

# **PENGARUH JUS BUAH NAGA MERAH TERHADAP PENURUNAN KADAR GULA DARAH PADA PENDERITA DIABETES MELLITUS DI DUKUH TUREN, NGENEMPLAK, KALIKOTES**

Andrian Kurniawan<sup>1</sup>, Supardi<sup>2</sup>, Fitri Suciana<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Mahasiswa Prodi S1 Keperawatan

<sup>2</sup>Dosen Prodi S1 Keperawatan

## **Abstrak**

Diabetes mellitus merupakan sekelompok kelainan heterogen yang ditandai oleh kenaikan kadar glukosa dalam darah atau hiperglikemia. Pasien diabetes diharuskan untuk mengatur pola makan dengan memperbanyak konsumsi buah, sayur, protein dari biji-bijian, serta makanan rendah kalori dan lemak. Salah satu buah yang dapat di jadikan sebagai terapi jus adalah buah naga merah (*Hylocesreus*) yang memiliki keunggulan yaitu kaya serat, kalsium megnesium, kalium dan natrium. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh jus buah naga merah terhadap kadar gula darah pada penderita diabetes melitus.

Jenis penelitian *pre-eksperimental* dengan pendekatan *the one-group pretest-posttest design (before and after)* dengan menggunakan kelompok control sebagai pembanding. Sampel sebanyak 32 penderita diabetes mellitus yang terbagi dalam 2 kelompok. Teknik sampel menggunakan *purposive sampling*. Instrument penelitian ini adalah lembar observasi. Uji statistic menggunakan Independent *T-test* dan terdapat perubahan kadar gula darah sebelum dan sesudah diberikan jus buah naga merah terhadap penurunan kadar gula darah pada penderita diabetes mellitus kelompok intervensi (*p value* 0,000) dan kelompok kontrol (*p value* 0,000). Kesimpulan penelitian ini adalah ada pengaruh jus buah naga merah terhadap penurunan kadar gula darah pada penderita diabetes melitus.

**Kata kunci:** jus buah naga merah, penurunan kadar gula darah, diabetes melitus

THE INFLUENCE OF RED DRAGON FRUIT JUICE ON REDUCING BLOOD  
SUGAR LEVELS IN PEOPLE WITH DIABETIC IN THE  
HAMLET TUREN NGEMPLAK KALIKOTES

Andrian Kurniawan<sup>1</sup>, Supardi<sup>2</sup>, Fitri Suciana<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Mahasiswa Prodi S1 Keperawatan

<sup>2</sup>Dosen Prodi S1 Keperawatan

**Abstract**

Diabetes mellitus is a group of heterogeneous disorders characterized by an increase in blood glucose levels or hyperglycemia. Diabetic patients are required to regulate their diet by increasing consumption of fruit, vegetables, protein from whole grains, as well as low-calorie and fat food. One fruit that can be used as a juice therapy is red dragon fruit (*Hylocesreus*) which has advantages is rich in fiber, calcium, magnesium, potassium and sodium. This study aims to determine the influence of red dragon fruit juice on blood sugar levels in people with diabetic.

Type of *pre-eksperimental* research with the *one-group pretest-posttest design* (*before and after* ) approach using a control group as a comparison. A sample of 32 diabetic who were divided into 2 groups. The sample technique uses *purposive sampling*. The research instrument is an observation sheet. Statistical tests using *independents T-test* and there are changes in blood sugar levels before and after being given red dragon fruit juice to reduce blood sugar levels in people with diabetic, the intervention group (p value 0,000) and the control group (p value 0,000). The conclusion of this study is that there is an influence of red dragon fruit juice on reducing blood sugar levels in people with diabetic.

Keyword: red dragon fruit juice, decrease in blood sugar levels. Diabetic.