

**PENGARUH PEMBERIAN AIR REBUSAN BAWANG PUTIH TERHADAP TEKANAN DARAH PADA PASIEN HIPERTENSI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS TIGO BALEH KOTA BUKITTINGGI TAHUN 2017**

Wisnatul Izzati<sup>1</sup>, Fanny Luthfiani<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Pogram Studi S1 Keperawatan STIKes Y arsi Sumbar Bukittinggi

email: wisnatulizzati@yahoo.com

---

**Abstrak**

Data Depkes Sumbar (2010) menyebutkan bahwa 6 kabupaten atau kota yang tertinggi angka penyakit hipertensinya sebanyak 4.846.909 jiwa. Dari hasil pendataan 5 Puskesmas di kota Bukittinggi didapatkan jumlah kunjungan pasien hipertensi secara keseluruhan di Puskesmas Tigo Baleh sebesar 29,47%. Hipertensi merupakan suatu kondisi kronis di mana tekanan darah pada dinding arteri (pembuluh darah bersih) meningkat. Pasien hipertensi akan mengalami pusing atau sakit kepala, sering gelisah, wajah merah, tengkuk terasa pegal, mudah marah, telinga berdengung, sukar tidur, sesak napas, mudah lelah, mata berkunang-kunang, mimisan (keluar darah dari hidung). Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi pengaruh air rebusan bawang putih terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi di wilayah Kerja Puskesmas Tigo Baleh Bukittinggi. Desain penelitian ini Pre and post test one group desain. Sampel berjumlah 17 pasien. Teknik pengambilan sampel secara *Purposive sampling*. Responden meminum air rebusan bawang putih selama 1 minggu, frekuensi setiap hari. Hasil penelitian : rata-rata nilai tekanan darah (P=0,000) berbeda bermakna antara sebelum dan sesudah intervensi. Rata-rata nilai tekanan darah (P=0,000) setelah intervensi bermakna secara signifikan. Terdapat pengaruh pemberian air rebusan bawang putih terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi di wilayah kerja puskesmas Tigo Baleh Bukittinggi. riwayat hipertensi untuk lebih berhati hati menjaga pola hidup agar terhindar dari dari penyakit hipertensi yang berlanjut dikemudian harinya.

**Kata kunci:** Tekanan Darah, Bawang Putih, Pasien Hipertensi

**PENDAHULUAN**

Hipertensi atau tekanan darah tinggi adalah kondisi kronis di mana tekanan darah pada dinding arteri (pembuluh darah bersih) meningkat. Hipertensi yang tidak terkontrol dapat meningkatkan peluang untuk terjadinya penyakit kardiovaskuler, antara lain stroke, Congestive Heart Failure (CHF) dan 3 kali lebih besar serangan jantung.

Hipertensi bukan merupakan penyakit yang disebabkan oleh faktor penyebab tunggal, tetapi banyak faktor yang mempengaruhi tekanan darah antara lain **keturunan**, jenis kelamin, umur, merokok, konsumsi alkohol, stress dan asupan natrium. Faktor keturunan memiliki peranan terhadap timbulnya hipertensi, seseorang yang mempunyai orang tua yang salah satunya penyakit hipertensi, maka orang tua tersebut beresiko untuk penyakit hipertensi. Jenis kelamin laki-laki lebih banyak mengalami hipertensi dibandingkan wanita, karena laki-laki mempunyai banyak faktor yang mendorong terjadinya hipertensi, seperti kelelahan dan makanan yang tidak terkontrol. Pola makan dengan asupan natrium yang tinggi, asupan lemak dan kolesterol yang tinggi serta kurangnya konsumsi serat merupakan salah satu faktor resiko hipertensi. Tekanan darah juga dipengaruhi oleh umur, dengan

bertambahnya umur terjadi penumpukan zat kolagen pada lapisan otot sehingga pembuluh darah akan

berangsur-angsur menyempit dan menjadi kaku. Hipertensi menyebabkan kematian pada 45% pasien penyakit jantung dan 51% kematian pada pasien stroke tahun 2008 ( WHO, 2013). Selain itu, hipertensi juga menghabiskan biaya yang tidak sedikit dengan biaya langsung dan tidak langsung dalam pengobatan ( Go dkk, 2014 ). Prevalensi hipertensi di Indonesia sebesar 26,5% pada tahun 2013, tetapi yang terdiagnosis oleh tenaga kesehatan hanya sebesar 9,5%. Hal ini menandakan bahwa sebagian besar kasus hipertensi di masyarakat belum terdiagnosis dan terjangkau pelayanan kesehatan ( Kemenkes RI, 2013 ). Profil data kesehatan Indonesia tahun 2011 menyebutkan bahwa hipertensi merupakan salah satu dari 10 penyakit dengan kasus rawat inap terbanyak di rumah sakit pada tahun 2010, dengan proporsi kasus 42,38% pria dan 57,62% wanita serta 4,8% pasien meninggal dunia ( Kemenkes RI, 2012).

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013, prevalensi hipertensi di Indonesia yang dapat melalui pengukuran pada umur >18 tahun sebesar 25,8%, tertinggi di Bangka Belitung sebesar 30,9%, diikuti oleh Kalimantan Selatan sebesar 30,8%, Kalimantan Timur sebesar 29,6% dan Jawa

Barat sebesar 29,4%. Hipertensi berdasarkan diagnosis tenaga kesehatan dan pengukuran terlihat meningkat dengan bertambahnya umur. Data Depkes Sumbar (2010) menyebutkan bahwa 6 kabupaten atau kota yang tertinggi angka penyakit hipertensinya sebanyak 4.846.909 jiwa. Dari hasil pendataan 5 Puskesmas di kota Bukittinggi didapatkan jumlah kunjungan pasien hipertensi secara keseluruhan di Puskesmas Tigo Baleh sebesar 29,47%, dengan kesimpulan sebagai berikut: Puskesmas Tigo Baleh 1690 kunjungan, Puskesmas Nilam Sari 1152 kunjungan, Puskesmas Guguk Panjang 1155 kunjungan, Puskesmas Mandiangin 1350 kunjungan, Puskesmas Gulai Bancah 387 kunjungan. Dari kelima Puskesmas tersebut, pasien hipertensi tertinggi didapatkan pada wilayah kerja Puskesmas Tigo Baleh. Pasien hipertensi yang terdaftar sampai tahun 2017 di Puskesmas Tigo Baleh sebanyak 1690 kunjungan, yang aktif melakukan pemeriksaan ke Puskesmas pada bulan Januari 2017 yaitu sebanyak 68 orang, pada bulan februari pasien hipertensi yang berkunjung ke Puskesmas Tigo Baleh yaitu sebanyak 54 orang.

Penatalaksanaan hipertensi ada dua macam yaitu farmakologi dan nonfarmakologi. Terapi farmakologi harus dilakukan oleh semua pasien hipertensi dengan tujuan menurunkan tekanan darah dan mengendalikan faktor-faktor resiko serta penyakit penyerta lainnya. Terapi farmakologi dapat menimbulkan beberapa efek samping, seperti pada penggunaan obat antagonis angiotensin dapat mengakibatkan mual, muntah, diare, sakit kepala, pusing, letih, insomnia dan takikardi, sehingga terapi nonfarmakologi dapat dianjurkan untuk mengurangi efek samping tersebut. Disamping itu penggunaan terapi farmakologi untuk hipertensi juga digunakan secara terus menerus, sehingga ada kemungkinan pasien untuk putus obat (Asih, 2010).

Pengobatan farmakologi yang diberikan pada pasien hipertensi adalah dengan menggunakan obat antihipertensi. Obat antihipertensi yang digunakan salah satunya adalah Captopril yang merupakan golongan obat angiotensin converting enzyme (ACE) inhibitor. Obat ini digunakan karena tidak berpengaruh pada kecepatan denyut jantung dan curah jantung serta tidak menurunkan aliran darah ke otak, arteri coroner maupun ginjal yang kerjanya menghambat konversi angiotensin I menjadi angiotensin II yang berakibat penurunan sekresi aldosterone dan penurunan vasokonstriksi sehingga dapat menurunkan tekanan darah (Raharja & Tjay, 2010).

Tingginya harga obat antihipertensi yang tidak diimbangi oleh daya beli masyarakat, karena biaya pengobatan dan obat yang sering kali berlangsung

seumur hidup yang justru dapat menimbulkan beberapa efek samping yang bisa merugikan tubuh pasien hipertensi, seperti hipotensi, pusing, sakit kepala, mual, letih, batuk kering dan gangguan ginjal (Crawford, 2011). Beberapa obat herbal atau non farmakologi untuk penyakit hipertensi diantaranya adalah daun seledri, mentimun, air kelapa muda, dan termasuk juga bawang putih dapat mengobati penyakit hipertensi tersebut.

Penggunaan obat-obatan herbal ini banyak digunakan masyarakat, yang diharapkan dapat membantu dalam penanganan penyakit hipertensi secara efektif dan efisien. Obat tradisional adalah obat yang berasal dari tumbuhan, hewan, mineral atau campuran dari bahan-bahan tersebut yang telah diolah secara sederhana dan dapat digunakan sebagai obat tradisional. Salah satunya adalah Bawang putih (*Allium Sativum*) telah banyak digunakan oleh masyarakat sebagai obat tradisional. Sejak lama, bawang putih dikenal dan digunakan sebagai tanaman yang berkhasiat untuk menyembuhkan beberapa penyakit yang terkait dengan kardiovaskuler (Braunwaid, 2010).

Bawang putih merupakan tanaman budidaya yang pada umumnya dimanfaatkan sebagai bumbu masakan. Umbi ini wajib ada di setiap rumah tangga di Indonesia, hampir semua masakan Indonesia menggunakan bawang putih sebagai bumbu tambahan. Selain untuk dikonsumsi, bawang putih dapat dimanfaatkan secara tradisional untuk mengobati tekanan darah tinggi, sakit kepala, gangguan pernafasan, amblyopia, sembelit, luka memar, kolesterol, dan lain-lain. Sedangkan berdasarkan penelitian-penelitian ilmiah yang telah dilakukan, bawang putih dapat juga digunakan sebagai obat anti diabetes, anti hipertensi dan anti kolesterol.

Bawang putih dapat menurunkan tekanan darah karena bawang putih mengandung zat alisin dan hydrogen sulfide. Zat tersebut memiliki efek selayaknya obat darah tinggi, yaitu memperbesar pembuluh darah dan membuat pembuluh darah tidak kaku, sehingga tekanan darah akan menurun. Mekanisme kerja bawang putih dalam menurunkan tekanan darah berhubungan dengan efek vasodilatasi pembuluh darah yang menyebabkan tertutupnya kanal dan terbukanya kanal sehingga terjadi hiperpolarisasi. Dengan demikian otot akan mengalami relaksasi, tingginya konsentrasi ion intraseluler menyebabkan vasokonstriksi yang berdampak terhadap terjadinya kondisi hipertensi. Senyawa alisin yang terkandung dalam bawang putih berkhasiat menghancurkan pembekuan darah dalam arteri, mengurangi gejala diabetes dan mengurangi tekanan darah (Hernawan, U. E. & A. D. Setyawan, 2011).

Sesuai dengan hasil penelitian Chaterine Hood pada tahun 2010 di Australia tentang pemberian air seduhan bawang putih rutin setiap pagi selama 7 hari berturut-turut dapat menurunkan tekanan darah sistolik dan diastolic sebesar 6-10 mmHg dan tekanan diastolic 6-9 mmHg, yang artinya ada pengaruh pemberian air seduhan bawang putih terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi. Dengan mengonsumsi bawang putih dapat mencegah arterosklerosis, arterosklerosis adalah penyempitan pembuluh darah arteri yang disebabkan oleh penumpukan lemak dan kolesterol yang dapat mempengaruhi tekanan darah, menyebabkan stroke dan serangan jantung. Oleh karena itu, sangat bagus bagi pasien hipertensi untuk mengonsumsi bawang putih karena sangat berperan penting dalam memperbesar pembuluh darah.

Berdasarkan penelitian terkait oleh (rivlin, 2001, dalam Darmadi dan Riska, 2010) bahwa ada pengaruh peranan bawang putih terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi di kabupaten Pagar Alam. Bawang putih mengandung allicin yang berasal dari allin dan enzim allinase yang memiliki efek menghambat angiotensin II terhadap tekanan darah pada pasien hipertensi. Berdasarkan penelitian yang terkait sebelumnya oleh (Piotrowski, 2006, dalam Yumiati, Siti dan Arneliwati, 2010) bahwa bawang putih memiliki efek dilatoris terhadap pembuluh darah yakni, bawang putih memiliki efek untuk membuat pembuluh darah menjadi lebih lebar sehingga mengurangi tekanan.

Berdasarkan penelitian yang sudah diteliti sebelumnya oleh (Junaedi, 2013, dalam Mohanis, 2015) menyatakan bahwa Senyawa alisin dalam bawang putih berkhasiat menghancurkan pembentukan pembekuan darah dalam arteri, mengurangi gejala diabetes dan mengurangi tekanan darah. Berdasarkan hasil uji statistik yang dilakukan oleh Junaedi, dkk didapatkan adanya penurunan yang sangat signifikan antara tekanan darah sebelum dan sesudah diberikan terapi seduhan bawang putih pada kelompok intervensi bawang putih, dimana  $p$  value sistol dan diastol = 0,000 dengan  $\alpha$  5% ( $p < 0,05$ ) dapat disimpulkan bahwa terapi seduhan bawang putih sangat efektif dalam menurunkan tekanan darah baik sistol maupun diastol.

## METODE PENELITIAN

.Penelitian ini menggunakan metode pre-eksperimendengan pendekatan onr group pretest posttest without control. Pada rancangan penelitian

ini tidak ada kelompok pembanding (kontrol) tetapi observasi dilakukan sebelum (pretest) perlakuan (pemberian air rebusan bawang putih) dan sesudah (pretest), hal ini dilakukan untuk melihat adanya perubahan-perubahan yang terjadi setelah dilakukan eksperimen.

### Populasi

Populasi pada penelitian ini yaitu semua pasien yg terdiagnosa hipertensi. Data yang didapatkan dari Puskesmas tigo baleh, populasi pasien hipertensi yang berkunjung ke Puskesmas Tigo Baleh pada bulan januari adalah 68 orang

### Sampel

Sampel penelitian sebagai unit yang lebih kecil lagi adalah sekelompok individu yang merupakan bagian dari populasi. (Kelana, 2011). Sampel pada penelitian ini ditentukan dengan menggunakan rumus, setelah dihitung menggunakan rumus, maka didapatkan sampel pada penelitian ini yaitu sebanyak 17 orang dan memenuhi kriteria inklusi.

Adapun responden yang akan diteliti dengan kriteria:

- Bersedia menjadi responden
- pasien hipertensi yang tidak mengonsumsi obat farmakologi
- Bersedia meminum air rebusan bawang putih tersebut 2x sehari selama 7 hari.
- Pasien hipertensi yang memiliki tekanan darah diatas 140/90 mmHg.

kriteria eksklusi adalah sampel yang tidak dapat dimasukkan atau tidak layak untuk diteliti dengan kriteria:

- Responden menolak untuk menjadi objek penelitian
- Mempunyai penyakit komplikasi (penyakit jantung koroner, gagal jantung, kerusakan pembuluh darah otak dan gagal ginjal)

### Teknik pengambilan sampel

Teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah *non probability sampling* yaitu dengan *purposive sampling*. Purposive sampling adalah teknik pengambilan sampel di dasarkan pada suatu pertimbangan tertentu yang di buat oleh peneliti sendiri, berdasarkan ciri atau sifat populasi yang sudah diketahui sebelumnya (Notoatmodjo, 2010).

Jumlah sampel yang di gunakan dalam penelitian ini yaitu 17 orang, hal ini sesuai dengan jumlah yang di tetapkan oleh Arikunto (2011), bahwa untuk penelitian eksperiment menggunakan persentase antara 20-25%

## HASIL PENELITIAN

### Analisa Univariat

Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi Sebelum Intervensi

Tabel 1

Distribusi Rata-rata Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi Sebelum Intervensi di Wilayah Kerja Puskesmas Tigo Baleh Kota Bukittingghi Tahun 2017

Varia bel	N	Mean	Min-Max	SD
Diastol	17	160	150-180	9,354
Sistol	17	91,76	70-110	11,851

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa dari 17 responden sebelum intervensi memiliki rata-rata tekanan darah sistol 91,76 mmHg, dimana tekanan darah sistol terendah adalah 70 mmHg dan tekanan darah sistol tertinggi adalah 110 mmHg dengan standar deviasi 11,851. Sedangkan rata-rata tekanan darah diastole sebelum intervensi adalah 160 mmHg, dimana tekanan darah diastol terendah adalah 150 mmHg dan tekanan darah diastol

## PEMBAHASAN

Tekanan darah pasien hipertensi sebelum dilakukan pemberian air rebusan bawang putih Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dari 17 responden sebelum intervensi memiliki rata-rata tekanan darah sistol 91,76 mmHg, dimana tekanan darah sistol terendah adalah 70 mmHg dan tekanan darah sistol tertinggi adalah 110 mmHg dengan standar deviasi 11,851. Sedangkan rata-rata tekanan darah diastole sebelum intervensi adalah 160 mmHg, dimana tekanan darah diastol terendah adalah 150 mmHg dan tekanan darah diastol tertinggi adalah 180 mmHg dengan standar deviasi 9,354.

Berdasarkan hasil survei awal yang dilakukan oleh Junaidi tahun 2015 di Dusun Juwet Desa Magersari Kecamatan Plumpang Kabupaten Tuban didapatkan 12 orang yang dilakukan pemeriksaan tekanan darah dengan tensimeter, terdapat 7 (58%) orang yang mengalami hipertensi, sedangkan 5 (42%) orang lainnya tekanan darahnya dalam batas normal. Rata-rata tekanan darah mereka yang menderita hipertensi berkisar antara: tekanan sistolik 130-160mmHg dan tekanan diastolik 90/100 mmHg

tertinggi adalah 180 mmHg dengan standar deviasi 9,354.

Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi Setelah Intervensi

Tabel 2

Distribusi Rata-rata Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi Setelah Intervensi di Wilayah Kerja Puskesmas Tigo Baleh Kota Bukittingghi Tahun 2017

Varia bel	N	Mean	Min-Max	SD
Diastol	17	150	140-170	10,00
Sistol	17	72,94	60-90	9,852

Berdasarkan tabel 2 dapat dijelaskan bahwa dari 17 responden setelah intervensi memiliki rata-rata tekanan darah sistol 72,94 mmHg, dimana tekanan darah sistol terendah adalah 60 mmHg dan tekanan darah sistol tertinggi adalah 170 mmHg dengan standar deviasi 10,00. Sedangkan rata-rata tekanan darah diastole setelah intervensi adalah 150 mmHg, dimana tekanan darah diastol terendah adalah 140 mmHg dan tekanan darah diastol tertinggi adalah 170 mmHg dengan standar deviasi 10,00.

dengan usia rata-rata yaitu antara >45 tahun dan masyarakat menganggap penyakit hipertensi ini biasa saja.

Hipertensi atau darah tinggi adalah penyakit kelainan jantung dan pembuluh darah yang ditandai dengan peningkatan tekanan darah. WHO (World Health Organization) memberikan batasan tekanan darah normal adalah 140/90 mmHg, batasan ini tidak membedakan antara usia dan jenis kelamin. Hipertensi dapat didefinisikan sebagai tekanan darah persisten dimana tekanan sistolik di atas 140 mmHg dan diastolik di atas 90 mmHg (Marliani, 2011). Hipertensi sulit disadari oleh seseorang karena hipertensi tidak memiliki gejala khusus. Gejala-gejala yang mudah diamati antara lain yaitu gejala ringan seperti pusing atau sakit kepala, sering gelisah, wajah merah, tengkuk terasa pegal, mudah marah, telinga berdengung, sukar tidur, sesak nafas, rasa berat di tengkuk, mudah lelah, mata berkunang-kunang, mimisan ( keluar darah dari hidung).

Berdasarkan hasil penelitian sebelum dilakukan pemberian air rebusan bawang putih, didapatkan 11 orang (64,7%) yang mempunyai penyakit hipertensi,

setelah dikaji pasien hipertensi dari 11 orang tersebut tidak adanya riwayat keluarga dan ini tidak sesuai dengan teori.

Menurut asumsi peneliti bahwa bawang putih sangat bermanfaat dan mempunyai khasiat yang baik untuk tubuh, salah satunya untuk menurunkan tekanan darah tinggi karena bawang putih adalah obat alami yang memiliki zat-zat yang diketahui berpengaruh terhadap ion untuk kontraksi otot polos pembuluh darah dan selain itu juga bawang putih juga sangat mudah didapatkan dan tidak memakan banyak biaya untuk memperolehnya.

Tekanan darah pasien hipertensi setelah dilakukan pemberian air rebusan bawang putih

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan diketahui bahwa dari 17 responden setelah intervensi memiliki rata-rata tekanan darah sistol 72,94 mmHg, dimana tekanan darah sistol terendah adalah 60 mmHg dan tekanan darah sistol tertinggi adalah 170 mmHg dengan standar deviasi 10,00. Sedangkan rata-rata tekanan darah diastole setelah intervensi adalah 150 mmHg, dimana tekanan darah diastol terendah adalah 140 mmHg dan tekanan darah diastol tertinggi adalah 170 mmHg dengan standar deviasi 10,00.

Berdasarkan penelitian yang terkait sebelumnya oleh Piotrowski (2006) menunjukkan bahwa rata-rata tekanan darah sistolik dan diastolik setelah pemberian seduhan bawang putih yaitu 154 mmHg dan 94 mmHg dengan standar deviasi 9,1 mmHg dan 12,98 mmHg.

Menurut peneliti bawang putih dapat menurunkan tekanan darah karena bawang putih mengandung zat alisin dan hidrogen sulfida. Zat tersebut memiliki efek selayaknya obat darah tinggi, yakni memperbesar pembuluh darah dan membuat pembuluh darah tidak kaku sehingga tekanan darah akan turun. Mekanisme kerja bawang putih dalam menurunkan tekanan darah berhubungan dengan efek vasodilatasi pembuluh darah yang menyebabkan tertutupnya kanal dan terbukanya kanal sehingga terjadi hiperpolarisasi. Dengan demikian, otot akan mengalami relaksasi. Tingginya konsentrasi ion intraseluler menyebabkan vasokonstriksi yang berdampak terhadap terjadinya kondisi hipertensi. Senyawa aktif dalam bawang putih diduga dapat menghambat masuknya ion ke dalam sel. Dengan demikian, akan terjadi penurunan konsentrasi ion intraseluler dan diikuti relaksasi otot.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan 3 orang yang tekanan darahnya masih diatas normal setelah diberikan air rebusan bawang putih, setelah dikaji ternyata responden tidak meminum air rebusan bawang putih yang telah diberikan sehingga tekanan darahnya masih diatas normal.

Menurut asumsi peneliti bawang putih sangat bermanfaat dan mempunyai khasiat yang baik untuk tubuh, salah satunya untuk menurunkan tekanan darah tinggi karena bawang putih adalah obat alami yang memiliki zat-zat yang diketahui berpengaruh terhadap ion untuk kontraksi otot polos pembuluh darah, hal ini dapat menyebabkan pelebaran ruang pembuluh darah sehingga tekanan darah menjadi turun dan selain itu juga bawang putih juga sangat mudah didapatkan dan tidak memakan banyak biaya untuk memperolehnya,

Perbedaan Rata-rata Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi Sebelum dan Sesudah Pemberian Air Rebusan Bawang Putih di Wilayah kerja puskesmas Tigo Baleh Bukittinggi Tahun 2017.

Berdasarkan hasil penelitian terdapatnya perbedaan rata-rata tekanan darah sistol sebelum intervensi adalah 91,76 mmHg, sedangkan setelah intervensi didapatkan nilai rata-rata yaitu 72,94 mmHg. Sedangkan nilai rata-rata diastole sebelum intervensi yaitu 160 mmHg dan rata-rata diastol setelah intervensi yaitu 150 mmHg, dengan nilai P value yaitu 0,000.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Mohanis (2015) dengan judul pemberian air seduhan bawang putih terhadap penurunan tekanan darah terlihat perbedaan antara tekanan darah sistolik sebelum dan sesudah pemberian seduhan bawang putih yaitu sebesar 11,33 mmHg dengan standar deviasi 0,8 mmHg dan t hitung 12,588, sedangkan perbedaan tekanan darah diastolic sebelum dan sesudah yaitu 2,66 mmHg dengan standar deviasi 3,878 mmHg dengan t hitung 14,492 mmHg dengan p-value sebesar 0,000 dimana  $\alpha < 0,05$  maka  $H_0$  ditolak, artinya ada pengaruh pemberian air rebusan bawang putih terhadap penurunan tekanan darah pada pasien hipertensi di Dusun Juwet Desa Magersari Kecamatan Plumpang Kabupaten Tubandan. Maka dapat disimpulkan terdapat perbedaan yang signifikan tekanan darah sistolik dan diastolik sebelum dengan sesudah diberikan seduhan bawang putih.

Berdasarkan penjelasan diatas Bawang Putih (*Allium Sativum* linn) memiliki banyak kandungan yang bermanfaat bagi kesehatan salah satunya yaitu dapat menurunkan tekanan darah apabila dikonsumsi secara teratur dan sesuai anjuran, sehingga hasil dari penelitian dan penjelasan di atas dapat diketahui bahwa bawang putih (*Allium Sativum* linn) efektif dalam menurunkan tekanan darah. Dengan mempelajari dari berbagai teori dan hasil penelitian yang telah diuraikan diatas, bawang putih berpengaruh dalam penurunan tekanan darah pada penderita hipertensi dengan jumlah dosis pemberian dengan tepat dan dikonsumsi secara teratur karena bawang putih mengandung zat allicin yang dapat mengencerkan darah dan berperan dalam mengatur

tekanan darah sehingga dapat memperlancar peredaran darah.

Pemberian bawang putih dapat menurunkan tekanan darah, kandungan yang terdapat pada bawang putih mengandung senyawa kimia yang sangat penting salah satunya termasuk volatile oil (0,1-0,36 %) yang mengandung sulfur termasuk didalamnya allin, ajoene dan vinylthiines yang dihasilkan secara non enzimatik dari allisin yang dapat mengencerkan darah dan berperan dalam mengatur tekanan darah sehingga dapat memperlancar peredaran darah. Bawang putih juga mengandung enzim allinase, peroxidase dan myrosinase yang berfungsi memperlebar pembuluh darah sehingga aliran darah menjadi lancar, bawang putih juga mengandung tinggi kalium sehingga dapat menghambat vasokonstriksi otot polos dan bersifat diuretik.

Menurut asumsi peneliti, didapatkan adanya pengaruh pemberian air rebusan bawang putih terhadap tekanan darah, karena bawang putih banyak mengandung zat yang diketahui dapat berpengaruh terhadap kerja otot polos pembuluh darah sehingga darah tidak membeku.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dari penelitian yang dilakukan tentang pengaruh air rebusan bawang putih dapat diambil kesimpulan bahwa :

Rata-rata tekanan darah pasien hipertensi sebelum dilakukan pemberian air rebusan bawang putih dengan nilai mean untuk sistol yaitu 91,76 mmHg, dan nilai mean untuk diastol yaitu 160 mmHg.

Rata-rata tekanan darah pasien hipertensi setelah dilakukan pemberian air rebusan bawang putih dengan nilai mean untuk sistol yaitu 72,94 mmHg, dan nilai mean untuk diastole yaitu 150 mmHg..

Perbedaan rata-rata tekanan darah sistol sebelum intervensi adalah 91,76 mmHg, sedangkan setelah intervensi didapatkan nilai rata-rata yaitu 72,94 mmHg. Sedangkan nilai rata-rata diastole sebelum intervensi yaitu 160 mmHg dan rata-rata diastol

setelah intervensi yaitu 150 mmHg, dengan nilai P value yaitu 0,000.

## SARAN

Kepada Petugas Kesehatan

Perlu di lakukan promosi kesehatan tentang pengaruh pemberian air rebusan bawang putih terhadap tekanan darah untuk hipertensi.

Bagi petugas kesehatan, sebaiknya memberikan informasi kepada masyarakat yang memiliki riwayat hipertensi untuk lebih berhati hati menjaga pola hidup agar terhindar dari dari penyakit hipertensi yang berlanjut dikemudian harinya.

Bagi Pasien Hipertensi

Bagi penderita hipertensi di harapkan menjaga pola makan yang teratur, dan pola hidup yang sehat agar tekanan darah tetap normal supaya terhindar dari penyakit degeneratif lainnya.

Bagi istitusi pendidikan

Penelitian ini bisa menambah literatur dibidang ilmu keperawatan dan menambah pengetahuan mahasiswa keperawatan sehingga dapat dimanfaatkan sebagai bahan informasi dan perbandingan bagi pihak yang akan melakukan penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan pengembangan upaya penanggulangan Hipertensi.

Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya peneitian ini harap dimanfaatkan sebagai bahan informasi dan perbandingan. Peneliti berharap kepada peneliti selanjutnya dapat mennambahkan konsep yang lebih sempurna, waktu intervensi yang lebih lama dan lebih banyak jumlah sampel, karena semakin banyak jumlah sampel maka semakin kecil peluang kesalahan generasasi dan sebaliknya semakin sedikit jumlah sampel maka semakin besar peluang kesalahan generalisasi, agar peneliti menjadi lebih baik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2009. Metodologi penelitian. Yogyakarta: Bina Aksara
- Arikunto. Suharsimi. (2010) prosedur penelitian: suatu pendekatan praktik (Rev. ed.) Jakarta: Rineka Cipta.
- Depkes RI. 2010. Epidemiologi Penyakit Hipertensi. <http://www.depkes.org>. Diakses 12 November 2013.
- Hernawan, U. E. & A. D. Setyawan, (2003). Buku Ajar Praktik Keperawatan klinis. Jakarta: Buku Kedokteran ECG
- Imelda. M., (2013). Peranan Garlic (Bawang Putih) pada Pengelolaan Hipertensi. Jurnal 40 (10). Diakses tanggal 13 Maret 2017
- Junaedi, Edi. 2013. Hipertensi Kandas Berkat Herbal. Jakarta : Fmedia.
- Kelana. K. (2011). Metodologi Penelitian Keperawatan Panduan Melaksanakan dan Menerapkan Hasil Penelitian. Jakarta Timur: Trans Info Media.
- Mohanis. (2015) Pemberian air seduhan bawang putih terhadap penurunan tekanan darah. Jurnal IPTEK terapan. 9 (1). Hal: 124-135.
- Notoatmodjo, S. (2010). Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta
- Riset Kesehatan Dasar., (2013). Diakses dari <https://www.google.com/search?q=hasil+riskesdas+2013&ie=utf-8&oe=utf-8&aq=t&rls=org.mozilla:en-US:official&client=firefox-a#q=hasil+riskesdas+2013+tentang+hipertensi.pdf> 17 Desember 2016.
- Rivlin et al, 2006. Peranan Bawang Putih Sebagai Obat Hipertensi. Diakses tanggal 28 desember 2016.
- Sudoyo, (2008). Ilmu Penyakit Dalam. Jakarta: Fakultas Kedokteran UI.
- Sugiyono. 2010. Metodologi penelitian kuantitatif kualitatif & RND. Bandung : Alfabeta.
- Syamsiah, I.S dan Tajudin, 2003. Khasiat & Manfaat Bawang Putih. AgroMedia Pustaka, Jakarta.
- Tattelman. (2005). Peranan Bawang Putih Terhadap Hipertensi. Diakses tanggal 28 Desember 2016.