

ABSTRACT

EFFECT OF DATE FRUIT 'AJWAH' IN ODD NUMBER AND EVEN NUMBER TO BLOOD GLUCOSE OF NORMAL AND OVERWEIGHT PEOPLE

Nida Khoyrunnisa

3720167281518

Ajwah dates are commonly consumed by the Prophet Muhammad. In the hadith mentions the virtue of consuming Ajwah dates in an odd number of 7 dates. In a study mentions that there are differences in blood glucose levels between normal and obese people. This research was conducted to determine the effect of the date of the dates in the introduction of odd number (7 dates) and even number (6 dates) to blood glucose people with normal nutritional status and overweight.

Sample was taken consecutive sampling, there were 40 respondents. Respondents were required to fast for 12 hours from 20.00 to 08.00. Respondents would be taken fasting blood glucose and then given the date of Ajwa to be consumed. Subsequent intake of blood glucose in the 30 minutes, 60, 90, and postprandial blood glucose (120 minutes). There 4 group was divided in this research group 1 was normal nutritional status consuming of ajwah dates in odd number (7 dates), group 2 was normal nutritional status consuming of ajwah dates in even number (6 dates), group 3 was overweight nutritional status consuming of ajwah dates in odd number (7 dates), and group 4 was overweight nutritional status consuming of ajwah dates in even number (6 dates)

The results mentioned that the average fasting blood glucose level in group 1 is $70.90 \pm 8,77$, in group 2 is $70.70 \pm 10,45$ in group 3 is $76.20 \pm 10,04$ and in group 4 is $74.60 \pm 15,29$ whereas for blood glucose average posprandial in group 1 is $66.50 \pm 13,73$, in group 2 is $76 \pm 13,25$, in group 3 is $69.60 \pm 17,38$ and in group 4 is $72 \pm 9,22$. Conclusions gained that there is no influence of Ajwah dates in the provision of odd number (7 dates) and even number (6 dates) to the blood glucose normal people and overweight because $p = > 0,05$

Key words: Date Fruit 'Ajwah', Fasting Blood Glucose, Postprandial Blood Glucose).

ABSTRAK

PENGARUH PEMBERIAN KURMA AJWAH DALAM JUMLAH GANJIL DAN GENAP TERHADAP KADAR GLUKOSA DARAH STATUS GIZI NORMAL DAN *OVERWEIGHT*

Nida Khoirunnisa
3720167281518

Kurma ajwah yang sering dikonsumsi oleh Nabi Muhammad SAW. Hadist menyebutkan bahwa Rasulullah mengonsumsi kurma dalam jumlah ganjil yaitu sebanyak 7 kurma. Dalam sebuah penelitian disebutkan bahwa ada perbedaan kadar glukosa darah antara orang normal dan *overweight*. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh kurma ajwa dengan konsumsi dalam jumlah ganjil (7 butir) maupun jumlah genap (6 butir) terhadap orang-orang glukosa darah dengan status gizi normal dan *overweight*.

Teknik pengambilan sampel menggunakan consecutive sampling, ada 40 responden. Responden diminta berpuasa selama 12 jam mulai pukul 20.00 hingga 08.00. Responden akan dicek glukosa darah puasanya dan kemudian diberi kurma Ajwa untuk dikonsumsi. Pengambilan glukosa darah berikutnya pada menit ke 30, 60, 90, dan glukosa darah *postprandial* 2 jam setelah makan (menit ke 120). Ada 4 kelompok yang dibagi dalam kelompok penelitian ini 1 adalah status gizi normal yang mengonsumsi kurma dalam jumlah ganjil (7 kurma), kelompok 2 adalah status gizi normal yang mengonsumsi kurma dalam jumlah genap (6 kurma), kelompok 3 adalah status gizi kelebihan berat badan mengonsumsi kurma Ajwah dalam jumlah ganjil (7 kurma), dan kelompok 4 memiliki status gizi kelebihan berat kurma Ajwah dalam jumlah genap (6 kurma)

Hasil penelitian menyebutkan bahwa rata-rata kadar glukosa darah puasa pada kelompok 1 adalah $70,90 \pm 8,77$, pada kelompok 2 adalah $70,70 \pm 10,45$ pada kelompok 3 adalah $76,20 \pm 10,04$ dan pada kelompok 4 adalah $74,60 \pm 15,29$ sedangkan, pada pemeriksaan glukosa darah *postprandial* 2 jam setelah makan pada kelompok 1 adalah $66,50 \pm 13,73$, pada kelompok 2 adalah $76 \pm 13,25$, pada kelompok 3 adalah $69,60 \pm 17,38$ dan pada kelompok 4 adalah $72 \pm 9,22$. Kesimpulannya adalah tidak ada pengaruh kurma ajwah dalam pemberian angka ganjil (7 buah) dan genap (6 buah) terhadap glukosa darah status gizi normal dan *overweight* karena $p \Rightarrow 0,05$

Kata kunci: Kurma Ajwah, Glukosa Darah Puasa, Glukosa Darah *postprandial* 2 jam setelah makan.