

GAMBARAN KADAR GULA DARAH SEWAKTU PADA MAHASISWA DIII KEPERAWATAN FAKULTAS KESEHATAN UNIVERSITAS SAMAWA

***Laily Widya Astuti**

Fakultas Kesehatan
Universitas Samawa
Indonesia
lailywidya30@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Diabetes mellitus dapat diidap oleh semua orang termasuk usia muda, tidak terkecuali mahasiswa. Kadar gula darah yang tinggi dapat disebabkan oleh pola hidup yang tidak sehat, makanan manis dan jarang berolahraga merupakan kebiasaan anak muda pada masa kini. Memeriksa kesehatan sedini mungkin dapat menjadi salah satu cara untuk mencegah penyakit berbahaya di usia tua nanti.

Tujuan: Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran kadar gula darah sewaktu pada mahasiswa D3 keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Samawa.

Metode: Desain penelitian yang digunakan adalah deskriptif dengan pendekatan *cross-sectional*. Teknik pengambilan sampel dengan metode *total sampling* dengan jumlah 51 responden.

Hasil: Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kadar gula darah sewaktu mahasiswa dominan normal sebanyak 38 responden (74,5%), kemudian sebanyak 11 responden (21,5%), yang mengalami kadar gula darah rendah dan 2 responden (3,9%) mengalami kategori kadar gula darah tinggi.

Kesimpulan: Kesimpulan dalam penelitian ini adalah sebagian besar kadar gula darah sewaktu mahasiswa dalam kategori normal.

Kata kunci : Kadar, Gula Darah, Mahasiswa.

PENDAHULUAN

Diabetes mellitus merupakan kondisi kadar gula darah melebihi dari batas normal, nilai normal kadar gula darah sewaktu adalah kurang dari 200 mg/dL. Tidak hanya usia tua yang dapat mengalami diabetes, namun penyakit ini juga dapat mengintai usia muda dan produktif seperti mahasiswa. Kuliah yang padat dapat membuat seorang mahasiswa memiliki pola hidup yang kurang sehat, baik dari segi pola makan, pola tidur dan olahraga yang cenderung tidak diperhatikan oleh anak muda. Makanan manis, junkfood, minuman bersoda sangat di sukai oleh anak muda seperti mahasiswa, seringkali hal ini tidak diimbangi dengan olahraga secara teratur. Kebiasaan tidak baik

tersebut dapat menjadi salah satu penyebab dari terjadinya obesitas dan diabetes mellitus (Kurniawati, 2011).

Pencegahan satu penyakit termasuk diabetes mellitus dapat dilakukan dengan melakukan pemeriksaan di awal dan berkala guna mencegah terjadinya keparahan di kemudian hari. Pemeriksaan gula darah dapat sewaktu dapat menjadi salah satu pemeriksaan yang dilakukan guna mendeteksi dini adanya kemungkinan terjadinya diabetes mellitus (Rochmah, 2010)

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui kadar gula darah sewaktu pada mahasiswa D3 Keperawatan.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini menggunakan deskriptif dengan pendekatan *cross-sectional*, populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa DIII Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Samawa. Sampel Penelitian ini sebanyak 51 responden dan menggunakan *total sampling*.

Penelitian ini dilakukan selama 1 Minggu, instrumen penelitian ini menggunakan lembar observasi dan alat cek gula darah glucometer.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Karakteristik Responden dan Kadar Gula Darah Sewaktu

Tabel 1. Karakteristik Responden

	Karakteristik	Frekuensi	Prosentase (%)
Jenis Kelamin	Laki-laki	10	19,6
	Perempuan	41	78,4
Usia	18-25	51	100

Sumber :Data Primer 2022

Data diatas menunjukkan bahwa karakteristik responden pada penelitian ini adalah di dominasi perempuan sebanyak 41 responden (78,4%), laki-laki sebanyak 10 responden (19,6%). Karakteristik usia berada pada rentang 18-25 tahun yakni sebanyak 51 orang (100%).

Tabel 2. Kadar Gula Darah Sewaktu Mahasiswa DIII Keperawatan

Fakultas Kesehatan Universitas Samawa Saat Menghadapi Ujian Proposal

Gula Darah	Frekuensi	Prosentase (%)
Rendah	11	21,5
Normal	38	74,5
Tinggi	2	3,9
Total	51	100

Sumber data Primer 2022

Data diatas menunjukkan terdapat 11 responden (21,5%) yang mengalami kadar gula darah rendah dan 38 responden (74,5%) dengan kategori kadar gula darah normal dan 2 responden (3,9%) mengalami kategori kadar gula darah tinggi.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kadar gula darah sewaktu mahasiswa dominan dalam kategori normal yakni sebanyak 38 responden (74,5%). Kategori normal ini dapat disebabkan karena usia responden masih muda, pada usia masih muda metabolisme dan organ masih berfungsi dengan baik. Kadar gula darah yang normal adalah salah satu indikator dari kemampuan sekresi insulin oleh pankreas serta ambilan gula oleh sel (Justitia, 2012).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Putro *et.al* (2015) tentang gambaran kadar gula darah sewaktu yang mendapatkan hasil bahwa kadar gula darah sewaktu pada Mahasiswa cenderung dalam rentang normal pada usia muda. Usia responden dalam penelitian ini 100 % berkisar pada usia muda yakni usia 18 hingga 22 tahun.

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Dari hasil penelitian yang dilakukan didapatkan kesimpulan bahwa kadar gula darah sewaktu mahasiswa DIII Keperawatan dominan dalam kadar normal, namun di dapatkan juga yang mengalami kadar gula darah rendah dan tinggi dengan prosentase sedikit.

B. Saran

Diharapkan mahasiswa dapat menjaga pola hidup sehat terutama menjaga pola makan dan aktifitas fisik agar dapat mengurangi resiko terkena diabetes mellitus.

DAFTAR PUSTAKA

Putro, *et.al.* (2015). Gambaran Kadar Gula Darah Sewaktu pada Mahasiswa Angkatan 2015 Fakultas Kedokteran Universitas Samawa. Jurnal e- Biomedik. Vol. 3. No. 3.

Kurniawati DM. Perbedaan perubahan berat badan, aktivitas fisik dan kontrol glukosa darah antara anggota organisasi penyandang diabetes melitus dan non anggota [Skripsi]. Semarang: Universitas Diponegoro; 2011.

PERKENI. Konsensus Nasional Penata-laksanaan DM 2011. Available from: perkeni.freesevers.com/kons_dm.html

Rochmah W. Diabetes melitus pada usia lanjut. In: Sudoyo AW, Setiyohadi B, Alwi I, Simadibrata KM, Setiati S, editor. Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam. Jilid III (5th ed). Jakarta: Pusat Penerbitan Ilmu Penyakit Dalam, 2010; p. 1967-72.

Perkumpulan Endokrinologi Indonesia. Konsensus dan pengelolaan diabetes mellitus tipe 2 di Indonesia. 2010.

Justitia. Hubungan obesitas dan peningkatan kadar gula darah pada guru-guru SMP N 3 Medan (skripsi). Medan: Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara; 2012.