rahmat dan karunia-Nya, buku *“Manfaat Bunga Kenop untuk Hipertensi”* ini dapat terselesaikan. Buku ini disusun dengan tujuan memberikan wawasan dan pemahaman mengenai manfaat bunga kenop (*Gomphrena globosa*) sebagai salah satu tanaman herbal yang dapat mendukung pengelolaan hipertensi dan kesehatan kardiovaskular secara alami.

Penulisan buku ini juga bertujuan untuk mempermudah masyarakat dalam memahami bagaimana bunga kenop dapat dimanfaatkan secara praktis dalam kehidupan sehari-hari, mulai dari seduhan teh herbal hingga produk konsumsi lainnya, sekaligus membuka peluang inovasi di bidang herbal dan kesehatan. Kami berharap buku ini dapat menjadi referensi yang bermanfaat bagi pembaca, baik bagi kalangan masyarakat umum, praktisi kesehatan, maupun penggiat tanaman herbal.

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan, masukan, dan bantuan selama proses penyusunan buku ini. Semoga buku ini dapat memberikan manfaat, menambah pengetahuan, serta mendorong praktik hidup sehat yang berbasis alam.

Penulis

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI	ii
DAFTAR GAMBAR.....	iv
DAFTAR TABEL.....	v
BAB 1	1
PENDAHULUAN	1
A. Hipertensi Menjadi Masalah Kesehatan Utama	1
B. Konsep Penanganan Hipertensi secara Alami	11
C. Bunga Kenop (<i>Gomphrena globosa</i>).....	12
BAB 2	15
KARAKTERISTIK DAN KANDUNGAN BUNGA KENOP	15
A. Asal-usul dan Habitat Bunga Kenop	15
B. Morfologi dan Ciri-ciri Tanaman Bunga Kenop	16
C. Kandungan Nutrisi dan Senyawa Bioaktif.....	22
D. Peran Senyawa Aktif terhadap Kesehatan	23
BAB 3	26
MANFAAT BUNGA KENOP UNTUK KESEHATAN DAN	26
HIPERTENSI	26
A. Manfaat Bunga Kenop Bagi Kesehatan	26
B. Mekanisme Menurunkan Tekanan Darah	28
C. Efek Antioksidan dan Anti-inflamasi.....	29
D. Dukungan terhadap Fungsi Jantung dan Pembuluh Darah.....	32
E. Mekanisme Kerja Bunga Kenop Sebagai Anti Hipertensi	34
BAB 4.....	37

KOMPOSISI FITOKIMIA DAN KARAKTERISASI SENYAWA AKTIF.....	37
A. Pengenalan Fitokimia dalam Bunga Kenop	37
B. Kandungan Fitokimia Bunga Kenop.....	38
C. Karakteristik dan Sifat Senyawa Aktif.....	40
D. Interaksi Antar Senyawa dan Efek Sinergis	42
BAB 5	44
POTENSI BUNGA KENOP DALAM MENURUNKAN TEKANAN DARAH	44
A. Hubungan Ekstrak Bunga Kenop Dengan Penurunan Tekanan Darah Tinggi.....	44
B. Mekanisme Kerja Bunga Kenop Sebagai Anti Hipertensi	45
BAB 6	47
PEMANFAATAN BUNGA KENOP UNTUK MENUNJANG KESEHATAN MASYARAKAT.....	47
A. Pemanfaatan Bunga Kenop dalam Kehidupan Sehari-hari	47
B. Peluang Pengembangan Produk Berbasis Bunga Kenop.....	50
DAFTAR PUSTAKA	53

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Bunga Kenop (<i>Gomphrena Globosa</i>).....	16
---	----

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Hasil Penapisan Fitokimia Serbuk Kering dan Ekstrak Etanol	39
---	----

MANFAAT BUNGA KENOP —UNTUK— HIPERTENSI



SINOPSIS

Buku ini mengulas secara komprehensif peran bunga kenop (*Gomphrena globosa*) dalam mendukung pengelolaan hipertensi dan menjaga kesehatan jantung.

Dimulai dengan pemahaman tentang hipertensi sebagai silent killer, buku ini menjelaskan bagaimana tekanan darah tinggi dapat merusak jantung, ginjal, otak, dan pembuluh darah, serta meningkatkan risiko komplikasi serius seperti stroke, penyakit jantung koroner, dan gagal ginjal.

Selanjutnya, buku ini memaparkan pendekatan alami dalam pengelolaan hipertensi, termasuk modifikasi gaya hidup, nutrisi sehat, aktivitas fisik, manajemen stres, dan pemanfaatan tanaman herbal. Bunga kenop dijelaskan sebagai salah satu tanaman herbal unggulan karena kandungan bioaktifnya—flavonoid, kalium, dan antioksidan—yang membantu menurunkan tekanan darah, meningkatkan elastisitas pembuluh darah, serta melindungi sistem kardiovaskuler secara menyeluruh.

Selain itu, buku ini membahas karakteristik morfologi, habitat, siklus hidup, dan adaptasi ekologis bunga kenop, sehingga pembaca memperoleh panduan lengkap mulai dari pengenalan tanaman hingga pemanfaatannya secara praktis. Dilengkapi dengan ilustrasi, tabel, dan penjelasan mudah dipahami, buku ini menjadi referensi penting bagi mereka yang ingin mengelola hipertensi secara alami dan holistik melalui tanaman herbal, sekaligus meningkatkan kualitas hidup secara keseluruhan.

Penerbit
Greenbook Publishing Indonesia
Jl. Sultan Ageng Tirtayasa No.12,
Kedungjaya,
Kec. Kedawung, Kabupaten Cirebon,
Jawa Barat 45611
www.greenbook.id



Akun Instagram

[Greenbook.id](https://www.instagram.com/greenbook.id)



Akun TikTok

[sahabatgreenbook.id](https://www.tiktok.com/@sahabatgreenbook.id)

ISBN 978-634-7542-52-6



9

786347

542526