

# BUAH MENGGKUDU UNTUK MENURUNKAN KADAR GULA DARAH PADA PENDERITA DIABETES MELITUS DENGAN MEDIA BOOKLET

DEA PUTRI PURNOMO

Studi Diploma III Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas' Aisyiyah Surakarta  
Email: [putridea654@gmail.com](mailto:putridea654@gmail.com)

---

## INTISARI

**Latar Belakang:** Diabetes Melitus (DM) adalah penyakit metabolisme yang ditandai dengan meningkatnya kadar glukosa darah didalam tubuh yang melebihi batas normal (hiperglikemia). Gejala khas pada penderita diabetes melitus adalah poliuri (banyak kencing), polidipsi (banyak minum), polifagi (banyak makan), berat badan menurun drastis, pandangan kabur. Hiperglikemia pada penderita diabetes melitus dapat ditangani dengan terapi farmakologis dan non-farmakologis. Farmalogi menggunakan obat-obatan sedangkan non-farmakologi dengan berbagai cara salah satunya yaitu dengan sari buah mengkudu. Sari buah mengkudu dapat menurunkan kadar gula darah karena kandungan xeronine dan proxeronine yang meregenerasi sel beta pankreas yang rusak sehingga dapat berfungsi kembali. Sari buah mengkudu dapat diberikan 2 kali dalam sehari yaitu 20-30 menit sebelum sarapan dan 20-30 menit sebelum makan malam sebanyak 200ml. **Metode:** Teknik proses pembuatan sari buah mengkudu untuk menurunkan kadar gula darah dalam bentuk *booklet* yang dapat dipraktikkan sendiri oleh penderita diabetes melitus di rumah. **Hasil:** Salah satu media yang digunakan untuk memberikan informasi adalah *booklet*. Media *booklet* adalah media yang bermanfaat untuk memberikan informasi yang spesifik dan jelas sebagai media alternatif untuk dapat dipelajari setiap saat dan memudahkan masyarakat untuk memahami karena menggunakan desain yang menarik dan menggunakan kalimat yang sederhana serta mudah dipahami. **Kesimpulan:** Media *booklet* sari buah mengkudu dapat menurunkan kadar gula darah pada penderita diabetes melitus. Untuk mendapatkan hasil yang efektif maka lakukan terapi sari buah mengkudu dengan media *booklet* secara rutin.

**Kata Kunci:** Mengkudu, Diabetes Melitus, Gula Darah, *Booklet*