

**STUDI KASUS**  
**PENERAPAN REBUSAN BUAH PARE TERHADAP PENURUNAN GULA DARAH PADA**  
**PENDERITA DIBETES MILITUS DI WONOSALAM**

**Dwi Candra Mardiana<sup>1)</sup>, Tri Hartiti<sup>2)</sup>**

Program Studi DIII Keperawatan Fakultas Ilmu Keperawatan dan Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Semarang, Jl.Kedungmundu Raya No.18 kedungmundu, Tembalang,  
Kota Semarang, Jawa Tengah 50273  
Email: [dwicandra12@gmail.com](mailto:dwicandra12@gmail.com)

**ABSTRAK**

**Latar Belakang :** *Diabetes Melitus* (DM) adalah salah satu jenis penyakit *degenerative* yang mengalami peningkatan setiap tahun di negara-negara seluruh dunia. Menurut *Internasional of Diabetic Ferderation* (IDF, 2015) tingkat prevalensi global penderita DM pada tahun 2014 sebesar 8,3% dari keseluruhan penduduk di dunia dan mengalami peningkatan pada tahun 2014 menjadi 387 juta kasus. Indonesia merupakan negara menempati urutan ke 7 dengan penderita DM sejumlah 8,5 juta penderita setelah Cina, India dan Amerika Serikat, Brazil, Rusia, Mexico.. *Hiperglikemia* atau kenaikan kadar gula darah, adalah efek yang tidak terkontrol dari diabetes dan dalam waktu panjang dapat terjadi kerusakan yang serius pada beberapa sistem tubuh, khususnya pada pembuluh darah jantung (penyakit jantung koroner), mata (dapat terjadi kebutaan), ginjal (dapat terjadi gagal ginjal), syaraf (dapat terjadi stroke) (WHO, 2011). Adapun cara pencegahan komplikasi pada penderita DM yaitu melakukan kontrol kadar gula darah, periksa rutin gula darah, konsumsi obat *hipoglikemi*, latihan fisik ringan dan patuh dalam diit rendah kalori (Arisman, 2011). **Tujuan:** untuk menurunkan kadar gula darah pada pasien *Diabetes Melitus*. **Metode:** Desain yang digunakan dalam penulisan studi kasus ini adalah descriptive study. **Hasil:** terdapat perubahan yang signifikan antara sebelum dan sesudah dilakukan rebusan buah pare dengan hasil kadar gula darah Tn. K dari 259 mg/dl menjadi 179 mg/dl, Tn. M dari 269 mg/dl menjadi 189 mg/dl. **Kesimpulan:** rebusan pare terbukti dapat menurunkan kadar gula darah pada pasien *Diabetes Melitus*.

**Kata Kunci :** *Diabetes Melitus*, Penurunan Kadar Gula Darah, Rebusan Pare

**ABSTRACT**

**Background:** Diabetes mellitus (DM) is a type of degenerative disease that has increased every year in countries around the world. According to the International of Diabetic Ferderation (IDF, 2015) the global prevalence rate of DM patients in 2014 was 8.3% of the total population in the world and experienced an increase in 2014 to 387 million cases. Indonesia is the seventh country with DM patients with 8.5 million sufferers after China, India and the United States, Brazil, Russia, Mexico. Hyperglycemia or an increase in blood sugar levels, is an uncontrolled effect of diabetes and in a long time can serious damage occurs in some body systems, especially in the heart blood vessels (coronary heart disease), eyes (blindness can occur), kidney (kidney failure can occur), nerve (stroke can occur) (WHO, 2011). The way to prevent complications in patients with diabetes is to control blood sugar levels, regular blood sugar checks, hypoglycemia drug consumption, mild physical exercise and compliance with low-calorie diit (Arisman, 2011). **Objective:** to reduce blood sugar levels in patients with Diabetes Mellitus. **Method:** The design used in the writing of this case study is a descriptive study. **Result:** there was a significant change between before and after the decoction of bitter melon fruit with the results of blood sugar levels Mr. K from 259 mg / dl to 179 mg / dl, Mr. M from 269 mg / dl to 189 mg / dl. **Conclusion:** bitter melon is proven to reduce blood sugar levels in Diabetes Mellitus patients.

**Keywords:** Diabetes Melitus, Decreased Blood Sugar Levels, Pare Decoction