SKRIPSI

PENGARUH PEMBERIAN *BLACK GARLIC* (BAWANG HITAM TUNGGAL) TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI DESA DOLOPO KABUPATEN MADIUN

Oleh:
EVA MAULIDA
NIM. 202202069

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
STIKES BHAKTI HUSADA MULIA MADIUN
2026

SKRIPSI

PENGARUH PEMBERIAN *BLACK GARLIC* (BAWANG HITAM TUNGGAL) TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI DESA DOLOPO KABUPATEN MADIUN

Diajukan Untuk Memenuhi Syarat Mencapai Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)

Oleh:

EVA MAULIDA

NIM. 202202069

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN

STIKES BHAKTI HUSADA MULIA MADIUN

2026

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi Oleh:
Nama : Eva Maulida
NIM : 202202069
Program Studi : Keperawatan
Judul : PENGARUH PEMBERIAN *BLACK GARLIC* (BAWANG HITAM TUNGGAL) TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI DESA DOLOPO KABUPATEN MADIUN

Telah disetujui untuk diujikan dihadapan Dewan Penguji Skripsi pada tanggal 10 Februari 2026

Oleh:

Pembimbing I	Pembimbing II
(Adhin Al Kasanah, S.Kep., Ns., M.Kep)	(Riska Ratnawati, S.KM., M.Kes)
NUPTK. 4646769670230262	NUPTK. 664376657230142

Mengetahui,
Kepala Program Studi Keperawatan

(Mega Arianti P., S.Kep., Ns., M.Kep)
NUPTK. 9933767668237032

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi Oleh:

Nama	: Eva Maulida
NIM	: 202202069
Program Studi	: Keperawatan
Judul	: PENGARUH PEMBERIAN *BLACK GARLIC* (BAWANG HITAM TUNGGAL) TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI DESA DOLOPO KABUPATEN MADIUN

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Proposal Skripsi dan dinyatakan telah memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)

Pada Tanggal: 12 Februari 2026

Dewan Penguji

Ketua : Priyoto, S.Kep., Ns., M.Kes
NUPTK. 0357760661130283 :.....

Penguji I : Adhin Al Kasanah, S.Kep., Ns., M.Kep
NUPTK. 4646769670230262 :.....

Penguji II : Riska Ratnawati, S.KM., M.Kes
NUPTK. 6643756657230142 :.....

Mengesahkan,
Stikes Bhakti Husada Mulia Madiun
Ketua,

Dr. Retno Widiarni, S.KM., M.Kes
NUPTK. 7860759660230162

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Eva Maulida

NIM : 202202069

Judul : Pengaruh Pemberian *Black Garlic* (Bawang Hitam Tunggal) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Desa Dolopo Kabupaten Madiun

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil pekerjaan saya sendiri dan di dalamnya tidak terdapat karya yang pernah diajukan dalam memperoleh gelar Sarjana disuatu perguruan tinggi dan lembaga pendidikan lainnya. Pengetahuan yang diperoleh dari hasil penerbitan baik yang sudah maupun yang belum / tidak dipublikasikan, sumbernya dijelaskan dalam tulisan dan daftar pustaka.

Madiun, 12 Februari 2026



Eva Maulida

NIM. 202202068

MOTTO

“ Tidak sempurna, tapi selesai”

“Belajarlah untuk menerima dirimu apa adanya, tanpa harus selalu merasa kurang. Hargai setiap proses yang sedang kamu jalani, karena tidak semua hal harus sempurna untuk bisa berarti. Kamu sudah berusaha sejauh ini, dan itu patut diapresiasi. Percayalah bahwa setiap langkah kecil tetap membawa kemajuan. Teruslah berjuang untuk dirimu sendiri dan jangan lupa mengucapkan Alhamdulillah di setiap pencapaianmu”

-Eva Maulida-

PERSEMBAHAN

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas segala nikmat yang senantiasa telah diberikan ke dalam hidup saya. Shalawat serta salam terlimpahkan pada Nabi Muhammad SAW. Alhamdulillah skripsi ini dapat saya selesaikan secara tepat waktu dan saya persembahkan sebagai bukti cinta, kasih sayang, dan terima kasih kepada orang-orang yang berharga dalam hidup saya. Untuk karya yang sederhana ini, maka penulis persembahkan untuk:

1. Orangtua saya, terutama ibu saya, yang tanpa lelah selalu memberikan doa, kasih sayang, dan bimbingan. Ibu, setiap pengorbanan, motivasi, dan perhatian yang ibu curahkan menjadi kekuatan yang tak tergantikan. Tanpa kesabaran, cinta, dan keyakinan ibu, penulis tidak akan mampu menapaki perjalanan ini hingga akhir. Skripsi ini merupakan bukti kecil dari rasa syukur dan terima kasih saya, meski tidak akan pernah cukup untuk membalas semua pengorbanan ibu.
2. Teman-teman saya**,** yang telah membantu baik secara moral maupun praktis. Kehadiran, motivasi, dan kerja sama mereka sangat berarti dalam meringankan beban dan menyemangati saya selama proses penelitian dan penulisan.
3. Dan terakhir, penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada diri sendiri**,** yang telah bertahan menghadapi segala rasa lelah, kecewa, takut dan air mata. Terima kasih karena tidak menyerah, tetap melangkah meski jalan terasa berat, dan terus berusaha menjadi lebih baik setiap hari. Skripsi ini adalah bukti dari perjuangan, ketekunan, dan kesabaran, meski perjalanan yang ditempuh penuh liku dan penuh pengorbanan. Terima kasih telah menjadi teman bagi diri sendiri, yang selalu menguatkan hati saat dunia terasa sepi dan melelahkan.

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Eva Maulida

Tanggal Lahir : Madiun, 08 Juni 2003

Jenis Kelamin : Perempuan

Agama : Islam

Alamat : Jl. Sidomulyo RT.27/RW.09, Desa Dolopo, Kecamatan Dolopo, Kabupaten Madiun.

Email : maulidae441@gmail.com

Riawayat Pendidikan :

1. Tahun 2010 – 2010 : SDN 01 DOLOPO
2. Tahun 2016 – 2019 : SMPN 1 GEGER
3. Tahun 2019 – 2022 : SMAN 1 GEGER
4. Tahun 2022 - Sekarang : STIKes Bhakti Husada Mulia Madiun

Program Studi Keperawatan
Stikes Bhakti Husada Mulia Madiun
2026

ABSTRAK

PENGARUH PEMBERIAN *BLACK GARLIC* (BAWANG HITAM TUNGGAL) TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAHPADA LANSIA PENDERITA HIPERTENSI DI DESA DOLOPO KABUPATEN MADIUN

Eva Maulida

Hipertensi adalah peningkatan tekanan darah sistolik ≥140 mmHg dan diastolik ≥90 mmHg yang dapat menimbulkan komplikasi seperti stroke, gagal jantung, dan gangguan ginjal. Salah satu terapi nonfarmakologis untuk menurunkan tekanan darah adalah pemberian Black Garlic (bawang hitam tunggal). Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh Black Garlic terhadap penurunan tekanan darah pada lansia hipertensi di Desa Dolopo, Kabupaten Madiun. Jenis penelitian ini *quasi-experimental* dengan desain *Two Group Pretest-Posttest Design with Control Group*. Sampel terdiri dari 36 responden, terbagi menjadi 18 pada kelompok perlakuan dan 18 pada kelompok kontrol. Kelompok perlakuan diberikan Black Garlic 6 g/hari selama 7 hari, sedangkan kelompok kontrol tidak diberikan intervensi. Hasil *paired t-test* menunjukkan penurunan tekanan darah signifikan pada kelompok perlakuan ($p < 0,001$) dan tidak signifikan pada kelompok kontrol ($p = 0,855$ untuk sistolik; $p = 0,130$ untuk diastolik). Hasil *independent t-test* menunjukkan perbedaan signifikan antara kedua kelompok ($p = 0,005$ untuk sistolik; $p < 0,001$ untuk diastolik). Kesimpulannya, pemberian Black Garlic 6 g/hari selama 7 hari efektif menurunkan tekanan darah pada lansia hipertensi dan dapat menjadi alternatif terapi nonfarmakologis yang aman.

Kata Kunci : Hipertensi, Lansia, Black Garlic, Tekanan Darah

Nursing Study Program
Stikes Bhakti Husada Mulia Madiun
2026

ABSTRACT

THE EFFECT OF BLACK GARLIC (SINGLE BLACK GARLIC) ON BLOOD PRESSURE REDUCTION IN ELDERLY PATIENTS WITH HYPERTENSION IN DOLOPO VILLAGE, MADIUN REGENCY

Eva Maulida

Hypertension is an increase in systolic blood pressure ≥140 mmHg and diastolic blood pressure ≥90 mmHg, which can lead to complications such as stroke, heart failure, and kidney disorders. One non-pharmacological therapy to reduce blood pressure is the administration of Black Garlic (single black garlic). This study aimed to determine the effect of Black Garlic on blood pressure reduction in elderly hypertensive patients in Dolopo Village, Madiun Regency. This study used a quasi-experimental design with a Two Group Pretest-Posttest Design with Control Group. The sample consisted of 36 respondents, divided into 18 in the treatment group and 18 in the control group. The treatment group received Black Garlic 6 g/day for 7 days, while the control group received no intervention. Paired t-test results showed a significant decrease in blood pressure in the treatment group ($p < 0.001$) and a non-significant change in the control group ($p = 0.855$ for systolic; $p = 0.130$ for diastolic). Independent t-test results indicated a significant difference between the two groups ($p = 0.005$ for systolic; $p < 0.001$ for diastolic). In conclusion, administration of Black Garlic 6 g/day for 7 days effectively reduces blood pressure in elderly hypertensive patients and can serve as a safe non-pharmacological therapy.

Keywords : Hypertension, Elderly, Black Garlic, Blood Pressure

DAFTAR ISI

SAMPUL DEPAN i
SAMPUL DALAM ii
LEMBAR PERSETUJUAN iii
LEMBAR PENGESAHAN iv
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN v
MOTTO vi
PERSEMBAHAN vii
DAFTAR RIWAYAT HIDUP viii
ABSTRAK ix
DAFTAR ISI xi
DAFTAR TABEL xiii
DAFTAR GAMBAR xiv
DAFTAR LAMPIRAN xv
DAFTAR SINGKATAN DAN ISTILAH xvi
KATA PENGANTAR xvii
BAB I PENDAHULUAN 1
1.1 Latar Belakang 1
1.2 Rumusan Masalah 4
1.3 Tujuan Penelitian 4
1.3.1 Tujuan Umum 4
1.3.2 Tujuan Khusus 4
1.4 Manfaat Penelitian 5
1.4.1 Manfaat Teoritis 5
1.4.2 Manfaat Praktis 5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA 6
2.1 Konsep Hipertensi 6
2.1.1 Definisi Hipertensi 6
2.1.2 Etiologi Hipertensi 6
2.1.3 Klasifikasi Hipertensi 7
2.1.4 Faktor Resiko 8
2.1.5 Manifestasi Klinis 11
2.1.6 Patofisiologi 12
2.1.7 Komplikasi Hipertensi 13
2.1.8 Penatalaksanaan Hipertensi 14
2.2 Konsep Lansia 18
2.2.1 Definisi Lansia 18
2.2.2 Batasan Lansia 19
2.2.3 Tipe Lansia 19
2.2.4 Ciri – Ciri Lansia 20
2.2.5 Teori-Teori Penuaan 21
2.2.6 Perubahan Pada Lansia 22
2.3 Konsep *Black Garlic* 22
2.3.1 Definisi *Black Garlic* 22
2.3.2 Klasifikasi *Black Garlic* 23

2.3.4 Indikasi dan Kontraindikasi *Black Garlic* 25
2.3.5 Kandungan *Black Garlic* 25
2.3.6 Mekanisme Penurunan Tekanan Darah 26
BAB III KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN 28
3.1 Kerangka Konseptual 28
3.2 Hipotesis 29
BAB IV METODE PENELITIAN 30
4.1 Desain Penelitian 30
4.2 Populasi dan Sampel 30
4.2.1 Populasi 30
4.2.2 Sampel 31
4.2.3 Kriteria Sampel 32
4.2.4 Teknik Sampling 33
4.3 Kerangka Kerja Penelitian 34
4.4 Identifikasi Penelitian 34
4.4.1 Variabel Independent 34
4.4.2 Variabel Dependent 35
4.5 Definisi Operasional 36
4.6 Instrumen Penelitian 36
4.7 Waktu dan Tempat Penelitian 37
4.7.1 Tempat Penelitian 37
4.7.2 Waktu Penelitian 37
4.8 Prosedur Pengumpulan Data 37
4.9 Pengolahan Data dan Analisis Data 39
4.9.1 Pengolahan Data 39
4.9.2 Analisis Data 41
4.10 Etika Penelitian 42
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN 44
5.1 Hasil Penelitian 44
5.1.1 Gambaran Umum Dan Lokasi Penelitian 44
5.1.2 Data Umum 45
5.1.3 Data Khusus 48
5.2 Pembahasan 54
5.2.1 Tekanan Darah Sebelum Dilakukan Pemberian Intervensi Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Desa Dolopo Kabupaten Madiun. . 54
5.2.2 Tekanan Darah Sesudah Dilakukan Pemberian Intervensi Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Desa Dolopo Kabupaten Madiun .. 55
5.2.3 Analisis Pengaruh Pemberian Bawang Hitam Tunggal *(Black Garlic)* Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Desa Dolopo Kabupaten Madiun. 60
BAB V1 KESIMPULAN DAN SARAN 62
6.1 Kesimpulan 62
6.2 Saran 62
DAFTAR PUSTAKA 64
LAMPIRAN 66

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Klasifikasi Hipertensi (WHO 2019) 8
Tabel 2. 2 Kandungan nutrisi (gizi) dalam setiap 100 gram *Black Garlic* (HSD Indonesia 2024)..... 26
Tabel 4.1 Pengaruh Pemberian *Black Garlic* Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi di Desa Dolopo Kabupaten Madiun 36
Tabel 5. 1 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia..... 45
Tabel 5. 2 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin 45
Tabel 5. 3 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Genetik..... 46
Tabel 5. 4 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Kebiasaan Merokok 46
Tabel 5. 5 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Kebiasaan Olahraga 47
Tabel 5. 6 Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan IMT..... 47
Tabel 5. 7 Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Kelompok Perlakuan Sebelum Dilakukan Pemberian Bawang Hitam Tunggal (*Black Garlic*) 48
Tabel 5. 8 Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Kelompok Kontrol Tanpa Pemberian Intervensi..... 48
Tabel 5. 9 Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Sesudah Dilakukan Pemberian Bawang Hitam Tunggal (*Black Garlic*) 49
Tabel 5. 10 Tekanan Darah Sistolik dan Diastolik Kelompok Kontrol Tanpa Pemberian Intervensi..... 50
Tabel 5. 11 Hasil Uji Normalitas (Uji Shapiro-Wilk) Pada Kelompok Perlakuan Dan Kelompok Kontrol..... 50
Tabel 5. 12 Hasil Uji *Paired t-test* Pada Kelompok Perlakuan..... 51
Tabel 5. 13 Hasil Uji *Paired t-test* Pada Kelompok Kontrol 52
Tabel 5. 14 Hasil Uji *Independent t-test* Perbedaan Pengaruh Tekanan Darah Sistole Terhadap Pemberian Bawang Hitam Tunggal (*Black Garlic*) 53
Tabel 5. 15 Hasil Uji *Independent t-test* Perbedaan Pengaruh Tekanan Darah Diastole Terhadap Pemberian Bawang Hitam Tunggal (*Black Garlic*) 53

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Bawang Hitam Tunggal (Aaswad Impex Official 2025) 22
Gambar 3.1 Kerangka Konsep Pengaruh Pemberian *Black Garlic* Terhadap Penurunan Tekanan Darah 28
Gambar 4.1 Desain Penelitian Quasi Experimental 30
Gambar 4.2 Kerangka Kerja penelitian Pengaruh Pemberian *Black Garlic* Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi di Desa Dolopo Kabupaten Madiun 34

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin Pengambilan Data Awal 67
Lampiran 2 Surat Balasan Pengambilan Data Awal BAKESBANGPOL 68
Lampiran 3 Lembar Permohonan Menjadi Responden 69
Lampiran 4 Lembar Persetujuan Menjadi Responden 70
Lampiran 5 SOP Pemberian Black Garlic (Bawang Hitam Tunggal) 71
Lampiran 6 SOP Pengukuran Tekanan Darah 72
Lampiran 7 Lembar Kuesioner 73
Lampiran 8 Tabulasi Data Responden (Kelompok Perlakuan)..... 74
Lampiran 9 Tabulasi Data Responden (Kelompok Kontrol) 75
Lampiran 10 Lembar Observasi Tekanan Darah Responden (Kelompok Perlakuan) 76
Lampiran 11 Lembar Observasi Tekanan Darah Responden (Kelompok Kontrol) 77
Lampiran 12 IMT Pada Kelompok Perlakuan 78
Lampiran 13 IMT Pada Kelompok Kontrol..... 79
Lampiran 14 Lembar Observasi Responden Pada Kelompok Intervensi Selama Pemberian Black Garlic 80
Lampiran 15 Distribusi Frekuensi Dan Presentase Kelompok Perlakuan Dan Kelompok Kontrol 81
Lampiran 16 Hasi Uji Normalitas (Shapiro Wilk)..... 83
Lampiran 17 Hasil Uji *Paired t-test*..... 87
Lampiran 18 Hasil Uji Independent t-test..... 89
Lampiran 19 Dokumentasi Penelitian..... 91

DAFTAR SINGKATAN DAN ISTILAH

DAFTAR SINGKATAN

BAKESBANGPOL	: Badan Kesatuan Bangsa dan Politik
DEPKES	: Departemen Kesehatan
IMT	: Indeks Massa Tubuh
mmHg	: milimeter air raksa
NACL	: Natrium Klorida
RISKESDAS	: Riset Kesehatan Dasar
SOP	: Standar Operasional Prosedur
STIKES	: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan
ACEI	: *Angiotensin Converting Enzyme Inhibitor*
ADH	: *Antidiuretic Hormone*
ARB	: *Angiotensin Receptor Blocker*
DASH	: *Dietary Approaches to Stop Hypertension*
NO	: *Nitric oxide*
SAC	: *S-allyl Cysteine*
SPSS	: *Statistical Package for the Social Sciences*
WHO	: *World Health Organization*

DAFTAR ISTILAH

Mean	: Rata-Rata
Median	: Nilai Tengah
Black Garlic	: Bawang Hitam
E-commerce	: Perdagangan Elektronik
Entry	: Memasukkan Data
Cleaning	: Pengecekan Kembali
Coding	: Pemberian Kode
Informed Consent	: Lembar Persetujuan
long life disease	: Penyakit Jangka Panjang
The Silent Killer	: Pembunuh Diam-Diam

KATA PENGANTAR

Puji syukur dan terimakasih kehadirat Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul "Pemberian *Black Garlic* (Bawang Hitam Tunggal) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi di Desa Dolopo, Kabupaten Madiun". Shalawat serta salam semoga selalu tercurahkan kehadirat Baginda Rasulullah Muhammad SAW beserta segenap keluarga dan sahabat. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Keperawatan.

Dalam penyelesaian skripsi ini tentunya tidak lepas dari partisipasi serta dukungan dari berbagai pihak, untuk itu pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih dan rasa hormat yang setulusnya kepada semua pihak yang telah membantu penulis. Tidak lupa pula penulis ucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Sayekti selaku kepala Desa Dolopo yang telah mmberikan izin untuk melakukan penelitian di Desa Dolopo.
2. Ibu Dr. Retno Widiarini, S.KM., M.Kes selaku Ketua STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun yang telah memberikan izin dalam pembuatan surat izin pengambilan data awal penelitian.
3. Ibu Mega Arianti, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Ketua Prodi S1 Keperawatan.
4. Bapak Priyoto, S.Kep., Ns., M.Kes selaku ketua dewan penguji.
5. Ibu Adhin Al Kasanah, S.Kep., Ns., M.Kep selaku dosen pembimbing 1 yang telah bersedia meluangkan waktu untuk memberikan pengarahan dan saran dalam proses penyusunan skripsi ini.

6. Ibu Riska Ratnawati, S.KM., M.Kes selaku dosen pembimbing 2 yang telah bersedia meluangkan waktu untuk memberikan pengarahan dan saran dalam proses penyusunan skripsi ini.
7. Orang tua dan keluarga yang selalu memberikan dukungan semangat serta doa selama penyusunan skripsi.
8. Teman - teman penulis yang selalu menjadi teman bertukar pikiran, tempat berkeluh kesah, dan menjadi *support system* penulis dalam proses penyusunan skripsi ini. Terima kasih atas waktu, doa dan seluruh hal baik yang diberikan kepada penulis selama ini.
9. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah memberikan bantuan dan dukungan dalam penyelesaian skripsi.

Penulis menyadari bahwa di dalam penyusunan skripsi ini terdapat banyak kekurangan mengingat terbatasnya pengalaman dan pengetahuan penulis. Sehingga penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun demi penyempurnaan skripsi ini. Akhir kata, penulis berharap agar laporan ini bisa memberikan manfaat bagi berbagai pihak.

.

Madiun, 05 Juli 2025

Eva Maulida
NIM. 202202269