

**GAMBARAN KONSUMSI BERAS MERAH TERHADAP PERUBAHAN
GULA DARAH PADA PENDERITA DIABETES MILLETUS TIPE II :
*LITERATURE REVIEW***

KARYA TULIS ILMIAH



DISUSUN OLEH :

ADE NOVITA SARI

1811102416003

PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN

FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR

2021

**Gambaran Konsumsi Beras Merah Terhadap Perubahan Gula Darah
pada Penderita Diabetes Milletus Tipe II : *Literature Review***

Karya Tulis Ilmiah

Untuk Memenuhi Syarat Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan
Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur



Disusun Oleh :

Ade Novita Sari

1811102416003

Program Studi Diploma III Keperawatan

Fakultas Ilmu Keperawatan

Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

2021

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ade Novita Sari

Nim : 1811102416003

Program Studi : DIII Keperawatan

Judul :

**Gambaran Konsumsi Beras Merah Terhadap Perubahan Gula Darah
Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe II :*Literature Review***

Menyatakan bahwa penelitian yang saya tulis ini benar-benar hasil karya sendiri, bukan merupakan alihan tulisan pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bawah terdapat plagiat dalam penlitian ini maka saya bersedia menerima sanksi sesuai ketentuan perundang-undangan (Pemendiknas no.17 tahun 2010).

Samarinda, 04 Juni 2021

METERAI
TEMPEL
Ade Novita Sari

NIM. 1811102416003

LEMBAR PERSETUJUAN

**GAMBARAN KONSUMSI BERAS MERAH TERHADAP PERUBAHAN
GULA DARAH PADA PENDERITA DIABETES MILLETUS TIPE II
(LITERATURE REVIEW)**

DISUSUN OLEH :

**ADE NOVITA SARI
1811102416003**

Disetujui untuk Diujikan

Pada tanggal

PEMBIMBING



Ns. Ramdhany Ismahmudi, MPH
NIDN : 111087901

Mengetahui

Koordinator Karya Tulis Ilmiah



Ns. Faried Rahman Hidayat S.Kep.M.Kep
NIDN: 1112068002

LEMBAR PENGESAHAN

GAMBARAN KONSUMSI BERAS MERAH TERHADAP PERUBAHAN
GULA DARAH PADA PENDERITA DIABETES MELLITUS TIPE II
LITERATURE REVIEW

DISUSUN OLEH :

ADE NOVITA SARI
1811102416003

Diseminarkan dan diujikan pada tanggal 24 juni 2021

Penguji I



Ns. Arief Budiman S.Kep.M.Kep.

NIDN : 11120988001

penguji II




Ns. Ramdhany Ismahmudi, S.Kep. MPH

NIDN : 111087901



Mengetahui,
Ketua Program Studi D III Keperawatan


Ns. Ramdhany Ismahmudi, S.Kep. MPH
NIDN. 1110087901

MOTTO

“ GAGAL HAL BIASA!
HEBAT KETIKA HARI INI GAGAL , BERPROSESLAH
DAN MEMPERBAIKI MAKA ESOK KAU TEMUKAN KEMENANGAN “

- Ade Novita Sari

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Assalamu'allaikum warahmatullahi wabarakatuh

Alhamdulillah segala puji syukur penulis di panjatkan atas khadiratan Allah SWT. Yang telah memberikan kesehatan kepada penulis, sampai penulis bisa menyelesaikan tugas akhir dengan tuntas tanpa kendala dan kurang apapun, dan berkat rahmat dan hidayahnyalah, karunia serta ridho-Nya tugas akhir ini selesai dengan tepat waktu. Sholawat serta salam tak lupa penulis curahkan kepada junjungan kita Nabi Besar Muhammad SAW, beserta keluarga, sahabat, dan pengikutnya hingga akhir zaman.

Karya tulis ilmiah dengan berjudul “Gambaran Konsumsi Beras Merah Terhadap Perubahan Gula Darah Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe II: *Literature Review*” di susun dengan sebaik-baiknya untuk memenuhi persyaratan menyelesaikan Pendidikan Diploma III Keperawatan di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur tahun 2020/2021.

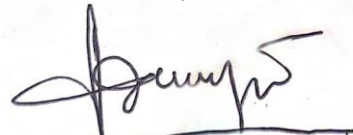
Selama pembuatan karya tulis ilmiah ini penulis banyak memperoleh masukan dan dorongan serta bimbingan, bantuan dan motivasi dari berbagai pihak, oleh karena itu penulis ingin menyampaikan rasa banyak terimakasih sebesar besarnya kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Bambang Setiadji selaku rektor Universitas Muhammadiyah KALTIM
2. Bapak Ns.Ramdhany Ismahmudi.,S.Kep.MPH Selaku ketua program studi D3 Ilmu Keperawatan di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur dan Selaku pembimbing KTI Penulis yang telah menyediakan waktunya untuk memberikan bimbingan serta motivasi yang baik dalam penulisan karya tulis ilmiah.
3. Bapak Ns. Arief Budiman, S.Kep,M.Kep selaku penguji satu penulis yang telah menyediakan waktunya dalam memberikan bimbingan dan pengujian pada KTI kepada penulis.
4. Bapak Ns. Faried Rahman Hidayat, S.Kep.,M.Kes. sekaligus Koordinator Mata ajar Karya Tulis Ilmiah.
5. Ucapan terimakasih kepada kedua orang tua saya yang tercinta penulis mengucapkan rasa syukur dan bangga terhadap Bapak Alauddin Ramzah dan Ibu Susilawati (Almh) yang telah menjadi orang tua terhebat memberikan motivasi dan dukungan secara moril, maupun materil dan kasih sayang serta cinta untuk anaknya.
6. Ucapan terimakasih kepada Kakakku tercinta Aryati Ardila sari.S.sos., dan Briptu Zainal Arifin yang sudah memberikan semangat serta motivasi kepada penulis.
7. Ucapan terimakasih kepada Umy dewi dan Umy Ati tersayang yang sudah memberikan motivasi serta kasih sayang kepada penulis

baik berupa moril dan materil selama penulis mengerjakan tugas akhir ini

8. Terimakasih untuk teman teman seperjuangan penulis oktaria dwi piyana , ety rismayanti, Eny Wahyuni.
9. serta sahabat sahabat penulis yang sudah bersedia membantu saat masa masa sulit, untuk Vera Wati, Wdya Putri, Putri Wulansari.
10. Terimakasih kepada fatner Hidup penulis. Hariyandi, yang sudah siap sedia membantu dengan segala keiklasan saat penulis dalam masa masa sulit mengerjakan tugas akhir ini
11. Terimakasih untuk rekan rekan sejawat kelas 2018 kep-B yang sudah saling support membantu serta Kerjasama yang baik untuk saling bertukar pikiran saat penulis sulit untuk menjabarkan sesuatu dalam pembuatan tugas akhir ini

Samarinda, 17 Juni 2021



Ade Novita Sari

1811102416003

Gambaran Konsumsi Beras Merah Terhadap Perubahan Gula Darah pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe II : *Literature Review*

Ade Novita Sari¹, Ramdhany Ismahmudi²

¹Program Studi Diploma III Keperawatan, Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Jln. Ir. H. Juanda
Email : adegendu99@gmail.com

INTISARI

Latar Belakang: Diabetes Mellitus adalah gangguan metabolisme kronis, yang ditandai oleh tingginya kadar gula darah dengan gangguan metabolisme dan karbohidrat yang mengganggu fungsi insulin yang juga dapat mengganggu produksi insulin yang disebabkan oleh kurangnya respons sel-sel tubuh terhadap insulin. Faktor utama penyebab penderita diabetes mellitus ini adalah memiliki gaya hidup yang tidak sehat yang bisa dilakukan perubahan dengan gaya hidup terutama pemenuhan kebutuhan karbohidrat harian, dengan ini penderita diabetes mellitus tipe II diharuskan untuk diet karbohidrat dengan mengganti makanan yang berindeks tinggi menjadi rendah.

Tujuan penelitian: Bagaimana perubahan setelah konsumsi beras merah terhadap perubahan gula darah pada penderita Diabetes Mellitus tipe II

Metode penelitian: Metode penelitian ini merupakan penelitian dengan menggunakan metode *literature review* dengan menggunakan data penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti-peneliti terdahulu. Dimana proses pencariannya melalui Google scholar, Garuda, Webjurnal Internasional Tema dalam artikel yang dicari adalah gambaran konsumsi beras merah terhadap perubahan gula darah pada penderita Diabetes Mellitus tipe II.

Hasil penelitian: Hasil dari beberapa jurnal yang sudah dilakukan penelusurannya sebagian besar memiliki kesamaan yang berkesinambungan dengan mengonsumsi beras merah terhadap perubahan gula darah pada penderita Diabetes Mellitus tipe II

Kesimpulan: Berdasarkan review yang sudah dilakukan pencariannya dari beberapa para ahli bahwa peneliti dapat menyimpulkan bahwa beras merah mampu membuat perubahan gula darah pada penderita Diabetes Mellitus tipe II. Dengan konsumsi beras merah penderita dapat memperbaiki kadar gula dalam tubuh menjadi normal dan untuk menjaga kesehatan yang lebih baik lagi.

Kata kunci: beras merah, konsumsi, penyakit diabetes mellitus tipe II

¹ Mahasiswa Program Studi DIII Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

² Dosen Program Studi DIII Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

Description of Red Rice Consumption to Changes in Blood Sugar in Diabetes Mellitus Type II : Literature Review

Ade Novita Sari¹, Ramdhany Ismahmudi²

¹**Diploma III Nursing Study Program, Faculty of Nursing, Muhammadiyah University of East Kalimantan, St. Ir. H. Juanda**
Email : adegendu99@gmail.com

ABSTRACT

Diabetes Mellitus is a chronic metabolic disorder, characterized by high blood sugar levels with metabolic disorders and carbohydrates that interfere with insulin function which can also interfere with insulin production due to the lack of responsiveness of the body's cells to insulin. The main factor causing diabetes mellitus sufferers is an unhealthy lifestyle that can be overcome with lifestyle changes, especially the fulfillment of daily carbohydrate needs, with this type II diabetes mellitus sufferers are required to diet carbohydrates by replacing high index foods to low ones.

The research objective: *how the changes after consumption of brown rice on changes in blood sugar in people with Diabetes Mellitus type II.*

Research method: *This research method is a study using the literature review method using research data that has been conducted by previous researchers. Where is the search process through Google scholar, Garuda, Web jurnal internasional. The theme in the article being searched is a description of red rice consumption on changes in blood sugar in people with Diabetes Mellitus type II.*

Research results: *the results of several journals that have been searched for. Most of them have continuous similarities with consuming brown rice on changes in blood sugar in people with Diabetes Mellitus type II.*

Conclusion: *Based on a review that has been searched by several experts, researchers can conclude that brown rice is able to make changes in blood sugar in people with Type II Diabetes Mellitus. By consuming brown rice, sufferers can improve the sugar levels in the body to be normal and to maintain better health.*

Key words: *Consumption, Brown Rice, Diabetes Mellitus type II.*

¹ *DIII nursing student at Muhammadiyah University of East Kalimantan*

² *Lecturer in nursing study program at Muhammadiyah University of East Kalimantan*

DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Halaman Surat Keaslian Penelitian.....	ii
Halaman Persetujuan	iii
Halaman Pengesahan	iv
Motto	v
Kata Pengantar	vi
Intisari	ix
Abstract.....	x
Daftar Isi	xi
Daftar Tabel	xii
Daftar Gambar	xiv
Daftar Lampiran	xv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Telaah Pustaka	9
B. Kerangka Teori.....	20
C. Kerangka Konsep Penelitian.....	20

BAB III METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian	21
B. Bahan Dan Metode	22
C. Sumber Data	22
D. Prosedur Penelitian	22
E. Metode Pengumpulan Data.....	23
F. Kriteria Inklusi.....	24
G. Seleksi Studi dan Penilaian Kuliatas	25

BAB IV HASIL PEMBAHASAN LITERATURE REVIEW

A. Hasil dan Analisis	26
B. Pembahasan	38
C. Keterbatasan penelitian.....	40

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	41
B. Saran.....	41

DAFTAR PUSTAKA.....	42
---------------------	----

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Kriteria Inklusi	24
Tabel 4.1 Hasil dan Analisis	33

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Teori	20
Gambar 2. 2 Kerangka Konsep Penelitian	20
Gambar 3. 1 Flow Diagram	25

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Daftar Riwayat Hidup

Lampiran 2 Bukti Pencarian Jurnal

Lampiran 3 Surat Pernyataan Literature Review

Lampiran 4 Lembar Konsultasi

Lampiran 5 Screenshot Plagiasi