

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Dari data pemeriksaan kadar glukosa darah pada 20 sampel penderita obesitas dapat disimpulkan bahwa :

1. Dari 20 sampel, sebanyak 6 sampel mengalami peningkatan kadar glukosa darah yaitu sampel nomor 9,10,11,12, 14, 16.

Jadi prosentasenya adalah $\frac{6}{20} \times 100\% = 30\%$

2. Dari 20 sampel, sebanyak 14 sampel (1, 2, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 13, 15, 17, 18, 19, 20) tidak mengalami peningkatan kadar glukosa darah atau dalam keadaan normal.

Jadi prosentasenya adalah $\frac{14}{20} \times 100\% = 70\%$

5.2 Saran

- a. Melakukan upaya penurunan berat badan secara sehat dan benar.
- b. Penderita obesitas harus melakukan olah raga secara teratur untuk mengontrol kadar glukosa darahnya. Semakin banyak melakukan aktivitas fisik akan semakin membantu mengubah glukosa dan lemak yang tertimbun di dalam tubuh menjadi energi. Olah raga juga dapat mengurangi resiko diabetes dan meningkatkan toleransi glukosa.
- c. Penderita obesitas harus meningkatkan pengetahuan tentang bagaimana cara mengetahui kebutuhan energi tiap harinya sehingga mengurangi

kemungkinan asupan makanan berlebihan yang dapat menyebabkan penimbunan lemak dan gula.

- d. Untuk penelitian lebih lanjut mengenai pemeriksaan kadar glukosa darah pada obesitas akan lebih baik jika dilakukan pemeriksaan kadar glukosa puasa.

DAFTAR PUSTAKA

American Diabetes Association, 2015. "Checking Your Blood Glucose", (online) (<http://www.diabetes.org/living-with-diabetes/treatment-and-care/blood-glucose-control/checking-your-blood-glucose.html>, diakses 25 April 2015).

American Diabetes Association, 2014. "Hypoglycemia (Low Blood Glucose)", (online) (http://www.diabetes.org/living-with-diabetes/treatment-and_care/blood-glucose-control/hypoglycemia-low-blood.html, diakses 25 April 2015).

American Diabetes Association, 2014. "Diagnosing Diabetes and Learning About Prediabetes", (online) (<http://www.diabetes.org/diabetesbasics/diagnosis/?loc=db-slabnav>, diakses 25 April 2015)

Anggraeni, Adisty Cynthia. 2012. *Asuhan Gizi Nutritional Care Process*. Yogyakarta : Graha Ilmu.

Barasi, Mary E. 2007. *At a Glance Ilmu Gizi*. Terjemahan oleh Hermin Halim. 2009. Jakarta : Erlangga.

Berkowitz, Aaron. 2013. *Patofisiologi Klinik*. Terjemahan oleh Andry Hartono. 2013. Tangerang : Binarupa Aksara.

Dalvi, Namrata. 2013. "Glucose Meter Reference Design". *Microchip Technology Inc*, (Online), (<http://ww1.microchip.com/downloads/en/AppNotes/00001560A.pdf>, diakses 3 April 2015).

DiaSys. 2005. "Glucose GOD FS". Germany : DSI.

Farlex Medical Partner. 2012. "Hexokinase Method". Farlex Partner Medical Dictionary, (Online), (<http://medicaldictionary.thefreedictionary.com/hexokinase+method>, diakses 3 April 2015).

Houghton Mifflin Company. 2004. "Hexokinase Method", (Online), (<http://medical-dictionary.thefreedictionary.com/hexokinase+method>, diakses 3 April 2015).

Kumar, R. 2010. *Dasar – dasar Patofisiologi Penyakit*. Tangerang : Binarupa Aksara.

McPhee, Stephen J. dan William F. Ganong. 2006. *Patofisiologi Penyakit : Pengantar Menuju Kedokteran Klinis*. Terjemahan oleh Brahm U. Pendit. 2007. Jakarta : EGC.

Muchtadi, Deddy. 2011. *Karbohidrat Pangan dan Kesehatan*. Bandung : Alfabeta.

PERKENI. 2011. "Konsensus Pengendalian dan Pencegahan Diabetes Mellitus Tipe 2 di Indonesia 2011", (Online) (http://s3.amazonaws.com/academia.edu.documents/31587792/revisi_final_KONSENSUS_DM_Tipe_2_Indonesia_2011.pdf?AWSAccessKeyId=AKIAJ56TQJRTWSMTNPEA&Expires=1429752303&Signature=JKffn3li%2F3zACdoClqnhq7Nghqo%3D, diakses 23 April 2015).

Ramayulis, Rita. 2014. *Slim is Easy*. Jakarta : Penebar Plus+ (Penebar Swadaya Grup).

Suiraoaka, IP. 2012. *Penyakit Degeneratif : Mengenal, Mencegah, dan Mengurangi Faktor Resiko 9 Penyakit Degeneratif*. Yogyakarta : Nuha Medika.

William, Lippicont dan Wilkins. 2007. *Ilmu Gizi Menjadi Sangat Mudah*. Terjemahan oleh Linda Dwijayanthi. 2008. Jakarta : EGC.

Lampiran 1. Data Hasil Pemeriksaan Kadar Glukosa Darah Pada Obesitas dengan Metode GOD-PAP

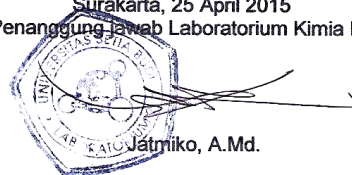
DATA HASIL PEMERIKSAAN KADAR GLUKOSA DARAH SEWAKTU PADA OBESITAS DENGAN METODE GOD-PAP

No.	Nama	Umur (tahun)	Jenis Kelamin	Berat badan (kg)	Tinggi badan (m)	IMT	Kadar Gula Darah (mg/dL)	Keterangan
1	A	21	perempuan	85	1,52	36,79	121	Normal
2	B	21	laki-laki	95	1,70	32,87	100	Normal
3	C	21	perempuan	84	1,57	34,08	135	Normal
4	D	20	perempuan	85	1,51	37,28	114	Normal
5	E	20	laki-laki	104	1,65	38,20	99	Normal
6	F	20	perempuan	74	1,61	28,55	139	Normal
7	G	20	perempuan	68	1,53	29,05	105	Normal
8	H	21	perempuan	85	1,55	35,38	99	Normal
9	I	18	perempuan	75	1,49	33,78	146	>Normal
10	J	17	perempuan	95	1,62	36,19	159	>Normal
11	K	20	perempuan	70	1,57	28,40	161	>Normal
12	L	20	perempuan	92	1,55	38,29	160	>Normal
13	M	20	perempuan	60	1,53	25,63	120	Normal
14	N	40	perempuan	83	1,50	36,89	210	>Normal
15	O	42	perempuan	65	1,44	31,35	107	Normal
16	P	37	perempuan	109	1,54	45,96	160	>Normal
17	Q	18	perempuan	76	1,57	30,83	108	Normal
18	R	18	perempuan	63	1,53	26,91	97	Normal
19	S	19	perempuan	60	1,47	27,76	136	Normal
20	T	19	perempuan	58	1,44	27,97	109	Normal

Keterangan :

Nilai rujukan kadar glukosa darah sewaktu dalam plasma vena : <140 mg/dL

Surakarta, 25 April 2015
Penanggung Jawab Laboratorium Kimia Klinik



Jatmiko, A.Md.

Lampiran 2. Alat – Alat yang digunakan untuk Pemeriksaan Kadar Glukosa

Darah



Alat – alat yang digunakan untuk mengambil sampel darah vena pada obesitas

Keterangan :

1. Sduit Injeksi
2. Tourniquet
3. Alkohol swab
4. Plester



Sentrifuge



Blue tip dan White tip



Clinipette 1000µl dan Clinipette 10µl



Portex



Fotometer Rayto

Lampiran 3. Reagen yang digunakan untuk Pemeriksaan Kadar Glukosa

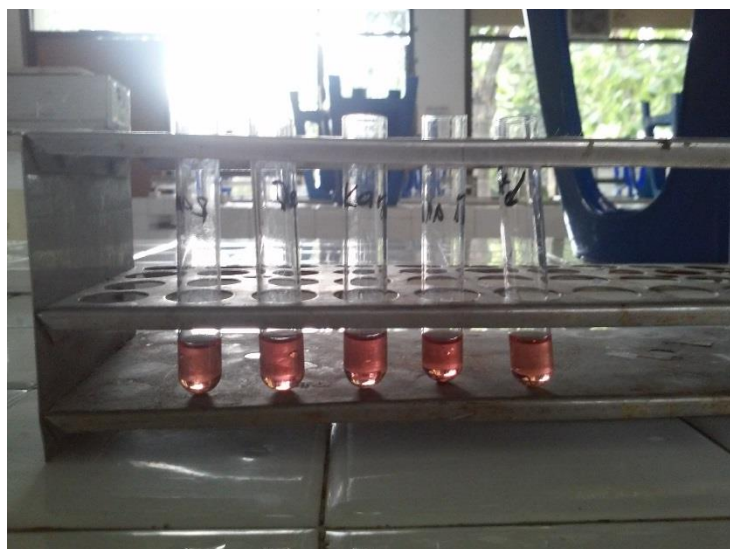


Glucose Standar FS dan Reagen Glucose GOD FS

Lampiran 4. Proses Pengambilan Darah Vena



Lampiran 5. Sampel Penderita Obesitas yang Siap diperiksa Kadar Glukosa Darahnya





Lampiran 6. Surat Keterangan Selesai Penelitian



UNIVERSITAS SETIA BUDI
Jl. Let. Jen Sutoyo, Mojosoongo-Solo 57127, Telp. 0271-852518, Fax 0271-853275
Homepage : www.setiabudi.ac.id, e-mail : info@setiabudi.ac.id

No. Formulir	: FM/PM-LAB-002/05
Rev	: 00
Tgl Terbit	: 29 April 2011

UNIT PELAYANAN TEKNIS LABORATORIUM

SURAT KETERANGAN SELESAI PENELITIAN

No.: 861/UPT-LAB/07/05/2015

Unit - Laboratorium Universitas Setia Budi Menerangkan bahwa mahasiswa di bawah ini :

Nama : Elisa Yuniarti Sugiyarto
NIM : 30122581 J
Fakultas : Ilmu Kesehatan

Yang bersangkutan tidak mempunyai tanggungan apapun dan telah menyelesaikan kewajibannya yang berkaitan dengan penelitian / Skripsi / Karya tulis di Laboratorium UNIVERSITAS SETIA BUDI.

Demikian Surat ini dibuat, untuk dapat dipergunakan sebagai salah satu syarat untuk melanjutkan / menyelesaikan tugas akademik lainnya.

Surakarta, 07 Mei 2015
Ka. UPT-Laboratorium Sentral
E.K. Karyatien, SIP., MM.

Tanda tangan Laboran (Lab. Tempat penelitian)

L.2	L	L	L	L