

ABSTRAK

Nama : Ayunda Puspita Putri

Program Studi : Kedokteran Umum

Judul : Hubungan Tingkat Stres Terhadap Kadar Glukosa Darah 2 Jam Setelah Makan Pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas YARSI Angkatan 2018 Dan Tinjauannya Menurut Pandangan Islam

Latar Belakang: Kadar gula darah adalah gula yang terdapat dalam darah yang berasal dari karbohidrat dalam makanan. Salah satu faktor yang mempengaruhi kadar glukosa darah yaitu, stres. Stres menyebabkan produksi kortisol berlebih, sehingga membuat glukosa lebih sulit memasuki sel. Allah SWT menjadikan sabar, shalat, doa, dan dzikir untuk menghindari perilaku stres.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat stres terhadap kadar glukosa darah 2 jam setelah makan pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas YARSI Angkatan 2018 dan mengetahui pandangan Islam tentang stres dan cara mengelolanya

Metode: Rancangan penelitian yang digunakan adalah penelitian *cross sectional* dengan *One Way Sampling*. Populasi dalam penelitian ini adalah 192 mahasiswi fakultas kedokteran Universitas YARSI angkatan 2018 dan sampel sebanyak 66 mahasiswi yang menjadi kriteria inklusi. Variabel yang diteliti adalah tingkat stres dan kadar glukosa darah 2 jam setelah makan. Pengambilan data dilakukan dengan pengisian kuesioner stres dan pengecekan kadar glukosa darah 2 jam setelah makan.

Hasil: Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden yang memiliki kadar Glukosa Darah 2 Jam Setelah Makan terkategori Normal, cenderung mengelompok pada tingkat stres yang parah, hal ini terlihat sebesar 40 mahasiswi (60,61%), sedangkan responden yang memiliki kadar Glukosa Darah 2 Jam Setelah Makan terkategori Sedang cenderung memiliki tingkat stres yang parah yaitu sebanyak 9 mahasiswi (13,65%). Berdasarkan hasil pengujian uji chi square, didapat p-value sebesar 0,021.

Simpulan: Terdapat hubungan antara stres terhadap kadar glukosa darah 2 jam setelah makan pada mahasiswi fakultas kedokteran Universitas YARSI angkatan 2018.

Kata Kunci: Glukosa darah 2 jam setelah makan, stres

ABSTRACT

Name : Ayunda Puspita Putri

Study Program : Medicine

Title : The Relationship Between Stress Level Toward Blood Glucose Levels 2 Hours After Eating On Medical Student Of YARSI University Year 2018 And The Review According To Islamic View

Background: *Blood sugar levels are sugar found in the blood that comes from carbohydrates in food. One of the factors that affect blood glucose levels is stress. Stress causes excess cortisol production, making it more difficult for glucose to enter cells. Allah SWT create patience, shalat, prayer, and dzikir to avoid stressful behavior.*

Purpose: *This study aims to determine the relationship between stress levels and blood glucose levels 2 hours after eating in students of the Faculty of Medicine, YARSI University Class of 2018 and know the Islamic view of stress and how to manage it.*

Method: *The design of this study was cross sectional research with One Way Sampling. The population was 192 female students of YARSI University 2018 and 66 students whom met the inclusion criteria were taken as samples. The studied variables were stress and blood glucose levels 2 hours after eating. Sampling are done with questionnaire about stress and current blood glucose levels testing.*

Result: *The results showed that respondents who had blood glucose categorized as normal tended to group at severe stress levels by 40 respondents (60.61%), while respondents who had blood glucose levels categorized as moderate tended to group at severe stress levels by 9 respondents (13.65%). Based on results of the chi square test, a p-value of 0,021 was obtained.*

Conclusion: *There is a relationship between stress toward blood glucose levels 2 hours after eating on medical students, YARSI University academic year 2018.*

Keywords: *Blood glucose 2 hours after eating, stress*