

GAMBARAN KADAR GULA DARAH SEWAKTU PADA WANITA USIA PRODUKTIF DI LADANG BAMBU LINGKUNGAN V MEDAN TUNTUNGAN

Asshifa Aprilia Putri¹, Atri Gustiana Gultom², Radina Yuni Mahesa Ginting³
asshifaapriiaputri@gmail.com¹, atrigultom@gmail.com², radinagrandina@gmail.com³
Universitas Senior Medan

ABSTRAK

DM ialah gejala kronis dengan manifestasi utama kenaikan KGD. Skrining melalui pemeriksaan Gula Darah Sewaktu penting dilaksanakan terhadap kelompok risiko, termasuk wanita usia produktif. Tujuan studi ini guna menganalisis gambaran KGD sewaktu terhadap wanita umur produktif di Ladang Bambu Lingkungan V Medan Tuntungan. Studi ini menerapkan pendekatan deskriptif menggunakan teknik cross sectional. Populasi studi ialah semua wanita umur produktif di Ladang Bambu Lingkungan V Medan Tuntungan. Sampel berjumlah 61 responden yang diperoleh dengan metode purposive sampling. Pemeriksaan KGD sewaktu dilakukan dengan alat Accu-Chek dengan sampel darah kapiler. Digunakan distribusi frekuensi dan persentase untuk analisis univariat data. Hasil studi mengindikasikan dari 61 partisipan, 53 orang (86,9%) mempunyai KGD sewaktu yaitu normal <110 mg/dL, sejumlah 7 orang (11,5%), mempunyai KGD sewaktu pradiabetes 110–199 mg/dL, dan 1 partisipan (1,6%) mempunyai KGD sewaktu diabetes >200 mg/dL. Rerata KGD sewaktu partisipan ialah $94,7 \pm 22,2$ mg/dL dengan batas minimum 71 mg/dL serta batas maksimal 221 mg/dL. Gambaran KGD sewaktu pada wanita usia produktif di Ladang Bambu Lingkungan V Medan Tuntungan mayoritas termasuk kategori normal, tetapi masih ditemukan partisipan dengan KGD sewaktu pradiabetes serta diabetes yang perlu mendapat perhatian dan tindak lanjut pemeriksaan lebih lanjut.

Kata Kunci: Gula Darah Sewaktu, Wanita Usia Produktif, Diabetes Melitus.

ABSTRACT

DM is a chronic symptom with the main manifestation being an increase in blood glucose. Early detection through random blood glucose testing is crucial for at-risk groups, including women of reproductive age. The purpose of this study was to analyze the current blood glucose (BGD) profile of productive-age women in Ladang Bambu, Neighborhood V, Medan Tuntungan. This research a cross-sectional descriptive study design. The findings subjects comprised all women of reproductive age in Ladang Bambu, Neighborhood V, Medan Tuntungan. The sample consisted of 61 respondents obtained using the purposive sampling method. Random blood sugar level checks are carried with an Accu-Chek device on capillary blood specimens. The data was analyzed by univariate analysis, presenting results as frequency tables and percentage. The findings indicated that out of 61 respondents, 53 (86.9%) had normal random blood glucose levels (<110 mg/dL), 7 (11.5%) had levels in the pre-diabetic range (110–199 mg/dL), and 1 (1.6%) had levels in the diabetic range (>200 mg/dL). The mean random blood glucose level of the respondents was 94.7 ± 22.2 mg/dL, with a lowest value of 71 mg/dL and a highest value of 221 mg/dL. While the majority among women of childbearing age in Ladang Bambu, Neighborhood V, Medan Tuntungan fell into the normal category, there were still respondents with pre-diabetic and diabetic random blood glucose levels who require attention and further follow-up examination.

Keywords: Random Blood Glucose, Women Of Reproductive Age, Diabetes Mellitus.

PENDAHULUAN

Glukosa darah ialah gula yang berada pada aliran darah, berasal dari sakarida yang terkandung pada makanan, kemudian disimpan di otot rangka serta hati dalam bentuk glikogen. KGD dipengaruhi hormon insulin juga glukagon yang dihasilkan pankreas. Nilai rujukan KGD pada serum atau plasma berkisar antara 70–110 mg/dL, KGD dua jam postprandia ≤ 140 mg/dL, sedangkan KGD sewaktu ≤ 110 mg/dL (Rosares Vivi Eprillia,

2022). Nilai normal gula darah menurut berbagai studi jurnal Kesehatan (termasuk referensi Kemenkes RI) adalah GDP < 100-126 mg/dL, dan KGDS <200 mg/dl. Rentang glukosa darah normal pada individu dewasa sehat umumnya berada pada rentang 70-150 mg/dL sehari-hari, dipengaruhi pola makan.

Warga usia di atas 40 tahun lebih mudah terserang DMT2. Kondisi tersebut disebabkan karena selain obesitas dan riwayat DM pada anggota keluarga, ketahanan insulin semakin naik sesudah seseorang memasuki umur 40 tahun. WHO menyatakan KGD mengalami kenaikan sekitar 1–2 mg/dL per tahun sesudah umur 30 tahun. Walaupun DM umumnya dialami oleh kelompok usia lanjut, seiring perkembangan waktu DMT2 juga bisa dialami individu yang berusia muda atau berada pada masa produktif. Faktor risiko yang tidak mampu diatasi meliputi umur. Individu pada umur dewasa yang sebenarnya dapat bekerja, menjadi tidak dapat menjalankan pekerjaannya akibat gangguan DM (Handayani & Puspa Ni Nengah Sri, 2024).

Wanita lebih mungkin terkena diabetes ketika melihat faktor risiko karena tubuh mereka memiliki potensi untuk menjadi lebih baik, IMT yang lebih tinggi, atau sindrom pramenstruasi dan setelah menopause, distribusi Sangat mudah bagi lemak tubuh untuk menumpuk (Nasution, 2021).

Lemak yang menumpuk terus menerus akan membuat kondisi tubuh menjadi obesitas, terdapat hubungan antara obesitas terhadap kejadian DMT2 secara bermakna. Menurut studi yang dilaksanakan oleh Wahyuni, didapatkan bahwa 3,6% dari perempuan usia reproduksi (15-49 tahun) mengalami diabetes melitus (Sari et al., 2024).

Wanita Usia Produktif adalah kelompok wanita yang berada pada masa biologis mampu untuk bereproduksi, yaitu hamil, melahirkan, dan menyusui. WHO menyatakan, wanita produktif ialah wanita berumur 15-49 tahun. Batas bawah 15 tahun didasarkan pada rata-rata usia menarche, sedangkan batas atas 49 tahun mendekati usia rata-rata menopause.

WHO memperkirakan bahwa jumlah individu yang mengalami DM akan terus mengalami peningkatan secara signifikan pada tahun mendatang. Menurut World Health Organization 2016, prevalensi DM pada penduduk dunia berusia di atas 18 tahun naik dari 47/1.000 orang pada 1980 menjadi 85/1.000 orang pada 2014. Mencapai 80% angka kematian disebabkan DM di negara dengan tingkat pendapatan rendah dan negara berkembang. Frekuensi penderita terhadap seluruh kategori usia di dunia diproyeksikan mengalami kenaikan dari 28/1.000 orang tahun 2000 menjadi 44/1.000 orang pada tahun 2030. Indonesia tidak terlepas dari masalah diabetes global. Negara ini berada di posisi keenam dunia setelah Tiongkok, India, AS, Brasil, dan Meksiko, dengan jumlah pengidap diabetes umur 20–79 tahun sekitar 10,3 juta (Oktaviana Elisa, 2022).

METODE PENELITIAN

Temuan ini menerapkan metode deskriptif. Pendekatan studi ini digunakan guna menganalisis gambaran KGD sewaktu terhadap wanita umur produktif pada Lingkungan V Ladang Bambu Medan Tuntungan.

Metode purposive sampling diterapkan pada pengambilan sampel, yaitu dipilih dari wanita usia produktif yang berbersedia diperiksa gula darah sewaktu yang terdapat dua kriteria yaitu inklusi dan eksklusif. Kriteria inklusi ialah kriteria yang menjadi persyaratan bagi anggota populasi untuk dapat dijadikan sampel, meliputi wanita umur produktif 15-49 tahun, bersedia jadi responden, dan tinggal di lokasi studi. Sedangkan kriteria eksklusif ialah kriteria yang menghalangi seseorang untuk dijadikan sampel, antara lain sedang hamil, menderita sakit berat, tidak bersedia menjadi responden.

Pengukuran gula darah sewaktu dengan alat glukometer (Rahmawati, 2023). Dengan cara yaitu darah diambil menggunakan lancet yang dipasang pada alat penusuk,

mengoleskan darah ke strip uji glukosa yang terpasang di glucometer, setelah strip masuk, enzim pada strip bereaksi dengan glukosa dan menghasilkan sinyal listrik, kemudian sinyal ini sebanding dengan kadar glukosa sehingga hasil pengukuran dapat terbaca.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1 Persentase Kadar Gula Darah Responden

Kadar Gula Darah	Jumlah Responden (Orang)	Persentase (%)
Normal	53	86,9%
Pre Diabetes	7	11,5%
Diabetes	1	1,6%
Total	61	100%

Dari data di atas, menunjukkan hasil pengecekan KGD sewaktu terhadap wanita umur produktif pada Ladang Bambu lingkungan V Medan Tuntungan. Hasil pengukuran KGD Sewaktu terhadap 61 wanita produktif di Ladang Bambu Lingkungan V Medan Tuntungan menunjukkan bahwa 53 responden (86,9%) memiliki Gula Darah Sewaktu pada kelompok normal <110 mg/dL. Sebanyak 7 responden (11,5%) masuk kategori pradiabetes dengan KGD 110–199 mg/dL, dan 1 responden (1,6%) masuk kategori diabetes dengan KGD >200 mg/dL.

Nilai mean KGD sewaktu responden adalah 94,7 mg/dL, oleh batas minimum 71 mg/dL serta maksimal 221 mg/dL.

Tabel 2 Nilai Rata-Rata Hasil Pemeriksaan KGD

No.	Kadar Gula Darah	Rata-rata
1.	Normal	87,6mg/dL
2.	Pra Diabetes	130mg/dL
3.	Diabetes	221mg/dL

Dari data di atas, menunjukkan hasil pengecekan KGD sewaktu terhadap wanita umur produktif di Ladang Bambu lingkungan V Medan Tuntungan. Hasil pengukuran KGD Sewaktu terhadap 61 wanita produktif di Ladang Bambu Lingkungan V Medan Tuntungan menunjukkan rata-rata hasil KGD 53 responden (87,6mg/dL) memiliki KGD Sewaktu pada kategori normal <110 mg/dL. Sebanyak 7 orang (130,1mg/dL) masuk kategori pradiabetes dengan KGD 110–199 mg/dL, dan 1 responden (221mg/dL) masuk kategori diabetes dengan KGD >200 mg/dL.

Pembahasan

Tujuan studi ialah guna menentukan Gambaran umum KGD sewaktu terhadap wanita umur produktif di Ladang Bambu lingkungan V Medan Tuntungan. Penelitian ini termasuk jenis studi deskriptif yang bertujuan menyajikan gambaran objektif mengenai suatu keadaan, kemudian dilakukan analisis persentase dan rata-ratanya.

Faktor yang dapat mempengaruhi hasil pemeriksaan KGD Sewaktu antara lain waktu terakhir makan sebelum pengambilan sampel, kegiatan fisik, serta riwayat keluarga melalui DM. Dengan demikian, dibutuhkan edukasi berikutnya kepada responden mengenai kebiasaan hidup sehat serta pentingnya skrining glukosa darah rutin sebagai upaya pencegahan diabetes melitus.

Mengacu hasil tampilan dalam tabel 1, bisa dikatakan tingginya persentase responden dengan KGD normal mengindikasikan mayoritas wanita umur produktif di Lingkungan V Ladang Bambu belum mengalami gangguan toleransi glukosa. Namun, masih terdapat 7 responden (11,5%) dengan KGD sewaktu ≥ 110 mg/dL yang termasuk dalam kategori pradiabetes dan diabetes. Hal ini perlu menjadi perhatian karena pradiabetes merupakan kondisi peralihan menuju diabetes melitus jika tidak dilakukan pencegahan dan pengendalian sejak dini.

KESIMPULAN

Hasil studi mengenai KGD Sewaktu pada Wanita Usia Produktif di Ladang Bambu Lingkungan V Medan Tuntungan, dapat diperoleh adalah 53 orang memiliki KGD Sewaktu dalam kategori nilai rerata KGD Sewaktu. Sebanyak 7 responden (11,5%) memiliki KGD sewaktu dalam kategori pradiabetes 110–199 mg/dL. Sebanyak 1 responden (1,6%) memiliki KGD Sewaktu dalam kategori diabetes >200 mg/dL. Rerata KGD sewaktu responden adalah 97,1 mg/dL dengan batas minimum 71 mg/dL serta maksimum 221 mg/dL.

Saran

Peneliti ingin menyampaikan beberapa saran kepada penderita, masyarakat dan dapat dijadikan bahan informasi.

1. Seluruh responden disarankan menerapkan pola hidup sehat berupa pembatasan konsumsi gula berlebih, memperbanyak konsumsi sayur dan buah, serta melakukan kegiatan fisik 30 menit/hari sebanyak 5 kali seminggu untuk mencegah kenaikan KGD.
2. Agar memperhatikan kebiasaan makan yang sehat dan memperbanyak makan sayur sayuran dan buah serta mengurangi makan yang menyebabkan timbulnya gula darah tinggi.

DAFTAR PUSTAKA

- Handayani, Ni Nengah Sri Puspa (2024), Gambaran Kadar Glukosa Darah Sewaktu Pada Usia Produktif (Tesis Poltekkes Denpasar)
- Nasution, L.K. (2021). Pengaruh Riwayat Keluarga DM Dengan Kejadian Diabetes Melitus Tipe 2 Pada Wanita Usia Subur. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia*, 409
- Oktaviana Elisa, N. B. (2022). Pemeriksaan Gula Darah Untuk Mencegah Peningkatan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus. *Lentera (Jurnal Pengabdian)*, 234.
- Rahmawati, F. A. (2023). Gambaran Kadar Gula Darah Sewaktu Dan Tingkat Pengetahuan Masyarakat Dusun Pimpinga Desa Baturappe Kecamatan Biringbulu Kabupaten Gowa. *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 24.
- Rosares Vivi Eprillia, B. E. (2022). Pemeriksaan Kadar Gula Darah Untuk Screening Hiperglikemia Dan Hipoglikemia. *Jurnal Implementa Husada*, 66
- Sari, D.P. & Dayaningsih, D. (2021). Penerapan Spa Kaki Diabetik Terhadap Sirkulasi Darah Perifer Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. *Jurnal Keperawatan Sishana*. Vol.6 No. 1