

KARATERISTIK BAWANG MERAH (*Allium cepa* var. *aggregatum* L.) SEBAGAI TANAMAN KESEHATAN

Elisha Najma Mumtaz

Pembimbing : Eka Arif Nugraha, S.Pd

MTs Negeri 1 Jepra

ABSTRAK

Bawang merah (*Allium cepa* var. *aggregatum* L.) merupakan salah satu tanaman yang digunakan sebagai bahan penyedap masakan di seluruh dunia, berasal dari Iran, Pakistan, dan pegunungan-pegunungan di sebelah utaranya. Bawang merah juga termasuk dalam kategori tanaman kesehatan. Penelitian ini bertujuan untuk mengurai lebih rinci tentang karakteristik bawang merah sebagai tanaman kesehatan. Bawang merah memiliki umbi lapis yang berwarna merah keunguan, memiliki akar serabut, bunga nya memanjang bewarna putih kemerahan, dan tangkai bunga nya berbentuk bulat dan bewarna hijau. Senyawa sin-propanatial-S-oksida (syn-propanethial-S-oxide) yang terbentuk akibat jaringan bawang merah diiris menyebabkan mata manusia mengeluarkan air mata. Zat quercetin dalam bawang merah berperan penting dalam melawan efek radikal bebas berbahaya dalam tubuh. Antioksidan seperti quercetin mampu menghambat pertumbuhan sel kanker.

Kata kunci: Bawang merah, tanaman kesehatan

PENDAHULUAN

Allium cepa var. *aggregatum* L. adalah nama istilah dari bawang merah. Bawang merah merupakan salah satu tanaman yang menjadi bumbu penyedap masakan di dunia. Berasal dari Iran, Pakistan, dan pegunungan-pegunungan di sebelah utaranya (Wikipedia, 2021). Dari waktu ke waktu, bawang merah mulai tersebar ke negara-negara lain, baik di negara yang beriklim sub tropis maupun di negara yang beriklim tropis. (Wikipedia, 2021).

Di Indonesia, bawang merah merupakan salah satu rempah-rempah yang sering digunakan sebagai bahan penyedap makanan. Selain sebagai bahan penyedap makanan, bawang merah juga dikategorikan sebagai tanaman kesehatan. Bawang merah

memiliki banyak manfaat dan khasiat bagi tubuh. Menurut Budi Samadi dan Bambang Cahyono (2005), bawang merah dapat mengobati maag, mengobati masuk angin, menurunkan kadar gula dalam darah, menurunkan kolesterol, memperlancar pernafasan, memperlancar aliran darah, dan sebagai obat kencing manis (diabetes melitus).

Dari uraian diatas, peneliti melakukan penelitian ini bertujuan untuk mengurai lebih rinci tentang karakteristik bawang merah (*Allium cepa* var. *aggregatum* L.) sebagai tanaman kesehatan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode studi literatur dengan mencari referensi dari buku dan menggunakan

metode pengumpulan informasi dari berbagai jurnal dan artikel yang dapat dipercaya.

PEMBAHASAN

Bawang merah yang memiliki nama ilmiah *Allium cepa* var. *aggregatum* L. merupakan salah satu rempah-rempah yang sering digunakan sebagai bahan penyedap masakan di dunia. Bawang merah (*Allium cepa* var. *aggregatum* L.) adalah salah satu jenis spesies dari famili Amaryllidaceae.

Kingdom : Plantae
Divisi : Magnoliophyta
Kelas : Liliopsida
Ordo : Asparagales
Famili : Amaryllidaceae
Genus : *Allium*
Spesies : *A. cepa*

Bawang merah berasal dari Iran, Pakistan, dan pegunungan-pegunungan di sebelah utaranya, kemudian tumbuhan ini mulai menyebar ke negara-negara lain, baik di negara yang beriklim sub tropis maupun di negara yang beriklim tropis (Wikipedia, 2021). Bawang merah memiliki umbi lapis yang berwarna merah keunguan. Tanaman ini memiliki akar serabut, bunganya memanjang berwarna putih kemerahan, dan tangkai bunganya berbentuk bulat dan berwarna hijau (Prof. H. M. Hembing Wijayakusuma, 2011).

Di Indonesia, bawang merah dijadikan sebagai bumbu penyedap masakan. Selain sebagai bumbu penyedap masakan, bawang merah juga termasuk dalam kategori tanaman kesehatan. Bawang merah

memiliki banyak manfaat bagi kesehatan tubuh. Beberapa manfaat bawang merah, antara lain:

1. Mengobati masuk angin dan kembung.
2. Menurunkan kadar gula dalam darah.
3. Membantu menurunkan kolesterol.
4. Mencegah kanker.
5. Mengobati maag.
6. Melancarkan pernapasan.
7. Meningkatkan imun.
8. Sebagai obat diabetes.
9. Membantu menjaga kesehatan mata.
10. Membantu menjaga kesehatan jantung, dan lain sebagainya.

Senyawa sin-propanatial-S-oksida (syn-propanethial-S-oxide) yang terbentuk akibat jaringan bawang merah diiris menyebabkan mata manusia mengeluarkan air mata (Wikipedia, 2021). Bawang merah kaya akan zat flavonoid yang bekerja sebagai antiradang, antioksidan, dan mampu membunuh bakteri, juga dapat menurunkan kadar lemak darah, selain itu zat flavonoid dan zat alil propil disulfida bersifat hipoglikemik yaitu menurunkan kadar gula dalam darah. Bawang merah juga mengandung senyawa saponin yang mampu mencegah penggumpalan darah dan mengencerkan dahak (Prof. H. M. Hembing Wijayakusuma, 2011). Zat quercetin dalam bawang merah berperan penting dalam efek radikal bebas berbahaya dalam tubuh. Antioksidan seperti quercetin mampu menghambat pertumbuhan sel kanker (Ayunda Septiani, 2019).

KESIMPULAN

Bawang merah merupakan salah satu tanaman yang digunakan sebagai bahan penyedap masakan di seluruh dunia. Berasal dari Iran, Pakistan, dan pegunungan-pegunungan di sebelah utaranya, kemudian mulai menyebar ke negara-negara lain, baik di negara yang beriklim subtropis maupun di negara yang beriklim tropis. Bawang merah memiliki umbi lapis yang bewarna merah keunguan, memiliki akar serabut, bunganya memanjang berwarna putih kemerahan, dan tangkai bunganya berbentuk bulat dan berwarna hijau. Senyawa sin-propanatial-S-oksida (syn-propanethial-S-oxide) yang terbentuk akibat jaringan bawang merah diiris menyebabkan mata manusia mengeluarkan air mata. Zat quercetin dalam bawang merah mampu menghambat pertumbuhan sel kanker.

REKOMENDASI

1. Hendaknya ada penelitian yang lebih mendalam tentang bawang merah.
2. Dengan penelitian ini, kita jadi tahu tentang manfaat bawang merah yang tidak kita ketahui. Oleh karena itu, mari kita membudidayakan bawang merah agar tetap terjaga kelestariannya.

DAFTAR PUSAKA

Hassan Shadily. Ensiklopedi

Indonesia Volume 1. Jakarta: Ichtiar Baru-Van Hoeve.

Budi Samadi; Bambang Cahyono (2005). Bawang Merah Intensifikasi usaha tani. Yogyakarta: Kanisius. ISBN 979-497-323-8.

Why does chopping an onion make you cry?. Everyday Mysteries. Fun Science Facts from the Library of Congress. Diakses 11 Desember 2018.

S. Imai, N. Tsuge, M. Tomotake, Y. Nagatome, H. Sawada, T. Nagata, H. Kumagai. 2002. An onion enzyme that makes the eyes water. Nature 419:685. DOI: 10.1038/419685a.

Prof. H. M. Hembing Wijayakusuma. 2011. Penyembuhan dengan Bawang Putih dan Bawang Merah. Jakarta: Sarana Pustaka Prima.

Ayunda Septiani. 2019. 10 Manfaat Bawang Merah Bagi Kesehatan Tubuh

<https://health.detik.com/berita-detikhealth/d-4493266/10-manfaat-bawang-merah-bagi-kesehatan-tubuh> (di akses 21 April).

Puti Yasmin. 2020. 14 Manfaat Bawang Merah Mentah Bagi Kesehatan

<https://health.detik.com/berita-detikhealth/d-5158701/14-manfaat-bawang-merah-mentah-bagi-kesehatan> (di akses 21 April).