

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Terdapat 55,5% jurnal penelitian yang menunjukkan adanya pengaruh signifikan dari konsumsi bawang putih terhadap kadar gula darah, sementara 44,5% jurnal penelitian menyatakan hasil yang tidak signifikan.
2. Penurunan kadar gula darah yang signifikan atau tidak signifikan tergantung pada ragam sediaan, pabrik farmasi pembuatnya, dosis dan lama pemberian yang diperlukan pada pemberian setiap sediaan.
3. Menurut studi literatur, sediaan bawang putih *black garlic* (fermentasi) memiliki potensi lebih tinggi untuk menurunkan kadar gula darah karena mengandung *S-allyl cysteine* 4-8 kali lipat yang lebih tinggi sehingga dapat lebih kuat mencegah stress oksidatif, dan mengandung flavonoid yang berperan dalam inhibisi absorpsi glukosa serta peningkatan sekresi dan sensitivitas insulin.
4. Berdasarkan studi literatur, kandungan bahan aktif dalam bawang putih yang berkhasiat untuk menurunkan kadar gula darah adalah *allicin*, *diallyl disulfide* (DADS), *S-allyl cysteine* (SAC), flavonoid dan tanin.

B. Saran

1. Penelitian tentang pengaruh konsumsi bawang putih terhadap penurunan kadar gula darah pada penderita diabetes melitus tipe 2 perlu terus dilakukan dengan variasi dosis, lama pemberian, jenis sediaan yang beragam, dan efek samping yang paling mungkin terjadi sehingga dapat ditemukan cara penggunaan bawang putih yang paling efektif

untuk menurunkan kadar gula darah.

2. Perlu penelitian lebih lanjut secara eksperimental dan di bidang biomolekuler, misalnya penelitian dengan menggunakan tikus untuk mengetahui bagaimana mekanisme bawang putih dalam menurunkan kadar gula darah pada tikus, apakah peran bawang putih ini dengan melalui pengaruhnya pada kerja pankreas atau pada hal-hal lain yang mempengaruhi produksi hormon insulin.