

**ANALISIS KADAR GLUKOSA DARAH PADA PEROKOK AKTIF DI RT 03 DUSUN 02 DESA TEBEDAK II KECAMATAN PAYARAMAN KABUPATEN OGAN ILIR**

Indah Hamida  
STIKESMAS Abdi Nusa Palembang  
[www.jurnalabdinusababel.ac.id](http://www.jurnalabdinusababel.ac.id)

**ABSTRAK**

Kandungan Nikotin dalam rokok dapat mempengaruhi kerja insulin. Nikotin akan masuk kedalam darah secara langsung kemudian akan dibawa hingga sampai keotak. Kemudian nikotin akan merangsang kelenjar adrenal yang akan meningkatkan adrenalin untuk tubuh. Hubungan inilah yang menyebabkan nikotin bisa menyebabkan resiko diabetes, terutama diabetes tipe 2. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui Analisis kadar glukosa darah pada perokok aktif di RT 03 Dusun 02 Desa tebedak II Kecamatan Payaraman Kabupaten Ogan Ilir berdasarkan usia, lama, dan jenis rokok. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif dan metode yang digunakan adalah *accidental sampling*. Metode pemeriksaan glukosa darah digunakan adalah metode strip. Hasil didapatkan bahwa Hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap 32 sampel perokok aktif di dapatkan hasil glukosa darah normal sebanyak 12 orang (38%) dan glukosa darah diatas normal sebanyak 20 orang (62%). Berdasarkan usia <40 tahun di dapatkan hasil sebanyak 15 orang dengan kadar glukosa darah normal sebanyak 8 orang (57%) dan di atas normal sebanyak 7 orang (46%). Sedangkan untuk usia 40 tahun didapatkan hasil sebanyak 17 orang dengan kadar glukosa darah normal sebanyak 5 orang (29%) dan di atas normal sebanyak 12 orang (71%). Lama merokok 10 tahun di dapatkan hasil sebanyak 8 orang dengan kadar glukosa darah normal sebanyak 4 orang (50%) dan di atas normal sebanyak 4 orang (50%), sedangkan dari lama merokok >10 tahun di dapatkan hasil sebanyak 24 orang dengan kadar glukosa darah normal sebanyak 8 orang (33%) dan di atas normal sebanyak 16 orang (67%). jenis rokok filter didapatkan hasil sebanyak 16 orang dengan kadar glukosa darah normal 9 orang (56%) dan diatas normal 7 orang (44%). Sedangkan untuk jenis rokok Non Filter didapatkan hasil sebanyak 16 dengan kadar glukosa darah normal sebanyak 3 orang (19%) dan diatas normal sebanyak 13 orang (81%).

Kata Kunci : Kadar Glukosa Darah, Perokok Aktif

**ANALYSIS OF BLOOD GLUCOSE LEVELS IN ACTIVE SMOKERS IN RT 03 DUSUN 02 DESA TEBEDAK II PAYARAMAN DISTRICT OGAN ILIR REGENCY****ABSTRACT**

Nicotine content in cigarettes can affect insulin action. Nicotine will enter the blood directly and then will be carried up to the brain. Then nicotine will stimulate the adrenal glands which will increase adrenaline for the body. This relationship causes nicotine to cause the risk of diabetes, especially type 2 diabetes. The purpose of this study was to determine the analysis of blood glucose levels in active smokers in RT 03 Dusun 02 Tebedak Village II, Payaraman District, Ogan Ilir Regency based on age, duration, and type of cigarette. . The design used in this research is descriptive and the method used is *accidental sampling*. The blood glucose test method used is the strip method. The results showed that the results of research conducted on 32 samples of active smokers obtained normal blood glucose results as many as 12 people (38%) and blood glucose above normal as many as 20 people (62%). Based on age <40 years, the results were 15 people with normal blood glucose levels as many as 8 people (57%) and above normal as many as 7 people (46%). Meanwhile, for the age of 40 years, the results were 17 people with normal blood glucose levels as many as 5 people (29%) and above normal as many as 12 people (71%). Smoking duration 10 years resulted in 8 people with normal blood glucose levels as many as 4 people (50%) and above normal as many as 4 people (50%), while from smoking duration >10 years, 24 people with high levels of smoking obtained results. normal blood glucose as many as 8 people (33%) and above normal as many as 16 people (67%). Types of filter cigarettes obtained results as many as 16 people with normal blood glucose news 9 people (56%) and above normal 7 people (44%). As for the type of Non-Filter cigarettes, there were 16 results with normal blood glucose levels as many as 3 people (19%) and above normal as many as 13 people (81%).

Keywords: Blood Glucose Level, Active Smoker

## Pendahuluan

Glukosa merupakan sumber energi utama bagi sel manusia. Glukosa di bentuk dari karbohidrat yang di konsumsi melalui makanan dan di simpan sebagai glikogen di hati dan otot (Lestari, 2013). Gula darah terdiri dari glukosa, fruktosa dan galaktosa, Glukosa merupakan monosakarida yang paling dominan, sedangkan fruktosa akan meningkat pada saat hamil dan laktasi, sebagian besar karbohidrat yang dapat dicerna akan dialirkan ke dalam darah dan gula lain akan di rubah menjadi glukosa di hati (Kasengke, 2015).

Perubahan gaya hidup dan pola makan berpengaruh terhadap penyakit yang cenderung bergeser dari infeksi ke penyakit degeneratif, seperti penyakit jantung koroner (PJK), hipertensi, kanker, hiperlepidemia, diabetes mellitus (DM), telah menjadi kematian keempat di dunia setiap tahun. Ada sekitar 3,2 juta kematian yang di sebabkan oleh diabetes itu berarti setiap 1 menit ada 6 orang meninggal dunia akibat penyakit yang berkaitan dengan diabetes mellitus (candra, 2010). Adapaun salah satu kebiasaan yang juga dapat mempengaruhi kadar glukosa pada darah manusia adalah kebiasaan merokok yang merupakan kebiasaan dianggap lumrah oleh masyarakat Indonesia.

Rokok adalah salah satu produk tembakau untuk di maksudkan untuk dibakar dan dihisap yang mengandung nikotin. Nikotin dalam rokok telah terbukti mengakibatkan resistensi reseptor insulin. Merokok adalah salah satu zat adiktif yang bila digunakan mengakibatkan bahaya bagi kesehatan individu. Merokok adalah perilaku menghisap rokok yang diminati oleh banyak kaum laki-laki. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) memperkirakan ada lebih dari 1,1 miliar perokok di seluruh dunia, dengan lebih dari 80% dari anggota yang tinggal di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah. Terutama bermasalah adalah bahwa penggunaan tembakau, termasuk bentuk-bentuk penggunaan lain selain rokok, terus meningkat di kalangan remaja di banyak negara, dan cenderung membahayakan kemajuan dalam mengurangi penyakit kronis dan kematian yang berhubungan dengan tembakau (WHO, 2014). Angka prevalensi merokok di Indonesia merupakan salah satu.

Efek dari rokok/tembakau memberi stimulasi depresi ringan, gangguan daya tangkap, alam perasaan, alam pikiran, tingkah laku dan fungsi psikomotor. Jika dibandingkan zat-zat adiktif lainnya rokok sangatlah rendah pengaruhnya, maka ketergantungan pada rokok tidak begitu dianggap gawat.

Glukosa adalah karbohidrat terpenting untuk penyediaan energi di dalam tubuh sebab semua jenis karbohidrat, baik monosakarida, disakarida

maupun polisakarida yang dikonsumsi oleh manusia akan terkonversi menjadi glukosa di dalam hati. Glukosa ini kemudian akan berperan sebagai salah satu molekul utama bagi pembentukan energi di dalam tubuh (Suparmin, 2010).

Kadar glukosa di dalam darah dimonitor oleh pankreas. Bila konsentrasi glukosa menurun karena dikonsumsi untuk memenuhi kebutuhan energi tubuh, pankreas melepaskan glukogen, hormon yang menargetkan sel-sel di hati. Kemudian sel-sel ini mengubah glukogen menjadi glukosa (proses ini disebut glikogenolisis). Glukosa dilepaskan ke dalam aliran darah, hingga meningkatkan kadar gula darah (Mashudi, 2011).

Dari hasil penelitian *Medical center Alabama*, AS. RACUN dalam rokok memberi pengaruh buruk pada pankreas, yaitu berfungsi sebagai regulator insulin gula. Selama ini, diabetes dikenal sebagai penyakit yang selalu dikaitkan dengan kesalahan pola makan dan gaya hidup. Selain faktor makanan, asap rokok turut memicu penyakit diabetes. Jika sudah berurusan dengan asap rokok, baik perokok aktif maupun perokok pasif memiliki risiko yang sama bisa terkena diabetes. Hasil penelitian menunjukkan, kelompok perokok aktif memiliki resiko diabetes paling tinggi.

Penelitian Nopiyanti (2017) tentang “Gambaran Kadar Glukosa Darah pada Perokok Aktif di Kelurahan Karang Jaya kecamatan Gandus Palembang”. Dari 10 orang perokok aktif yang memiliki kadar glukosa normal sebanyak 5 orang (50%) dan kadar glukosa darah di atas normal sebanyak 5 orang (50%).

Penelitian Wahyuni (2018) tentang “Gambaran Kadar Glukosa Darah pada Perokok Aktif di Posyandu Cempaka Lingkungan RT 04 RW 09 Kelurahan Siring Agung Kecamatan Ilir Barat I Palembang”. Dari 20 sampel orang yang di periksa di dapat hasil glukosa darah normal sebanyak 10 orang (50%), di atas normal sebanyak 10 orang (50%).

Menurut data observasi dan wawancara yang di peroleh penulis ternyata di RT 03 Dusun 02 Desa Tebedak II Kecamatan Payaraman Kabupaten Ogan Ilir memiliki masyarakat perokok aktif yang cukup tinggi. Berdasarkan uraian diatas penulis ingin melakukan penelitian “Analisis Kadar Glukosa Darah Pada Perokok Aktif di RT 03 Dusun 02 Desa Tebedak II Kecamatan Payaraman Kabupaten Ogan Ilir.

## Metode Penelitian

Jenis penelitian yang di gunakan adalah penelitian *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh perokok aktif di lingkungan RT 03 Dusun 02 Desa Tebedak II Kecamatan Payaraman Kabupaten Ogan Ilir sebanyak 128 orang. Pemilihan sampel dilakukan

secara random atau acak. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 32 sampel. Teknik sampling yang dilakukan dalam pemeriksaan ini adalah *Accidental sampling* yaitu tehnik penentuan berdasarkan kebetulan, konsumen yang secara kebetulan atau isidental bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel, bila dipandang orang yang kebetulan ditemui cocok sebagai sumber data (Sugiono, 2009).

### Hasil Penelitian

#### Analisa Univariat

Tabel 1

Distribusi frekuensi kadar Glukosa Darah pada Perokok Aktif di RT 03 Dusun 02 Desa Tebedak II Kecamatan Payaraman Kabupaten Ogan Ilir.

Kadar Glukoa Darah	Jumlah Sampel	Persentase ( 100% )
Normal ( $\leq 140$ mg/dl )	12	38%
Diatas Normal ( $> 140$ mg/dl )	20	62%
Total	32	100%

Pada Tabel 1 Hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap 32 sampel perokok aktif di RT 03 Dusun 02 Desa Tebedak II Kecamatan Payaraman Kabupaten Ogan Ilir Tahun 2020 di dapatkan hasil glukosa darah normal sebanyak 12 orang (38%) dan glukosa darah di atas normal sebanyak 20 orang (62%).

Tabel 2

Distribusi Frekuensi kadar glukosa darah pada perokok aktif berdasarkan usia di RT 03 Dusun 02 Desa Tebedak II Kecamatan Payaraman Kabupaten Ogan Ilir

Usia	Kadar Glukosa Normal		Kadar Glukosa Di Atas Normal		Jumlah	
	n	%	n	%	n	%
<40 Tahun	8	54	7	46	15	100%
$\geq 40$ tahun	5	29	12	71	17	100%
Total	13		19		32	

Pada Tabel 2 dapat diketahui dari usia <40 tahun didapatkan hasil sebanyak 15 orang dengan kadar glukosa darah normal sebanyak 8 orang (54%) dan kadar glukosa darah di atas normal sebanyak 7 (46%). Sedangkan untuk umur 40 tahun didapatkan hasil sebanyak 17 orang dengan kadar glukosa normal sebanyak 5 orang(29%) dan kadar

glukosa darah di atas normal sebanyak 12 orang (71%).

Tabel 3

Distribusi Frekuensi Kadar Glukosa Darah Pada Perokok Aktif Berdasarkan lama Merokok di RT 03 Dusun 02 Desa Tebedak II Kecamatan Payaraman Kabupaten Ogan Ilir

Lama	Kadar Glukosa Normal		Kadar Glukosa Di Atas Normal		Jumlah	
	N	%	N	%	N	%
Relatif baru $\leq 10$ tahun	4	50	4	50	8	100%
Relatif lama $> 10$ tahun	8	33	16	67	24	100%
Total	12		20		32	

Pada Tabel 3 Hasil penelitian dapat diketahui distribusi frekuensi dari lama merokok 10 tahun di dapatkan hasil sebanyak 8 orang dengan kadar glukosa darah normal sebanyak 4 orang (50%) dan kadar glukosa darah di atas normal sebanyak 4 orang (50%), sedangkan dari lama merokok >10 tahun di dapatkan hasil sebanyak 24 orang dengan kadar glukosa darah normal sebanyak 8 orang (33%) dan kadar glukosa darah di atas normal sebanyak 16 orang (67%).

Tabel 4

Distribusi Frekuensi kadar glukosa darah pada perokok aktif Berdasarkan Jenis Rokok di RT 03 Dusun 02 Desa Tebedak II Kecamatan Payaraman Kabupaten Ogan Ilir

Jenis Rokok	Kadar Glukosa Normal		Kadar Glukosa Di Atas Normal		Jumlah	
	N	%	N	%	N	%
Filter	9	56	7	44	16	100%
Non Filter	3	19	13	81	16	100%
Total	12		20		32	

Pada Tabel 4 dapat diketui dari jenis rokok filter didapatkan hasil sebanyak 16 orang dengan kadar glukosa darah normal 9 orang (56%) dan kadar glukosa darah di atas normal 7 orang (44%). Sedangkan untuk jenis rokok Non Filter didapatkan hasil sebanyak 16 dengan kadar glukosa darah normal sebanyak 3 orang (19%) dan kadar glukosa darah di atas normal sebanyak 13 orang (81%).

## Analisa Bivariat

Tabel 5  
Analisa Bivariat

Variabel	Kadar Glukosa Darah				OR
	Kadar Glukosa Normal		Kadar Glukosa Diatas Normal		
	n	%	n	%	
	<40 Tahun	8	54	7	
40 tahun	5	29	12	71	
Relatif baru	4	50	4	50	200
10 tahun					
Relatif lama	8	33	16	67	5,57
>10 tahun					
Filter	9	56	7	44	5,57
Non Filter	3	19	13	81	

1. Hubungan antara Usia dengan Kadar Glukosa Darah pada Perokok Aktif di RT 03 Dusun 02 Desa Tebedak II Kecamatan Payaraman Kabupaten Ogan Ilir

Berdasarkan Tabel 5 dapat dilihat bahwa Responden dengan kategori usia yaitu usia <40 tahun sebanyak 8 orang (54%) dan kadar glukosa darah diatas normal sebanyak 12 orang (71%). Hasil uji statistik chi square didapatkan nilai OR = 2,74. Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara usia dengan kadar glukosa darah pada perokok aktif. Dimana pada usia lanjut dapat menyebabkan timbulnya kenaikan kadar glukosa darah (hiperglikemia). Semakin usia lanjut aktifitas fisik cenderung kurang atau kurangnya olahraga, sehingga fungsi sel pankreas dan sekresi insulin yang berkurang sehingga kadar glukosa darah makin menumpuk dalam pembuluh darah.

2. Hubungan antara Lama Merokok dengan Kadar Glukosa Darah pada Perokok Aktif di RT 03 Dusun 02 Desa Tebedak II Kecamatan Payaraman Kabupaten Ogan Ilir

Berdasarkan Tabel 5 dapat dilihat bahwa Responden dengan kategori lama merokok yaitu responden dari lama merokok 10 tahun di dapatkan hasil sebanyak 8 orang dengan kadar glukosa darah normal sebanyak 4 orang (50%) dan kadar glukosa darah di atas normal sebanyak 4 orang (50%), sedangkan dari lama merokok >10 tahun di dapatkan hasil sebanyak 24 orang dengan kadar glukosa darah normal sebanyak 8 orang (33%) dan kadar glukosa darah di atas normal sebanyak 16 orang (67%). Hasil uji statistik chi square didapatkan nilai OR = 200. Hal ini menunjukkan bahwa ada

hubungan antara lama merokok dengan kadar glukosa darah pada perokok aktif. Dimana seseorang yang merokok lebih lama akan lebih sulit untuk berhenti merokok

3. Hubungan antara Jenis Rokok dengan Kadar Glukosa Darah pada Perokok Aktif di RT 03 Dusun 02 Desa Tebedak II Kecamatan Payaraman Kabupaten Ogan Ilir

Berdasarkan Tabel 5 dapat dilihat bahwa Responden dengan kategori jenis rokok yaitu responden dari jenis rokok filter dengan kadar glukosa darah normal sebanyak 9 orang (56%) dan glukosa darah diatas normal sebanyak 7 orang (44%). Sedangkan untuk jenis rokok Non Filter dengan kadar glukosa darah normal sebanyak 3 orang (19%) dan kadar glukosa darah diatas normal sebanyak 13 orang (81%). Hasil uji statistik chi square didapatkan nilai OR = 5,57. Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara jenis rokok dengan kadar glukosa darah pada perokok aktif. Dimana individu yang menghisap rokok dengan jenis kretek (Non filter) mengalami kejadian toleransi glukosa terganggu paling banyak di bandingkan individu yang menghisap rokok selain kretek. Seorang perokok Filter maupun Non filter memiliki dampak buruk yang sama, akan tetapi filter mampu untuk menyaring tar dan nikotin dari rokok, sedangkan jenis non filter langsung terhisap tanpa saringan lagi.

## Pembahasan

1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kadar Glukosa Darah Pada Perokok Aktif di RT 03 Dusun 02 Desa Tebedak II Kecamatan Payaraman Kabupaten Ogan Ilir

Hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap 32 sampel perokok aktif di di RT 03 Dusun 02 Desa Tebedak II Kecamatan Payaraman Kabupaten Ogan Ilir Tahun 2020 di dapatkan hasil glukosa darah normal sebanyak 12 orang (38%) dan glukosa darah diatas normal sebanyak 20 orang (62%).

Penelitian ini sejalan dengan teori Wijoyo (2012) dimana sebuah penelitian yang dilakukan terhadap 4.572 orang di Amerika selama 15 tahun mengklaim bahwa perokok memiliki resiko tinggi untuk mengalami kenaikan kadar glukosa darah.

Penelitian ini sejalan dengan Nopiyanti (2017) dari sampel 10 pasien perokok aktif yang memiliki kadar glukosa darah normal sebanyak 50% dan memiliki kadar glukosa di atas normal 50%.

Menurut peneliti di lapangan pada saat pengambilan sampel perokok aktif di dapatkan sampel sebagian besar 31% kadar glukosa normal.

Di dapatkan juga sampel sebagian besar 69% kadar glukosa di atas normal. Hal ini disebabkan oleh orang-orang tersebut belum bisa mengatur pola makan yang kurang teratur, seperti mengonsumsi makanan yang mengatur karbohidrat tinggi sehingga kadar glukosa menjadi di atas normal

## 2. Distribusi Frekuensi Kadar Glukosa Darah Pada Perokok Aktif Berdasarkan Usia

Hasil penelitian dapat diketahui distribusi frekuensi kadar glukosa darah pada perokok aktif dari usia <40 tahun di dapatkan hasil sebanyak 15 orang dengan kadar glukosa darah normal sebanyak 8 orang (57%) dan kadar glukosa darah di atas normal sebanyak 7 orang (46%). Sedangkan untuk usia 40 tahun didapatkan hasil sebanyak 17 orang dengan kadar glukosa darah normal sebanyak 5 orang (29%) dan kadar glukosa darah di atas normal sebanyak 12 orang (71%).

Penelitian ini sejalan dengan teori Wijoyo (2012) dimana pada usia lanjut dapat menyebabkan timbulnya kenaikan kadar glukosa darah (hiperglikemia).

Penelitian ini sejalan dengan Nopiyanti (2017) tentang "Gambaran Kadar Glukosa Darah Pada Perokok Aktif Di Kelurahan Karang Jaya Kecamatan Gandus Palembang" dari 4 orang usia (<60 tahun) di dapatkan hasil sebanyak 4 orang dengan kadar glukosa darah di atas normal sebanyak 1 orang (25%) dan yang memiliki kadar glukosa darah normal sebanyak 3 orang (75%), sedangkan pada usia (60 tahun) didapatkan hasil sebanyak 6 orang dengan kadar glukosa darah di atas normal sebanyak 4 orang (66,67%), dan yang memiliki glukosa normal sebanyak 2 orang (33,3%)

Menurut peneliti, semakin usia lanjut aktifitas fisik cenderung kurang atau kurangnya olahraga, sehingga fungsi sel pankreas dan sekresi insulin yang berkurang sehingga kadar glukosa darah makin menumpuk dalam pembuluh darah.

## 3. Distribusi Frekuensi Kadar Glukosa Darah Pada Perokok Aktif Berdasarkan Lama Merokok

Hasil penelitian dapat diketahui distribusi frekuensi dari lama merokok 10 tahun di dapatkan hasil sebanyak 8 orang dengan kadar glukosa darah normal sebanyak 4 orang (50%) dan kadar glukosa darah di atas normal sebanyak 4 orang (50%), sedangkan dari lama merokok >10 tahun di dapatkan hasil sebanyak 24 orang dengan kadar glukosa darah normal sebanyak 8 orang (33%) dan kadar glukosa darah di atas normal sebanyak 16 orang (67%).

Penelitian ini sejalan dengan teori Bustan (2007) yang menyatakan bahwa makin awal seorang merokok makin sulit untuk berhenti merokok kelak. Rokok juga punya *dose-response effect*, artinya makin muda usia rokok, akan makin besar pengaruhnya.

Penelitian ini sejalan dengan Nopiyanti (2017) tentang "Gambaran Kadar Glukosa Darah pada Perokok Aktif di Kelurahan Karang Jaya Kecamatan Gandus Palembang " dari lama merokok <10 tahun sebanyak 4 orang yang memiliki kadar glukosa di atas normal (25%), dan memiliki kadar glukosa darah normal sebanyak 1 orang (75%). Dari lama merokok 10 tahun sebanyak 6 orang yang memiliki kadar glukosa di atas normal sebanyak 4 orang (66,67%), dan memiliki kadar glukosa darah normal sebanyak 2 orang (33,3%).

## 4. Distribusi Frekuensi Kadar Glukosa Darah Pada Perokok Aktif Berdasarkan Jenis Rokok

Hasil penelitian dapat diketahui dari jenis rokok filter didapatkan hasil sebanyak 16 orang dengan kadar glukosa darah normal 9 orang (56%) dan kadar glukosa darah di atas normal 7 orang (44%). Sedangkan untuk jenis rokok Non Filter didapatkan hasil sebanyak 16 dengan kadar glukosa darah normal sebanyak 3 orang (19%) dan kadar glukosa darah di atas normal sebanyak 13 orang (81%).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Rusdina (2013) diketahui bahwa individu yang menghisap rokok dengan jenis kretek (Non filter) mengalami kejadian toleransi glukosa terganggu paling banyak di bandingkan individu yang menghisap rokok selain kretek (57).

Menurut peneliti seorang perokok Filter maupun Non filter memiliki dampak buruk yang sama, akan tetapi filter mampu untuk menyaring tar dan nikotin dari rokok, sedangkan jenis non filter langsung terhisap tanpa saringan lagi.

## Kesimpulan

1. Distribusi Frekuensi dari 32 orang Perokok aktif, 38% memiliki kadar glukosa darah normal dan 62% memiliki kadar glukosa darah di atas normal.
2. Distribusi Frekuensi berdasarkan usia <40 tahun sebanyak 15 orang dengan kadar glukosa darah normal 54% dan di atas normal 46%. Sedangkan usia 40 tahun sebanyak 17 orang dengan kadar glukosa darah normal 29% dan di atas normal 71 %.
3. Distribusi Frekuensi berdasarkan lama merokok 10 tahun sebanyak 8 orang dengan kadar glukosa normal 50% dan di atas normal 50%. Sedangkan lama merokok >10 tahun sebanyak 24 orang dengan kadar glukosa darah normal 33% dan di atas normal 67%.
4. Distribusi Frekuensi berdasarkan jenis rokok, Filter sebanyak 16 orang dengan kadar glukosa normal 56% dan di atas normal 44%. Sedangkan Non Filter sebanyak 16 orang dengan kadar glukosa darah normal 19% dan di atas normal 81%.

## Daftar Pustaka

- Bustan. M.N. (2007). *Epidimiologi Penyakit Tidak Menular*. Reneka Cipta : Jakarta
- Kasangke, (2015). *Gambaran Kadar Gula Sesaat Pada Dewasa Muda Usia 20-30 Tahun Dengan Indeks Massa Tubuh (IMT)>23 kg/m<sup>2</sup>*. Jurnal e-Biomedik (eBm)
- Mashudi, (2011). *Pengaruh Progressive Muscle Relaxation Terhadap Kadar Glukosa Darah Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 di Rumah Sakit Umum daerah Raden Mattaher Jambi*. Jurnal e-Biomedik (eBm)
- Nopiyanti, (2017). *Gambaran Kadar Glukosa Darah Pada Perokok Aktif Di Kelurahan Karang Jaya Kecamatan Gandus Palembang Tahun 2017*. Karya Tulis Ilmiah. Stikesmas Abdi Nusa Palembang
- Suparmin, Siskawati. (2010). *Beda Kadar Glukosa Darah Pada Pria Perokok Dan Bukan Perokok Tembakau Usia 20-60 Tahun Di Salemba*. KRIPSI UNIVERSITAS INDONESIA
- Wahyuni, H.S.C.I. (2018). *Gambaran Kadar Glukosa Darah Pada Perokok Atiif di Posyandu Cempaka Lingkungan RT.14 RW.09 Kelurahan Siring Agung Kecamatanllir Barat I Palembang*. KTI STIKESMAS ABDI NUSA PALEMBANG
- Wijoyo, (2012). *Cara Tuntas Menyembuhkan Diabetes Dengan herbal*. Pustaka Agro Indonesia : Jakarta