

*LITERATURE REVIEW*

**PENGARUH POLA MAKAN TERHADAP PENURUNAN GULA  
DARAH PENDERITA DIABETES MELITUS**



**Fahmi Husaeni**

**NIM: 10118055**

**PROGRAM STUDI D-III KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
BAKTI TUNAS HUSADA  
TASIKMALAYA  
2021**

# ***THE INFLUENCE OF EATING PATTERN ON REDUCING BLOOD SUGAR WITH DIABETES MELLITUS***

**Fahmi Husaeni<sup>1</sup>, Teti Agustin<sup>2</sup>, Chita Widia<sup>3</sup>**

Program studi D-III Keperawatan, STIKes BTH Tasikmalaya

Jl. Cilolohan Nomor 36 Tasikmalaya

Email: [fahmihusaeni0408@gmail.com](mailto:fahmihusaeni0408@gmail.com)

## ***ABSTRACT***

*Diabetes mellitus disease is a metabolic disease, which is characterized by hyperglycemia, due to abnormal insulin secretion, abnormal insulin work, or both. If blood glucose levels > 200 mg/dl, and kadar fasting blood glucose > 126 mg /dl then the diagnosis diabetes mellitus. Indonesia, ranked fourth with a prevalence of 9.1 million cases. Literature review aims to determine the influence of diet on blood sugar reduction in diabetes mellitus patients. Literature research method review. The population used in this KTI is all the articles in the national library, google scholar, garuda portal and both national and international. Sampled 13 articles with the last 10 years of publication. The results of the 13 articles studied are there is a significant relationship between diet and decreased blood sugar for people with diabetes mellitus.*

**Keywords:** *diet, blood sugar, diabetes mellitus*

## **ABSTRAK**

Penyakit diabetes mellitus adalah penyakit metabolik, yang ditandai dengan hiperglikemia, akibat sekresi insulin abnormal, kerja insulin abnormal, atau keduanya. Jika kadar glukosa darah > 200 mg/dl, dan kadar glukosa darah puasa > 126 mg/dl maka diagnosis adalah diabetes mellitus. Indonesia, berada di peringkat keempat dengan prevalensi 9,1 juta kasus. Tujuan Literature review ini untuk mengetahui pengaruh pola makan terhadap penurunan gula darah pasien diabetes mellitus. Metode penelitian *literature review*. Populasi yang digunakan dalam KTI ini adalah seluruh artikel yang ada di perpustakaan nasional, google scholar, portal garuda dan baik nasional maupun internasional. Jumlah sampel 13 artikel dengan tahun terbitnya 10 tahun terakhir. Hasil penelitian dari 13 artikel yang ditelaah yaitu terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan terhadap penurunan gula darah untuk penderita diabetes mellitus.

**Kata Kunci:** pola makan, gula darah, diabetes mellitus