

HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KADAR GULA DARAH PADA PENDERITA DIABETES MELITUS DI PUSKESMAS BANYUANYAR KOTA SURAKARTA

¹Ellyn Rochmiati, ²Ika Silvitasari
ellynrochmiati286@gmail.com
Universitas 'Aisyiyah Surakarta

ABSTRAK

Latar belakang: Diabetes melitus merupakan penyakit gangguan metabolik kronis yang ditandai peningkatan kadar gula darah (hiperglikemia) akibat ketidakseimbangan suplai insulin. Diperkirakan setidaknya 463 juta orang menderita diabetes melitus di seluruh dunia pada tahun 2019. Sementara itu, prevalensi diabetes di Jawa Tengah mencapai 2,1%. berdasarkan sumber data dari Dinas Kesehatan Kota Surakarta tahun 2022, diabetes melitus menempati proporsi ke dua sebesar 16,73%. Puskesmas Banyuanyar merupakan Puskesmas dengan data diabetes melitus tertinggi dengan jumlah 1003 penderita. Puskesmas Banyuanyar sendiri juga mengalami peningkatan selama lima tahun terakhir, yaitu sebesar 8,82%. Peningkatan kadar gula darah dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu kurang olahraga, proses penuaan, kehamilan, merokok dan stres. Saat stres juga terjadi peningkatan hormon, yaitu hormon adrenalin dan kortisol dimana hormon ini meningkatkan gula darah, sehingga ini dapat mempengaruhi penderita diabetes melitus. **Tujuan:** Mengetahui hubungan stres dengan kadar gula darah penderita diabetes melitus di Puskesmas Banyuanyar Kota Surakarta. **Metode:** Jenis penelitian ini adalah kuantitatif, dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi sebanyak 70 responden, dengan teknik total sampling. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara tingkat stres dengan kadar gula darah pada penderita diabetes melitus di Puskesmas Banyuanyar Kota Surakarta. **Kesimpulan:** Dari uji statistik dengan *Spearman-Rho*, didapatkan $p\text{-value}=0.000 < 0.05$, yang artinya ada hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan kadar gula darah pada penderita diabetes melitus di Puskesmas Banyuanyar Kota Surakarta.

Kata kunci: Tingkat Stres, Kadar Gula Darah, Diabetes Melitus