

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masalah kesehatan dipengaruhi oleh pola hidup, pola makan, faktor lingkungan kerja dan olah raga. Perubahan gaya hidup seperti pola makan yang tidak seimbang yaitu lebih sering mengkonsumsi makanan siap saji, makanan yang mengandung karbohidrat dan lemak yang berlebihan, makanan yang berkolesterol tinggi, serta kurang mengkonsumsi buah dan sayuran. Perubahan gaya hidup seperti pola hidup dimana aktifitas fisik yang kurang (kurang berolahraga) tidur tidak teratur dan stress. Perubahan gaya hidup ini menyebabkan peningkatan prevalensi penyakit degeneratif, seperti Penyakit Jantung Koroner (PJK), Hipertensi, Diabetes Melitus (DM), intake zat gizi sebuah Pare dan Apel Hijau (Askandar 2004).

Presentase penderita DM terus mengalami peningkatan. Menurut WHO (Tahun 2003), terdapat 150 juta penderita diabetes tipe-2 diseluruh dunia, dan akan meningkat dua kali lipat dalam 25 tahun mendatang. Di Amerika Serikat tahun 1997 terjadi peningkatan dari 878.000 menjadi 1,3 juta kasus Diabetes Melitus yang terdiagnosa (www.suarapembaharuan.com).

Persatuan Diabetes Indonesia (Persadia, 2004), menemukan 2,5 juta orang penderita DM pada tahun 1999 dan terjadi peningkatan 2 kali lipat yaitu menjadi 5 juta orang pada tahun 2003. Sedangkan menurut Hendromartono, di Surabaya ditemukan peningkatan kasus DM dari 1,4 % pada tahun 1990 menjadi sekitar 6 % (75.000) pada tahun 2003 (Nadesul, 2004).

Untuk propinsi Sumatera Utara tahun 2000, kasus baru Diabetes Melitus mencapai 161 kasus dari umur < 1 tahun sampai dengan > 45 tahun dan 16 kasus meninggal dunia. Hingga tahun 2002 telah ditemukan 2.880 penderita Diabetes Melitus (Dinas Kesehatan Propinsi Sumatera Utara, 2003)

Diabetes Melitus adalah perubahan menetap dalam sistem kimiawi tubuh yang mengakibatkan peningkatan kadar gula darah karena kekurangan hormon insulin baik absolute maupun relative. Hormon insulin diproduksi oleh pulau-pulau langerhans di dalam pankreas. Diabetes Melitus menyerang semua golongan usia, laki-laki dan perempuan, dan semua tingkat sosial ekonomi dan Diabetes Melitus type 2 kini telah menjadi epidemi di lebih 130 negara (Almatsier, 2004).

Meskipun banyak kemajuan riset dibidang pengobatan Diabetes Melitus dengan ditemukannya berbagai jenis insulin dan obat oral yang mutakhir, diit masih tetap merupakan yang utama pada penatalaksanaan diabetes, terutama pada Diabetes Melitus tipe 2. Sehubungan dengan penatalaksanaan diit, banyak para pakar dan ahli Diabetes Melitus menganjurkan kembali ke pengobatan alami yaitu dengan banyak mengkonsumsi makanan berserat terutama berasal dari sayuran dan buah-buahan dalam bentuk jus segar (Utami, dkk, 2003).

Menurut riset dan penelitian, sayuran dan buah-buahan mengandung zat antioksidan dan dapat berfungsi merangsang sistem kekebalan tubuh manusia. Buah Pare dan Apel termasuk salah satu sayur dan buah yang mengandung zat anti oksidan dan dapat berfungsi merangsang sistem kekebalan tubuh manusia.

Pare dapat juga mengobati beberapa jenis penyakit, karena Pare mengandung momordisin, momordin, saponin, flavanoid, polifenol (antioxidant kuat), glikosida, cucurbitacin, charantin, asam trikosapat, resin, asam resinat, saponin, vitamin C dan