

**FAKULTAS KEPERAWATAN**

**UNIVERSITAS ANDALAS**

**Juli 2014**

**Nama : Suci Fourina**

**Bp : 1010322015**

**Pengaruh Pemberian Sayuran Gambas (*Luffa cylindrica*)  
Terhadap Penurunan Gula Darah Pada Prediabetes  
Di Wilayah Kerja Puskesmas Pauh**

**ABSTRAK**

Prediabetes adalah subjek yang mempunyai kadar glukosa plasma tinggi akan tetapi peningkatannya masih belum mencapai nilai minimal untuk kriteria diagnosis diabetes melitus dimana kadar gula darah puasa berada diantara 100-125mg/dl, dan kadar gula darah 2 jam setelah pembebanan 75 gr glukosa pada Tes Toleransi Glukosa Oral (TTGO) adalah 140-199 mg/dl. Diabetes melitus dapat dicegah dan ditunda dengan deteksi dini dan pengelolaan yang baik terhadap mereka yang menderita prediabetes dan mempunyai faktor resiko diabetes melitus. Penurunan berat badan dengan mengubah gaya hidup efektif dalam mencegah diabetes, tetapi sulit untuk dipertahankan oleh karena itu diperlukan intervensi non farmakologis termasuk tanaman herbal yang efektif dan aman digunakan. Salah satu terapi komplementer yang efektif digunakan yaitu gambas (*Luffa cylindrica*) yang memiliki berbagai kandungan, salah satunya yaitu sebagai antihiperqlikemi sehingga kadar gula darah pada prediabetes dapat turun. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian gambas (*Luffa cylindrica*) terhadap gula darah prediabetes. Desain penelitian yang digunakan adalah *quasy- eksperiment design* dengan menggunakan pendekatan *non equivalent control group design*. Teknik pengambilan sampel dengan *purposive sampling* dengan 30 orang Prediabetes di Wilayah Kerja Puskesmas Pauh. Hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh pemberian 100 gram sayuran gambas (*Luffa cylindrica*) terhadap gula darah pada prediabetes ( $p=0,001$ ). Disarankan untuk menjadikan sayuran gambas sebagai terapi herbal yang efektif untuk penurunan kadar gula darah pada prediabetes.

Kata kunci : Prediabetes, Kadar gula darah, sayuran gambas

Daftar pustaka : 43(2005-2014)

**FACULTY OF NURSING**

**ANDALAS UNIVERSITY**

**July, 2014**

**Name : Suci Fourina**

**Student Number : 1010322015**

*The effect of giving Gambas (*Luffa cylindrica*) on blood glucose of patients  
with Prediabetes within Puskesmas (Health Center) in Pauh, Padang*

#### **ABSTRACT**

*Prediabetes is a subject that has a plasma glucose level will increase but the increase is still not reached the minimum value criteria for the diagnosis of diabetes mellitus in which blood sugar levels are fasting between 100-125mg/dl, and blood sugar levels 2 hours after loading 75 gr glucose on Oral Glucose Tolerance Test (TTGO) is 140-199 mg / dl. Diabetes mellitus can be prevented or delayed with early detection and management of good for those who suffer from pre-diabetes and have a factor the risk of diabetes mellitus. Weight loss by lifestyle change effective in preventing diabetes, but it is difficult to maintain because of the required non-pharmacological interventions including effective herbs and safe to use. One of the effective use of complementary therapies is luffa (*Luffa cylindrica*) which has a wide range of content, one of which is antihiperglikemi so that blood sugar levels in prediabetes can be dropped. The purpose of this study was to determine the effect of squash *Luffa cylindrica* against prediabetes blood sugar. The research design used is Quasy-design experiment using the approach non equivalent control group design. Purposive sampling technique Prediabetes sampling with 30 people in the Work Area Health Center Pauh. result studies showed no effect of giving 100 gram vegetable gambas (*Luffa cylindrica*) on blood glucose in prediabetes ( $p = 0.001$ ). It is recommended to make vegetable squash as an effective herbal therapy to decrease blood sugar levels in prediabetes*

**Keywords : Prediabetes, blood glucose, *Luffa cylindrica* fruit**

**Bibliography : 43(2005-2014)**