

# **PENERAPAN BUAH APEL *ROME BEAUTY* TERHADAP PENURUNAN KADAR GULA DARAH PADA PENDERITA DIABETES MELLITUS**

Sulis Stiyani, Endah Sri Wahyuni, Hermawati

[Sstiyani12@gmail.com](mailto:Sstiyani12@gmail.com)

STIKES 'AISYIYAH SURAKARTA

## **ABSTRAK**

**Latar Belakang:** Diabetes Mellitus (DM) adalah penyakit kronis yang disebabkan oleh tingginya kadar gula darah yang disertai dengan kelainan metabolik. Normalnya, gula darah dikontrol oleh insulin, suatu hormon yang dihasilkan oleh pankreas, yang memungkinkan sel untuk menyerap gula di dalam darah. Akan tetapi, pada diabetes terjadi defisiensi insulin yang disebabkan oleh kurangnya sekresi insulin dan hambatan kerja insulin pada reseptornya. Salah satu terapi non farmakologi untuk menurunkan kadar glukosa darah adalah dengan mengkonsumsi buah apel *rome beauty* secara teratur. **Tujuan:** mendeskripsikan hasil penerapan konsumsi buah Apel *Rome beauty* terhadap penurunan kadar gula darah pada penderita Diabetes Mellitus. **Metode:** penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pengukuran kadar glukosa darah sewaktu dan lembar observasi. **Hasil:** setelah dilakukan penerapan konsumsi buah apel *rome beauty* 3 kali sehari selama 7 hari berturut-turut terjadi penurunan kadar gula darah sewaktu pada kedua responden. Penurunan terjadi dari kadar buruk menjadi kadar sedang. Kadar gula darah sewaktu Ny. J terjadi penurunan dari kadar 249 mg/dl menjadi 149 mg/dl, sedangkan Tn. I dari kadar 210 mg/dl menjadi 177 mg/dl. Rata-rata penurunan pada kedua responden adalah 66,5. **Kesimpulan:** adanya penurunan kadar gula darah sewaktu setelah penerapan konsumsi buah apel *rome beauty*.

**Kata kunci :** Diabetes Mellitus, Hiperglikemia, buah apel *rome beauty*