

Efektivitas Pemberian Nasi Jagung terhadap Kadar Glukosa Darah pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 : Literature Review

Dewi Wulandari¹, Ayu Rahadiyanti¹, Dewi Marfu'ah Kurniawati¹, Etika Ratna Noer¹

Email : dewiwulandari.eins@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Diabetes Mellitus (DM) adalah penyakit metabolik yang ditandai dengan peningkatan glukosa darah atau hiperglikemia yang disebabkan oleh kelainan sekresi insulin, kerja insulin maupun keduanya. Nasi jagung mulai dikonsumsi sebagai makanan pokok pengganti beras bagi penderita DM karena memiliki indeks glikemik yang lebih rendah yang dapat membantu mengontrol kadar glukosa darah.

Tujuan: Mengetahui efek pemberian nasi jagung terhadap kadar glukosa darah pada penderita DM.

Metode: Pencarian artikel dilakukan pada website database yaitu PubMed, ScienceDirect, dan Google Scholar dengan menggunakan kata kunci nasi jagung, kadar glukosa darah, diabetes mellitus tipe 2 (bahasa Indonesia) dan *corn rice, blood glucose levels, type 2 diabetes mellitus* (bahasa Inggris) dan ditemukan 4 artikel terpilih yang telah disesuaikan dengan kriteria inklusi yaitu artikel diterbitkan dalam rentang waktu 10 tahun terakhir (2014 – 2024), dan artikel *full paper* dengan jenis penelitian quasi-eksperimental.

Hasil: Sebanyak 75% artikel menunjukkan perbedaan yang signifikan antara kadar glukosa darah sebelum dan setelah pemberian nasi jagung, 25% artikel menyatakan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan

Simpulan: Sebagian besar penelitian menyatakan bahwa nasi jagung efektif dalam menurunkan kadar glukosa darah, sehingga nasi jagung memiliki potensi untuk digunakan sebagai alternatif makanan pokok bagi penderita DM, karena dapat membantu dalam pengendalian kadar glukosa darah.

Kata kunci: nasi jagung, kadar glukosa darah, diabetes mellitus tipe 2

¹Program Studi Imu Gizi, Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro, Semarang

Effectiveness of Corn Rice on Blood Glucose Levels in Patients with Type 2 Diabetes Mellitus : Literature Review

Dewi Wulandari¹, Ayu Rahadiyanti¹, Dewi Marfu'ah Kurniawati¹, Etika Ratna Noer¹

ABSTRACT

Background: *Diabetes Mellitus (DM) is a metabolic disease characterized by elevated blood glucose or hyperglycemia caused by abnormalities in insulin secretion, insulin activity or both. Corn rice is starting to be consumed as a staple food substitute for rice for people with DM because it has a lower glycemic index that can help control blood glucose levels*

Objective: *To determine the effect of corn rice on blood glucose levels in patients with DM*

Method: *Article searches were conducted on database websites namely PubMed, Science Direct, and Google Scholar using keywords corn rice, blood glucose levels, type 2 diabetes mellitus and found 4 selected articles that have been adjusted to the inclusion criteria namely articles published within the last 10 years (2014 – 2024), and full paper articles with quasi-experimental research types*

Result: *75% of the articles showed a significant difference between blood glucose levels before and after corn rice feeding, 25% of the articles stated that there was no significant difference*

Conclusion: *Most studies stated that corn rice is effective in reducing blood glucose levels, so corn rice has the potential to be used as an alternative staple food for people with DM, because it can help in controlling blood glucose levels*

Keyword: *corn rice, blood glucose levels, type 2 diabetes mellitus*

¹*Nutritional Sciences Study Program, Faculty of Medicine, Diponegoro University, Semarang*