

Asuhan Keperawatan Pada Ny. H dengan Diagnosis Hipertensi melalui Intervensi Pemberian Air Seduhan Bawang Putih

Prinandita Syafira¹, Herry Setiawan²

^{1,2}Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat
Jl. A.Yani Km. 36, Banjarbaru, 70714

*Email korespondensi : ners_herry@ulm.ac.id

ABSTRAK

Latar Belakang: Hipertensi dikenal dengan *silent killer* yaitu penyakit peningkatan tekanan darah yang abnormal dengan atau tanpa gejala. Berdasarkan data dari UPT Puskesmas Karang Intan 2, hipertensi merupakan salah satu dari 10 penyakit terbanyak karena masyarakat memiliki pola makan yang tidak sehat.

Tujuan: Mengetahui efektivitas air seduhan bawang putih untuk menurunkan tekanan darah pada Ny. H dengan diagnosa medis hipertensi di Desa Awang Bangkal Barat

Metode: Penelitian ini merupakan penelitian *quasi experiment* dengan desain pretest dan posttest. Intervensi utama berupa air seduhan bawang putih sebanyak 2 siung dan 200 cc air hangat.

Hasil dan Pembahasan: Terjadi penurunan tekanan darah setelah pemberian air seduhan bawang putih selama 7 hari. Bawang putih mengandung zat allisin yang menghambat kerja ACE mengubah angiotensin I menjadi angiotensin II.

Kesimpulan: Terapi pemberian air seduhan bawang putih efektif dalam membantu penurunan tekanan darah.

Kata-kata kunci: Bawang Putih, Hipertensi, Tekanan Darah

ABSTRACT

Background: Hypertension is known as the *silent killer*, which is an abnormal increase in blood pressure with or without symptoms. Based on data from UPT Puskesmas Karang Intan 2, hypertension is one of the 10 most common diseases because people have an unhealthy diet.

Objective: The purpose of this study is knowing the effectiveness of garlic steeping water to reduce blood pressure in Mrs.H at Awang Bangkal Barat Village

Method: This research was a *quasi-experimental* research with pretest and posttest design. The main intervention is in the form of steeping 2 cloves of garlic and 200 cc of warm water.

Result and Discussion: There was a decrease in blood pressure after giving garlic steeping water for 7 days. Garlic contains allisin which inhibits the action of ACE converting angiotensin I to angiotensin II.

Conclusion: The therapy of giving garlic steeped water is effective in helping to reduce blood pressure.

Keywords: Blood Pressure, Garlic, Hypertension

Cite this as: Syafira,P., Setiawan, H. Asuhan Keperawatan Pada Ny. H dengan Diagnosis Hipertensi melalui Intervensi Pemberian Air Seduhan Bawang Putih. Nerspedia. 2024;6(2):220-226.

PENDAHULUAN

Silent killer merupakan julukan untuk penyakit hipertensi karena hipertensi merupakan penyakit peningkatan tekanan darah dengan atau tanpa gejala (1). Berdasarkan data dari *World Health Organization* pada tahun 2019, diprediksi akan terjadi peningkatan sebesar 29% disetiap tahunnya karena terdapat 1,13 miliar orang di dunia sudah menderita hipertensi dan 10,44 juta orang menderita hipertensi Faktor yang dapat menjadi pencetus hipertensi yaitu keturunan, jenis kelamin, usia, kebiasaan merokok, konsumsi alkohol, stress, serta pola makan tidak terjaga. Konsumsi makanan sehari - hari yang tidak sehat meliputi pola makan tinggi natrium

beserta komplikasinya hingga mengalami kematian. Prevalensi di Indonesia penyakit hipertensi mengalami peningkatan dari tahun ke tahun. Sebanyak 26,5 % masyarakat Indonesia menderita hipertensi pada tahun 2013 dan terjadi peningkatan pada tahun 2018 sebanyak 34,1%. Provinsi Kalimantan Selatan merupakan Provinsi pertama dengan angka penderita 44,13% serta rata – rata penderita di usia 18 tahun berdasarkan data statistik dari Riskesdas tahun 2018 (2).

seperti olahan ikan asin, makanan berlemak seperti santan, serta berminyak seperti gorengan merupakan salah satu pemicu dari kejadian hipertensi (3). Peningkatan tekanan darah tinggi berhubungan dengan konsumsi ikan asin. Ikan asin merupakan salah satu

jenis ikan yang difermentasi menggunakan garam sehingga memiliki kandungan natrium tinggi. Jika ikan asin dikonsumsi dalam jangka panjang, hal ini akan mengakibatkan penumpukan lemak yang akan menghalangi aliran darah sehingga menyebabkan kenaikan tekanan darah (4).

Berdasarkan data 10 penyakit terbanyak yang didapatkan dari UPT Puskesmas Karang Intan 2 dalam periode Juli – September 2022, jumlah kasus tertinggi pada data kunjungan pasien yang melakukan pemeriksaan kesehatan di UPT Puskesmas Karang Intan 2 yaitu penyakit hipertensi dengan jumlah rerata 18,65%. Terkhusus untuk Desa Awang Bangkal Barat sendiri, dari 70 kunjungan pasien Desa Awang Bangkal Barat ke UPT Puskesmas Karang Intan 2 selama periode Juli – September 2022, 14 kunjungan diantaranya merupakan pasien dengan penderita hipertensi. Berdasarkan data yang diperoleh dari Puskesmas Pembantu dan Posbindu Desa Awang Bangkal Barat, jumlah kunjungan pasien untuk memeriksakan kesehatan terbanyak jatuh kepada kasus hipertensi dengan rerata 28,26% selama periode Juli – September 2022.

Berdasarkan hasil wawancara dari pengkajian Stase Keperawatan Kesehatan Lahan Basah (KKLB), klien kelolaan yang berada di RT 1 Desa Awang Bangkal Barat yang bekerja sebagai IRT dan juga pemilik tambak ikan mengatakan bahwa beliau menyukai makanan bersantan, ikan fermentasi, serta makanan yang digoreng. Klien juga mengatakan bahwa hal tersebut sudah menjadi suatu budaya di Desa Awang Bangkal Barat karena menjadi makanan pokok dalam kehidupan sehari-hari. Namun, klien kurang mengetahui bahwa hal ini dapat menjadi pemicu kekambuhan penyakit hipertensi. Klien mengatakan setelah mengkonsumsi makanan tersebut biasanya terdapat keluhan pusing, nyeri tengkuk, hingga penglihatan yang kabur. Klien mengatakan jarang mengkonsumsi obat antihipertensi dan biasanya klien menerapkan herbal untuk mengurangi gejala tersebut seperti daun salam, ketapi, hingga mentimun. Namun tidak mengurangi gejala hipertensi secara signifikan untuk klien sendiri.

Terapi farmakologis dan terapi non farmakologis dapat dilakukan secara beriringan untuk mengobati gejala hipertensi. Terapi farmakologi yaitu terapi yang dilakukan dengan meminum obat-obatan antihipertensi seperti diuretic, antagonis kalsium, serta obat penghambat enzim konversi angiotensin, sedangkan terapi non farmakologi yaitu terapi alternatif yang dapat berupa terapi yang bersifat alamiah seperti menggunakan herbal (5). Terapi herbal dipercaya memiliki efek samping yang relatif tidak terlihat. Beberapa tanaman seperti bawang putih, seledri, daun salam, rumput laut, mentimun, temu hitam, mengkudu, serta jantung pisang memiliki kandungan untuk menurunkan tekanan darah tinggi (6).

Bawang putih merupakan tanaman budidaya yang banyak dimanfaatkan masyarakat untuk bumbu dapur. Bawang putih ternyata memiliki sejuta manfaat untuk meningkatkan kesehatan (7). Zat *allicin* dan *hydrogen sulfide* dipercaya sebagai komponen senyawa aktif yang memiliki efek antihipertensi sehingga dapat menurunkan tekanan darah. Komponen senyawa *allicin* dan *hydrogen sulfide* dapat menurunkan tekanan darah dengan bekerja sebagai vasodilator untuk memperlebar pembuluh darah. Selain itu, *allicin* dan H_2S memiliki kemampuan menghambat pembentukan angiotensin II yang diproses oleh ACE inhibitor (8).

Berdasarkan uraian tersebut, maka peneliti ingin memberikan intervensi pemberian air seduhan bawang putih pada klien bernama Ny. H untuk mengatasi masalah hipertensi. Tujuan penulisan ini adalah memberikan serta mengetahui efektifitas air seduhan bawang putih untuk menurunkan tekanan darah pada Ny. H dengan diagnosis hipertensi di Desa Awang Bangkal Barat.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian quasi experiment dengan desain pretest dan post test. Sebelum dilakukan penelitian, peneliti melakukan pengumpulan data menggunakan lembar assesmen keperawatan pola gordon dengan melakukan wawancara, observasi, dan pemeriksaan fisik. Selanjutnya dilakukan penegakan diagnosis, intervensi, implementasi dan evaluasi. Penyusunan diagnosis keperawatan, tujuan dan intervensi

keperawatan berdasarkan buku panduan Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI), Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI), dan Standar Intervensi Keperawatan Indonesia (SIKI) sesuai dengan Keputusan Menteri Kesehatan Nomor HK.01/07/Menkes/425/2020 tentang Standar Profesi Perawat.

Penelitian ini dilakukan selama 7 hari dan dimulai dari tanggal 24 Oktober 2022 sampai dengan 30 Oktober 2022. Penelitian ini dilakukan di Desa Awang Bangkal Barat. Desa Awang Bangkal Barat merupakan bagian dari pinggiran kota dan merupakan salah satu bentuk wilayah lahan basah (pemukiman di bantaran sungai) mempunyai luas wilayah 3228 Ha. Jumlah penduduk berdasarkan jenis kelamin terdiri dari 1.622 laki-laki dan 1.511 perempuan. Desa Awang Bangkal Barat sendiri terbagi menjadi 7 RT. Jumlah penduduk di wilayah Awang Bangkal Barat RT. 01 berjumlah 334 jiwa, RT. 02 berjumlah 589 jiwa, RT. 03 berjumlah 670 jiwa, RT. 04 berjumlah 619 jiwa, RT. 05 berjumlah 362 jiwa, RT. 06 berjumlah 322 dan RT. 07 berjumlah 236 jiwa.

Intervensi utama yang dilakukan yaitu pemberian air seduhan bawang putih untuk menurunkan tekanan darah. Pemberian air seduhan bawang putih dilakukan dengan cara menambahkan 30 cc air hangat dan 170 cc air dingin ke dalam sebuah gelas, lalu larutkan 2 siung bawang putih (setara dengan 4 gram) ke dalam gelas yang berisi air hangat dan aduk hingga merata. Terapi herbal ini dilakukan 1 kali sehari selama 7 hari setiap pukul 12.30 WITA setelah klien makan. Pemeriksaan tekanan darah dilakukan sebelum pemberian intervensi, dan 30 menit setelah pemberian intervensi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengkajian dilakukan pada tanggal 19 Oktober 2022 pukul 13.00 WITA di rumah klien bernama Ny. H berusia 55 tahun berjenis kelamin perempuan. Pendidikan terakhir klien adalah MAN (setara SMA), suku banjar, beragama islam, sudah menikah, dengan diagnosa Hipertensi. Keadaan umum klien saat dilakukan pengkajian secara keseluruhan baik, namun nampak pucat karena kurang tidur dan lingkaran bawah mata menggelap. Klien saat ini mengeluhkan

pusing, kepala dan tengkuk terasa berat, serta sulit untuk tidur. Klien mengatakan saat ini beliau sedang memikirkan anaknya yang pergi dari rumah sudah 5 hari dan tidak kunjung ada kabar. Klien mengatakan sudah menderita hipertensi kurang lebih 16 tahun. Hipertensi yang dialami klien merupakan penyakit keturunan dari sang ayah. Klien pertama kali mengetahui menderita hipertensi saat didiagnosis PEB pada saat melahirkan anak kelima. Klien tidak rutin mengkonsumsi obat, hanya sesekali saat muncul gejala atau saat ada pemeriksaan gratis. Klien suka mengkonsumsi ikan yang diolah menjadi makanan bersantan, difermentasi, ataupun digoreng hingga kering karena beliau kurang suka bau amis ikan yang direbus atau dipepes. Hasil pengkajian terkait pernafasan dan sirkulasi didapatkan data frekuensi nadi 100 x/mnt, tekanan darah 224/129 mmHg, frekuensi napas 23 kali/menit, vesikuler dan kedalaman dangkal, suhu 36,4°C, SPO2 98%. Klien tidak ada mengeluhkan nyeri dada, capillary refill < 2 detik, suhu ekstremitas teraba hangat. Saat ini berat badan Ny. H mencapai 85 kg dengan tinggi badan 163 cm. Sesuai dengan perhitungan IMT, klien masuk pada kategori obesitas. Ny. H mengatakan sehari-hari hanya melakukan aktivitas dirumah seperti membersihkan lantai, cuci piring, cuci pakaian, serta memasak. Ny. H mengatakan tidak pernah melakukan aktivitas berat bahkan juga tidak pernah berolahraga. Berdasarkan data tersebut maka peneliti mengangkat diagnosis keperawatan yaitu gangguan pola tidur gangguan pola tidur b.d stressor d.d mengeluh pola tidur berubah dengan luaran yang ditargetkan yaitu pola tidur membaik dengan intervensi dukungan tidur, nyeri akut berhubungan dengan agen cedera biologis d.d mengeluhkan nyeri, tekanan darah meningkat, dan tampak meringis dengan luaran yang ditargetkan yaitu tingkat nyeri dapat berkurang dengan intervensi manajemen nyeri, manajemen kesehatan tidak efektif b.d ketidakefektifan pola perawatan kesehatan dan kurang terpapar informasi d.d gagal melakukan tindakan untuk mengurangi faktor risiko dan menerapkan program perawatan dalam kehidupan sehari – hari dengan luaran yang ditargetkan yaitu manajemen kesehatan

Tabel 1. Hasil Pengukuran Tekanan Darah

No	Hari / Tanggal	Tekanan Darah Sebelum Intervensi	Tekanan Darah Sesudah Pemberian Intervensi
1.	Senin, 24 Oktober 2022	170 / 101 mmHg	156 / 97 mmHg
2.	Selasa, 25 Oktober 2022	158 / 99 mmHg	147 / 98 mmHg
3.	Rabu, 26 Oktober 2022	152 / 88 mmHg	140 / 93 mmHg
4.	Kamis, 27 Oktober 2022	146 / 105 mmHg	138 / 78 mmHg
5.	Jumat, 28 Oktober 2022	148 / 100 mmHg	144 / 88 mmHg
6.	Sabtu, 29 Oktober 2022	136 / 83 mmHg	126 / 88 mmHg
7.	Minggu, 30 Oktober 2022	146 / 89 mmHg	129 / 87 mmHg

dengan intervensi edukasi program pengobatan dan terapi komplementer.

Hipertensi yang diderita Ny. H tidak terlepas dari beberapa faktor yaitu pola tidur yang berubah akibat stress, pola makan yang kurang baik, serta obesitas. Peningkatan tekanan darah secara perlahan merupakan reaksi dari aktivitas saraf simpatis yang meningkat. Tekanan darah akan semakin tinggi jika stress berlanjut atau berkepanjangan. Kondisi tubuh pasien hipertensi dapat bertambah parah jika adanya stressor yang menyebabkan pasien sulit tidur (9).

Kebiasaan menggoreng ikan yang dilakukan Ny. H memicu terjadinya hipertensi karena minyak goreng dapat menyebabkan penumpukan lemak di dalam pembuluh darah sehingga menyebabkan terjadinya aterosklerosis. Elastisitas pembuluh darah akan berkurang dan sangat berpengaruh pada aliran darah. Hal ini menyebabkan aliran darah tidak lancar dan terjadi peningkatan tekanan darah (10). Penumpukan lemak juga berakibat pada peningkatan massa tubuh. Jika indeks massa tubuh melebihi batas normal, maka curah jantung akan bekerja lebih maksimal dan meningkatkan volume darah. Peningkatan curah jantung sebagai akibat penumpukan lemak yang membuat aliran dalam pembuluh darah semakin sempit dan hal ini juga mengakibatkan banyaknya pasokan oksigen yang dibutuhkan tubuh untuk mengantarkannya ke jaringan (11).

Intervensi keperawatan yang dilakukan pemantauan pada hari pertama hingga hari ketiga berfokus pada dukungan tidur,

manajemen nyeri, dan edukasi program pengobatan. Dukungan tidur yang dilakukan berupa observasi pola aktivitas tidur, mengidentifikasi faktor yang mengganggu tidur seperti lingkungan, serta membatasi tidur siang hanya 1 jam per hari. Seseorang dapat mengalami gangguan fisiologis dan psikologis jika memiliki perubahan pola tidur yang tidak adekuat dan mempengaruhi terhadap kualitas tidur seseorang. Retensi garam, sistem saraf simpatik, dan denyut jantung akan mengalami peningkatan jika durasi tidur seseorang hanya dalam jangka waktu yang pendek. Selanjutnya hal ini akan menyebabkan tekanan darah meningkat jika terjadi adaptasi struktural sistem kardiovaskular (12).

Nyeri yang dirasakan klien dengan penyakit hipertensi mempengaruhi kondisi kenyamanan pasien karena respon nyeri datang akibat produksi prostaglandin sebagai respon adanya peradangan pada saraf. Lapisan endotel akan rusak dan terjadilah penyumbatan pada pembuluh darah di otak sebagai akibat dari tekanan darah tinggi. Hal ini juga membuat otak menghasilkan serotonin dan adenergik yang berlebih dan terjadi pelebaran pada pembuluh darah (13). Nyeri yang dialami pasien diberikan intervensi dengan melakukan relaksasi nafas dalam. Relaksasi nafas dalam atau biasa disebut dengan pernafasan dalam secara perlahan merupakan suatu teknik relaksasi yang menetralkan sistem saraf sehingga dapat mempengaruhi penurunan tekanan darah. Relaksasi nafas dalam yang dilakukan secara teratur dapat memperlancar aliran

darah yang terhambat pada penderita hipertensi (14).

Intervensi utama yang dapat dilakukan secara mandiri oleh Ny. H yaitu pemberian air seduhan bawang putih dengan cara menambahkan 30 cc air hangat dan 170 cc air dingin ke dalam sebuah gelas, lalu larutkan 2 siung bawang putih (setara dengan 4 gram) ke dalam gelas yang berisi air hangat dan aduk hingga merata. Terapi herbal ini dilakukan 1 kali sehari selama 7 hari setiap pukul 12.30 WITA setelah klien makan. Mengonsumsi bawang putih dipercaya dapat memberikan efek relaksasi otot polos pada pembuluh darah sebagai akibat dari reaksi senyawa allicin yang ada pada bawang putih sehingga dapat menurunkan tekanan darah. Senyawa aktif dari allicin terbentuk dari senyawa allin yang berinteraksi dengan enzim allinase untuk menggerakkan tubuh membentuk *hydrogen sulfida* yang mempunyai efek vasodilator. Gas hydrogen sulphide (H₂S) adalah suatu gas yang berfungsi sebagai regulator dari diameter arteri, aliran darah, dan adhesi leukosit yang diproduksi dalam sel darah merah (8). Komponen senyawa allicin juga bekerja menyerupai ACE inhibitor yang menghambat pembentukan angiotensin II oleh angiotensin I. Angiotensin II merupakan vasokonstriktor poten yang menyebabkan adanya peningkatan sekresi aldosteron serta meningkatkan penyerapan natrium dan air dalam darah sehingga menyebabkan peningkatan tekanan darah. (15).

Hal ini didukung dengan penelitian Fitria dan Setianti (2018) yang menyatakan bahwa pada penderita hipertensi setelah diberikan air seduhan bawang putih terdapat penurunan nilai rata-rata sistol dari 173.33 mmHg menjadi 145.33 mmHg dan nilai rata-rata diastol dari 102.67 mmHg menjadi 77.67 mmHg. Berdasarkan penelitian tersebut, terbukti bahwa pemberian bawang putih dapat menurunkan tekanan darah pasien dengan hipertensi (16). Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Immawanti, dkk (2021) terjadi penurunan tekanan darah sistolik dari sebelum pemberian air seduhan bawang putih dengan rerata 155 mmHg menjadi 140 mmHg dan penurunan tekanan darah diastol sebelum pemberian air seduhan

bawang putih dengan rerata 90 mmHg menjadi 84,16 mmHg (17).

Pencegahan dari penyakit hipertensi bukan hanya dilakukan dengan pemberian terapi komplementer saja namun harus diawali dengan adanya pemahaman terkait dengan konsep penyakit hipertensi serta pola hidup sehat. Hubungan antara pengetahuan dengan hipertensi bisa dikatakan hubungan tidak langsung. Hal ini karena adanya peran pengetahuan yang kemudian akan menimbulkan kesadaran seseorang. Kesadaran masyarakat tentang faktor Risiko hipertensi akan membuat mereka dengan sadar merubah gaya hidupnya (18). Menurut Akbar dan Tumiwa (2020), pengetahuan yang baik dapat mempengaruhi kepatuhan seseorang terhadap diet garam, menerapkan pola makan yang sehat, hingga dapat melakukan pengontrolan tekanan darah (19). Selama implementasi edukasi program pengobatan dalam jangka waktu 7 hari menggunakan Buku Petunjuk “Imajinasi (Intervensi Mandiri Jika Terkena Hipertensi)” yang sudah di HKI, terdapat perubahan pola hidup pada Ny. H seperti peningkatan perubahan pola makan dari makanan yang mengandung gorengan, santan, ataupun tinggi natrium menjadi makanan yang diolah dengan direbus dan dikukus, serta makan sayuran hijau tanpa santan.

Pola makan dan gaya hidup yang sehat yang sudah dijalankan selama 6 bulan namun tidak menghasilkan perubahan pada penderita hipertensi, maka penderita hipertensi menjalankan pengobatan farmakologis (20). Terapi farmakologi yaitu terapi yang dilakukan dengan meminum obat-obatan antihipertensi seperti diuretic, antagonis kalsium, penghambat enzim konversi angiotensin (21). Obat tekanan darah tinggi memiliki kemungkinan untuk dikonsumsi seumur hidup dikarenakan mencegah terjadinya komplikasi dari penyakit hipertensi yang berkelanjutan. Oleh karena itu hal ini perlu dilakukan edukasi kepatuhan minum obat kepada penderita hipertensi. Selama implementasi 7 hari terhadap Ny. H, edukasi mengenai kepatuhan minum obat dilaksanakan pada hari kedua. Selanjutnya, dilakukan pemantauan terkait dengan konsumsi hipertensi. Selama 7 hari

pemantauan, Ny. H patuh terhadap konsumsi obat antihipertensi dengan jenis captopril dan amlodipine sesuai dengan anjuran dokter.

KETERBATASAN

Keterbatasan dalam penelitian ini yaitu responden dari penelitian ini hanya satu orang dan variabel dari penelitian ini hanya berfokus pada efektifitas pemberian air seduhan bawang putih terhadap penurunan tekanan darah. Selain itu, penelitian ini berfokus pada efektifitas bawang putih dalam bentuk seduhan sehingga diperlukan penelitian lebih lanjut terkait dengan efektifitas bawang putih untuk menurunkan tekanan darah dalam sajian yang berbeda. Pemberian air seduhan bawang putih bisa dilakukan dalam jangka waktu panjang, namun dalam penelitian ini hanya terpantau selama 7 hari dan dihari selanjutnya intervensi didelegasikan kepada pasien. Dalam pengolahan air seduhan bawang putih, belum ada standarisasi seberapa banyak jumlah air hangat dan berapa derajat tingkat kepanasan dari air tersebut. Namun, zat *allicin* akan mengalami deaktivasi jika terkena air dengan suhu yang terlalu panas.

ETIKA PENELITIAN

Penelitian ini memperhatikan aspek *informed consent, anonymity, otonomi, confidentiality, beneficence*. Peneliti memberikan penjelasan terkait dengan manfaat dan tujuan penelitian kepada klien.

KONFLIK KEPENTINGAN

Tidak ditemukan adanya konflik kepentingan dalam penelitian ini.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada dosen pembimbing Bapak Herry Setiawan, S.Kep., Ns., M.Kep, yang berkenan memberikan saran dan arahan dalam penyelesaian karya tulis ilmiah ners ini. Terima kasih juga penulis sampaikan kepada dosen penguji Ibu Dhian Ririn Lestari, S.Kep., Ns., M.Kep yang telah memberi kritik dan saran sehingga karya tulis ilmiah ini menjadi semakin baik, serta keluarga Ny. H yang telah berkenan diberikan asuhan keperawatan selama penelitian ini berlangsung.

PENUTUP

Intervensi pemberian air seduhan bawang putih pada Ny. H sebanyak 1 kali sehari dengan 2 siung bawang putih dan 200 cc air hangat selama 7 hari efektif menurunkan tekanan darah, ditandai dengan adanya penurunan tekanan darah Ny. H dari pengkajian awal 224 / 129 mmHg, menjadi 129 / 87 mmHg (hari ke 7). Rekomendasi untuk klien yaitu diharapkan klien mampu menerapkan tindakan keperawatan yang telah diajarkan secara mandiri untuk mengontrol tekanan darah seperti melakukan aktivitas fisik, diet makanan yang sehat, minum obat sesuai anjuran, dan menerapkan terapi air seduhan bawang putih sebagai terapi alternatif. Intervensi pemberian air seduhan bawang putih ini juga diharapkan dapat menjadi salah satu terapi yang dapat diterapkan apabila mendapati pasien dengan tekanan darah tinggi. Perawat di lapangan khususnya dikomunitas juga diharapkan lebih menunjukkan perannya dalam memotivasi masyarakat dengan hipertensi untuk rutin memeriksakan kesehatannya. Dalam memberikan asuhan keperawatan perawat juga diharap dapat melibatkan keluarga sebagai *support system* bagi klien, karena dukungan dari anggota keluarga dapat memotivasi klien untuk mengontrol hipertensinya.

REFERENSI

1. Udjianti WJ. Keperawatan Kardiovaskuler. Jakarta: Salemba Medika; 2015.
2. Awaluddin, Syarifah A, Renggawuni A. Pengaruh Seduhan Bawang Putih Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi. J Kesehat 2020;1(2):1–11.
3. Izzati W, Luthfiani F. Pengaruh Pemberian Air Rebusan Bawang Putih Terhadap Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Tigo Baleh Kota Bukittinggi. Afiah. 2017;4(2):48–54.
4. Aristi DLA, Rasni H, Susumaningrum LA, Susanto T, Siswoyo S. Hubungan Konsumsi Makanan Tinggi Natrium dengan Kejadian Hipertensi pada Buruh Tani di Wilayah Kerja Puskesmas Panti

- Kabupaten Jember. *Bul Penelit Sist Kesehat*. 2020;23(1):53–60.
5. Kusuma SRP, Nuraeni N. Penerapan Bawang Putih Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi di Perum Arjamukti RT 002 / 007 Blok D3 No.22. *J ISBN*. 2021;1(1):64–9.
6. Sugiarti, Wilujeng RD, Releghea AF. Penanggulangan Hipertensi Lansia Melalui Seduhan Bawang Putih Dan Bunga Rosella. *Pelita Abdi Masy*. 2021;1(2):6–10.
7. Rochmah S, Suprihatin, Siauta JA. Pengaruh Konsumsi Bawang Putih (*Allium Sativum*) Terhadap Tekanan Darah Pada Wanita Lanjut Usia Dengan Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Taktakan Kota Serang. *J Penelit dan Kaji Ilm Kesehat*. 2021;7(2):153–60.
8. Wijaya SH, Adinata J, Hudyono J, Kedokteran F, Kristen U. Peranan Allicin dari Ekstrak Bawang Putih sebagai Pengobatan Komplemen Alternatif Hipertensi Stadium I. *J CDK*. 2015;42(4):303–6.
9. Yimmi S. Pengaruh Stress Terhadap Kejadian Hipertensi di Puskesmas Matur Kabupaten Agam. *J Ilmu Kesehat 'Afiyah*. 2015;1(1).
10. Rahma A, Baskari PS. Pengukuran Indeks Massa Tubuh, Asupan Lemak, Dan Asupan Natrium Kaitannya Dengan Kejadian Hipertensi Pada Kelompok Dewasa Di Kabupaten Jombang. *Ghidza Media J*. 2019;1(1):53.
11. Tiara UI. Hubungan Obesitas Dengan Kejadian Hipertensi. *J Heal Sci Physiother*. 2020;2(2):167–71.
12. Martini S, Roshifanni S, Marzela F. Pola Tidur yang Buruk Meningkatkan Risiko Hipertensi. *Media Kesehat Masy Indones*. 2018;14(3):297.
13. Tamsuri. *Konsep dan Penatalaksanaan Nyeri*. Jakarta: EGC; 2012.
14. Andri J, Permata F, Padila, Sartika A. Penurunan Tekanan Darah Pada Pasien Hipertensi Menggunakan Slow Deep Breathing Exercise. *J Keperawatan Silampari*. 2021;5(1):6.
15. Hendra K. Pengaruh Pemberian Air Bawang Putih (*Allium Sativum*) Terhadap Tekanan Darah. *JHNMS Adpertisi*. 2020;1(1):1–9.
16. Fitria CN, Setianti SN. Manfaat Air Seduhan Bawang Putih Terhadap Penurunan Hipertensi. *Profesi (Profesional Islam Media Publ Penelit*. 2018;16(1):40.
17. Immawanti, Nurpadila, Nurmadina. Pengaruh Pemberian Air Seduhan Bawang Putih Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Wilayah Kerja Puskesmas Pamboang Kabupaten Majene Tahun 2018. *J Kesehat Marendeng*. 2021;1(1):30–7.
18. Khasanah U, Anwar S, Sofiani Y. Edukasi Masyarakat Dalam Peningkatan Pencegahan Dan Perawatan Hipertensi dan DM Desa Kaliasin Kecamatan Sukamulya Kabupaten Tangerang. *Semin Nas Pengabd Masy LPPM UMJ*. 2019;1(1):1–10.
19. Akbar H, Tumiwa FF. Edukasi Upaya Pencegahan Hipertensi pada Masyarakat di Kecamatan Passi Barat Kabupaten Bolaang Mongondow. *JPKMI (Jurnal Pengabd Kpd Masy Indones*. 2020;1(3):154–60.
20. Indonesia PDSK. *Pedoman Tatalaksana Hipertensi Pada Penyakit Kardiovaskuler*. Indonesian Heart Association. Jakarta; 2015. 24 .
21. Yumiati, Rahmalia S, Arneliwati. Perbandingan Efektifitas Seduhan Bawang Putih Dengan Captopril Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi. *Media Infotama*. 2015;8(2):20.