

IMPLEMENTASI PEMBERIAN BUAH PISANG GEPOK HIJAU PADA KLIEN YANG MENGALAMI DIARE AKIBAT GASTROENTERITIS AKUT DI RUMAH SAKIT DR. M. YASIN KABUPATEN BONE

Arham Rahim

Program Studi Diploma III Keperawatan, Institut Batari Toja Bone

arhamrahim763@gmail.com

Abstract

Acute gastroenteritis is a leading cause of diarrhea that can significantly impact health status. This study aims to evaluate the effectiveness of green flat banana as a non-pharmacological intervention in clients with diarrhea due to acute gastroenteritis. The research applied a case study approach with nursing care implementation. Data were collected through observation, interviews, and documentation during the intervention process. The intervention was conducted over three days with a daily intake of 100-150 grams of green banana. The results showed a reduction in bowel movement frequency, improved stool consistency, and increased intestinal peristalsis activity. It is concluded that green flat banana is effective as a complementary therapy in managing diarrhea caused by acute gastroenteritis.

Keywords: Green flat banana, diarrhea, acute gastroenteritis, nursing intervention

Abstrak

Gastroenteritis akut merupakan salah satu penyebab utama diare yang dapat berdampak serius terhadap kondisi kesehatan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas pemberian buah pisang gepok hijau sebagai intervensi nonfarmakologis pada klien dengan diare akibat gastroenteritis akut. Metode yang digunakan adalah studi kasus dengan pendekatan asuhan keperawatan. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi selama proses implementasi. Intervensi dilakukan selama tiga hari dengan pemberian buah pisang gepok hijau sebanyak 100-150 gram per hari. Hasil menunjukkan adanya penurunan frekuensi buang air besar, perbaikan konsistensi feses, dan peningkatan aktivitas peristaltik usus. Kesimpulan dari penelitian ini adalah pemberian buah pisang gepok hijau efektif sebagai terapi pendamping dalam penatalaksanaan diare akibat gastroenteritis akut.

Kata Kunci: Pisang gepok hijau, diare, gastroenteritis akut, intervensi keperawatan

Article history

Received: Juli 2025

Reviewed: Juli 2025

Published: Juli 2025

Plagiarism checker no 234

Doi : prefix doi :

10.8734/Nutricia.v1i2.365

Copyright : Author

Publish by : Nutricia



This work is licensed under a [creative commons attribution-noncommercial 4.0 international license](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

PENDAHULUAN

Gastroenteritis akut merupakan salah satu masalah kesehatan yang sering terjadi di masyarakat, ditandai dengan inflamasi pada lambung dan usus yang menimbulkan gejala utama berupa diare. Penyakit ini dapat menyerang berbagai kelompok usia dan jika tidak ditangani dengan tepat, dapat menyebabkan dehidrasi berat hingga kematian. Menurut data (WHO, 2024), sekitar 1,7 miliar kasus gastroenteritis terjadi setiap tahun di seluruh dunia. Di Indonesia, Kementerian Kesehatan RI (2023) mencatat lebih dari 3 juta kasus gastroenteritis dalam satu tahun, dengan prevalensi tinggi di Sulawesi Selatan, termasuk Kabupaten Bone yang mencatat angka 27,5%.

Dalam ilmu keperawatan, penatalaksanaan diare akibat gastroenteritis tidak hanya berfokus pada intervensi farmakologis, tetapi juga melibatkan pendekatan nonfarmakologis yang aman dan mudah diterapkan. Salah satu intervensi alternatif yang mulai mendapat perhatian adalah pemberian buah pisang gepok hijau. Buah ini mengandung pektin yang dapat menyerap cairan berlebih di saluran cerna dan membantu memadatkan feses. Selain itu, kandungan probiotiknya berperan dalam menjaga keseimbangan mikrobiota usus. Beberapa penelitian terdahulu menunjukkan bahwa pisang gepok hijau mampu menurunkan frekuensi diare dan mempercepat proses pemulihan tanpa efek samping berarti.

Berdasarkan permasalahan tersebut, perlu dilakukan studi untuk mengkaji efektivitas pemberian buah pisang gepok hijau pada klien yang mengalami diare akibat gastroenteritis akut. Permasalahan dalam penelitian ini dirumuskan sebagai berikut: apakah pemberian buah pisang gepok hijau efektif dalam mengurangi gejala diare pada klien dengan gastroenteritis akut?

Untuk menjawab pertanyaan tersebut, penelitian ini dilakukan dengan tujuan mengevaluasi implementasi pemberian buah pisang gepok hijau dalam menurunkan frekuensi buang air besar, memperbaiki konsistensi feses, dan meningkatkan peristaltik usus pada klien yang mengalami diare akibat gastroenteritis akut. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap praktik keperawatan, khususnya dalam pengembangan intervensi nonfarmakologis yang aman, terjangkau, dan berbasis bukti.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan studi kasus dengan desain deskriptif. Subjek penelitian adalah 1 klien dewasa yang mengalami diare akibat gastroenteritis akut dan dirawat di Rumah Sakit Dr. M. Yasin Kabupaten Bone. Penelitian ini dilaksanakan selama tiga hari, terhitung sejak 05 sampai dengan 08 Mei 2025.

1. Kriteria Inklusi

- a. Responden yang didiagnosis gastroenteritis akut oleh dokter dengan keluhan diare.
 - b. Responden yang mengalami diare akut.
 - c. Kesadaran composmentis.
2. Kriteria Eksklusi
- a. Kondisi umum tidak stabil.
 - b. Tidak kooperatif dan tidak bersedia menjadi responden.

Pengumpulan data dilakukan melalui tiga teknik utama, yaitu:

1. Observasi langsung terhadap kondisi klien.
2. Wawancara terstruktur dengan klien dan keluarga.
3. Studi dokumentasi medis yang meliputi catatan perkembangan, hasil pemeriksaan fisik, serta pengkajian keperawatan harian.

Sumber data terdiri dari data primer dan sekunder. Data primer diperoleh langsung dari klien melalui wawancara dan observasi, sedangkan data sekunder berasal dari rekam medis dan laporan harian keperawatan.

Analisis data dilakukan secara kualitatif dengan pendekatan analisis tematik. Setiap data yang terkumpul diklasifikasikan berdasarkan fokus pengkajian, kemudian dianalisis untuk menilai efektivitas intervensi berupa pemberian buah pisang gepok hijau terhadap gejala diare. Indikator keberhasilan intervensi meliputi penurunan frekuensi buang air besar, perbaikan konsistensi feses, dan normalisasi bising usus. Hasil analisis dibandingkan dengan literatur atau temuan penelitian sebelumnya sebagai bahan pembahasan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pengamatan terhadap klien selama tiga hari intervensi pemberian buah pisang gepok hijau menunjukkan perubahan klinis sebagai berikut:

Tabel 1. Perubahan Klinis Klien setelah Pemberian Buah Pisang Gepok Hijau Selama Tiga Hari

Hari Ke-	Frekuensi BAB (kali/hari)	Konsistensi Feses	Peristaltik Usus
Hari 1	11 x/hari	Cair	39 x /menit
Hari 2	1 x/hari	Gumpalan lembut	32 x /menit
Hari 3	1 x/hari	Gumpalan lembut	23 x /menit

Setelah pemberian buah pisang gepok hijau selama tiga hari berturut-turut yang dilakukan di pagi hari pada jam 09.00 WITA dan sore jam 15.00 WITA sebanyak 100 gram pisang gepok hijau yang sudah dikukus, terjadi perbaikan signifikan pada kondisi klien. Frekuensi buang air besar menurun dari 11 kali sehari menjadi 1 kali per hari. Konsistensi

feses yang sebelumnya cair berubah menjadi lebih padat, dan peristaltik usus menjadi normal. Menurut Ningsih et al (2023) pisang gepok hijau juga mengandung flavonoid dan senyawa fenolik yang memiliki aktivitas antioksidan dan antiinflamasi dan menunjukkan pisang gepok hijau memiliki aktivitas antidiare dan menurut Avitzur et al (2024) mengemukakan intervensi pemberian buah pisang gepok hijau memiliki manfaat dalam membantu meredakan diare pada orang dewasa. Kandungan pektin dan pati resisten di dalamnya berperan dalam menyerap kelebihan cairan di usus, memperbaiki tekstur feses, serta menjaga keseimbangan flora normal saluran cerna. Selain itu, pisang ini mengandung kalium yang berguna untuk mengganti elektrolit tubuh yang hilang akibat diare. Vitamin dan zat antioksidan yang terkandung di dalamnya juga turut mendukung pemulihan lapisan mukosa usus yang teriritasi. Pisang gepok hijau aman dikonsumsi dan mudah dicerna, khususnya bila diolah dengan cara direbus atau dikukus, sehingga dapat digunakan sebagai terapi tambahan yang alami untuk mengatasi diare. Sedangkan menurut Ohiduzzaman et al (2024) tindakan pemberian buah pisang gepok hijau yang dilakukan pada pagi hari dan sore hari selama 3 hari dengan waktu kurang lebih 20 menit setiap sesi dengan sebanyak 100 gram. Hal ini sejalan dengan penelitian Edo et al (2025) pemberian buah pisang gepok hijau dilakukan selama tiga hari berturut-turut dengan frekuensi dua kali sehari. Setiap sesi berlangsung selama kurang lebih 20 menit, dengan berat pisang sebanyak 100 gram. Tujuan pemberian ini adalah untuk mengurangi frekuensi buang air besar, menormalkan peristaltik usus, serta memperbaiki konsistensi feses. Hal ini sejalan dengan penelitian Morales et al (2024) menjelaskan bahwa pemberian buah pisang gepok diberikan selama 3 hari dengan frekuensi 2 kali sehari dengan berat pisang gepok hijau 100 gram.

Menurut Xu et al (2024) mengemukakan bahwa pada hari pertama, penderita gastroenteritis akut umumnya mengalami peningkatan frekuensi buang air besar secara tiba-tiba, yang dapat terjadi lebih dari tiga kali dalam sehari. Bentuk feses mulai berubah menjadi lunak hingga cair, dan tidak jarang disertai lendir. Aktivitas peristaltik usus meningkat, ditandai dengan suara usus yang terdengar lebih aktif atau bergemuruh sebagai respons terhadap iritasi pada saluran pencernaan, memasuki hari kedua, frekuensi buang air besar dan konsistensi feses umumnya tetap tinggi atau bahkan meningkat, dengan kejadian dapat terjadi setiap satu hingga dua jam. Konsistensi feses menjadi semakin encer, dan klien dapat mengalami diare berat. Peristaltik usus biasanya masih menunjukkan aktivitas yang tinggi, meskipun dalam beberapa kasus mulai menunjukkan penurunan, pada hari ketiga, apabila penanganan yang tepat telah diberikan, frekuensi buang air besar cenderung mulai berkurang secara perlahan. Konsistensi feses pun mulai membaik, dari semula cair menjadi lebih lunak.

Aktivitas peristaltik usus secara bertahap kembali normal atau menunjukkan tanda-tanda stabilisasi.

Menurut penelitian Bonik et al (2024) pisang gepok hijau dapat membantu meredakan diare karena mengandung pektin, yakni serat larut air yang berperan dalam menyerap kelebihan cairan di usus serta memperlambat pergerakan isi usus. Selain itu, kandungan tanin dalam pisang ini bersifat astringen sehingga dapat mengurangi pengeluaran cairan dan peradangan pada saluran pencernaan. Berdasarkan hasil penelitian Mahomud et al (2024) pisang gepok hijau efektif untuk membantu mengatasi diare ringan hingga sedang karena mengandung probiotik yang dapat menyeimbangkan mikrobiota usus serta polifenol yang bersifat antioksidan dan antiinflamasi. Pemberian buah pisang gepok hijau diberikan selama 3 hari berturut-turut dengan frekuensi pemberian buah pisang gepok hijau 1 kali dalam sehari, sebanyak 150 gram, dapat mengurangi frekuensi diare.

KESIMPULAN

Pemberian buah pisang gepok hijau terbukti efektif dalam menurunkan frekuensi buang air besar, memperbaiki konsistensi feses, dan menormalkan peristaltik usus pada klien dengan diare akibat gastroenteritis akut. Intervensi ini dapat dijadikan sebagai terapi komplementer dalam praktik keperawatan. Saran ditujukan kepada perawat untuk mempertimbangkan penggunaan terapi nonfarmakologis berbasis pangan lokal dalam manajemen diare, serta kepada institusi pelayanan kesehatan agar mendukung integrasi terapi ini sebagai bagian dari pendekatan keperawatan holistik yang aman, ekonomis, dan mudah diterapkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Avitzur et al. (2024). Diet management in congenital diarrheas and enteropathies - general concepts and disease-specific approach, a narrative review. *American Journal of Clinical Nutrition*, 120(1), 17-33. <https://doi.org/10.1016/j.ajcnut.2024.05.004>
- Bonik et al. (2024). Formulation and evaluation of cereal-based breads fortified with natural prebiotics from green banana, moringa leaves powder and soya powder. *Applied Food Research*, 4(1), 100377. <https://doi.org/10.1016/j.afres.2023.100377>
- Edo et al. (2025). A critical review on the impacts of β -glucans on gut microbiota and human health. *Journal of Nutritional Biochemistry*, 61(May), 101-110. <https://doi.org/10.1016/j.jnutbio.2018.06.010>
- Kementerian Kesehatan RI. (2023). *Profil kesehatan 2023* (M. Farida Sibuea, SKM, MSc.PH; Boga Hardhana, S.Si (ed.)). Jakarta : Kementerian kesehatan republik Indonesia
- Morales et al. (2024). Effects of malnutrition on the immune system and infection and the role of nutritional strategies regarding improvements in children's health status: a literature review. *Nutrients*, 16(1), 1-16. <https://doi.org/10.3390/nu16010001>
- Mahomud, M. S., Islam, M. N., Hossen, D., Wazed, M. A., Yasmin, S., & Sarker, M. S. H. (2024). Innovative probiotic yogurt: Leveraging green banana peel for enhanced quality, functionality, and sensory attributes. *Heliyon*, 10(19), e38781.

<https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e38781>

Ningsih et al. (2023). Pengaruh infusa batang pisang kepok kuning terhadap daya hambat pertumbuhan bakteri escherichia coli secara in vitro. *Jurnal Sains Dan Kesehatan*, 2(2), 44-49. <https://doi.org/10.57151/jsika.v2i2.260>

Ohiduzzaman et al. (2024). Biosynthesis and characterizations of silver nanoparticles by using green banana peel extract: Evaluation of their antibacterial and electrical performances. *Heliyon*, 10(10), e31140. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e31140>

World Health Organization. (2024). Swiss : *World health statistics*. <https://www.who.int/indonesia/about-us>

Xu et al. (2024). Epidemics and diversity of norovirus variants with acute gastroenteritis outbreak in Hongshan District, Wuhan City, China, 2021-2023. *Journal of Infection and Public Health*, 17(9). <https://doi.org/10.1016/j.jiph.2024.102499>