

HUBUNGAN TINGKAT STRESS DENGAN KADAR GULA DARAH ORANG TUA MUDA PENDERITA DIABETES MELLITUS DI RT 007 RW 001 DESA JAYALAKSANA KECAMATAN CABANGBUNGIN KABUPATEN BEKASI

Maswiyah¹, Nurti Yunika Kristina Gea² Ernauli Meliyana³
^{1,2,3} Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Medistra Indonesia

Email: maswiyah2011@gmail.com

Abstrak

Latar belakang: Diabetes Mellitus (DM) suatu gangguan dari pancreas, organ yang bisa menghasilkan insulin. Diabetes tidak dapat disembuhkan, tetapi dapat dikontrol dengan pengobatan seumur hidup. Penderita diabetes mellitus tentu saja memiliki pantangan memakan makanan yang mengandung banyak gula serta mengurangi konsumsi lemak karena dikhawatirkan membuat gula darah melebihi batas normal.

Stress yang dialami oleh penderita diabetes mellitus dapat berdampak pada gangguan pengontrolan glukosa. Pada keadaan stress akan terjadi peningkatan produksi berlebih pada kortisol, stress yang tinggi dapat memicu peningkatan kadar glukosa darah dalam tubuh, sehingga semakin tinggi stress yang dialami oleh penderita diabetes mellitus maka diabetes mellitus yang diderita juga semakin bertambah buruk.

Tujuan penelitian: Untuk mengetahui hubungan tingkat stress dengan kadar gula darah orang tua muda penderita diabetes melitus di RT 007 RW 001 Desa Jayalaksana Kecamatan Cabangbungin Kabupaten Bekasi.

Metode penelitian: Penelitian ini menggunakan desain penelitian *observasional analitik* dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Populasi dari penelitian ini adalah 101 responden. Untuk menentukan jumlah sampel dalam penelitian ini menggunakan rumus slovin, sampel dalam penelitian ini sebanyak 81 responden. Teknik sampling dalam penelitian ini menggunakan *non random (Non Probability) sampling (Purposive Sampling)*.

hasil penelitian : Berdasarkan hasil analisa statistic menggunakan uji chi square test diperoleh nilai *p* value sebesar $0,002 < 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak.

Kesimpulan: Ada hubungan tingkat stress dengan kadar gula darah orang tua muda penderita diabetes melitus di RT 007 RW 001 Desa Jayalaksana Kecamatan Cabangbungin Kabupaten Bekasi.

Kata Kunci: Tingkat Stress, Kadar Gula Darah, Diabetes Mellitus

Abstract

Background: Diabetes Mellitus (DM) is a disorder of the pancreas, an organ that can produce insulin. Diabetes cannot be cured, but it can be controlled with lifelong medication. People with diabetes mellitus of course have taboos on eating foods that contain a lot of sugar and reduce fat consumption because it is feared to make blood sugar exceed normal limits.

Stress experienced by people with diabetes mellitus can have an impact on glucose control disorders. In a state of stress there will be an increase in excess production of cortisol, high stress can trigger an increase in blood glucose levels in the body, so that the higher the stress experienced by people with diabetes mellitus, the diabetes mellitus suffered also gets worse.

Objective: To determine the relationship between stress levels and blood sugar levels of young parents with diabetes mellitus in RT 007 RW 001 Jayalaksana Village, Cabangbungin District, Bekasi Regency.

Research method: This study used an analytic observational research design using a cross sectional approach. The population of this study was 101 respondents. To determine the number of samples in

this study using the Slovin formula, the sample in this study was 81 respondents. The sampling technique in this study uses non-random (Non Probability) sampling (Purposive Sampling).

research results: *Based on the results of statistical analysis using the chi square test, the p value of $0.002 < 0.05$ was obtained. This shows that H_0 is rejected.*

Conclusion: *There is a relationship between stress levels and blood sugar levels of young parents with diabetes mellitus in RT 007 RW 001 Jayalaksana Village, Cabangbungin District, Bekasi Regency.*

Keywords: *Stress Level, Blood Sugar Level, Diabetes Mellitus*

1. PENDAHULUAN

Diabetes Mellitus (DM) suatu gangguan dari pancreas, organ yang bisa menghasilkan insulin. Diabetes tidak dapat disembuhkan, tetapi dapat dikontrol dengan pengobatan seumur hidup (Nugroho & Scorviani, 2010). Penderita diabetes mellitus tentu saja memiliki pantangan memakan makanan yang mengandung banyak gula serta mengurangi konsumsi lemak karena dikhawatirkan membuat gula darah melebihi batas normal (Novitasari, 2021). Saat ini, banyak orang yang masih menganggap penyakit diabetes merupakan penyakit orang tua atau penyakit yang hanya timbul karena faktor keturunan. Padahal, setiap orang dapat mengidap diabetes, baik tua maupun muda (Maulana, 2020).

Berdasarkan data *International Diabetes Federation (IDF)* prevalensi penderita Diabetes Mellitus (DM) tahun 2019 adalah sebanyak 463 juta jiwa di seluruh dunia dan diprediksi akan terus meningkat mencapai 700 juta jiwa pada tahun 2045 (IDF 2019; Sasombo, Katuuk, & Bidjuni, 2021). Menurut survey yang dilakukan *World Health Organization/ WHO*, Indonesia menempati urutan ke 4 dengan jumlah penderita diabetes terbesar di dunia setelah India, Cina dan Amerika Serikat. Dengan prevalensi 8,6% dari total penduduk, diperkirakan pada tahun 1995 terdapat 4,5 juta pengidap diabetes dan pada tahun 2025 diperkirakan meningkat 12,4 juta penderita. Sedangkan dari data Depkes, jumlah pasien diabetes rawat inap maupun rawat jalan di rumah sakit menempati urutan pertama dari seluruh penyakit endokrin (Maulana, 2020).

Diabetes Mellitus disebabkan karena berkurangnya produksi dan ketersediaan insulin dalam tubuh atau terjadinya gangguan fungsi insulin yang sebenarnya berjumlah cukup. Kekurangan insulin disebabkan adanya kerusakan sebagian kecil atau sebagian besar sel-sel beta pulau Langerhans dalam kelenjar pankreas yang berfungsi menghasilkan insulin (Maulana, 2020). Selain penyebab di atas, Diabetes mellitus juga disebabkan oleh banyak faktor diantaranya adalah faktor keturunan/genetik, virus dan bakteri, bahan toksin/beracun, nutrisi, kadar kortikosteroid yang tinggi, kehamilan diabetes gestasional, obat-obatan yang dapat merusak pankreas dan racun yang memengaruhi pembentukan atau efek dari insulin (Maulana, 2020).

Stress yang dialami oleh penderita diabetes mellitus dapat berdampak pada gangguan pengontrolan glukosa. Pada keadaan stress akan terjadi peningkatan produksi berlebih pada kortisol, yaitu hormon yang dapat melawan efek insulin dan menyebabkan kadar glukosa darah tinggi. Stress yang tinggi dapat memicu peningkatan kadar glukosa darah dalam tubuh, sehingga semakin tinggi stress yang dialami oleh penderita diabetes mellitus maka diabetes mellitus yang diderita juga semakin bertambah buruk (Naebabo & DyanKusumaningrum, 2020).

Stress dapat dialami oleh orang tua muda, beberapa faktor yang dapat memicu Stress yaitu 1) menghadapi kenakalan tingkah anak (pola asuh anak),

dan 2) faktor ekonomi. Dari stress yang dialami oleh orang tua muda, sehingga mereka kurang gerak dan pola makan yang salah.

Selain beberapa faktor di atas yang dapat memicu stress, pada saat sekarang dengan adanya pandemi Covid-19 karena dengan adanya pandemi Covid-19 ini masyarakat RT 007 RW 001 Desa Jayalaksana Kecamatan Cabangbungin 1) yang pekerjaannya berjualan/berdagang mengalami penurunan pendapatan untuk keluarganya. 2) yang terjangkit Covid-19 harus mengalami isolasi sehingga menjadi beban pikiran karena harus terpisah untuk sementara dengan keluarganya dan keluarga yang di rumah pun sebaliknya (memikirkan yang diisolasi). 3) yang bekerja di perusahaan ada yang mengalami pengurangan karyawan.

Peningkatan hormon kortisol akibat stress akan semakin menghambat kerja hormon insulin, sehingga gula darah menjadi semakin melonjak tinggi. Akibat negatif lain dari kondisi stress adalah, adanya stimulasi saraf simpatis yang mengakibatkan vasokonstriksi pembuluh darah, sehingga akan meningkatkan resistensi tahanan perifer. Hal tersebut menyebabkan tekanan darah meningkat, beban kerja jantung semakin berat, dan berkurangnya perfusi jaringan perifer (Anita, 2021).

Berdasarkan uraian di atas penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Tingkat Stress dengan Kadar Gula Darah pada Orang Tua Muda Penderita Diabetes Melitus di RT 007 RW 001 Desa Jayalaksana Kecamatan Cabangbungin Kabupaten Bekasi”.

2. METODE PENELITIAN

Rancangan penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, dengan Desain penelitian yaitu *observasional analitik* dan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juni tahun 2022 s/d selesai. Tempat penelitian ini dilaksanakan di RT. 007 RW. 001 Desa Jayalaksana Kecamatan Cabangbungin Kabupaten Bekasi. Jumlah populasi penelitian ini adalah 101 orang tua muda, sampel dalam penelitian ini menggunakan rumus slovin dengan jumlah populasi 101 orang tua muda yaitu sebagai berikut :

Rumus :

$$n = \frac{N}{Ne^2 + 1}$$

Keterangan :

n = jumlah sampel

N = jumlah populasi

e = nilai presisi/ketelitian sebesar 95% atau 0,05

berdasarkan rumus diatas besar sampel dalam penelitian ini dihitung sebagai berikut:

$$n = \frac{101}{101(0,05)^2 + 1}$$

$$n = \frac{101}{101(0,0025) + 1}$$

$$n = \frac{101}{0,2525 + 1}$$

$$n = \frac{101}{1,2525} = 80,63 \text{ dibulatkan menjadi } 81$$

Jadi sampel dalam penelitian ini sebanyak 81 responden

Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *non random (Non Probability) sampling (Purposive Sampling)*.

Pengumpulan data berupa usia, jenis kelamin, riwayat pendidikan, pekerjaan lama menderita tingkat stres dan kadar gula darah melalui angket / kuesioner

Analisa data menggunakan univariat untuk menggambarkan variabel tingkat stres dan kadar gula darah. Analisa bivariat untuk melihat hubungan antara tingkat stres dengan kadar gula darah dengan

uji *chi-square*.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Karakteristik responden berdasarkan usia

Usia	Frekuensi	Persentasi (%)
19-25 tahun	31	38,3
26-35 tahun	50	61,7
Total	81	100,0

(Sumber : Hasil pengolahan data komputerisasi oleh Maswiyah, Juni 2022)

Tabel 2. Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentasi (%)
Laki-laki	16	19,8
Perempuan	65	80,2
Total	81	100,0

(Sumber : Hasil pengolahan data komputerisasi oleh Maswiyah, Juni 2022)

Tabel 3. Karakteristik responden berdasarkan Pendidikan

Pendidikan Terakhir	Frekuensi	Persentasi (%)
SD-SMP	17	21,0
SLTA/Sederajat	52	64,2
Diploma/Sarjana	12	14,8
Total	81	100,0

(Sumber : Hasil pengolahan data komputerisasi oleh Maswiyah, Juni 2022)

Tabel 4. Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan

Pekerjaan	Frekuensi	Persentasi (%)
IRT	30	37,0
Buruh	2	2,5
wiraswasta	36	44,4
Bekerja	13	16,0
Total	81	100,0

(Sumber : Hasil pengolahan data komputerisasi oleh Maswiyah, Juni 2022)

Tabel 5 Karakteristik responden berdasarkan lama menderita diabetes melitus

Lama menderita	Frekuensi	Persentasi (%)
1-5 tahun	79	97,5
6-10 tahun	2	2,5
Total	81	100,0

(Sumber : Hasil pengolahan data komputerisasi oleh Maswiyah, Juni 2022)

Tabel 6. Hubungan Tingkat Stres pada Orang Tua Muda Penderita Diabetes Mellitus

Variabel	Kategori	Jumlah	Persentase (%)
Tingkat stress	Ringan	15	18,5
	Sedang	66	81,5
Total		81	100,0

(Sumber : Hasil pengolahan data komputerisasi oleh Maswiyah, Juni 2022)

Tabel 7. Hubungan Kadar Gula Darah pada Orang Tua Muda Penderita Diabetes Mellitus

Variabel	Kategori	Jumlah	Persentase (%)
Kadar Gula Darah	Tinggi	8	9,9
	Sedang	41	50,6
	Rendah	32	39,5
Total		81	100,0

(Sumber : Hasil pengolahan data komputerisasi oleh Maswiyah, Juni 2022).

Tabel 8. Hubungan Tingkat Stres dengan Kadar Gula Darah Orang Tua Muda Penderita Diabetes Mellitus

Frekuensi Tingkat Stres	Kadar Gula Darah								P-Value
	Rendah		Sedang		Tinggi		Total		
	N	%	N	%	N	%	N	%	
Ringan	12	5,9	3	7,6	0	1,5	15	15,0	0,002
Sedang	20	26,1	38	33,4	8	6,5	66	66,0	
Total	32	32,0	41	41,0	8	8,0	81	81,0	

(Sumber : Hasil pengolahan data komputerisasi oleh Maswiyah, Juni 2022)

Berdasarkan Hubungan Tingkat Stres dengan Kadar Gula Darah Orang Tua Muda Penderita Diabetes Mellitus di atas menunjukkan bahwa dari 81 responden sebanyak 66 total responden (81,5%) dengan frekuensi Tingkat Stres dalam kategori “Sedang” yang “Kadar Gula Darah Rendah” sebanyak 20 responden (26,1%) dan “Kadar Gula Darah Sedang” 38 responden (33,4%) dan “Kadar Gula Darah Tinggi” sebanyak 8 responden (6,5%).

Pada responden yang memiliki frekuensi Tingkat Stres “Ringan” sebanyak 15 total responden (18,5%) yang “Kadar Gula Darah Rendah” sebanyak 12 responden (5,9%) dan “Kadar Gula Darah Sedang” 3 responden (7,6%) dan “Kadar Gula Darah Tinggi” sebanyak 0 responden (1,5%).

Pada Analisis Bivariat peneliti menguji antara Hubungan Tingkat Stress dengan Kadar Gula Darah Orang Tua Muda Penderita Diabetes Mellitus di RT 007 RW 001 Desa Jayalaksana Kecamatan Cabangbungin Kabupaten Bekasi. Berdasarkan Hasil Uji Statistik di peroleh nilai *p-value* (0,002) lebih kecil dari nilai alpa (<0,05) yang berarti H_0 ditolak, artinya terdapat Hubungan Tingkat Stress dengan Kadar Gula Darah Orang Tua Muda Penderita Diabetes Mellitus di RT 007 RW 001 Desa Jayalaksana Kecamatan Cabangbungin Kabupaten Bekasi.

Distribusi Frekuensi Tingkat Stres pada Orang Tua Muda di RT 007 RW 001 Desa Jayalaksana Kecamatan Cabangbungin Kabupaten Bekasi

Berdasarkan tabel 6 di atas didapatkan sebagian besar penderita diabetes mellitus di RT 007 RW 001 Desa Jayalaksana Kecamatan Cabangbungin Kabupaten Bekasi mengalami stress sedang sebanyak 66 responden (81,5%). Hal ini kemungkinan dipengaruhi oleh faktor pekerjaan.

Hasil penelitian berdasarkan pekerjaan yang dijelaskan pada tabel 4 dapat diketahui bahwa sebagian responden didapatkan 36 responden (44,4%) adalah wiraswasta. Hasil penelitian ini

menunjukkan data tentang status pekerjaan dibagi secara terpisah-pisah (ada yang bekerja sebagai pedagang dan bertani), sehingga yang nampak tertinggi adalah wiraswasta.

Sejalan dengan hasil penelitian (Nugroho, Septian Adi, 2017) pada 48 responden pada pasien diabetes mellitus di puskesmas Sukoharjo mengalami stres. hal ini terlihat dari data yang diperoleh yaitu 25 responden (52%) berada pada tingkat stres berat. Selanjutnya sedang sebanyak 20 responden (42%), dan ringan sebanyak 3 responden (6%).

Stress suatu respon alami dari tubuh kita ketika mengalami tekanan dari lingkungan. Dampak dari stress beraneka ragam, dapat mempengaruhi kesehatan mental maupun fisik. Salah satu dampak dari stress terhadap kesehatan adalah kadar gula darah.

Dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa penyakit yang diderita seseorang dapat menjadi sumber stress, hal ini disebabkan oleh tingkat pemahaman tentang penyakit, sehingga orang yang menderita penyakit menjadi takut dan akhirnya timbul stress. Penyakit merupakan keadaan yang mengancam nyawa seseorang dan hal itu telah diketahui oleh semua orang, bahwa dalam keadaan normal sebelum seseorang meninggal dunia. Untuk itu penyakit sering menjadi sumber stress yang sangat tinggi, apalagi orang yang sedang menderita suatu penyakit misalnya diabetes mellitus itu kurang memahami apa yang dialami dan pengobatannya.

Distribusi Frekuensi Kadar Gula Darah pada Orang Tua Muda di RT 007 RW 001 Desa Jayalaksana Kecamatan Cabangbungin Kabupaten Bekasi

Berdasarkan tabel 7 hasil peneliti terhadap 81 responden di RT 007 RW 001 Desa Jayalaksana Kecamatan Cabangbungin Kabupaten Bekasi bahwa sebagian besar responden yang mengalami kadar gula darah sedang sebanyak 41 responden (50,6%). Hal ini kemungkinan dipengaruhi oleh faktor yaitu jenis kelamin pekerjaan dan pendidikan.

Hasil analisis menunjukkan jumlah penderita diabetes mellitus perempuan lebih besar yaitu 65 responden (80,2%) dari pada laki-laki yaitu 16 responden (19,8%). Perempuan lebih beresiko mengidap diabetes karena secara fisik perempuan memiliki peluang peningkatan indeks masa tubuh (IMT).

Obesitas adalah penyebab utama diabetes tipe 2 yang dapat dimodifikasi, sementara susunan genetik juga dapat mengidentifikasi individu dengan kemungkinan lebih besar untuk mengembangkan kondisi tersebut, menurut para peneliti, karena kita dilahirkan dengan gen kita, dimungkinkan untuk menentukan sejak dini siapa yang memiliki peluang tinggi terkena diabetes selama hidup. Mereka melakukan penelitian ini untuk mengetahui apakah menggabungkan risiko warisan dengan indeks massa tubuh (IMT) saat ini dapat mengidentifikasi orang-orang dengan risiko tertinggi terkena diabetes. Semakin tinggi IMT, semakin besar risiko kita.

Menurut para peneliti, risiko diabetes yang diturunkan dinilai menggunakan 6,9 juta gen. Tinggi dan berat badan diukur menunjukkan bahwa yang berada dalam kelompok IMT tertinggi memiliki 11 kali lipat peningkatan risiko diabetes dibandingkan dengan IMT terendah.

Menurut para peneliti menemukan bahwa durasi peningkatan IMT tidak berdampak pada risiko diabetes. Artinya, ketika orang melewati ambang IMT tertentu, peluang mereka terkena diabetes naik dan tetap pada tingkat risiko tinggi yang sama terlepas dari berapa lama mereka kelebihan berat badan.

Para peneliti mengatakan bahwa mungkin juga untuk membalikkan diabetes dengan menurunkan berat badan pada tahap awal sebelum kerusakan permanen terjadi. Untuk menjaga kadar gula darah yaitu bisa membuat beberapa perubahan gaya hidup. Ikuti diet sehat dan bergizi yang mencakup lebih banyak buah dan sayuran segar, berolahraga secara teratur, cukup tidur setiap malam dan hindari stres. (Soesanti Hrini Hartono, 2021)

Berdasarkan factor yang dapat dipengaruhi kadar gula darah selanjutnya yaitu tingkat pendidikan, dari 81 responden sebagian besar berpendidikan SLTA/ sederajat adalah 52 responden (64,2%). menurut Noto Admojo 2011 bahwa pendidikan dan pengetahuan merupakan factor yang dapat mempengaruhi status kesehatan. Dengan pendidikan dan pengetahuan yang tinggi maka

penyerapan informasi guna memotivasi agar meningkatkan kualitas kesehatannya. Sehingga bila penderita diabetes dengan pendidikan yang tinggi akan berusaha untuk meningkatkan derajat kesehatannya guna menurunkan tingkat kadar gula darahnya.

Sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan pada 45 responden pada pasien diabetes mellitus di kota madiun mengalami stress sebanyak 22 responden pasien dengan kategori tingkat stress sangat tinggi dan pada hasil kategori kadar gula darah terdapat 23 responden pasien yang memiliki kadar gula darah sangat tinggi. Diperoleh kesimpulan bahwa terdapat hubungan tingkat stress dengan kadar gula darah. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat stress, maka semakin tinggi kadar gula darah tersebut (Andhika Tri Anita, 2018).

Peneliti berasumsi tingkat pendidikan dan pengetahuan yang tinggi pada seseorang merupakan salah satu upaya persuasi atau pembelajaran kepada masyarakat agar mau melakukan tindakan-tindakan untuk memelihara atau mengatasi masalah-masalah dan meningkatkan kesehatannya. Pendidikan mempunyai kaitan yang tinggi terhadap perilaku penderita diabetes mellitus untuk menjaga dan meningkatkan kesehatannya. Dalam melakukan pengendalian kadar gula darah agar tetap stabil. Diharapkan semakin tinggi tingkat pendidikan pada penderita diabetes mellitus maka semakin banyak pengetahuan yang dimiliki sehingga penderita diabetes mampu melakukan pengendalian kadar gula darah dengan baik apabila didasari dengan pengetahuan mengenai penyakit diabetes mellitus, baik tanda dan gejala serta penata laksanaannya.

Hubungan Tingkat Stres dengan Kadar Gula Darah Orang Tua Muda Penderita Diabetes Mellitus di RT 007 RW 001 Desa Jayalaksana Kecamatan Cabangbungin Kabupaten Bekasi

Berdasarkan hasil pengujian dengan uji statistik uji chii square menunjukkan bahwa ada korelasi nilai sebesar 12,868^a dengan signifikan p- value sebesar 0,002 <0,05 dengan arah korelasi yang positif artinya semakin tinggi stress maka semakin tinggi kadar gula darah pada penderita diabetes mellitus, sebaliknya semakin rendah tingkat stress maka semakin rendah pula kadar gula darah pada penderita diabetes mellitus.

Stress merupakan suatu respon alami dari tubuh kita ketika mengalami tekanan dari lingkungan, dampak dari stress beraneka ragam, dapat mempengaruhi kesehatan mental maupun fisik. Salah satu dampak dari stress terhadap kesehatan adalah kadar gula darah.

Kondisi stress yang terus berlangsung dalam rentang waktu yang lama, membuat pancreas menjadi tidak dapat mengendalikan produksi insulin sebagai hormone pengendalian gula darah. Kegagalan pancreas memproduksi insulin tepat pada waktunya ini yang menyebabkan rangkaian penyakit metabolic seperti diabetes mellitus. Bila ditambah dengan gaya hidup yang buruk, kurang olah raga, serta memiliki faktor risiko diabetes, maka bukan tidak mungkin penyakit yang di identikan dengan penyakit perkotaan tersebut akan terjadi. Gula memang menjadi penyebab diabetes, tapi stress bisa menjadi pemicu terjadinya diabetes lebih cepat. Jadi sebenarnya mengkonsumsi gula bukan dihilangkan, tapi dikurangi. Sedangkan kalau bisa, hindari hal yang membuat stress.

Berdasarkan perhitungan dan data di atas dapat disimpulkan bahwa ada hubungan tingkat stress dengan kadar gula darah orang tua muda dengan penderita diabetes mellitus di RT 007 RW 001 Desa Jayalaksana Kecamatan Cabangbungin Kabupaten Bekasi. Semakin tinggi tingkat stress seseorang maka semakin tinggi juga kadar gula darah seseorang, sebaliknya semakin rendah tingkat stress seseorang maka semakin rendah pula kadar gula darahnya.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang “Hubungan Tingkat Stres dengan Kadar Gula Darah Orang Tua Muda Penderita Diabetes Mellitus di RT 007 RW 001 Desa Jayalaksana Kecamatan Cabangbungin Kabupaten Bekasi”, dan pembahasan yang telah di jelaskan sebelumnya, maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Tingkat Stres pada orang tua muda dari 81 responden terbanyak dengan kategori sedang sebanyak 66
2. Kejadian peningkatan kadar gula darah dari 81 responden terbanyak dengan ketegori sedang sebanyak 41
3. Berdasarkan penelitian yang dilakukan dengan uji statistik diperoleh nilai P-value sebesar 0.002 Hal ini menunjukkan p-value (0,002) lebih kecil dari nilai alpha (<0,05) yang berarti Ho ditolak, yang artinya Ada Hubungan Tingkat Stres dengan Kadar Gula Darah Orang Tua Muda Penderita Diabetes Mellitus di RT 007 RW 001 Desa Jayalaksana Kecamatan Cabangbungin Kabupaten Bekasi.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Andhika Tri Anita. (2018, Juli). Hubungan Tingkat Stress dengan Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Mellitus di RSUD Kota Madiun. p. 40.
- Anita, D. C. (2021). *Distress Diabetes Kajian Terhadap Berbagai Faktor Yang Mempengaruhi Distress Pada Pasien Diabetes*. Yogyakarta: Cv Budi Utama.
- Anwar, F. (2016, Desember Kamis). *Jadi Orang Tua di Usia Muda Berdampak Juga pada Pola Asuh ke Anak*. Retrieved from detikhealth: <https://health.detik.com/ibu-dan-anak/d-3372391/jadi-orang-tua-di-usia-muda-berdampak-juga-pada-pola-asuh-ke-anak>
- Barseli, M., Ifdil, & Nikmarijal. (2017). Konsep Stress Akademik Siswa. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 2.
- Dharma, K. K. (2011). *Metodelogi Penelitian Keperawatan*. Jakarta: Trans Info Media.
- Hakim, L. N. (2020). Urgensi Revisi Undang Undang tentang Kesejahteraan Lanjut Usia. *Jurnal Masalah-masalah Sosial*, 6.
- I Ketut Swarjana, S.K.M., M.P.H., Dr.PH. (2022). *Konsep Pengetahuan, Sikap, Perilaku, Persepsi, Stres, Kecemasan, Nyeri, Dukungan Sosial, Kepatuhan, Motivasi, Kepuasan, Pandemi Covid-19, Akses Layanan Kesehatan-Lengkap Dengan Konsep Teori, Cara Mengukur Variabel, Dan Contoh Kuesioner*. Yogyakarta 55281: Andi (Anggota Ikapi).
- Ikhwan, Astuti, E., & Misriyani. (2018). Hubungan Kadar Gula Darah dengan Tingkat Stress Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Pencerah*, 1.
- Jiwintarum, Y., Fauzi, I., Diarti, M. W., & Santika, I. N. (2019). Penurunan Kadar Gula Darah Antara Yang Melakukan Senam Jantung Sehat Dan Jalan Kaki. *Jurnal Kesehatan Prima*, 2.
- Kemala, F. (2021, Juli 28). Memahami Cara Cek Gula Darah Sendiri di Rumah dan Kapan Waktu Terbaiknya. <https://hellosehat.com/diabetes/cara-cek-gula-darah/>, p. 1.
- Marsidi, S. R. (2021). Identification Of Stress, Anxiety, And Depression Levels Of Students In Preparation For The Exit Exam Competency Test. *Journal Of Vocational Health Studies*, 3-4.
- Maulana, M. (2020). *Mengenal Diabetes Mellitus Cetakan Ke V*. Jogjakarta: Katahati.
- Muchlisin Riadi . (2021, September 11). Dewasa Muda (Definisi, Aspek, Karakteristik, Tugas dan Perkembangan). <https://www.kajianpustaka.com/2021/09/dewasa-muda.html?m=1>, p. 1.
- Naebabo, R. A., & DyanKusumaningrum, N. S. (2020). Pengkajian Stress pada Penderita Diabetes Mellitus. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa Volume 3* , 1-5.
- Notoatmodjo, Prof. Dr. Soekidjo. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Novitasari, R. (2021). *Diabetes Mellitus*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Nugroho, d., & Scoviani, V. (2010). *Kamus Pintar Kesehatan Kedokteran, Keperawatan dan Kebidanan*. JL. Ringroad Selatan, Yogyakarta: Nuha Medika.
- Prihapsari, D., & Indah, R. (2021). Coding untuk menganalisis data pada penelitian kualitatif di bidang kesehatan. *Jurnal Kedokteran Syiah Kuala*, 2.

- Prof. dr. Slamet Suyono, S.-K. [. (2018). *Penatalaksanaan Diabetes Melitus Terpadu*. Jakarta: Badan Penerbit FKUI.
- Rasmun, SKp., M.Kep. (2004). *Stress, Koping dan Adaptasi*. Jakarta: CV. Sagung Seto.
- Sasombo, A., Katuuk, M. E., & Bidjuni, H. (2021). Hubungan Self Care Dengan Komplikasi Diabetes Mellitus Pada Pasien Dengan Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Klinik Husada Sario Manado. *Jurnal Keperawatan, Volume 9, No.2,, 55*.