

INTISARI

Latar Belakang : Diabetes melitus merupakan masalah besar yang terus tumbuh di dunia. *International Diabetes Federation* (IDF) melaporkan Indonesia menempati posisi ke-7 sebagai negara dengan populasi diabetes melitus terbanyak di dunia. Kurma merupakan salah satu pilihan dalam perencanaan makanan bagi orang dengan diabetes melitus yang memiliki banyak manfaat contohnya adalah kurma dapat mencegah komplikasi diabetes dan meningkatkan perbaikan keadaan neuropati diabetes pada mencit diabetik. Penelitian ini diperlukan untuk mengetahui pengaruh kurma *Ajwa* terhadap kadar gula darah penderita diabetes melitus tipe-2 dan orang sehat.

Metode : Penelitian ini menggunakan *pre-experimental design* dengan pendekatan *One – Group pretest-posttest Design* yang mengambil sampel sejumlah 16 responden untuk kelompok perlakuan satu sebagai kelompok penderita diabetes melitus tipe-2 dan sejumlah 19 responden untuk kelompok perlakuan dua sebagai kelompok orang sehat. Kedua kelompok dilakukan tes gula darah puasa terlebih dahulu, kemudian masing-masing responden dilakukan intervensi dengan memakan kurma *Ajwa* seberat 41 gram. Dua jam setelah intervensi, dilakukan tes gula darah *post-prandial*.

Hasil : Hasil analisis uji *Paired Sample T-Test* pada kelompok perlakuan satu diperoleh rerata *pretest* $196,88 \pm 49,49$ dan rerata *posttest* $269,06 \pm 82,48$ ($p=0,001$). Sedangkan uji *Wilcoxon* pada kelompok perlakuan dua diperoleh rerata *pretest* $95,53 \pm 7,66$ dan rerata *posttest* $92,74 \pm 17,01$ ($p=0,449$).

Kesimpulan : Terdapat perbedaan signifikan berupa peningkatan gula darah pada kelompok penderita diabetes melitus tipe-2 dan tidak terdapat perbedaan signifikan pada kelompok orang sehat.

Kata Kunci : Diabetes Melitus Tipe 2, Kurma *Ajwa*, Gula Darah

ABSTRACT

Background : *Diabetes mellitus is a major problem that continues grow in the world. International Diabetes Federation (IDF) reported that Indonesia placed the seventh position as the country with high population of diabetes mellitus in the world. Ajwa date is one of the choice as meal planning for people diabetes mellitus that have many benefit such as can prevent diabetes mellitus from it's complication and improve the state of neuropathy diabetic in mice with diabetes mellitus. This study is required to determine the effect of Ajwa date on blood glucose levels in people with type-2 diabetes mellitus and healthy people.*

Methods : *This research use pre-experimental design with one – group pretest-posttest design which takes 16 respondents in the first group as group with diabetic people and 19 respondents in the second group as group with healthy people. Each group do the fasting blood glucose test before intervention. After that, each respondent eat 41 grams of Ajwa dates. After two hours, each group do the post-prandial blood glucose test.*

Result : *The result of Paired sample T-Test in the first group show pretest mean $196,88 \pm 49,49$ and posttest mean $269,06 \pm 82,48$ ($p=0,001$). While in the second group, Wilcoxon test show pretest mean $95,53 \pm 7,66$ and posttest mean $92,74 \pm 17,01$ ($p=0,449$).*

Conclusion : *There is significant difference in the type-2 diabetic group that show the increase of blood glucose and there is no significant difference in the healthy group.*

Keywords : *Type 2 Diabetes Mellitus, Ajwa Date, Blood Glucose*