



PENDEKATAN KEPADA LANSIA DENGAN PENGARUH PEMBERIAN JUS BUAH NAGA MERAH KEPADA PENDERITA DIABETES MELITUS DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS MENTARAU KOTA BATAM

Oleh

Trisya Yona Febrina¹, Didi Yunaspi², Dewi Parsita Sentiani³, Nisa Nur Qomariah⁴,
Khanza Aqila⁵, Alya Fazirah⁶

^{1,2,3,4,5,6}Institut Kesehatan Mitra Bunda

E-mail: ¹trisayayonaa@gmail.com

Article History:

Received: 28-05-2023

Revised: 17-06-2023

Accepted: 24-06-2023

Keywords:

Lansia, Diabetes Melitus,
Buah Naga Merah

Abstract: *Diabetes melitus adalah suatu penyakit yang disebabkan oleh peningkatan kadar gula dalam darah (hiperglikemi) akibat kekurangan hormon insulin yang relatif jumlahnya cukup atau sedikit. Buah naga merah memiliki kandungan menghambat penyerapan glukosa di GLUT 2 dan menyebabkan transporter mayor glukosa pada usus menurun sehingga menyebabkan kadar glukosa dalam darah turun dan dapat mencegah terjadinya diabetes melitus. Tujuan pengabdian masyarakat ini untuk mengetahui pengaruh jus buah naga merah terhadap kadar glukosa darah pada lansia Penderita diabetes melitus di Puskesmas Mentarau Kota Batam kepada 30 orang lansia. Hasilnya didapatkan rata-rata kadar gula dalam darah lansia Diabetes Melitus sebelum diberikan Jus buah naga merah adalah 250mg/dl dan kadar gula darah terendah 100mg/dl dan tertinggi 280mg/dl. Dan rata-rata gula dalam darah lansia Diabetes Melitus Setelah diberikan Jus buah naga merah adalah 125mg/dl dan kadar gula darah terendah 100mg/dl dan tertinggi 150 mg/dl. Terdapat perbedaan yang signifikan kadar gula dalam darah pada lansia Diabetes Melitus Di Puskesmas Mentarau Kota Batam. Kesimpulan: pemberian Jus buah naga merah dapat menurunkan kadar gula dalam darah pada lansia Diabetes Melitus di Puskesmas Mentarau Kota Batam.*

PENDAHULUAN

Diabetes melitus (DM) merupakan suatu kelompok penyakit metabolik dengan karakteristik hiperglikemia yang terjadi karena kelainan sekresi insulin, kerja insulin atau keduanya (PERKENI, 2021). Diabetes melitus adalah suatu penyakit yang disebabkan oleh karena peningkatan kadar gula dalam darah (*hiperglikemi*) akibat kekurangan hormon insulin sama sekali sedangkan relatif jumlahnya cukup atau memang sedikit tinggi atau daya kerjanya kurang. Hormon insulin dibuat dalam pankreas (Manurung, 2018).

Diabetes Melitus adalah penyakit menahun (kronis) berupa gangguan metabolik yang di tandai dengan kadar gula darah yang melebihi batas normal. Nilai batas normal Diabetes Melitus dengan kriteria glukosa darah puasa adalah <100mg/dl dan Glukosa Plasma 2 jam setelah TTGO <140mg/dl ((Kemenkes RI, 2020). Berdasarkan hasil laporan Riset Kesehatan



Dasar (RISKESDAS) tahun 2018 oleh Departemen Kesehatan, terjadi peningkatan prevalensi Diabetes Melitus yaitu menjadi 10,9%. *International Diabetes Federation* (IDF) pada tahun 2019 menempatkan Indonesia sebagai negara peringkat ke - 6 dalam jumlah penderita Diabetes Melitus yang mencapai 10,3 juta. Prediksi dari IDF menyatakan akan terjadi peningkatan jumlah pasien Diabetes Melitus dari 10, 7 juta pada tahun 2019 menjadi 13,7 juta pada tahun 2030 (PERKENI, 2021).

International Diabetes Federation (IDF) memperkirakan terdapat 463 juta orang pada usia 20-79 tahun di Dunia menderita Diabetes Melitus pada tahun 2019 atau setara dengan angka prevalensi sebesar 9,3% dari total penduduk pada usia yang sama. Berdasarkan jenis kelamin, IDF memperkirakan prevalensi Diabetes Melitus di tahun 2019 yaitu 9% pada perempuan dan 9,65% pada laki - laki. Prevalensi Diabetes Melitus diperkirakan meningkat seiring penambahan umur penduduk menjadi 19,9% atau 111,2 juta orang pada usia 65-79 tahun. Angka di prediksi terus meningkat hingga mencapai 578 juta di tahun 2030 dan 700 juta di tahun 2045 (Kemenkes RI, 2020).

Hasil Riskesdas tahun 2018, permasalahan kesehatan pada usia produktif tentang penyakit tidak menular dari tahun 2013 ke tahun 2018 di Kepulauan Riau Diabetes Melitus meningkat dari 1,5% menjadi 2% (Dinkes Kepulauan Riau, 2021). Berdasarkan data laporan program pelayanan kesehatan lanjut usia terdapat 5 penyakit terbesar di Kota Batam yaitu hipertensi, kolestrol tinggi, Diabetes Melitus, asam urat tinggi dan gangguan ginjal. Diabetes Melitus berada di peringkat ke-3 dengan jumlah 2.818 orang pada lansia usia >60 tahun dan berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kota Batam di Puskesmas Sei Langkai terdapat 1.281 lansia terkena penyakit Diabetes Melitus (Dinkes Kota Batam, 2021). Dampak dari diabetes melitus tidak terkontrol akan menimbulkan komplikasi termasuk serangan jantung dan stroke, infeksi kaki yang berat (menyebabkan gangren, dapat mengakibatkan amputasi), gagal ginjal stadium akhir dan disfungsi seksual.

Upaya yang dilakukan dalam pengobatan berupa terapi komplementer diabetes melitus adalah dengan pemanfaatan Buah Naga Merah (*Hylocereus*) yang memiliki keunggulan yaitu kaya serat, kalsium, magnesium, kalium dan natrium. Divisi Nutrisi Fakultas Kedokteran Malaysia (2011) menyimpulkan pemberian buah naga 200-300 g/hari mampu menurunkan kadar glukosa darah, trigliserida dan kolesterol penderita Diabetes Melitus Tipe II. Hasil penelitian Wiardani (2014), menyimpulkan bahwa pemberian jus 200 g buah naga selama 10 hari menurunkan kadar glukosa DM sebesar 43,1 mg/dl.

METODE

Metode ini digunakan untuk menyampaikan informasi melalui konseling atau penyuluhan





HASIL

Setelah dilakukan penyuluhan di Wilayah Kerja Puskesmas Mentarau Kota Batam kepada lansia tentang Pemberian Jus Buah Naga Merah dan lansia menerapkan terapi yg telah di berikan pada saat penyuluhan di dapatkan hasil diabetes melitus pada lansia membaik dengan kadar gula darah awal rata rata sebelum diberikan Jus buah naga merah adalah 250mg/dl dan kadar gula darah terendah 100mg/dl dan tertinggi 280mg/dl. Dan rata-rata gula dalam darah lansia Diabetes Melitus Setelah diberikan Jus buah naga merah adalah 125mg/dl dan kadar gula darah terendah 100mg/dl dan tertinggi 150 mg/dl. Terdapat perbedaan yang signifikan kadar gula dalam darah pada lansia Diabetes Melitus Di Puskesmas Mentarau Kota Batam. Kesimpulan: pemberian Jus buah naga merah dapat menurunkan kadar gula dalam darah pada lansia Diabetes Melitus di Puskesmas Mentarau Kota Batam.

KESIMPULAN

1. Kadar gula dalam darah lansia Diabetes Melitus sebelum diberikan Jus buah naga merah di Wilayah Kerja Puskesmas Mentarau Kota dapatkan kadar gula darah lansia Diabetes Melitus rendah 100mg/dl dan tertinggi 280 mg/dl dengan rata-rata gula darah 250mg/dl
2. Kadar gula dalam darah lansia Diabetes Melitus setelah diberikan Jus buah naga merah di Wilayah Kerja Puskesmas Mentarau Kota dapatkan kadar gula darah lansia Diabetes Melitus rendah 100mg/dl dan tertinggi 150 mg/dl dengan rata-rata gula darah 125mg/dl
3. Terdapat perbedaan kadar gula dalam darah lansia Diabetes Melitus Sebelum dan setelah diberikan Jus buah naga merah di Wilayah Kerja puskesmas Mentarau Kota Batam.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat INSTITUT KESEHATAN MITRA BUNDA KOTA BATAM, yang telah memberi dukungan moral dan dana terhadap program pengabdian masyarakat ini.

DAFTAR REFERENSI

- [1] Dinkes Kepulauan Riau. (2021). Dinas Kesehatan Provinsi Kepulauan Riau. *Profil Kesehatan Provinsi Kepulauan Riau, Satker 03*, 138.
- [2] Dinkes Kota Batam. (2021). *Laporan Morbiditas Lansia To Prop_Batam*.
- [3] Kemenkes RI. (2020). *Tetap Produktif, Cegah Dan Atasi Diabetes Mellitus*. In pusat data dan informasi kementerian kesehatan RI.
- [4] Manurung, N. (2018). *Keperawatan Medikal Bedah Konsep Mind mapping Dan NANDA NIC NOC*. Trans Info Medika.
- [5] PERKENI. (2021). *Pedoman Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 Dewasa di Indonesia 2021*. Global Initiative for Asthma, 46. www.ginasthma.org.



HALAMAN INI SENGAJA DIKOSONGKAN