



JOURNAL OF Qualitative Health Research  
& Case Studies Reports

ISSN 2798-4095 (Print)

ISSN 2798-4192 (Online)

DOI: 10.56922



#### INFORMASI ARTIKEL

Received: December, 14, 2024

Revised: December, 24, 2024

Available online: December, 25, 2024

at : <https://e-jurnal.iphorr.com/index.php/qlt>

## **Perbedaan efektifitas pemberian teh hijau dan bawang hitam (*garlic*) terhadap kadar gula darah pasien DM**

**Ade Tika Herawati\*, Sri Mulyati Rahayu, Anggi Jamiyanti**

Universitas Bhakti Kencana

Korespondensi penulis: Ade Tika Herawati. \*Email : [ade.tika@bku.ac.id](mailto:ade.tika@bku.ac.id)

### **Abstract**

**Background:** Increased blood sugar levels due to impaired glucose absorption due to insulin deficiency or reduced cell sensitivity to glucose absorption are the main symptoms in DM patients. The fluctuating increase and decrease in blood sugar depends on several factors, one of which is food consumption. Various efforts are made to reduce blood sugar levels, such as adjusting diet, exercising, doing physical activity, consuming anti-DM drugs, and controlling blood sugar regularly. Diet management is done by reducing the amount of sweet foods, carbohydrates, or foods high in glucose. Apart from that, consuming food or herbal medicines such as consuming green tea and consuming black onions (Garlic) can reduce the blood sugar levels of DM patients.

**Purpose:** To determine the effectiveness of giving green tea and black garlic in reducing blood sugar levels in DM patients.

**Method:** This research was a Quasi-experimental with a control group which was carried out on two groups, namely model A group which was given green tea and model B group which was given black onions regularly for 1 month. Participants in this study were DM patients in the working area of the Panyileukan Community Health Center who were actively prolant. The intervention of giving green tea was carried out twice a day in the morning and evening, while the intervention was giving 2 cloves of black onion twice a day for 1 month. Data analysis using SPSS with Paired T-Test.

**Results:** The average blood sugar level in model A group before giving green tea was 125.7 mg/dl and in model B group given black onion (Garlic) was 155.1 mg/dl. After being given the intervention, blood sugar levels decreased, in model A group the average blood sugar level was 118.3 mg/dl and in model B group it was 131.4 mg/dl. Based on the results of the analysis carried out on the two groups, it was found that blood sugar levels decreased. The average reduction in model A group was 7.4 mg/dl and in model B group was 23.7.

**Conclusion:** Giving green tea and black garlic can reduce blood sugar levels in DM patients. However, of the two interventions, giving black garlic was more effective in reducing blood sugar levels in DM patients than giving green tea.

**Suggestion:** DM sufferers are advised to consume black garlic as an additional alternative to lower blood sugar levels.

Perbedaan efektifitas pemberian teh hijau dan bawang hitam (*garlic*) terhadap kadar gula darah pasien DM

**Keywords: Black Garlic; Blood Sugar Levels; Green Tea.**

**Pendahuluan:** Peningkatan kadar Gula darah akibat terganggunya penyerapan glukosa akibat kekurangan insulin atau berkurangnya kepekaan sel terhadap penyerapan glukosa merupakan gejala utama pada pasien DM. Peningkatan dan penurunan gula darah secara fluktuatif tergantung dari beberapa faktor, salah satunya adalah konsumsi makanan. Berbagai Upaya dilakukan untuk menurunkan kadar gula darah tersebut seperti pengaturan diet, olahraga, melakukan aktivitas fisik, konsumsi obat-obatan anti DM, dan kontrol gula darah secara rutin. Pengaturan diet dilakukan dengan mengurangi jumlah makanan manis, karbohidrat, atau makanan tinggi glukosa. Selain itu, mengkonsumsi makanan atau obat-obatan herbal seperti mengkonsumsi teh hijau dan mengkonsumsi bawang hitam (*Garlic*) dalam mengurangi kadar gula darah pasien DM.

**Tujuan:** Untuk mengetahui efektifitas pemberian teh hijau dan bawang hitam dalam penurunan kadar gula darah pasien DM.

**Metode:** Penelitian ini adalah Quasi eksperimen dengan grup kontrol yang dilakukan pada dua kelompok yaitu kelompok model A dengan pemberian teh hijau dan kelompok model B pemberian bawang hitam secara teratur selama 1 bulan. Partisipan pada penelitian ini adalah pasien DM yang berada di wilayah kerja Puskesmas Panyileukan yang aktif prolans. Intervensi pemberian teh hijau dilakukan 2x sehari pagi dan sore hari, sedangkan intervensi pemberian bawang hitam 2x sehari sebanyak 2 siung selama 1 bulan. Analisa data menggunakan SPSS dengan pengujian Paired T-Test.

**Hasil:** Rata-rata kadar gula darah pada kelompok model A sebelum dilakukan pemberian teh hijau adalah 125.7 mg/dl dan pada kelompok model B yang diberikan bawang hitam (*Garlic*) adalah 155.1 mg/dl. Setelah diberikan intervensi terjadi penurunan kadar gula darah, kelompok model A rata-rata kadar gula darah sebesar 118.3 mg/dl dan pada Kelompok model B adalah 131.4 mg/dl. Berdasarkan hasil analisis yang dilakukan pada kedua kelompok didapatkan penurunan kadar gula darah. Rata-rata penurunan pada kelompok model A sebesar 7.4 mg/dl dan pada kelompok model B sebesar 23.7.

**Simpulan:** Pemberian teh hijau dan bawang hitam dapat menurunkan kadar gula darah pasien DM. Namun dari kedua intervensi tersebut, pemberian bawang hitam lebih efektif menurunkan kadar gula darah pada pasien DM dari pada pemberian teh hijau.

**Saran:** Penderita DM disarankan untuk mengkonsumsi bawang hitam sebagai alternatif tambahan untuk menurunkan kadar gula darah.

**Kata Kunci : Kadar Gula Darah; Teh Hijau; Bawang Hitam.**

## PENDAHULUAN

Angka kejadian diabetes melitus (DM) masih cukup tinggi di masyarakat, salah satunya di Puskesmas Panyileukan. Masalah utama yang muncul pada pasien DM adalah peningkatan kadar gula darah. Berbagai Upaya dilakukan untuk mengatasi masalah tersebut seperti pembentukan prolans, pemberian pendidikan kesehatan tentang penyakit tidak menular seperti DM,

pemeriksaan rutin kesehatan, pemeriksaan kadar gula darah, dan senam DM.

Upaya penurunan kadar gula darah dapat dilakukan oleh individu, seperti mengkonsumsi teh hijau, rebusan daun salam, mengkonsumsi bawang hitam, dan bawang putih. Terapi ini banyak dilakukan oleh penderita DM untuk menurunkan kadar gula darah. Berdasarkan penelitian

**Ade Tika Herawati\*, Sri Mulyati Rahayu, Anggi Jamiyanti**

Universitas Bhakti Kencana

Korespondensi penulis: Ade Tika Herawati. \*Email: ade.tika@bku.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v4i2.471>

Perbedaan efektifitas pemberian teh hijau dan bawang hitam (*garlic*) terhadap kadar gula darah pasien DM

sebelumnya yang menemukan hasil bahwa terjadi penurunan rata-rata kadar gula sebelum intervensi sebesar 193.52 mg/dl menjadi 151.03 mg/dl (Herawati, & Vitniawati, 2024). Selain itu penelitian lainnya mengatakan Kombinasi ekstrak etanol mesokarp semangka dan bawang putih menghasilkan efek menurunkan glukosa darah (Damayanti, Kusuma, & Febrina, 2023).

Konsumsi teh hijau juga berpengaruh terhadap kadar gula darah, kadar gula darah puasa dan kadar HbA1c (Setyawan & Masnina, 2018). Bawang putih dapat menurunkan kadar gula darah dengan mengonsumsi secara teratur 2 siung / 1.5 gr/hari selama 2 minggu. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa terdapat penurunan kadar glukosa darah sebelum dan sesudah diberikan ekstrak bawang hitam dengan rata rata penurunan sebesar 89 mg/dl pada nilai tertinggi dan 47 mg/dl pada penurunan kadar gula darah rendah (Heryandi, Susanti, Samsuni, & Marlina, 2022).

Pemberian herbal lainnya yang terbukti menurunkan kadar gula darah adalah pemberian berbagai macam bawang seperti bawang dayak, bawang hitam, dan bawang putih. Kandungan bawang putih yang dapat menurunkan tekanan darah disebut zat sulfoxide. Kandungan Allicin dalam bawang putih meningkatkan sensitivitas insulin dengan membantu sel menyerap glukosa dengan lebih efektif.

Penelitian terdahulu menemukan hasil P-value 0.004, artinya terdapat perbedaan bermakna kadar gula darah pasien DM yang diberikan bawang dayak dengan yang tidak diberikan (Setyawan & Masnina, 2018).

## METODE

Metode yang dipakai dalam penelitian ini adalah Quasi eksperimen with control group. Penelitian dilakukan pada pasien

DM yang dibagi dalam 2 kelompok yaitu kelompok pasien DM dengan intervensi konsumsi teh hijau dan kelompok pasien dengan intervensi mengonsumsi bawang hitam. Partisipan pada penelitian ini adalah pasien DM yang berada di wilayah kerja Puskesmas Panyileukan yang aktif prolansis.

Variabel independen dalam penelitian ini adalah penurunan kadar gula darah pasien, sedangkan variabel dependen adalah pemberian teh hijau dan bawang hitam. Penelitian ini dilakukan oleh 3 peneliti dari Dosen Fakultas keperawatan, 2 orang mahasiswa, 1 orang petugas Puskesmas yang bertanggung jawab dan kegiatan PTM : Prolansis dan 1 orang petugas Laboratorium dari Prodia yang bekerjasama dengan Puskesmas Panyileukan. Penelitian ini dilakukan sebagai lanjutan penelitian yang telah dilakukan pada tahun 2023-2024 dengan Judul Pengaruh pemberian teh hijau terhadap Kadar Gula Darah pada pasien DM di Puskesmas panyileukan.

Sampel dalam penelitian ini berjumlah 24 responden yang terbagi menjadi dua kelompok, kelompok teh hijau berjumlah 10 partisipan dan 14 partisipan kelompok bawang hitam. Adapun kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah pasien yang mengidap DM >1 tahun, mengonsumsi obat-obatan anti DM sesuai advis dokter, dan pasien yang berusia >35 tahun. Sedangkan kriteria eksklusi adalah pasien yang menderita Gastritis, sensitif terhadap pemberian teh hijau atau bawang hitam, dan mempunyai penyakit penyerta. Alat yang digunakan pada penelitian ini adalah Glukometer untuk mengukur kadar Gula Darah Puasa Pasien. Sedangkan bahan yang digunakan adalah Reagen (dari laboratorium Prodia).

Intervensi dilakukan untuk mengetahui efektifitas intervensi yang lebih efektif dalam menurunkan kadar gula darah. Intervensi dilakukan selama 1 bulan.

**Ade Tika Herawati\*, Sri Mulyati Rahayu, Anggi Jamiyanti**

Universitas Bhakti Kencana

Korespondensi penulis: Ade Tika Herawati. \*Email: ade.tika@bku.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v4i2.471>

Perbedaan efektifitas pemberian teh hijau dan bawang hitam (*garlic*) terhadap kadar gula darah pasien DM

Prosedur penelitian dilakukan dengan memberikan informed consent kepada partisipan. Setelah mendapatkan informed consent, kedua kelompok partisipan melakukan pengecekan kadar gula darah puasa untuk mengetahui kadar gula darah pasien sebelum mendapatkan intervensi. Setelah pemberian intervensi selama 1 bulan, dilakukan kembali pengecekan kadar gula darah puasa.

Intervensi pemberian teh hijau dilakukan 2x sehari pagi dan sore hari, sedangkan intervensi pemberian bawang

hitam 2x sehari sebanyak 2 siung selama 1 bulan (Yuli, Pangestu, & Setyawan, 2020).

Analisis data menggunakan SPSS dengan pengujian Paired T-Test dan dibandingkan mana yang lebih efektif dari kedua perlakuan tersebut dengan melihat mana yang lebih besar menurunkan kadar Gula Darah puasa Responden.

Penelitian ini sudah lolos kode etik penelitian dari Dinas Kesehatan Kota Bandung dengan No. 18209.KEPK/UBK/VIII/2024.

## HASIL

**Tabel 1. Data Distribusi Frekuensi Partisipan N=24)**

| Variabel                                      | Hasil                       |                             |
|-----------------------------------------------|-----------------------------|-----------------------------|
|                                               | Kelompok Teh Hijau          | Kelompok Bawang Hitam       |
| <b>Umur (n/%) (Mean±SD) (Rentang) (Tahun)</b> | <b>(63.1±4.012) (55-70)</b> | <b>(64.1±4.763) (55-70)</b> |
| 55-60                                         | 2/20.0                      | 2/14.3                      |
| 61-65                                         | 6/60.0                      | 8/57.1                      |
| 66-70                                         | 2/20.0                      | 3/21.4                      |
| >70                                           | 0/0.0                       | 1/7.1                       |
| <b>Jenis Kelamin (n/%)</b>                    |                             |                             |
| Laki-Laki                                     | 7/70.0                      | 3/21.4                      |
| Perempuan                                     | 3/30.0                      | 11/79.6                     |
| <b>Lama Mengidap DM (n/%)</b>                 |                             |                             |
| <1 tahun                                      | 0/0.0                       | 0/0.0                       |
| >1 Tahun                                      | 10/100.0                    | 14/100.0                    |

Tabel 1. menunjukkan data karakteristik partisipan kelompok teh hijau memiliki usia rata-rata 63.1 dan standar deviasi 4.012, sedangkan kelompok bawang hitam memiliki usia rata-rata 64.1 dan standar deviasi 4.763 dengan rentang usia 55-70 tahun. Mayoritas partisipan berumur 61-65 pada kelompok teh hijau sebanyak 6 (60%) dan partisipan kelompok bawang hitam sebanyak 8 (57.1%). Partisipan kelompok teh hijau rata-rata berjenis kelamin laki-laki sebanyak 7 (70%), sedangkan kelompok bawang hitam adalah perempuan sebanyak 11 (79.6%). Kedua kelompok intervensi mengidap penyakit DM selama >1 Tahun.

**Ade Tika Herawati\*, Sri Mulyati Rahayu, Anggi Jamiyanti**

Universitas Bhakti Kencana

Korespondensi penulis: Ade Tika Herawati. \*Email: ade.tika@bku.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v4i2.471>

Perbedaan efektifitas pemberian teh hijau dan bawang hitam (*garlic*) terhadap kadar gula darah pasien DM

**Tabel 2. Kadar Gula Darah Pre-Post Test (N=24)**

| Variabel                | Kelompok                                      |         |                                                  |         |
|-------------------------|-----------------------------------------------|---------|--------------------------------------------------|---------|
|                         | Intervensi Teh Hijau<br>(n=10)<br>(Mean ± SD) | p-value | Intervensi Bawang Hitam<br>(n=14)<br>(Mean ± SD) | p-value |
| <b>Kadar Gula Darah</b> |                                               |         |                                                  |         |
| Pre-test                | 125.7±40.19                                   | 0.000   | 155.1±56.9                                       | 0.000   |
| Post-test               | 118.3±35.30                                   |         | 131.4±30.2                                       |         |

Tabel 2. menunjukkan bahwa pemberian teh hijau sebagai model A dan bawang hitam sebagai model B dapat mengurangi kadar gula darah. Kelompok intervensi model A menunjukkan kadar gula darah dari rata-rata 125.7 saat pre-test menjadi 118.3 ketika post-test. Kelompok intervensi model B menunjukkan perbedaan kadar gula darah sebelum dan setelah pemberian bawang hitam. Rata-rata kadar gula darah pre-test sebesar 155.1 menjadi 131.4 ketika post-test. Hasil uji hipotesis menunjukkan nilai signifikan pada model A dan B sebesar 0.000.= yang artinya terdapat keefektifan konsumsi teh hijau dan bawang hitam dalam menurunkan kadar gula darah.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pemeriksaan kadar gula darah pada kelompok model A (intervensi pemberian teh hijau) sebelum diberikan intervensi rata-rata kadar gula darah puasa didapatkan 125.7 mg/dl dan setelah diberikan intervensi menjadi 118.3 mg/dl. Pemberian teh hijau secara rutin terbukti menurunkan kadar gula darah. Rata-rata penurunan kadar gula darah pada partisipan setelah diberikan teh hijau menurun sebanyak 7.4 mg/dl.

Kandungan senyawa bioaktifnya seperti Katein dalam teh hijau efektif menurunkan kadar gula darah melalui penyerapan Glukosa di usus. Kadar Epigallocatechin (EGCG) menghambat enzim-enzim seperti alfa Glukosidase sehingga glukosa lebih

lambat masuk kedalam aliran darah. ECGC juga meningkatkan sensitivitas insulin sehingga membantu menurunkan kadar gula darah dan meningkatkan kontrol glikemia.

Teh hijau juga mengurangi produksi Glukosa pada hati dan meningkatkan pembakaran lemak. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian dari sebelumnya yang berjudul mengatakan bahwa kandungan polifenol sebagai antioksidan akan menurunkan radikal bebas, menghambat oksidasi kolesterol, dan menurunkan glukosa Darah (Meiwati, Novitasari, & Maryoto, 2021). Kandungan teh hijau yang disebut dengan kafein dan riboflavin membantu proses oksidasi sel sehingga meningkatkan metabolisme tubuh dan meningkatkan sensitivitas terhadap insulin.

Peningkatan kadar Glukosa darah disebabkan 3 faktor utama yaitu adanya gangguan pada pankreas dapat berupa penurunan sensitivitas terhadap kadar Glukosa darah/sekresi insulin yang abnormal, adanya peningkatan Glukosa produk hati karena peningkatan Glukoneogenesis, dan karena stimulasi Glukagon-katekolamin serta adanya resistensi insulin pada jaringan perifer yang berakibat gangguan transportasi dan metabolisme Glukosa.

Kandungan senyawa lain dalam teh hijau yaitu flavonoid. Sifat flavonoid sebagai antioksidan akan menghambat proses oksidasi lipid. Flavonoid akan menghambat atau menginhibisi aktivitas

**Ade Tika Herawati\*, Sri Mulyati Rahayu, Anggi Jamiyanti**

Universitas Bhakti Kencana

Korespondensi penulis: Ade Tika Herawati. \*Email: ade.tika@bku.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v4i2.471>

Perbedaan efektivitas pemberian teh hijau dan bawang hitam (*garlic*) terhadap kadar gula darah pasien DM

enzim kunci dalam proses lipogenesis yaitu enzim HMG-KoA reduktase. Hambatan pada enzim ini akan menghentikan proses pembentukan Kolesterol sehingga sintesis kolesterol menurun (Meiwati et al., 2021).

Penurunan kadar gula darah juga dapat dilakukan dengan mengonsumsi bawang hitam (*Garlic*). Hasil penelitian didapatkan kadar Gula darah sebelum diberikan intervensi sebesar 155.1 mg/dl dan setelah intervensi kadar gula darah sebesar 131.4 mg/dl. Kadar Gula Darah Puasa pada responden yang mengonsumsi *Garlic* mengalami penurunan kadar gula darah sebesar 23.71 mg/dl. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa pemberian bawang hitam dapat menurunkan Kadar Gula Darah pada Pasien DM (Yuli et al., 2020).

Bawang Hitam adalah bawang putih yang dilakukan fermentasi. Proses fermentasi ini meningkatkan senyawa aktif dalam bawang hitam yaitu Allicin, S-Allyl Cystein (SAC), Dialil Sulfida (DAS), dan Tanin (Yuli et al., 2020). Senyawa-senyawa tersebut berperan dalam menurunkan kadar gula darah pada pasien Diabetes mellitus. Tiga mekanisme bawang hitam dalam menurunkan kadar gula darah adalah meningkatkan sensitivitas insulin, menurunkan resistensi insulin, dan mengurangi stress oksidatif dan peradangan.

Antioksidan ini melindungi sel beta pankreas yang berfungsi memproduksi insulin dari kerusakan radikal bebas. Proses fermentasi menjadi bawang hitam meningkatkan senyawa-senyawa tersebut dari kadar yang terkandung dalam bawang putih sebelumnya. Berdasarkan hasil penelitian, penurunan kadar gula darah pada partisipan dengan intervensi teh hijau sebesar 7.4 mg/dl, sedangkan pada partisipan kelompok model 2 dengan intervensi bawang hitam (*Garlic*) mencapai 23.7 mg/dl.

Penurunan kadar gula darah pada kelompok yang menerima intervensi bawang hitam lebih besar dibandingkan dengan kelompok yang menerima intervensi teh hijau, dengan perbedaan sebesar 16.31 mg/dl. Penelitian terkini menunjukkan bahwa kandungan senyawa aktif dalam bawang hitam, seperti flavonoid dan polifenol memiliki potensi antioksidan yang lebih kuat dalam mengurangi kadar gula darah dibandingkan dengan zat yang terdapat dalam teh hijau (Chang, Lin, & Wu, 2023).

Hal ini sejalan dengan studi sebelumnya yang menunjukkan bahwa ekstrak bawang hitam memiliki aktivitas antioksidan yang lebih tinggi dan mampu mengurangi kadar glukosa darah lebih efektif dibandingkan dengan senyawa dalam teh hijau (Herlina, Lindriati, Sulistyani, Yunus, & Soekarno, 2019). Berat molekul yang tinggi pada bawang hitam menghambat alfa amilase dan alfa glukosidase yang berperan dalam menghambat kenaikan kadar glukosa setelah makan. Senyawa antioksidan dalam bawang hitam berperan penting dalam meningkatkan efektivitas penurunan kadar gula darah dibandingkan dengan zat yang terdapat dalam teh hijau.

## SIMPULAN

Pemberian teh hijau dan pemberian bawang hitam terbukti menurunkan kadar gula darah puasa. Pemberian teh hijau terbukti menurunkan kadar gula darah sebesar 7.4 mg/dl dan pemberian bawang hitam terbukti menurunkan kadar gula darah sebesar 23.7 mg/dl. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa pemberian bawang hitam lebih efektif dalam menurunkan kadar gula darah dibandingkan dengan pemberian teh hijau dengan selisih rata-rata penurunan kadar gula darah sebesar 16.31 mg/dl.

**Ade Tika Herawati\*, Sri Mulyati Rahayu, Anggi Jamiyanti**

Universitas Bhakti Kencana

Korespondensi penulis: Ade Tika Herawati. \*Email: ade.tika@bku.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v4i2.471>

Perbedaan efektivitas pemberian teh hijau dan bawang hitam (*garlic*) terhadap kadar gula darah pasien DM

## SARAN

Penderita DM disarankan untuk mengonsumsi bawang hitam secara teratur sebagai alternatif tambahan untuk menurunkan kadar gula darah.

## DAFTAR PUSTAKA

- Chang, W. C., Lin, W. C., & Wu, S. C. (2023). Optimization of the black garlic processing method and development of black garlic jam using high-pressure processing. *Foods*, 12(8), 1584.
- Damayanti, A., Kusuma, I. Y., & Febrina, D. (2023). Kombinasi Ekstrak Etanol Mesokarp Semangka (*Citrullus lanatus* (Thunb.)) dan Bawang Putih (*Allium sativum* L.) terhadap Kadar Glukosa Darah dengan Metode GOD-PAP pada Tikus Diabetes. *Pharmacy Genius*, 2(1), 60-73.
- Herawati, A. T., & Vitniawati, V. (2024). Effect of green tea consumption among patients with type 2 diabetes mellitus at the community health center. *Malahayati International Journal of Nursing and Health Science*, 7(2), 137-141.
- Herlina, H., Lindriati, T., Sulistyani, S., Yunus, M., & Soekarno, S. (2019). Effect of duration and temperature of fermentation on black garlic properties. *Advance Journal of Food Science and Technology*, 17(5), 86-93.
- Heryandi, R., Susanti, F., Samsuni, S., & Marlina, T. (2023). Asuhan Keperawatan Keluarga Ibu M dengan Pemberian Bawang Hitam pada Penyakit Diabetes Melitus di Wilayah RT 008 RW 003 Kelurahan Bambu Apus Kecamatan Cipayung Jakarta Timur. *Jurnal Studi Multidisiplin Ilmu*, 1(3), 101-110.
- Meiwati, I., Novitasari, D., & Maryoto, M. (2021). Pengaruh Konsumsi Seduhan Teh Hijau (*Camellia sinensis*) terhadap Kadar Glukosa Darah dan Kolesterol Penderita Diabetes Melitus. In *Seminar Nasional Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat* (pp. 961-967).
- Setyawan, A. B., & Masnina, R. (2018). Efektivitas teh bawang dayak untuk menurunkan kadar gula darah pasien diabetes mellitus tipe 2. *Strada Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 7(2), 7-13.
- Yuli, T., Pangestu, I., & Setyawan, A. B. (2020). Pengaruh Pemberian Black Garlic terhadap Perubahan Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe II di Wilayah Kerja PUSKESMAS Segiri Samarinda. *Borneo Studies and Research*, 1(3), 2229-2234.

**Ade Tika Herawati\*, Sri Mulyati Rahayu, Anggi Jamiyanti**

Universitas Bhakti Kencana

Korespondensi penulis: Ade Tika Herawati. \*Email: ade.tika@bku.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v4i2.471>