

**GAMBARAN KADAR GLUKOSA DARAH PUASA PADA  
TINGKAT STRES MAHASISWA**



**KARYA TULIS ILMIAH**

**OLEH**

**LUTFIE AFIFAH ARIFIN**

**NIM. 171013**

**PROGRAM STUDI DIII TEKNOLOGI LABORATORIUM MEDIS**

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN NASIONAL**

**SURAKARTA**

**2020**

**GAMBARAN KADAR GLUKOSA DARAH PUASA PADA  
TINGKAT STRES MAHASISWA**



**KARYA TULIS ILMIAH**

**OLEH**

**LUTFIE AFIFAH ARIFIN**

**NIM. 1171013**

**PROGRAM STUDI DIII TEKNOLOGI LABORATORIUM MEDIS**

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN NASIONAL**

**SURAKARTA**

**2020**

**KARYA TULIS ILMIAH**

**GAMBARAN KADAR GLUKOSA DARAH PUASA PADA TINGKAT STRES  
MAHASISWA**

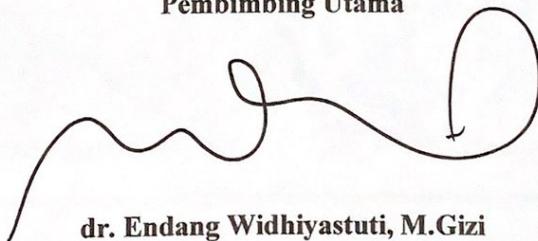
**Disusun oleh:**

**Lutfie Afifah Arifin**

**NIM. 1171013**

**Telah disetujui untuk diajukan pada ujian hasil Karya Tulis Ilmiah**

**Pembimbing Utama**



**KARYA TULIS ILMIAH**

**GAMBARAN KADAR GLUKOSA DARAH PUASA PADA TINGKAT  
STRES MAHASISWA**

Disusun Oleh :  
**LUTFIE AFIFAH ARIFIN**  
**NIM. 1771013**

Telah dipertahankan dihadapan Tim Penguji  
dan telah dinyatakan memenuhi syarat/sah

Pada tanggal 7 Agustus 2020

**Tim Penguji :**

Alfian Silvia Krisnasari, S.Si., M.Sc (Ketua) .....

dr. Oong Ridhoi, M.Si (Anggota) .....

dr. Endang Widhiyastuti, M.Gizi (Anggota) .....

Menyetujui  
**Pembimbing Utama**

dr. Endang Widhiyastuti, M.Gizi

Mengetahui,  
**Ketua Program Studi**  
**DIII Teknologi Laboratorium Medis**

Ardy Prian Nirwana,S.Pd.Bio.,M.Si

## **PERNYATAAN KEASLIAN KTI**

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Karya Tulis Ilmiah, dengan judul :

### **GAMBARAN KADAR GLUKOSA DARAH PUASA PADA TINGKAT STRES MAHASISWA**

Yang dibuat untuk melengkapi persyaratan menyelesaikan Jenjang Pendidikan Diploma III Teknologi Laboratorium Medis Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Nasional Surakarta, sejauh saya ketahui bukan merupakan tiruan ataupun duplikasi dari Karya Tulis Ilmiah yang sudah dipublikasikan dan atau pernah dipakai untuk mendapatkan gelar dilingkungan Program Studi DIII Teknologi Laboratorium Medis Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Nasional maupun di Perguruan Tinggi atau Instansi manapun, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebut dalam daftar pustaka.

Apabila terdapat bukti tiruan atau duplikasi pada Karya Tulis Ilmiah, maka penulis bersedia untuk menerima pencabutan gelar akademik yang telah diperoleh.

Surakarta, 7 Agustus 2020



Lutfie Afifah Arifin  
NIM. 1171013

## **MOTTO**

Jangan abaikan sebuah kesempatan, karena kesempatan bukan merupakan sebuah kebetulan

**-Lutfie Afifah Arifin-**

Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan

**-QS. Al-Insyirah : 6-**

Don't be trapped in someone else's dream

**-V-**

## **PERSEMBAHAN**

Karya Tulis Ilmiah ini penulis persembahkan untuk :

1. Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya dalam proses penyusunan Karya Tulis Ilmiah sehingga dapat selesai.
2. Selaku orangtua terhebat dan tercinta, Bapak Zaenal Arifin dan Ibu Anis Khoirunnisak yang selalu memberikan dukungan, semangat serta doa untuk kelancaran penulisan Karya Tulis Ilmiah ini.
3. Adikku tersayang, Ibrahim Fahrezi Arifin yang selalu memberikan semangat dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah.
4. dr. Endang Widhiyastuti, M.Gizi selaku pembimbing yang telah menuntun, membimbing, memberikan arahan serta memberikan semangat dengan penuh kasih dan kesabaran selama proses penyusunan sehingga Karya Tulis Ilmiah ini dapat terselesaikan.
5. Ibu Alfian Silvia Krisnasari,S.Si., M.Sc dan dr. Oong Ridhoi, M.Si selaku penguji Karya Tulis Ilmiah yang telah memberikan masukan serta arahan dalam melaksanakan ujian.
6. Seluruh dosen prodi DIII Teknologi Laboratorium Medis STIKES Nasional Surakarta yang telah meluangkan waktu untuk membagi ilmu selama proses pembelajaran berlangsung.

7. Semua sahabat, Marreta, Ira, Murniati, Sania, Arum, Christina, dan Mbak Liza yang selalu mendukung dan memberikan semangat.
8. Laki-laki spesial, Choliq yang selalu mendukung, memberikan hiburan dan semangat dalam proses penggerjaan Karya Tulis Ilmiah.
9. Tim KTI Kimia Klinik yang bersama-sama berjuang selama penelitian.
10. Kenzie AlGibrان Ritonga anak dari Rizkina Nazar dan Satria Utama Ritonga yang selalu membuat semangat dalam menyusun Karya Tulis Ilmiah.
11. Almamaterku, STIKES Nasional tercinta.

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur penulis panjatkan atas kehadirat Allah SWT atas berkat rahmat, dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang disusun sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan program pendidikan Diploma III Teknologi Laboratorium Medis di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Nasional Surakarta dengan judul “Gambaran Kadar Glukosa Darah Puasa Pada Tingkat Stres Mahasiswa”.

Penulisan Karya Tulis Ilmiah ini disusun berdasarkan studi literatur dan tinjauan pustaka sehingga dapat terselesaikan berkat bimbingan, bantuan, kerjasama dan dukungan dari berbagai pihak, maka pada kesempatan ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Bapak Hartono, , S.Si., M.Si., Apt selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Nasional.
2. Bapak Ardy Prian Nirwana, S.Pd.Bio., M.Si. selaku Ketua Program Studi DIII Teknologi Laboratorium Medis.
3. dr. Endang Widhiyastuti, M.Gizi selaku pembimbing yang telah meluangkan waktu, memberikan semangat, saran, arahan, dan bimbingan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
4. Ibu Alfian Silvia Krisnasari,S.Si., M.Sc dan dr. Oong Ridhoi, M.Si selaku penguji yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk menguji

serta memberikan arahan dalam penelitian ini.

5. Orang tua, dan segenap keluarga yang selalu memberikan dukungan doa dan semangat.
6. Sahabat dan laki-laki terkasih yang telah membantu penulis dari awal hingga akhir dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
7. Semua pihak yang telah membantu dan ikut serta dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu Penulis dengan senang hati mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari semua pihak untuk dapat menyempurnakan Karya Tulis Ilmiah ini. Akhir kata penulis berharap semoga Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat bagi kita semua terutama dalam Ilmu Pengetahuan di bidang Teknologi Laboratorium Medis.

Surakarta, 7 Agustus 2020

Lutfie Afifah Arifin

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN SAMPUL.....</b>	
<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>MOTTO .....</b>	<b>v</b>
<b>PERSEMBAHAN .....</b>	<b>vi</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xiii</b>
<b>INTISARI.....</b>	<b>xiv</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>xv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Pembatasan Masalah.....	3
C. Rumusan Masalah.....	3
D. Tujuan Penelitian .....	4
E. Manfaat Penelitian .....	4
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>6</b>
A. Landasan Teori .....	6
1. Glukosa Darah.....	6
a. Definisi Glukosa .....	6
b. Definisi Hiperglikemia .....	6
c. Patofisiologi Hiperglikemia .....	6
d. Sumber Glukosa Darah .....	7
e. Faktor yang Mempengaruhi Glukosa Darah.....	8

f. Pemeriksaan Glukosa Darah .....	13
g. Metode Pemeriksaan Glukosa Darah.....	15
h. Faktor yang Mempengaruhi Hasil Pemeriksaan .....	16
<b>2. Stres.....</b>	<b>19</b>
a. Definisi Stres .....	19
b. Mekanisme Stres.....	19
c. Jenis Stres.....	20
d. Gejala Stres .....	20
e. Dampak Stres.....	21
f. Faktor yang Mempengaruhi Stres .....	23
g. Tingkatan Stres.....	24
h. Patofisiologi Stres.....	25
i. Pengukuran Tingkat Stres.....	26
<b>3. Tingkat Stres Terhadap Glukosa Darah .....</b>	<b>30</b>
<b>B. Kerangka pikir .....</b>	<b>32</b>
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>33</b>
A. Diagram Alur Penelitian .....	33
B. Studi Literatur.....	34
C. Pengumpulan Data .....	34
D. Analisa .....	35
E. Jadwal penelitian.....	36
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>37</b>
A. Hasil .....	37
B. Pembahasan.....	40
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>50</b>
A. Kesimpulan.....	50
B. Saran .....	50
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>51</b>

## **DAFTAR TABEL**

Tabel	Halaman
2.1 Kadar Glukosa Darah Sewaktu	13
2.2 Kadar Glukosa Darah Puasa	14
2.3 Kadar Glukosa Darah 2 Jam Post Prandial	14
2.4 HbA1c	15
2.5 Test Toleransi Glukosa (TTGO)	15
3.1 Jadwal Penelitian	36
4.1 Data Karakteristik Populasi dan Sampel	38
4.2 Data Diskriptif Kadar Glukosa Darah Terhadap Stres	39
4.3 Data Hasil Statistik	39

## **DAFTAR GAMBAR**

Gambar	Halaman
2.1 Kerangka Pikir	32
3.1 Diagram Alir Penelitian	33

## INTISARI

**Lutfie Afifah Arifin. NIM 1171013. 2020. Gambaran Kadar Glukosa Darah Puasa Pada Tingkat Stres Mahasiswa.**

**Latar Belakang Masalah dan Tujuan:** Stres merupakan respon fisiologis yang disebabkan karena suatu kondisi yang mengancam sehingga menimbulkan penyesuaian terhadap suatu keadaan tersebut. Stres dapat terjadi apabila ketegangan yang dialami terjadi secara terus menerus dan tidak segera diatasi. Dalam pengendalian glukosa yang buruk dan mengalami stres dengan jangka waktu yang lama dapat menyebabkan penyakit metabolit seperti Diabetes Mellitus. Prevalensi hiperglikemia berdasarkan jenis kelamin, pada laki-laki sebanyak 27,1% sedangkan pada perempuan sebanyak 29,1%, berdasarkan usia pada kelompok 15-34 tahun sebanyak 7,5% pada tahun 2017 di Indonesia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kadar glukosa darah puasa terhadap stres mahasiswa.

**Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian studi literatur atau studi kepustakaan. Penelitian menggunakan jenis data sekunder dengan tiga sumber data yang berasal dari jurnal dan jenis pemeriksaan yang digunakan adalah glukosa darah puasa dengan metode pemeriksaan enzimatik. Analisa data yang digunakan analisa deskriptif.

**Hasil:** Penelitian dari dua sumber yang digunakan menyatakan tidak ada hubungan antar kadar glukosa darah dengan stres, dimana nilai  $P>0,001$ . Dan didapatkan satu data yang menunjukkan nilai  $P<0,001$  menyatakan ada hubungan antara kedua variabel.

**Kesimpulan:** Dapat disimpulkan bahwa kadar glukosa darah dan stres yang dialami mahasiswa adalah tidak terdapat hubungan yang signifikan. Semakin tinggi dan semakin sering stres yang dialami mahasiswa maka akan semakin tinggi kadar glukosa.

**Kata kunci:** Glukosa, stres, mahasiswa.

## ABSTRACT

**Lutfie Afifah Arifin. NIM 1171013. 2020.** Description of Fasting Blood Glucose Levels on Student Stress Levels.

**Background Problem and Purpose:** Stress is a physiological response caused by a threatening condition that causes adjustment to a situation. Stress can occur when the tension experienced occurs continuously and is not immediately resolved. Poor glucose control and stress for a long time can lead to metabolite diseases such as Diabetes Mellitus. The prevalence of hyperglycemia based on gender, in men was 27.1% while in women was 29.1%, based on age in the 15-34 year group as much as 7.5% in 2017 in Indonesia. This study aims to determine fasting blood glucose levels against student stress.

**Methods:** This study is a literature study or literature study. This research used secondary data type with three data sources from journals and the type of examination used is fasting blood glucose with enzymatic examination method. Data analysis used descriptive analysis.

**Results:** The study from two sources stated that there was no relationship between blood glucose levels and stress, where the value  $P > 0.001$ . And obtained one data which shows the value of  $P < 0.001$  which states there is a relationship between the two variables.

**Conclusion:** It can be concluded that the level of blood glucose and stress experienced by students is not a significant relationship. The higher and the more frequent the stress experienced by students, the higher the glucose level.

**Key words:** Glucose, stress, student.

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Stres merupakan stimulus, interaksi, atau respon fisiologis maupun psikologis terhadap keadaan yang dapat disebabkan karena suatu kondisi yang mengancam dan menentang seorang individu sehingga dapat menimbulkan kondisi untuk melakukan penyesuaian khusus terhadap suatu keadaan tersebut (Salsabila, 2019). Stres dapat terjadi kepada siapapun termasuk pada mahasiswa. Mahasiswa yang mengalami stres bisa disebabkan karena beberapa permasalahan antara lain seperti ketidak mampuan mahasiswa dalam melakukan kewajiban atau karena masalah lain.

Didalam dunia akademik, terdapat berbagai tuntutan yang harus dilaksanakan oleh mahasiswa meliputi perubahan gaya belajar maupun sistem perkuliahan, tugas-tugas perkuliahan yang dianggap berlebihan serta bersaing dengan sesama pelajar untuk memperoleh nilai setinggi-tingginya (Natalansyah dkk, 2020). Apabila seseorang tidak dapat menangani masalah atau tuntutan yang dihadapi dengan baik, maka seseorang tersebut akan merasakan suatu kondisi ketegangan. Jika ketegangan yang dialami berlangsung secara terus menerus dan tidak segera diatasi, maka akan berkembang menjadi stres.

Pengendalian glukosa yang buruk serta mengalami stres dalam waktu yang lama akan menyebabkan penyakit metabolik seperti Diabetes Mellitus ( Anita, 2018). Rentang waktu *stressor* yang dapat mempengaruhi kadar glukosa darah seseorang yaitu stres ringan, stres sedang, dan stres berat (Salsabila, 2019).

Suatu kondisi medik berupa peningkatan kadar glukosa dalam darah melebihi batas normal disebut hiperglikemia (PERKENI, 2015). Salah satu tanda dari hiperglikemia adalah kadar glukosa darah dapat mencapai  $>240$  mg/dL. Hiperglikemia dapat terjadi karena penderita tidak menerapkan pola hidup yang dianjurkan (Syamsiyah, 2017).

Menurut hasil riset Kementerian Kesehatan RI (KEMENKES RI, 2017), menyebutkan bahwa prevalensi angka kejadian kadar gula darah meningkat yang tercatat di Pos Pembinaan Terpadu (Posbindu) PTM dan Puskesmas yang sudah menggunakan sistem informasi surveilans PTM berdasarkan jenis kelamin, pada laki-laki sebanyak 27,1% sedangkan pada perempuan sebanyak 29,1%. Jika dilihat berdasarkan usia pada kelompok 15-34 tahun sebanyak 7,5%.

Faktor risiko yang dapat menyebabkan kadar glukosa darah yang tinggi antara lain konsumsi makanan dan minuman, penyakit, hormon, genetik, berat badan, jenis kelamin, stres, obat, aktivitas fisik (Hartina, 2017), alkohol, tidur larut malam, dan jam makan tidak teratur (Tandra, 2019).

Penelitian yang dilakukan oleh Jena *et al.* (2016) menjelaskan bahwa kondisi stres yang mempengaruhi pikiran dan tubuh disebabkan karena kadar gula darah yang meningkat, sehingga dapat dikatakan sebagai indikator stres.

Penelitian yang dilakukan oleh Maduka *et al.* (2015) sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ihim *et al.* (2017) menyatakan bahwa pada penelitian ini tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kadar glukosa darah dengan stres, hal ini berbeda dengan teori yang menyatakan stres dapat memicu peningkatan kadar glukosa darah.

Peneliti tertarik melakukan penelitian studi literatur dengan mengambil judul penelitian Gambaran Kadar Glukosa Darah Puasa Pada Tingkat Stres Mahasiswa.

## **B. Pembatasan Masalah**

Pembatasan masalah pada penelitian ini mengenai Gambaran Kadar Glukosa Darah Puasa Pada Tingkat Stres Mahasiswa dengan melakukan tinjauan teori analisis dari 3 sumber yang digunakan yaitu jurnal.

## **C. Rumusan Masalah**

1. Bagaimana gambaran kadar glukosa darah puasa pada mahasiswa ?
2. Bagaimana gambaran stres pada mahasiswa ?
3. Bagaimana gambaran kadar glukosa darah puasa pada stres mahasiswa ?

## D. Tujuan Penelitian

### 1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui Gambaran Kadar Glukosa Darah Puasa Pada Tingkat Stres Mahasiswa.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui kadar glukosa darah puasa pada mahasiswa.
- b. Untuk mengetahui stres pada mahasiswa.
- c. Untuk mengetahui kadar glukosa darah puasa terhadap stres mahasiswa.

## E. Manfaat Penelitian

### 1. Manfaat Teoritis

Untuk mengetahui tentang kadar glukosa darah puasa pada tingkat stres mahasiswa, agar menjadi dasar penelitian selanjutnya dalam bidang kimia klinik.

### 2. Manfaat Praktis

#### a. Bagi Masyarakat

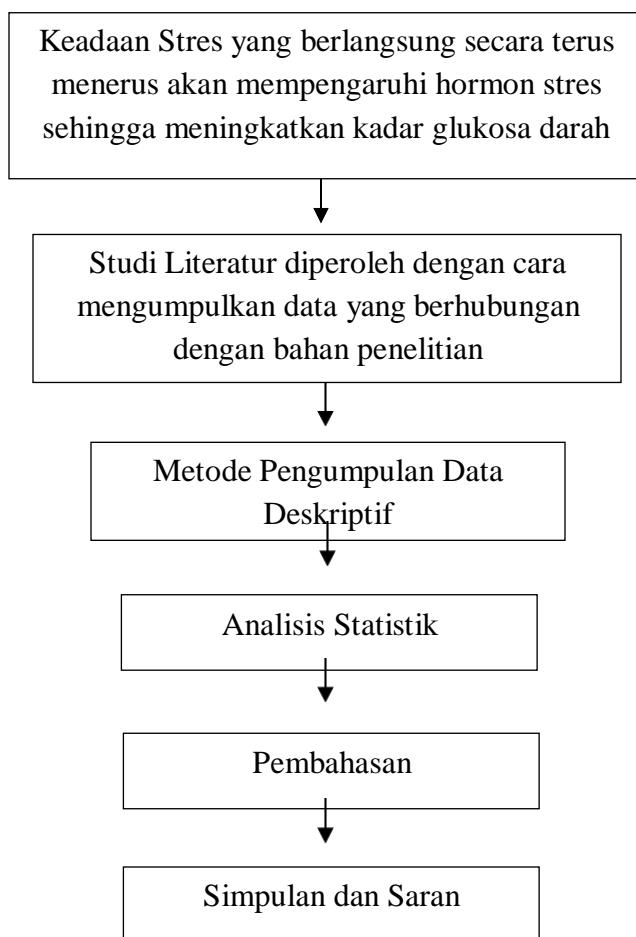
- 1) Memberikan informasi tentang pentingnya menjaga kesehatan tubuh serta penyakit yang terjadi akibat glukosa darah yang tinggi.
- 2) Memberikan informasi yang selanjutnya dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dalam upaya penanganan tingginya kadar glukosa darah.

- 3) Memberikan informasi mengenai dampak stres terhadap kadar glukosa darah.
- b. Bagi Penulis  
Menambah pengetahuan dan wawasan penulis mengenai Kadar Glukosa Darah Puasa Pada Tingkat Stres Mahasiswa.
- c. Bagi Akademik
  - 1) Menambah perbendaharaan Karya Tulis Ilmiah sebagai informasi dan dapat dijadikan sebagai acuan untuk penelitian selanjutnya.
  - 2) Meningkatkan sarana dan prasarana untuk kegiatan penelitian dengan menambah sumber pengetahuan.

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Diagram Alir Penelitian**



**Gambar 3.1 Diagram Alir Penelitian**

## B. Studi Literatur

Pada penelitian ini menggunakan penelitian studi literatur atau studi kepustakaan yang merupakan serangkaian kegiatan yang berkaitan dengan metode pengumpulan data pustaka, membaca karya yang terkait dengan persoalan yang akan dikaji dan mencatat bagian penting yang berhubungan dengan topik bahasan serta mengolah bahan penelitian. Peneliti yang menggunakan penelitian studi literatur atau studi kepustakaan tidak perlu terjun langsung dalam lingkungan untuk mendapatkan data yang diperlukan (Supriyadi, 2016).

## C. Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data sekunder yang diperoleh dari studi literatur dengan cara pengumpulan data pustaka, membaca, dan mencatat serta mengolah bahan penelitian menggunakan 3 sumber dari jurnal maupun skripsi terkait dengan glukosa darah terhadap stres. Sumber jurnal ilmiah yang digunakan dalam penelitian studi literatur ini antara lain:

1. Penelitian dari Maduka, IC., Neboh, EE & Ufelle SA. 2015. The Relationship Between Serum Cortisol, Adrenaline, Blood Glucose and Lipid Profile of Undergraduate Students Under Examination Stress. *African Health Aciences*, Vol 15, No 1

2. Penelitian selanjutnya dari Jena, SK., Misra, AK & Mohanty, A. 2016.  
Effect of Examination Stress on Blood Sugar In Medical Students.  
*CHRISMED Journal of Health and Research*, Vol 3, No 4, 268-72
3. Penelitian dari Ihim, AC., Abiodu, BE., Ukibe, NR., Ogbodo, EC., Ozuruoko, DFN., Analike, RA., Oguaka, VN & Onyebule, OA. 2017.  
Pre- and Post-Examination Stress Effect on Anti-Oxidant Level and Plasma Glucose Level of Students of College of Health Sciences, Nnamdi Azikiwe University, Nnewi Campus, Anambra State, Nigeria.  
*International Journal of Health Sciences & Research ISSN 2249-9571*

#### D. Analisa

Analisa data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan analisa deskriptif yang merupakan gambaran kegiatan penelitian dengan tujuan menerangkan secara sistematis terhadap bagian-bagian dan fenomena serta hubungan dengan menggunakan model matematis, teori, dan hipotesis yang berkaitan dengan penelitian (Supriyadi, 2016). Setelah data terkumpul dan lengkap, kemudian dilakukan analisa terhadap data-data tersebut dengan cara pendekatan kualitatif yang merupakan tatacara penelitian yang akan menghasilkan data deskriptif. Teknik analisa data yang digunakan adalah analisa deskriptif *mean* (rata-rata), median, modus, dan *standar deviasi* dengan menggunakan Microsoft Excel. Analisa data merupakan sebuah proses untuk mengorganisasikan dan mengurutkan data ke dalam pola dan

satuan uraian dasar, sehingga diperoleh tema dan dapat dirumuskan seperti yang disarankan dalam sumber data (Yahya, 2015).

#### E. Jadwal Penelitian

**Tabel 3.1. Jadwal penelitian**

NO	Kegiatan	Bulan				
		Februari 2020	Maret 2020	April 2020	Mei 2020	Juni 2020
1	Pengajuan Judul					
2	Penyusunan Proposal					
3	Ujian Proposal					
4	Pelaksanaan Penelitian					
5	Ujian Hasil, Revisi dan Pengumpulan KTI (Hard Copy, Soft Copy, PDF dan Artikel)					
6	Seminar Terbuka					

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. KESIMPULAN**

Berdasarkan analisa data dengan menggunakan studi literatur maka dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan antara kadar glukosa darah puasa dengan stres karena pada penelitian tidak dilakukan penelitian mengenai durasi dan lama paparan stres yang didapatkan oleh mahasiswa.

#### **B. SARAN**

##### **1. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Melakukan penelitian secara langsung serta mengembangkan penelitian mengenai gambaran kadar glukosa darah puasa pada tingkat stres mahasiswa dengan lebih memperhatikan karakteristik sampel yang digunakan dan durasi stres yang dialami mahasiswa.

##### **2. Bagi Masyarakat**

Menerapkan pola hidup sehat serta melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin sehingga meminimalisir apabila terjadi masalah kesehatan.

## DAFTAR PUSTAKA

- American Diabetes Association (ADA). 2018. *Standart Medical Care in Diabetes*. Diabetes Care.S14
- Anita, AT. 2018. Hubungan Tingkat Stres Dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus di RSUD Kota Madiun. *Skripsi*. Program Studi Keperawatan STIKES BHAKTI HUSADA MULIA Madiun.
- Campos, C. 2012. Chronic Hyperglycemia and Glucose Toxicity : Pathology and Clinical Sequelae. *Postgraduate Medicine*, Vol 124, No 6, 1-8
- Chan, MZR. 2018. Gambaran Kadar Glukosa Darah Pada Tingkat Stres Mahasiswa FK UMSU Semester I Yang Akan Mengikuti Ujian Blok. *Skripsi*. Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara Medan.
- Depkes RI. 2008. *Pedoman Praktek Laboratorium Yang Benar (Good Laboratory Practice)*. Direktorat Laboratorium Kesehatan. Direktorat Jendral Pelayanan Medik Departemen Kesehatan RI. Jakarta.
- Dewa, ME. 2016. Perbandingan Kadar Pemeriksaan Glukosa Darah Menggunakan Metode Peroksidase Pada Amino Peroxidase (GOD-PAP) Dengan Metode Strip Di RS DR. R. Ismoyo Kota Kendari Sulawesi Utara. *Karya Tulis Ilmiah*. Politeknik Kesehatan Kendari.
- Diyah, NW., Ambarwati, A., Warsito, GM., Niken, G., Heriwiyati, EG., Windysari, R., Prismawan, D., Hastasari, RF & Purwanto. 2016. Evaluasi Kandungan Glukosa Dan Indeks Glikemik Beberapa Sumber Karbohidrat Dalam Upaya Penggalian Pangan Ber-Indeks Glikemik Rendah. *Jurnal Farmasi dan Kefarmasian Indonesia*, Vol 3, No 2, 68
- Djakani, H., Masinem, TV & Mewo, YM. 2013. Gambaran Kadar Glukosa Darah Puasa Pada Laki-laki Usia 40-59 Tahun. *Jurnal e-Biomedik*, Vol 1, No 1, 72-73
- Dommy, BAM., Wilson & Zakiah, M. 2019. Hubungan Tingkat Stres Dalam Menghadapi Ujian Objective Structured Clinical Examination dan Gejala Insomnia Pada Mahasiswa Kedokteran Universitas Tangjungpura. *Jurnal Cerebellum*, Vol 5, No 3B

- Gamayanti, W., Mahardianisa & Syafei, I. 2018. Self Disclosure dan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, Vol 5, No 1, 115-130
- Hartina, sitti. 2017. Gambaran Hasil Pemeriksaan Kadar Glukosa Darah Sewaktu pada Pasien di RSUD Kota Kendari. *Tugas Akhir*. Politeknik Kesehatan Kendari.
- Hermawan, L., Subiyono, HS & Rahayu, S. 2012. Pengaruh Pemberian Asupan Cairan (Air) Terhadap Profil Denyut Jantung Pada Aktivitas Aerobik. *Journal of Sport Sciences and Fitnes* ISSN 2252-6528
- Ihim, AC., Abiodu, BE., Ukibe, NR., Ogbodo, EC., Ozuruoko, DFN., Analike, RA., Oguaka, VN & Onyegbule, OA. 2017. Pre- and Post-Examination Stress Effect on Anti-Oxidant Level and Plasma Glucose Level of Students of College of Health Sciences, Nnamdi Azikiwe University, Nnewi Campus, Anambra State, Nigeria. *International Journal of Health Sciences & Research* ISSN 2249-9571
- Jena, SK., Misra, AK & Mohanty, A. 2016. Effect of Examination Stress on Blood Sugar In Medical Students. *CHRISMED Journal of Health and Research*, Vol 3, No 4 , 268-72
- Kemenkes RI. 2017. *Profil Penyakit Tidak Menular 2016*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
- Maduka, IC., Neboh, EE & Ufelle SA. 2015. The Relationship Between Serum Cortisol, Adrenaline, Blood Glucose and Lipid Profile of Undergraduate Students Under Examination Stress. *African Health Aciences*, Vol 15, No 1
- Musradinur. 2016. Stres Dan Cara Mengatasinya Dalam Perspektif Psikologis. *Jurnal Edukasi*, Vol 2, No 2, 192-193
- Natalansyah., Sari, DK.,& Kasuma, WA. 2020. Hubungan Stress Dengan Kadar Gula Sarah Sewaktu Pada Mahasiswa Rekognisi Pembelajaran Lanpau (RPL) di Poltekkes Kemenkes Palangka Raya. *Jurnal Surya Medika*, Vol 5, No 2, 56
- Nasrani, L & Purnawati, S. 2015. Perbedaan Tingkat Stres Antara Laki-laki dan Perempuan Pada Perserta Yoga Di Kota Denpasar. *E-Jurnal Medika Udayana*, Vol 4, No 12
- Pathmanathan, VV & Husada, MS. 2013. Gambaran Tingkat Stres Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara Semester Ganjil Tahun Akademik 2012/2013. *E-Journal FK USU*, Vol 1, No 1

PERMENKES RI Nomor 37 Tahun 2012 Tentang Penyelenggaraan Laboratorium Pusat Kesehatan Masyarakat. Menteri Kesehatan Republik Indonesia

PERMENKES RI Nomor 25 Tahun 2015 Tentang Penyelenggaraan Pemeriksaan Laboratorium Untuk Ibu Hamil, Bersalin dan Nifas Di Fasilitas Pelayanan Kesehatan Dan Jaringan Pelayanannya. Menteri Kesehatan Republik Indonesia

PERKENI. 2015. *Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 di Indonesia.* PERKENI. Jakarta

Priasmara, YD. 2015. Hubungan Indeks Massa Tubuh Dengan Kadar Gula Darah Pada Lansia di Kota Semarang Tahun 2014. *Skripsi.* Universitas Negri Semarang.

Rahmayani, RD., Liza, RG & Syah, NA. 2019. Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Stressor Pada Mahasiswa Kedokteran Tahun Pertama Program Studi Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Angkatan 2017. *Jurnal Kesehatan Andalas*, Vol 8, No 1

Salsabila, KN. 2019. Hubungan Tingkat Stres Terhadap Kadar Glukosa Darah Puasa Pada Laki-laki Penderita Obesitas Sentral di Lingkungan Universitas Lampung. *Skripsi.* Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.

Subramaniam, V. 2015. Hubungan Antara Stres dan Tekanan Darah Tinggi Pada Mahasiswa. *Intisari Sains Medis*, Vol 2, No 1, 4-7

Supriyadi. 2016. Community Of Practitioners : Solusi Alternatif Berbagi Pengetahuan Antar Pustakawan. *Lentera Pustaka* ISSN 2302-4666

Supriyadi., Fristin, Y & K.N Indra, G. 2016. Pengaruh Kualitas Produk dan *Brand Image* Terhadap Keputusan Pembelian. *Jurnal Bisnis dan Manajemen*, Vol 3, No 1, 138

Syamsiyah, N. 2017. *Berdamai Dengan Diabetes.* Jakarta: Penerbit Bumi Medika

Tandra, H. 2019. *Diabetes Masih Bisa Dikalahkan* Edisi 1. Yogyakarta : Rapha Publishing

Usman, ASHH. 2018. Analisis Risiko Peningkatan Hormon Kortisol Pada Hipertensi Gestasional, *Tesis.* Sekolah Pascasarjana Program Studi Magister Kebidanan Universitas Hasanuddin Makassar

Yahya, U. 2015. Konsep Pendidikan Anak Usia Sekolah Dasar (6-12) Tahun di Lingkungan Keluarga Menurut Pendidikan Islam. *Jurnal Islamika*, Vol 15, No 2, 240