

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Stres merupakan suatu reaksi tubuh yang tidak spesifik terhadap keinginan yang digagalkan, suatu fenomena yang tidak dapat dihindari dan bersifat universal yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari dan dialami oleh setiap orang. Stres memiliki dampak holistik pada individu khususnya fisik, psikologis, intelektual, sosial, dan spiritual, serta mengganggu keseimbangan fisiologis (Lumban Gaol, 2016).

Glukosa adalah sumber tenaga utama bagi tubuh manusia untuk secara bersamaan mengubah glukosa menjadi glikogen melalui proses glikolisis (Syahrizal & Marisa., 2020). Glukosa darah merupakan hasil pemecahan karbohidrat dari makanan yang berfungsi sebagai sumber energi tubuh yang perlu dijaga dalam batas normal agar fungsi tubuh optimal (PERKENI, 2021)

Diabetes Melitus adalah penyakit kronis yang disebabkan karena pancreas tidak dapat memproduksi cukup insulin (hormon yang mengatur glukosa darah) atau ketika tubuh tidak dapat menggunakan insulin yang dihasilkan secara efektif sehingga terjadinya peningkatan glukosa dalam darah (hiperglikemia) (WHO, 2023)

Menurut *International Diabetes Federation* (IDF, 2024) tahun 2024 589 juta orang dewasa (20-79 tahun) di seluruh dunia hidup dengan diabetes 1 dari 9 orang. Jumlah total penderita diabetes pada orang dewasa diprediksi akan meningkat menjadi 853 juta pada tahun 2050 1 dari 8 orang. IDF memprediksi adanya kenaikan jumlah penyandang DM di Indonesia dari 9,1 juta pada tahun

2014 menjadi 14,1 juta pada tahun 2035 (Kusuma & Suharyanto, 2024). Provinsi Jawa Timur masuk ke dalam lima Provinsi dengan prevalensi diabetes tertinggi. Berdasarkan data (Riskesdas, 2022), prevalensi diabetes mellitus Provinsi Jawa Timur sebesar 2,6%. Salah satu kota di Jawa timur yaitu di wilayah kerja Jetis pada tahun 2024 penderita Diabetes Mellitus menyentuh angka 563.

Menurut (Suraiko, 2020) Menyimpulkan bahwa salah satu faktor yang dapat meningkatkan level gula darah adalah keadaan stres. Tekanan yang terlalu tinggi memicu respons fisik dan emosional dari tubuh. Stres mengakibatkan peningkatan produksi adrenalin yang berlebihan, yang pada gilirannya meningkatkan kebutuhan fisik akan vitamin B, mineral, zinc, potasium, dan kalsium. Sebagai akibatnya, stres memiliki pengaruh yang signifikan terhadap sistem metabolik. Respons tubuh yang umum terhadap berbagai tuntutan atau beban berlebihan yang muncul dalam kehidupan sehari-hari dan tidak bisa dihindari dikenal sebagai stres. Jika stres berlanjut tanpa henti, ini dapat menyebabkan dampak psikologis seperti kecemasan dan depresi serta kesulitan dalam berfungsi (hawari & Dadang, 2021).

Stress dapat menyebabkan peningkatan kadar gula darah pada individu yang menderita diabetes melitus dibandingkan dengan individu yang tidak menderita diabetes melitus. Dalam situasi stress, terjadi peningkatan hormon ketokolamin, endorfin, glukagon, glukokortikoid dan hormon pertumbuhan yang meningkatkan produksi hormon kortisol. Kortisol adalah hormon yang menghalangi efek insulin dan menyebabkan peningkatan kadar gula darah (Anggraeni & Herlina, 2021)

Selain menghalangi efek insulin, kortisol juga mempunyai peran penting bagi tubuh yang berfungsi untuk mengelola penggunaan karbohidrat, lemak, serta protein, mengurangi peradangan, mengendalikan tekanan darah, mengatur pola tidur dan mampu meningkatkan energi.

Stress yang dapat timbul pada penderita diabetes mellitus antara lain, stres fisiologis dapat berupa gangguan pengontrolan glukosa darah, luka yang sukar sembuh, polydipsia, polifagia, kelelahan dan mengantuk. Stres psikologis dapat berupa menurunnya peran dalam rumah tangga, kehilangan pekerjaan, dan menurunnya pendapatan. Stres emosional dapat berupa sikap menyangkal, obsesi, mudah marah, ketakutan dan frustrasi.

Stress interpersonal dapat berupa acuh dan mendiamkan orang lain, kepercayaan terhadap orang menurun, mudah mengingkari janji pada orang lain, senang mencari kesalahan orang lain atau menyerang kata-kata, menutup diri secara berlebihan dan mudah menyalahkan orang lain, serta stress intelektual dapat berupa mudah lupa, pikiran kacau, daya ingat menurun, sulit berkonsentrasi, suka melamun berlebihan. (Anggraeni & Herlina, 2021)

Pasien dengan tingkat stres rendah cenderung memiliki dukungan sosial dan pola adaptasi yang baik sehingga kadar glukosa darahnya lebih terkontrol. Kondisi ini menunjukkan bahwa tingkat stres berperan penting dalam pengelolaan kadar glukosa darah pada pasien diabetes melitus (Makalew & Katuuk, 2021)

Menurut (Hendrawati & Makalew, 2025) menyatakan bahwa stres pada seseorang tidak hanya di picu oleh faktor lingkungan, melainkan juga berasal dari pribadi individu itu sendiri. Adanya stres tersebut dapat berubah

sesuai dengan perkembangan dan kemampuan coping yang di miliki pasien. Oleh karena itu, dukungan sosial dan interaksi yang positif sangat penting dalam mengurangi tingkat stres yang dialami pasien diabetes melitus, yang pada akhirnya dapat membantu dalam pengendalian kadar glukosa darah (Syaripudin, dkk. 2023).

Berdasarkan uraian pada latar belakang masalah, stres merupakan kondisi yang sering dialami oleh pasien Diabetes Melitus dan berpotensi memengaruhi kestabilan kadar gula darah. Peningkatan jumlah penderita Diabetes Melitus, khususnya di wilayah kerja Puskesmas Jetis, menunjukkan perlunya perhatian terhadap faktor-faktor non-fisik seperti stres yang dapat berdampak pada kondisi metabolik pasien. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk memperoleh gambaran tingkat stres dan kadar gula darah pada pasien Diabetes Melitus di wilayah kerja Puskesmas Jetis.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana tingkat stres pada pasien diabetes melitus dan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus.

1.3 Tujuan Masalah

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui Gambaran Tingkat Stres dan Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Melitus

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi Tingkat Stres pada Pasien Diabetes Melitus
2. Mengidentifikasi kadar gula darah pada Pasien Diabetes Melitus

1.4 Manfaat Penulisan

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu pengetahuan dibidang kesehatan, khususnya keperawatan dan kesehatan masyarakat, mengenai hubungan antara tingkat stres dan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus. Penelitian ini dapat menjadi sumber referensi ilmiah untuk memperkaya kajian teoritis tentang pengaruh faktor psikologis terhadap kondisi fisiologis pada pasien diabetes melitus.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Pasien

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran pasien diabetes melitus tentang pentingnya pengelolaan stres dalam upaya menjaga kestabilan kadar gula darah. Dengan demikian, pasien diharapkan mampu menerapkan strategi pengelolaan stres secara mandiri sebagai bagian dari pengendalian penyakit diabetes melitus.

2. Bagi Penulis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan wawasan penulis mengenai hubungan antara tingkat stres dan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus. Selain itu, penelitian ini menjadi sarana bagi penulis untuk mengaplikasikan ilmu dan keterampilan yang telah diperoleh selama masa pendidikan ke dalam praktik penelitian secara langsung.

3. Bagi Perawat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi bagi perawat mengenai gambaran tingkat stres dan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus, sehingga dapat digunakan sebagai dasar dalam pemberian edukasi dan asuhan keperawatan.

4. Bagi Instansi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan informasi bagi instansi pelayanan kesehatan mengenai kondisi tingkat stres dan kadar gula darah pasien diabetes melitus sebagai data pendukung dalam perencanaan program pelayanan kesehatan