

## ABSTRAK

### PERBEDAAN KADAR GLUKOSA DARAH SEWAKTU DAN STATUS GIZI BERDASARKAN KUALITAS TIDUR PADA MAHASISWA ANGKATAN 2012 FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS LAMPUNG

Oleh

Tresa Ivani Saskia

Diabetes melitus menjadi masalah kesehatan masyarakat, tidak hanya di Indonesia tetapi juga dunia. Prevalensi penyakit ini terus bertambah secara global. Hal ini dapat dilihat dari meningkatnya jumlah kasus diabetes melitus. Tidur merupakan salah satu kebutuhan dasar manusia yang harus terpenuhi. Akibat berkurangnya waktu tidur dapat mempengaruhi fungsi system endokrin terutama terkait dengan gangguan toleransi glukosa, resistensi insulin dan berkurangnya respon insulin.

Jenis penelitian ini adalah observasional analitik dengan pendekatan *Cross Sectional* dengan jumlah sampel 168 orang yang diambil dengan cara *total sampling*. Kriteria inklusi adalah Mahasiswa FK Unila angkatan 2012 dan bersedia menjadi responden saat penelitian. Kualitas tidur diukur melalui PSQI, sedangkan kadar glukosa dan status gizi diukur secara langsung. Data penelitian dianalisis secara univariat dan bivariat melalui uji t-tidak berpasangan dengan  $\alpha = 0,05$ .

Dari hasil penelitian didapatkan sebagian besar responden dalam kategori baik dengan rerata kadar glukosa  $146,04 \pm 28,68$  mg/dl dan memiliki kualitas tidur baik. Terdapat perbedaan antara kadar glukosa darah sewaktu berdasarkan kualitas tidur dengan  $p = 0,014$  serta terdapat perbedaan antara status gizi berdasarkan kualitas tidur dengan  $p = 0,015$ .

Simpulan terdapat perbedaan bermakna kadar glukosa darah sewaktu dan status gizi berdasarkan kualitas tidur pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.

Kata kunci : Glukosa, mahasiswa, status gizi, tidur.