

HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK TERHADAP KADAR GLUKOSA DARAH SEWAKTU PADA MAHASISWI FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS YARSI ANGKATAN 2018/2019 DAN TINJAUANNYA MENURUT PANDANGAN ISLAM

Hana Bilqis Nafisah¹, Qomariah², Diniwari Mukhtar³, Siti Marhamah⁴

1. Mahasiswi, Fakultas Kedokteran Universitas YARSI
2. Dosen, Departemen Fisiologi Fakultas, Kedokteran Universitas YARSI
3. Dosen, Departemen Fisiologi Fakultas, Kedokteran Universitas YARSI
4. Dosen, Departemen Agama Islam Fakultas Kedokteran, Universitas YARSI

ABSTRAK

Latar Belakang: Diabetes melitus adalah penyakit endokrin yang paling sering ditemukan. Salah satu gambaran menonjol pada diabetes melitus adalah peningkatan kadar glukosa darah, atau hiperglikemia. Sehubungan dengan kondisi ini penting untuk melakukan tindakan promotif perubahan gaya hidup, salah satunya dengan meningkatkan aktivitas fisik guna mencegah hiperglikemia. Islam mengajarkan kesehatan adalah nikmat yang harus di jaga dan di syukuri. **Tujuan Penelitian:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan aktivitas fisik terhadap kadar glukosa darah sewaktu pada mahasiswi fakultas kedokteran universitas YARSI angkatan 2018/2019 dan tinjauannya menurut pandangan islam .

Metode Penelitian: Rancangan penelitian yang digunakan adalah penelitian *cross sectional* dengan *One Way Sampling*. Populasi dan sampel adalah mahasiswi fakultas kedokteran Universitas YARSI angkatan 2018/2019 sebanyak 65 responden. Sampel dipilih dari mahasiswi yang masuk dalam kriteria inklusi. Pengambilan data dilakukan dengan pengisian kuisioner aktivitas fisik selama tujuh hari terakhir, dan pengecekan kadar glukosa darah sewaktu. Analisis data menggunakan uji chi square.

Hasil: Terlihat bahwa responden dengan kategori aktivitas fisik berat cenderung mengelompok pada kadar glukosa darah sewaktu dengan kategori Bukan DM yaitu sebanyak 39 responden (60%), sedangkan 26 responden (40%) lainnya dalam kategori aktivitas fisik sedang cenderung mengelompok pada kategori Belum Tentu DM. Didapatkan nilai $P = 0,035$.

Simpulan: Terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan kadar glukosa darah sewaktu pada mahasiswi fakultas kedokteran Universitas YARSI angkatan 2018/2019.

Kata Kunci: Aktivitas fisik, Glukosa darah sewaktu, Hiperglikemia

THE RELATIONSHIP BETWEEN PHYSICAL ACTIVITIES TOWARD BLOOD GLUCOSE LEVELS ON MEDICAL STUDENT OF YARSI UNIVERSITY ACADEMIC YEAR 2018/2019 AND ACCORDING TO ISLAM VIEW

Hana Bilqis Nafisah¹, Qomariah², Diniwari Mukhtar³, Siti Marhamah⁴

1. Student, The Faculty of Medicine, YARSI University
2. Lecturer, Departemen Physiology Faculty of Medicine, YARSI University
3. Lecturer, Departemen Physiology Faculty of Medicine, YARSI University
4. Lecturer, Departemen Islamic Religion Faculty of Medicine, YARSI University

ABSTRAK

Background: Diabetes mellitus is the most commonly found endocrine disease. One prominent feature in diabetes mellitus is an increase in blood glucose levels, or hyperglycemia. In connection with this condition it is important to take action to promote lifestyle changes, one of which is by increasing physical activity to prevent hyperglycemia. Islam teaches that health is a blessing that must be guarded and thankful for.

Objective: This study aims to determine the relationship of physical activity to blood glucose levels while in YARSI University Faculty of Medicine student class of 2018/2019 and its review according to Islamic

Methods: The study design used cross sectional with one way sampling. Population and sample is 65 female college students of YARSI medical students class 2018/2019. Samples are chosen from female students that are included from the inclusion criteria. Sampling are done with questionnaire about physical activity within the last 7 days and current blood sugar level testing. Data analysis used chi square test.

Result: It is shown from the respondent with heavy physical activity tend to have lower current blood sugar levels with non DM category as much as 39 (60%), while 26 (40%) respondents fall within moderate physical activity tend to be grouped in Not Necessarily DM. P value obtained = 0.35.

Conclusion: Physical activity is correlated with current blood sugar level in female college students of YARSI medical students class 2018/2019.

Keywords: Physical activity, current blood sugar level, Hyperglycemia