

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hipertensi merupakan penyakit kematian terbesar dan disabilitas pada lanjut usia terutama usia 60 ke atas. Dengan bertambahnya usia, denyut jantung maksimum dan fungsi lain jantung juga bersangsur menurun. Pada lanjut usia, tekanan darah akan naik secara bertahap, elastisitas otot jantung pada orang berusia 70 tahun menurun sekitar 50% dibandingkan orang muda berusia 20 tahunan. Penggolongan lanjut usia menurut WHO meliputi: *middle age* (45-49 tahun), *elderly* (60-74 tahun), *old* (75-79 tahun), *very old* (diatas 90 tahun) (Asmawati, 2015).

Pola makan akan mempengaruhi kesehatan terutama pembuluh darah dan jantung, kebiasaan masyarakat mengkonsumsi makanan kolesterol lebih tinggi, budaya makan masyarakat dengan masakan yang enak-enak, sering mengkonsumsi daging sapi berupa rendang, lemak jenuh tinggi (otak, paru, minyak) sehingga masyarakat jauh lebih banyak punya potensi menderita penyakit hipertensi, jantung koroner, penyakit stroke dari pada suku-suku lain di Indonesia, dan pola diet yang berpotensi penyakit hipertensi berupa kebiasaan makan yang bertentangan dengan program gizi, misalnya dalam menu jarang ditemui sayuran.

Bawang putih dikenal luas sebagai obat bagi penderita hipertensi komponen tersebut telah terbukti, baik secara empiris maupun berdasarkan uji ilmiah itulah sebabnya dokter di negara maju hingga kini masih menyebabkan bawang putih untuk pasien pengidap

hipertensi. Pada zaman modern seperti sekarang penderita hipertensi tidak perlu repot lagi menyiapkan herbal bawang putih yang akan mereka konsumsi, sebab banyak bentuk obat bawang putih beredar dipasaran kita dapat memilih sediaan dalam bentuk pil, kapsul lunak (Soft capsul) atau minyak bawang putih (Garlic oil). Bawang putih adalah tanaman berumpun yang mempunyai ketinggian sekitar 60 cm. Umbi bawang putih dapat mencapai ukuran 3,8-7,6 cm dengan diameter yang bervariasi. Umbi bawang putih memiliki 4-60 siung.

Menurut *World Health Organization* (WHO), Hipertensi dapat memicu stroke yang menyebabkan kematian hingga 15% memicu jantung koroner yang menyebabkan kematian hingga 45%. Indonesia mencapai 31,7% penderita hipertensi. Menurut data dari Provinsi Riau pada tahun 2015 penyakit hipertensi esensial 14,16%, data di Dinas Kesehatan Kabupaten Indragiri Hulu 7,04%. Sedangkan data dari data Puskesmas Pangkalan Kasai Kabupaten Indragiri Hulu tahun 2017 januari sampai Desember terdapat 115 orang yang hipertensi. Sedangkan untuk tahun 2017 dari bulan November sampai Desember angka kejadian 19 orang.

Cara yang tepat untuk menurunkan tekanan darah tinggi, salah satunya adalah Bawang putih (*Allium sativum*). Bawang putih (*Allium sativum*) mempunyai sejumlah kasiat yang sangat bermanfaat bagi tubuh. Salah satu khasiat bawang putih adalah dapat menurunkan tekanan darah tinggi. Bawang putih merupakan obat alami penurunan tekanan darah karena bawang putih memiliki senyawa aktif yang diketahui

berpengaruh terhadap ketersediaan ion untuk kontraksi otot polos pembuluh darah yang berasal dari kelompok ajoene (Junaedi,dkk,2013).

Menurut survey pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti dengan wawancara pada bulan November – Januari 2018 di Wilayah Kerja Puskesmas Pangkalan Kasai Kabupaten Indragiri Hulu kepada 3 orang dari penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Pangkalan Kasai. Diberikan pertanyaan kepada 3 responden oleh peneliti tentang pengertian Hipertensi 3 informan menjawab tekanan darah tinggi. Diberikan pertanyaan kepada 3 responden mengenai penyebab hipertensi dan 1 informan stres dan kegemukan 2 informan menjawab sering mengkonsumsi garam yang berlebihan. Diberikan pertanyaan kepada 3 responden mengenai penanganan informan menjawab sering mengkonsumsi garam yang berlebihan. Diberikan pertanyaan kepada 3 responden mengenai penanganan penyakit hipertensi dan 3 informan menjawab dengan tidak mengkonsumsi garam yang berlebihan. diberikan pertanyaan kepada 3 responden mengenai salah satu manfaat air rebusan bawang putih bisa menurunkan hipertensi pada penderita hipertensi esensial dan 3 informan menjawab tidak tahu. Kesimpulan dari survey pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti adalah bahwa 3 responden tersebut belum mengetahui manfaat air rebusan bawang putih yang dapat menurunkan hipertensi esensial. Sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “ Efektifitas Air Rebusan Bawang Putih Dalam Menurunkan Hipertensi Pada Penderita

Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Pangkalan Kasai Kabupaten Indragiri Hulu”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang telah diuraikan diatas maka peneliti membuat rumusan masalah dalam ini yaitu Adakah “Efektifitas air rebusan bawang putih dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Pangkalan Kasai Kabupaten Indragiri Hulu ?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui manfaat Bawang Putih (*Allium sativum*) efektif dalam penurunan hipertensi pada wanita lanjut usia di Wilayah Kerja Puskesmas Pangkalan Kasai Kabupaten Indragiri Hulu.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui pengaruh pemberian air rebusan bawang putih pada hipertensi wanita lanjut usia di Wilayah Kerja Puskesmas Pangkalan Kasai Kabupaten Indragiri Hulu.
- b. Mengetahui perbedaan tekanan darah awal dan akhir pada penderita hipertensi pada wanita lanjut usia baik eksperimen dan kelompok kontrol di Wilayah Kerja Puskesmas Pangkalan Kasai Kabupaten Indragiri Hulu.

Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Pangkalan Kasai Kabupaten Indragiri Hulu”.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang telah diuraikan diatas maka peneliti membuat rumusan masalah dalam ini yaitu Adakah “Efektifitas air rebusan bawang putih dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Pangkalan Kasai Kabupaten Indragiri Hulu ?

1.5 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui manfaat Bawang Putih (*Allium sativum*) efektif dalam penurunan hipertensi pada wanita lanjut usia di Wilayah Kerja Puskesmas Pangkalan Kasai Kabupaten Indragiri Hulu.

1.3.3 Tujuan Khusus

- c. Mengetahui pengaruh pemberian air rebusan bawang putih pada hipertensi wanita lanjut usia di Wilayah Kerja Puskesmas Pangkalan Kasai Kabupaten Indragiri Hulu.
- d. Mengetahui perbedaan tekanan darah awal dan akhir pada penderita hipertensi pada wanita lanjut usia baik eksperimen dan kelompok kontrol di Wilayah Kerja Puskesmas Pangkalan Kasai Kabupaten Indragiri Hulu.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Puskesmas

Dapat memberikan masukan dan sumber informasi bagi tenaga kesehatan yang lain tentang manfaat air rebusan bawang putih (*Allium sativum*) dalam menurunkan hipertensi pada wanita lanjut usia pada penderita hipertensi yang mana informasi tersebut dapat disalurkan terhadap masyarakat terlebih khusus pada penderita hipertensi.

1.4.2 Bagi Institusi

Dapat menjadikan informasi dan referensi tentang efektivitas air rebusan bawang putih dalam menurunkan hipertensi pada wanita lanjut usia pada penderita hipertensi dan bisa dijadikan sebagai khasanah.

1.4.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Dapat digunakan sebagai bahan dasar acuan untuk melanjutkan penelitian selanjutnya untuk lebih dalam menggali hal-hal yang berkaitan dengan upaya menurunkan hipertensi pada wanita lanjut usia pada penderita hipertensi, dan bagi peneliti yang lain dapat dijadikan sebagai referensi dan perbandingan untuk melakukan penelitian selanjutnya.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Lanjut Usia (Lansia)

2.1.1 Pengertian

Menurut *World Health Organisation* (WHO), lansia adalah seseorang yang telah memasuki usia 60 tahun keatas. Lansia merupakan kelompok umur pada manusia yang telah memasuki tahapan akhir dari fase kehidupannya. Kelompok yang dikategorikan lansia ini akan terjadi suatu proses yang disebut *Aging Process* atau proses penuaan.

Penuaan proses adalah siklus kehidupan yang ditandai dengan tahapan-tahapan menurunnya berbagai fungsi organ tubuh, yang ditandai dengan semakin rentannya tubuh terhadap berbagai serangan penyakit yang dapat menyebabkan kematian misalnya pada sistem kardiovaskuler dan pembuluh darah, pernafasan, pencernaan, endokrin dan lain sebagainya. Hal tersebut disebabkan seiring meningkatnya usia sehingga terjadi perubahan dalam struktur dan fungsi sel, jaringan, serta sistem organ. Perubahan tersebut pada umumnya pengaruh pada kemunduran kesehatan fisik dan psikis yang pada akhirnya akan berpengaruh pada ekonomi dan sosial lansia. Sehingga secara umum akan berpengaruh pada *activity of daily living* (Fatma, 2010).

Menurut Hardywinoto (2007), kemauan dan kemampuan untuk melakukan *activity of daily living* bergantung pada beberapa faktor yaitu :

a. Umur dan status perkembangan

Umur dan status perkembangan seorang klien menunjukkan tanda kemauan dan kemampuan, atau bagaimana klien bereaksi terhadap ketidak mampuan melaksanakan *activity of daily living*. Saat perkembangan dari bayi sampai dewasa, seseorang secara perlahan-lahan berubah dari tergantung menjadi mandiri dalam melakukan *activity of daily living*.

b. Kesehatan fisiologi

Kesehatan fisiologi dapat mempengaruhi kemampuan partisipasi dalam *activity of daily living*. Contoh gangguan misalnya karena penyakit, atau trauma injuri dapat mengganggu pemenuhan *activity of daily living*.

c. Fungsi kognitif

Tingkat kognitif dapat mempengaruhi kemampuan seseorang dalam melakukan *activity of daily living*. Fungsi menunjukkan proses menerima mengorganisasikan dan menginterpretasikan sensor stimulus untuk berpikir dan menyelesaikan masalah. Proses mental memberikan kontribusi pada fungsi kognitif dapat mengganggu dalam berpikir logis

2.1.2 Kebutuhan gizi pada lanjut usia

Diet dan penuaan mempunyai peran besar dalam meningkatkan kualitas hidup dan proses penuaan. Bila adanya peningkatan asupan protein dan lemak maka insiden kanker (tumor ganas) meningkatkan terjadinya gangguan organ dan mempercepat proses penuaan secara fisik, biokimia dari imunologi (Oenzil, 2012).

2.1.3 Masalah gizi pada lanjut usia

Masalah gizi pada lanjut usia menurut Beck (2012) dibedakan menjadi 3 kelompok yaitu :

1. Malnutrisi Umum

Malnutrisi Umum dapat diartikan sebagai diet tidak mengandung beberapa nutrien dalam jumlah yang memadai. Keadaan ini disebabkan oleh ketidak acuan secara umum yang disebabkan oleh berbagai keadaan.

2. Definisi nutrien tertentu

Definisi ini terjadi bila suatu makanan atau kelompok makanan tertentu tidak ada dalam diet, seperti vitamin C, Vitamin D, asam folat dan besi

3. Obesitas

Besarnya permasalahan ini akan meningkatkan bila mana masukan energi tidak dikurangi saat aktivitas jasmani semakin menurun. Obesitas yang ekstrim biasanya disebabkan oleh kebiasaan makan yang jelek sejak usia muda.

2.1.4 Klarifikasi Lanjut Usia

Menurut Maryam (2015), lima klasifikasi lanjut usia antara lain :

1. Pra Lansia adalah Seseorang yang berusia 45-59 tahun.
2. Lansia adalah Seseorang yang berusia 65 tahun keatas.
3. Lansia Resiko Tinggi adalah Seseorang yang berusia 70 tahun atau lebih atau seseorang yang berusia 60 tahun atau lebih dengan masalah kesehatan.
4. Lansia Potensial adalah Lansia yang masih mampu melakukan pekerjaan atau kegiatan yang masih dapat menghasilkan barang atau jasa.
5. Lansia tidak Potensial adalah Lansia yang tidak berdaya mencari nafkah, sehingga hidupnya bergantung pada bantuan orang lain.

2.2 Hipertensi

2.2.1 Pengertian

Tekanan darah tinggi atau hipertensi secara umum didefinisikan suatu keadaan dimana tekanan sistolik ≥ 140 mmHg dan tekanan diastolik ≥ 90 mmHg. Tekanan darah kita secara alami berfrekuensi sepanjang hari. Tekanan darah tinggi menjadi masalah bila hanya tekanan darah tersebut persisten. Tekanan seperti itu membuat sistem sirkulasi dan organ yang mendapat suplai darah (termasuk jantung, dan otak) menjadi tegang (Palmet, 2014). Batas normal tekanan darah adalah kurang dari 130 mmHg tekanan sistolik dan kurang dari 85 mmHg tekanan diastolik.

Seseorang dikatakan mengidap hipertensi bila tekanan darahnya lebih dari 140/90 mmHg (Wiryowidagdo, 2015).

Hipertensi merupakan penyakit kematian terbesar dan disabilitas pada lanjut usia terutama usia 65 ke atas. Dengan bertambahnya usia, denyut jantung maksimum dan fungsi lain jantung juga bersangsur menurun. Pada lanjut usia, tekanan darah akan naik secara bertahap, elastisitas otot jantung pada orang berusia 70 tahun menurun sekitar 50% dibandingkan orang muda berusia 20 tahunan.

Penggolongan lanjut usia menurut WHO meliputi: *middle age* (45-49 tahun), *elderly* (60-74 tahun), *old* (75-79 tahun), *very old* (diatas 90 tahun) (Asmawati, 2015).

Hipertensi merupakan salah satu penyakit mematikan di dunia. Hipertensi merupakan penyakit kronis yang membutuhkan pengendalian terus menerus dan seumur hidup. Agar penderita hipertensi dapat patuh dalam pengendalian hipertensi maka dibutuhkan peran serta keluarga untuk membantu penderita. Hipertensi didefinisikan sebagai tekanan darah sistoliknya sama dengan atau lebih dari 140 mmHg, atau tekanan darah diastoliknya sama dengan atau lebih dari 90 mmHg (WHO, 2015).

2.2.3 Penyebab Hipertensi

1). Hipertensi esensial (hipertensi primer)

Menurut National Heart, Lung, and Blood Institute (NHLBI), Hipertensi primer atau esensial adalah jenis yang paling umum dari hipertensi. Jenis Hipertensi ini cenderung terjadi pada seseorang selama bertahun-tahun seumur hidupnya (NHLBI,2015).

Hipertensi primer adalah hipertensi yang tidak diketahui dengan pasti penyebabnya. Kurang lebih 90% dari penderita hipertensi digolongkan atau disebabkan oleh hipertensi primer. Menurut Smith (2001) faktor-faktor resiko yang dapat menyebabkan terjadinya hipertensi primer adalah:

a. Faktor keturunan

Dari data statistik terbukti bahwa seseorang akan memiliki kemungkinan lebih besar untuk mendapatkan hipertensi jika orang tuanya adalah penderita hipertensi.

b. Ciri perseorangan

Ciri perseorangan yang mempengaruhi timbulnya hipertensi adalah umur, jenis kelamin, dan ras. Umur yang bertambah akan menyebabkan terjadinya kenaikan tekanan darah. Tekanan darah pria umumnya lebih tinggi dibandingkan dengan wanita. Juga, angka angka statistik di Amerika menunjukkan prevalensi hipertensi pada orang kulit hitam hampir dua kali lebih banyak dibandingkan dengan orang kulit putih.

c) Kebiasaan hidup

Kebiasaan hidup yang sering menyebabkan timbulnya hipertensi adalah konsumsi garam yang tinggi, kegemukan atau makan yang berlebihan, stress dan pengaruh lain.

2.2.4 Tanda dan Gejala Hipertensi

Hipertensi sulit disadari oleh seseorang karena hipertensi tidak memiliki gejala khusus. Menurut Sutanto (2009). Gejala-gejala yang mudah diamati antara lain : Gejala ringan seperti pusing, atau sakit kepala, sering gelisah, wajah merah, tengkuk terasa pegal, mudah marah, telinga berdegung, sesak nafas, rasa berat ditengkuk, mudah lelah, mata berkunang-kunang. Mimisan (keluar darah dari hidung).

2.2.4 Komplikasi Hipertensi

Tekanan darah yang terus-menerus tinggi dan tidak terkontrol dapat menimbulkan komplikasi pada organ-organ tubuh yaitu sebagai berikut (Padmawinata, 2006)

1. Komplikasi pada otak

Tekanan darah yang terus-menerus tinggi menyebabkan kerusakan pada dinding pembuluh darah yang disebut disfungsi endotel. Hal ini memicu pembentukan plak aterosklerosis dan trombosis (pembekuan darah yang berlebihan). Akibatnya pembuluh darah tersumbat dan jika penyumbatan terjadi pada pembuluh darah otak dapat menyebabkan stroke.

2. Komplikasi pada mata

Hipertensi yang berkepanjangan dapat menyebabkan retinopati hipertensi dan dapat menyebabkan kebutaan.

3. Komplikasi pada jantung

Selain pada otak, penyumbatan pembuluh darah dapat terjadi pada pembuluh koroner dapat menyebabkan penyakit jantung koroner (PJK) dan kerusakan otot jantung (Infark Jantung). Selain itu pada penderita hipertensi, beban kerja jantung akan meningkat, otot jantung akan menyesuaikan sehingga akan terjadi pembesaran jantung dan semakin lama otot jantung akan mengendor dan berkurang elastisnya yang disebut dengan

dekompensasi. Akibatnya jantung tidak mampu lagi memompa dan menampungdarah dari paru sehingga banyak cairan yang tertahan di paru-parumaupun jaringan tubuh lain yang dapat menyebabkan sesak nafasatau oedema, kondisi ini disebut gagal jantung.

4) Komplikasi pada ginjal

Hipertensi dapat menyebabkan pembuluh darah pada ginjalmengkerut (vasokonstriksi) sehingga aliran nutrisi ke ginjalterganggu dan menyebabkan kerusakan sel-sel ginjal yang padaakhirnya terjadi gangguan fungsi ginjal. Apabila tidak segeraditangani dapat menyebabkan gagal ginjal kronik.

2.2.5 Penatalaksanaan

Menurut Smeltzer & Bare (2001), mengemukakan bahwa tujuan daritiap program penanganan atau penatalaksanaan pasien

hipertensi adalah mencegah terjadinya morbiditas dan mortalitas penyerta dengan mencapai dan mempertahankan tekanan darah di bawah 140/90 mmHg. Menurut Kurniawan (2015), penatalaksanaan pasien hipertensi dapat dilakukan dengan dua pendekatan yaitu secara nonfarmakologis dan farmakologis.

a. Secara Herbal

Sedangkan herbal, telah digunakan sejak ribuan tahun yang lalu baik diluar negeri maupun di dalam negeri. Herbal berasal dari kata *herb* yang berarti tanaman obat. Sebelum munculnya obat kimia, tanaman obat menjadi pilihan utama untuk mengatasi segala macam bentuk penyakit. Herbal tidak hanya dikonsumsi di kalangan masyarakat pedesaan tetapi juga di kota-kota. Cara mengonsumsinya bermacam-macam yaitu bisa dimakan langsung. Indonesia kaya akan aneka ragam tanaman obat. Diantara ragam tanaman obat yang ada beberapa jenisnya memiliki efek positif terhadap penanganan hipertensi. Salah satu diantaranya adalah air rebusan bawang putih. Tanaman ini dimanfaatkan untuk menurunkan hipertensi.

b. Penatalaksanaan non-farmakologis

Bawang Putih (*Allium sativum*) adalah tanaman umbi lapis dan salah satu spesies dari genus *Allium sp.* Bawang putih memiliki kekerabatan dekat dengan bawang merah. Bawang bombay dan daun bawang. Bawang putih adalah tanaman asli

dari asia tengah. Dengan riwayat dimanfaatkan manusia lebih dari 7000 tahun, bawang putih menjadi bahan pokok diwilayah Mediternia, Afrika dan Eropa dan menjadi bumbu masak diwilayah Asia. Bawang putih telah dimanfaatkan orang mesir kuno sebagai bahan medis dan bahan alat masak (Bayan *et al* 2014 ; Ehrlich, 2015). Penggunaan bawang putih dalam mengobati luka dimulai dari abad pertengahan hingga perang dunia dua, ketika bawang putih digunakan untuk mengobati luka dari tentara (Amagase *et al*,2014).

Bawang putih memiliki bunga hemaprodit dengan batang yang panjang dan tegak yang dapat mencapai tinggi dua hingga tiga kaki (0,6-0,91 m). Bawang putih memiliki tiga cara reproduksi ; umbi lapis yang menjadi akar bunga (siung), umbi kecil yang secara botani disebut bulbil yang berasal dari bunga dan dari biji. Bawang putih di alam liar diduga melakukan reproduksi seksual dan aseksual sekaligus tetapi pada pertanian hampir dilakukan secara seksual dengan cara menanam langsung umbi bawang putih dalam tanah karena lebih mudah (Meredith dan Drucker, 2015).

2.3 Bawang Putih (*Allium sativum*)

2.3.1 Morfologi Bawang Putih

Bawang putih dikenal luas sebagai obat bagi penderita hipertensi komponen tersebut telah terbukti, baik secara empiris maupun berdasarkan uji ilmiah itulah sebabnya dokter di negara maju hingga

kini masih menyebabkan bawang putih untuk pasien pengidap hipertensi. Pada zaman modern seperti sekarang penderita hipertensi tidak perlu repot lagi menyiapkan herbal bawang putih yang akan mereka konsumsi, sebab banyak bentuk obat bawang putih beredar dipasaran kita dapat memilih sediaan dalam bentuk pil, kapsul lunak (Soft capsul) atau minyak bawang putih (Garlic oil). Bawang putih adalah tanaman berumpun yang mempunyai ketinggian sekitar 60 cm. Umbi bawang putih dapat mencapai ukuran 3,8-7,6 cm dengan diameter yang bervariasi. Umbi bawang putih memiliki 4-60 siung dengan berbagai bentuk dan ukuran. Siung bawang putih dibungkus oleh membran tipis berwarna putih atau merah keungguan.

2.3.2 Klasifikasi Ilmiah Bawang Putih adalah sebagai berikut :

Kingdom	: Plantae	Species : <i>Allium Sativum</i> L
Sub- kingdom	: Tracheobionta	
Super Division	: Spermatophyta	
Division	: Mangnoliophyta	
Class	: Liliopsida	
Sub- class	: Liliidae	
Genus	: <i>Allium</i> L	



Tabel 2.3 Komposisi Gizi dalam 100 Gram Bawang Putih

Komponen Gizi	Jumlah
Air	61, 3 g
Karbohidrat	30, 8 g
Protein	6,2 g
Lemak	0,2 g
Serat	1,5 g
Abu	1,5 g
Kalium	259,9 mg
Fosfor	20,2 mg
Kalsium	29 mg
Zat besi	1,5 mg
Vitamin C	15,0 mg
Vitamin B1	0,5 mg
Vitamin B2	0,25 mg
Vitamin B3	0,008 mg

Bawang Putih (*Allium Sativum*) terkenal akan efek antibakteri, antifungsi, antivirus, antitumor dan antidiabetes yang paling dikenal dari bawang putih adalah aktivitasnya sebagai antikolesterol dan antitrombotik. Umbi bawang putih berkhasiat meredakan tekanan darah

tinggi, nyeri kepala, dan maag. Bangsa Mesir 1550 SM sudah memakai bawang putih sebagai obat. (dr.Helmanu 2015).

Resep bawang putih untuk hipertensi

Bahan

- a. Bawang putih (*Allium sativum*) : (122 gram)
- b. Air : (180 ml)

Alat : Gelas ukuran cc dan Panci Alluminium untuk merebus

Cara membuat :

1. Kupas dan bersihkan bawang putih.
2. Masukkan bahan dalam 3 gelas air.
3. Rebus hingga mendidih dan tersisa 1 gelas.
4. Angkat, saring, lalu dinginkan.
5. Minum ramuan ini setiap hari.

Bawang putih sudah lama digunakan sebagai penyedap rasa dan mempunyai keuntungan dalam mencegah dan mengobati berbagai penyakit. Bawang putih merupakan suatu obat herbal karena kemampuannya dalam merelaksasikan otot polos pembuluh darah. Beberapa studi eksperimental menunjukkan adanya beberapa efek dari bawang putih, termasuk efek aktivasi sintesis *nitric oxide* endotel dan hiperpolarisasi membran sel otot, sehingga dapat menurunkan tonus pembuluh darah.

Tabel 2.3 Komposisi Gizi dalam 100 Gram Bawang Putih

Komponen Gizi	Jumlah
Air	61, 3 g
Karbohidrat	30, 8 g
Protein	6,2 g
Lemak	0,2 g
Serat	1,5 g
Abu	1,5 g
Kalium	259,9 mg
Fosfor	20,2 mg
Kalsium	29 mg
Zat besi	1,5 mg
Vitamin C	15,0 mg
Vitamin B1	0,5 mg

Bawang Putih (*Allium Sativum*) terkenal akan efek antibakteri, antifungsi, antivirus, antitumor dan antidiabetes yang paling dikenal dari bawang putih adalah aktivitasnya sebagai antikolesterol dan antitrombotik. Umbi bawang putih berkhasiat meredakan tekanan darah tinggi, nyeri kepala, dan maag. Bangsa Mesir 1550 SM sudah memakai bawang putih sebagai obat. (dr.Helmanu 2015).

2.3.3 Klasifikasi bawang putih tunggal

Bawang tunggal merupakan varietas bawang putih yang berbentuk tidak sengaja karena lingkungan penanaman yang tidak cocok, umbi dari tanaman ini hanya berisi satu umbi yang utuh kecil

Menurut Dasuki (2008) klasifikasi bawang putih lanang adalah :

Davisi : Spermatophyte

Sub divisi : Angiospermai

Kelas : Monocotyledonae

Bangsa : liliales

Suku : liliceae

Marga : *Allium*

Spesies : *Allium stavum*

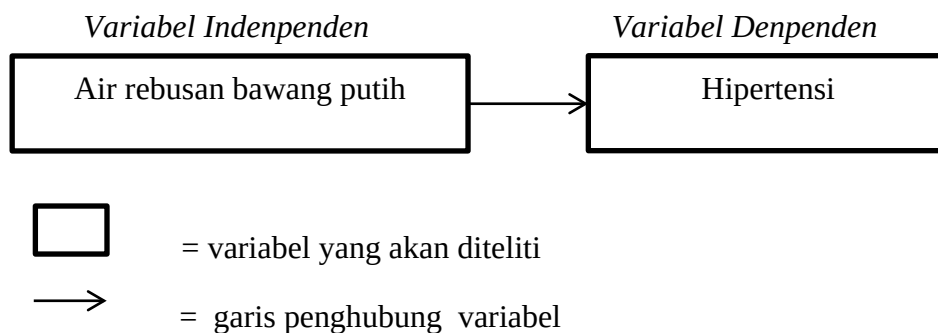


2.4 Kerangka Konsep

Kerangka konsep adalah kerangka dalam suatu penelitian yang menghubungkan struktur dari konsep-konsep atau teori-teori yang akan diteliti dalam penelitian. Kerangka konsep adalah suatu hubungan atau kaitan antara konsep satu dengan konsep yang lainnya dari masalah yang diteliti. Oleh sebab itu konsep tidak dapat diukur dan diamati secara langsung. Agar dapat diamati dan dapat diukur, maka konsep tersebut harus dijabarkan kedalam variabel.

Kerangka konsep dalam penelitian ini dapat dilihat pada gambar 1 yang disajikan sebagai berikut :

Gambar 2.4 Kerangka Konsep Penelitian “ efektivitas air rebusan bawang putih dalam penurunan hipertensi pada wanita lansia “.



2.5 Hipotesis

- a. H_a : ada hubungan Efektivitas Rebusan bawang putih terhadap penurunan tekanan darah pada wanita lanjut usia hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Pangkalan Kasai Kabupaten Indragiri Hulu.