

**MANFAAT DAN KEFEKTIFAN BAWANG PUTIH DALAM  
MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI :  
*LITERATUE REVIEW***

**KARYA TULIS ILMIAH**



**DIAJUKAN OLEH:**

**MUHAMMAD ZAINAL MUTTAQIN**

**1811102416063**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR**

**2021**

**Manfaat dan Keefektifan Bawang Putih dalam Menurunkan Tekanan  
Darah pada Penderita Hipertensi : *Literature Review***

Karya Tulis Ilmiah

Untuk Memenuhi Syarat Memperoleh  
Gelar Ahlimadya Keperawatan  
Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur



**Diajukan Oleh :**

**Muhammad Zainal Muttaqin**

**1811102416063**

**Program Studi Diploma III Keperawatan**

**Fakultas Ilmu Keperawatan**

**Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur**

**2021**

## **SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : MUHAMMAD ZAINAL MUTTAQIN

NIM : 1811102416063

Program Studi : D III KEPERAWATAN

Judul :

**MANFFAT DAN KEFEKTIFAN BAWANG PUTIH DALAM**

**MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI**

Menyatakan bahwa peneliti yang saya tulis ini benar-benar hasil karya sendiri, bukan merupakan pengambilan alihan penulisan atau pemikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pemikiran saya sendiri.

Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa terdapat plagiat dalam penelitian ini, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai ketentuan perundang-undangan (Permendiknas no. 17 , tahun 2010).



Samarinda, 24 juni 2021

MUHAMMAD ZAINAL MUTTAQIN  
NIM.1811102416063

**LEMBAR PERSETUJUAN**

**MANFAAT DAN KEEFEKTIFAN BAWANG PUTIH DALAM  
MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI :  
*LITERATURE REVIEW***

**DISUSUN OLEH :**

**MUHAMMAD ZAINAL MUTTAQIN**

**1811102416063**

**Disetujui Untuk Diujikan**

**Pada Tanggal, 24 Juni 2021**

**PEMBIMBING**



**Ns. Siti Khoiroh Muflihatin, M.Kep**  
**NIDN. 1115017703**

**Mengetahui,  
Koordinator Karya Tulis Ilmiah**



**Ns. Faried Rahman Hidayat, S.Kep.M.Kep**  
**NIDN. 1112068002**

**LEMBAR PENGESAHAN**  
**MANFAAT DAN KEFEKTIFAN BAWANG PUTIH DALAM MENURUNKAN**  
**TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI**

**(LITERATUE REVIEW)**

**DISUSUN OLEH :**  
**MUHAMMAD ZAINAL MUTTAQIN**

**1811102416063**

**Diseminarkan dan diujikan**

**Pada tanggal, 26 juni 2021**

**Penguji 1**



**Ns. Bacthiar Safrudin, M. Kep, S.Kep.Kom**  
**NIDN: 111218701**

**penguji 2**



**Ns. Siti Khoiroh Muflihatin, M.Kep**  
**NIDN: 1115017703**



**Mengetahui,**

**Ketua Program Studi Diii Keperawatan**



**Ns. Ramdany ismahmudi, MPH**  
**NIDN: 111087901**

## **MOTTO**

**KEMARIN ADALAH BAYANGAN, HARI INI ADALAH KENYATAAN,  
BESOK ADALAH MIMPI**

**JALANI HARI INI TANPA MELIHAT KEBELAKANG KARENA BANYAK  
BAYANG BAYANG YANG HARUS DI LUPAKAN**

**TAPI KEJARLAH MASA DEPAN KARENA ADA MIMPI YANG SEDANG  
MENANTI**

## KATA PENGANTAR



Assalamu'allaikum warahmatullahi wabarakatuh

Alhamdulillah segala puji syukur penulis panjatkan atas berkat ridho Allah SWT. Yang sudah memberikan kesehatan kepada penulis, sampai penulis bisa menyelesaikan tugas akhir dengan tuntas tanpa kurang apapun, dan berkat rahmat dan hidayahnyalah, karunia serta ridhonya-Nya tugas akhir ini selesai dengan tepat waktu. Sholawat serta salam tak lupa penulis curahkan kepada junjungan kita Nabi Besar Muhammad SAW, beserta keluarga, sahabat, dan pengikutnya hingga akhir zaman.

Karya tulis ilmiah dengan berjudul "Manfaat Dan Kefektifan Bawang Putih Dalam Menurunkan Tekanan Dalam Pada Penderita Hipertensi" disusun dengan sebaik-baiknya untuk memenuhi persyaratan menyelesaikan pendidikan DIPLOMA III KEPERAWATAN di Universitas Muhammadiyah Klimantan Timur tahun 2020/2021.

Selama pembuatan karya tulis ilmiah ini penulis banyak memperoleh masukan dan dorongan serta bimbingan, bantuan dan motivasi dari beberapa pihak, oleh karena itu penulis banyak ingin menyampaikan rasa banyak terimakasih sebesar besarnya kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Bambang Setiaji Selaku Rector Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
2. Ibu H.Dr.Nunung Herlina. S. Kep., M.Pd Selaku Dekan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Keperawatan.
3. Bapak Ns. Ramdany Ismahmudi., S. Kep., MPH selaku ketua program, studi Diploma III Keperawatan di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
4. Bapak Ns. Faried Rahman. S.Kep.MPH selaku koordinator mata kuliah ajar Karya Tulis Ilmiah Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
5. Ibu Ns. Siti Khoiroh Muflihatin, M. Kep. selaku dosen pembimbing dan penguji yang sudah menyediakan waktunya untuk memberikan bimbingan, saran dan masukan dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah.
6. Kepada seluruh dosen Diploma III keperawatan dan petugas perputakaan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur yang sudah membantu memberikan informasi dalam pencarian jurnal untuk dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah.
7. Kepada kedua orang tua saya yang sangat saya sayangi dan saya banggakan bapak H. Sachril Effendi. dan ibu TIRAH,yang sudah membesarkan saya sampai saat ini,yang selalu mendoakan, memberikan kekuatan, semangat, support dan nasehat kepada saya, terima kasih banyak semoga suatu saat saya bisa membalas budi dan membahagiakan bapak dan ibu aamiin.



8. Kepada kedua kakak saya dewi ratna sari dan Muhammad nur Rahman yang sudah memberikan semangat serta motivasi untuk saya.
9. Kepada teman dekat saya nisa, nadia royani, lina, lida, merinda, puspa, dan galang yang selalu ada saat suka maupun duka, terima kasih banyak untuk kalian karena sudah membantu dalam penyusunan karya tulis ilmiah.
10. Kepada teman-teman sejawat, seperjuangan D III Keperawatan 2018 yang sudah saling support, membantu satu sama lain, bekerja sama dengan baik, dan saling bertukar pikiran selama kuliah dan pembuatan tugas akhir ini

**Manfaat dan Keefektifan Bawang Putih dalam Menurunkan Tekanan Darah pada Penderita Hipertensi : *Literature Review***

**Muhammad Zainal Muttaqin<sup>1</sup>, Siti Khoiroh Muflihatin<sup>2</sup>, Bacthiar Safrudin<sup>3</sup>**

*Program Studi D III Keperawatan Fakultas Ilmu Keperawatan  
Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur  
Email: [fbsaldi@gmail.com](mailto:fbsaldi@gmail.com)*

**INTISARI**

**Latar Belakang:** Penyakit hipertensi adalah the silent disease, kenapa bisa di sebut silent disease, karena banyak orang yang tidak mengetahui dirinya mempunyai tekanan darah tinggi atau hipertensi, sebelum mereka memeriksakan tekanan darah. Apabila tekanan darah meningkat terus bisa menimbulkan penyakit stroke, serangan jantung, gagal ginjal, dan merupakan salah satu penyebab utama terjadinya penyakit gagal ginjal kronik.

**Tujuan penelitian:** Tujuan penelitian ini untuk mengetahui manfaat dan keefektifan bawang putih dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi

**Metode penelitian:** Metode penelitian ini menggunakan merupakan penelitian dengan menggunakan metode literature review dengan menggunakan data penelitian yang sudah dilakukan oleh peneliti-peneliti terdahulu.

**Hasil penelitian:** Hasil dari Analisa peneliti, dari 10 jurnal yang sudah di telaah menyimpulkan bahwa penggunaan bawang putih dapat menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

**Kesimpulan:** Berdasarkan review yang sudah dilakukan disimpulkan bawang putih dapat menurunkan tekanan darah bagi penderita hipertensi. Ini disebabkan karena bawang putih mengandung senyawa nitrit oksida dan allicin yang bermanfaat untuk merelaksasi otot pembuluh darah, dan berperan sebagai antioksidan. karna itu mengonsumsi bawang putih efektif dalam membantu menurunkan tekanan darah bagi penderita hipertensi.

**Kata kunci:** Hipertensi, bawang putih, pengaruh bawang putih dalam menurunkan tekanan darah

---

<sup>1</sup> Mahasiswa DIII Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

<sup>2</sup> Dosen Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

<sup>3</sup> Dosen Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

**Benefits and Effectiveness of Garlic in Lowering Blood Pressure in Hypertension Patients : Literature Review**

**Muhammad Zainal Muttaqin<sup>1</sup>, Siti Khoiroh Muflihatin<sup>2</sup>, Bacthiar Safrudin<sup>3</sup>**

*D III nursing study program faculty of nursing science  
Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur*

*Program Studi D III Keperawatan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah  
Kalimantan Timur*

*Email: [fbsaldi@gmail.com](mailto:fbsaldi@gmail.com)*

**ABSTRACT**

**Background:** Hypertension is the silent disease, why can it be called a silent disease, because many people do not know they have high blood pressure or hypertension, before they have their blood pressure checked. If blood pressure continues to increase, it can cause stroke, heart attack, kidney failure, and is one of the main causes of chronic kidney failure.

**Research objectives:** The purpose of this study was to determine the benefits and effectiveness of garlic in lowering blood pressure in patients with hypertension

**Research method:** This research method uses a **literature review** method using research data that has been carried out by previous researchers.

**Research results:** The results of the analysis of researchers, from 10 journals that have been reviewed concluded that the use of garlic can reduce blood pressure in patients with hypertension.

**Conclusion:** Based on the review that has been done, it is concluded that garlic can reduce blood pressure for people with hypertension. This is because garlic contains nitric oxide and allicin compounds that are useful for relaxing blood vessel muscles, and act as antioxidants. Allicin also lowers bad cholesterol levels in the blood. This will contribute to lowering blood pressure. Therefore, consuming garlic is effective in helping lower blood pressure for people with hypertension.

**Keywords:** Hypertension, garlic, the effect of garlic in lowering blood pressure.

---

<sup>1</sup> Students DIII Nursing University Muhammadiyah Kalimantan Timur

<sup>2</sup> Lecturer Of Nursing Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

<sup>3</sup> Lecturer Of Nursing Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN .....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN .....	iii
LEMBAR PENGESAHAN .....	iv
MOTTO .....	v
KATA PENGANTAR .....	vi
INTISARI.....	ix
<i>ABSTRACT</i> .....	xi
DAFTAR ISI .....	xi
DAFTAR TABEL .....	xiv
DAFTAR GAMBAR .....	xv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xvi
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah .....	3
C. Tujuan Penelitian .....	3

BAB II.....	5
TINJAUAN PUSTAKA.....	5
A. Telaah Pustaka .....	5
B. Kerangka Teori .....	13
BAB III.....	14
METODE PENELITIAN.....	14
A. Rancangan Penelitian & Konsep Literature Review.....	14
B. Bahan dan metode.....	15
C. Kriteria Inklusi .....	15
D. Seleksi studi dan penilaian kualitas .....	16
BAB IV .....	17
HASIL DAN PEMBAHASAN .....	17
A. Hasil dan Analisis.....	17
B. Pembahasan.....	32
BAB V .....	45
PENUTUP.....	45
A. Kesimpulan .....	45
B. Saran .....	46
DAFTAR PUSTAKA.....	47
LAMPIRAN	

## DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Klasifikasi .....	8
Tabel 2. 2 Secara Klinis Derajat Hipertensi Dapat Dikelompokkan.....	8
Tabel 3. 1 Kriteria Inklusi .....	15
Tabel 4. 1 Hasil dan Analisis.....	18

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Teori .....	13
Gambar 3. 1 Alur Jurnal.....	16

## **DAFTAR LAMPIRAN**

**Lampiran 1 Biodata Penulis**

**Lampiran 2 Screenshot Jurnal**

**Lampiran 3 Surat Keterangan Literature Review**

**Lampiran 4 Lembar Konsultasi**

**Lampiran 5 Hasil Uji Plagiasi**