

ABSTRACT**PENGARUH KONSUMSI BAWANG PUTIH TERHADAP PERUBAHAN KADAR KOLESTEROL PADA LANSIA DI DESA SUMENGKO KECAMATAN DUDUK SAMPEYAN GRESIK****Penelitian *Quasy Eksperiment*****Oleh Ahmad Kanzul Khoir**

Kadar kolesterol yang tinggi merupakan suatu pemicu terjadinya penyakit degeneratif pada lansia. Beberapa Faktor penyebab peningkatan kadar kolesterol pada lansia dapat mengganggu proses metabolisme kolesterol, terutama pada proses ekskresi kolesterol yang dapat menyebabkan peningkatan kadar kolesterol pada lansia. Bawang putih (*Allium Sativum*) sebagai tanaman herbal mengandung beberapa komponen yang dapat menurunkan kadar kolesterol misalnya *ajoene*, *diallyldisulfide* atau dalam bentuk teroksidasi disebut *allysin*. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh konsumsi bawang putih dengan dosis 10 gram(sehari sekali) dan 15 gram(sehari dua kali) sebagai pembandingan terhadap perubahan kadar kolesterol pada lansia dan perbedaan pengaruh antara keduanya.

Penelitian ini menggunakan desain *Quasy Eksperiment* dan sampel diambil dari lansia yang mempunyai kadar kolesterol ≥ 200 mg/dl di Desa Sumengko Kecamatan Duduk Sampeyan Gresik. Variabel Independen adalah bawang putih yang disaring dosis 10 gram dan dosis 15 gram, variabel dependen adalah perubahan kadar kolesterol. Teknik sampling yang digunakan adalah *Purposive sampling* dan pasien yang bersedia ikut penelitian 14 responden dan dibagi 7 responden di kelompok perlakuan (10 gram) dan 7 orang di kelompok pembandingan (15 gram).

Hasil statistic menggunakan *T-paired* menunjukkan pengaruh yang signifikan dari konsumsi bawang putih 10 gram (sehari sekali) $p=0,01$, sedangkan konsumsi bawang putih 15 gram (sehari dua kali) tidak berpengaruh terhadap perubahan kadar kolesterol $p=0,26$. Hasil uji perbedaan kadar kolesteol akhir menggunakan *Independent Sample Test* antara perlakuan dan pembandingan tidak ada perbedaan yang significant $p=0,47$

Tidak ada perbedaan yang signifikan antara konsumsi bawang putih 10 gram (sehari sekali) dengan 15 gram (sehari dua kali) perawat dapat merekomendasikan sediaan konsumsi bawang putih 10 gram ini sebagai terapi komplementer pada pengobatan hiperkolesterolemia. Diharapkan penelitian selanjutnya dapat lebih mengontrol perilaku dan gaya hidup responden.

Kata kunci: Lansia, Bawang putih, Kadar kolesterol pada lansia.

ABSTRACT**“Garlic Consumption Influence Towards Decrease Cholesterol Level For Elders in Sumengko Village Duduk Sampeyan Sub-district Gresik”****Quasy Research Experiments****By Ahmad Kanzul Khoir**

High cholesterol level is a trigger degenerative disease for elderly. Several factors cause cholesterol increased can interfere cholesterol metabolic process, especially cholesterol excretion process which cause increase cholesterol for elderly. Garlic as a cultivated herbal plant contains several compounds that can lowering cholesterol level like dialyldisulfide, ajoene or it can be found in oxydized called allysin. This study was to analyze the effect of garlic consumption with 10 gram dose (once a day) and 15 gram dose (twice a day) as a comparative of cholesterol's change level and both different effect for elderly.

This study used Q-experiment design and its samples were taken from the elderly who have cholesterol level $>200\text{mg/dl}$ in Sumengko village Duduk Sampeyan sub-district Gresik. Independent variables was 10 gram dose and 15 gram dose garlic where filtered. The Dependent variable was cholesterol increased. The Sampling technique was P-sampling and patients who are willing to participate totaled 14 people, divided by 7 respondents in the treatment group (10 gram) and 7 respondents in the comparison group (15 gram).

Statistical result using T-paired show significant effect from consumption 10 gram garlic (once a day) $p=0,01$ but at the same time consumption 15 gram garlic (twice a day) didn't give any affect to influence of cholesterol level $p=0,26$. The result test which uses Independent Sample Test show there is no significant difference between treatment and comparing group in cholesterol level.

There was no significant difference between consumption 10 gram garlic (once a day) and 15 gram garlic (twice a day) nurse can recommended 10 gram garlic consumption as a complementary therapy for hipercholesterolemia treatment. For further study expect both behaviour and life style respondents are get better controlled.

Keywords: Elder, Garlic, Cholesterol level in elders