

FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN TINGKAT STRES TERHADAP PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2

Nur Azkia Dzahra

Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat,
Universitas Muhammadiyah Jakarta

Jl. KH. Ahmad Dahlan, Cirendeui, Ciputat Timur, Tangerang Selatan, Banten
15419

E-mail Korespondensi: azkianur94@gmail.com

DM merupakan penyakit jangka panjang yang disebabkan oleh rendahnya produksi insulin oleh pankreas atau ketidakmampuan tubuh dalam memanfaatkan insulin dengan baik. Stres bagi seseorang yang menderita DM sangat merugikan karena dapat mengakibatkan peningkatan glukosa darah, yang pada gilirannya dapat menyebabkan pasien menghadapi komplikasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji faktor-faktor penyebab stres pada penderita diabetes melitus tipe 2 melalui studi literatur. Literatur dikumpulkan dari database ilmiah seperti Google Scholar, PubMed, ScienceDirect, dan ResearchGate menggunakan kata kunci dalam Bahasa Indonesia dan Inggris, seperti “diabetes mellitus tipe 2”, “stres”, dan “psychosocial factors in diabetes”. Artikel yang dipilih terbit antara tahun 2014–2024 dan membahas hubungan antara DM tipe 2 dan stres. Dari 105 artikel awal, 15 artikel duplikat dihapus, menyisakan 90 artikel. Setelah seleksi judul dan abstrak, 60 artikel dieliminasi karena tidak relevan. Sebanyak 30 artikel ditinjau secara penuh, namun 20 di antaranya dikeluarkan karena tidak memenuhi kriteria inklusi, sehingga tersisa 10 artikel yang dianalisis. Analisis dilakukan secara menyeluruh untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang

Article history

Received: Juli 2025

Reviewed: Juli 2025

Published: Juli 2025

Plagiarism checker no
234

Prefix doi :

[10.8734/Nutricia.v1i2.365](https://doi.org/10.8734/Nutricia.v1i2.365)

Copyright : Author

Publish by : Nutricia



This work is licensed
under a [creative
commons attribution-
noncommercial 4.0
international license](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

berkontribusi terhadap stres pada pasien diabetes melitus tipe 2. Kata Kunci: Faktor risiko, DM tipe 2, Stres ABSTRACT <i>Diabetes mellitus (DM) is a chronic condition caused by the pancreas producing insufficient insulin or the body's inability to effectively use insulin. Stress in individuals with DM can be particularly harmful, as it may lead to elevated blood glucose levels, which in turn can increase the risk of complications. This study aims to examine the factors contributing to stress in patients with type 2 diabetes mellitus through a literature review. Relevant literature was collected from scientific databases such as Google Scholar, PubMed, ScienceDirect, and ResearchGate using keywords in both Indonesian and English, including "type 2 diabetes mellitus," "stress," and "psychosocial factors in diabetes." Articles selected were published between 2014 and 2024 and discussed the relationship between type 2 DM and stress. From an initial 105 articles, 15 duplicates were removed, leaving 90 articles. After screening titles and abstracts, 60 were excluded for irrelevance. Thirty full-text articles were reviewed, but 20 were eliminated for not meeting the inclusion criteria, such as focusing on type 1 DM or lacking empirical data. Ultimately, 10 articles were analyzed in depth to identify the factors that contribute to stress among individuals with type 2 diabetes mellitus.</i> Keywords: Risk factors, Type II DM, Stress.	
---	--

PENDAHULUAN

Diabetes melitus (DM) merupakan penyakit kronis jangka panjang yang terjadi akibat gangguan pada produksi insulin oleh pankreas atau ketidakmampuan tubuh dalam menggunakan insulin secara efektif. Kondisi ini menyebabkan peningkatan kadar glukosa dalam darah (hiperglikemia), yang jika tidak dikelola dengan baik dapat menimbulkan kerusakan organ, komplikasi serius, hingga meningkatkan risiko kematian (Kemenkes RI, 2021).

Sekitar 90% kasus DM merupakan tipe 2, yang ditandai dengan resistensi insulin atau gangguan sekresi insulin. Menurut laporan dari *International Diabetes Federation* (IDF) tahun 2021, diperkirakan terdapat 537 juta orang dewasa di seluruh dunia yang hidup dengan diabetes, atau sekitar 1 dari 10 orang dewasa. Penyakit ini menyebabkan sekitar 6,7 juta kematian setiap tahunnya. Di Indonesia sendiri, jumlah penderita diperkirakan mencapai 19,47 juta jiwa dengan prevalensi sebesar 10,6% (Federation, 2021).

Selain dampak fisik, diabetes tipe 2 juga berimplikasi pada aspek psikologis, salah satunya adalah stres. Pasien sering mengalami tekanan mental akibat tuntutan pengelolaan jangka panjang, seperti pengendalian kadar gula darah, perubahan gaya hidup, serta kekhawatiran terhadap komplikasi yang mungkin terjadi. Faktor lain yang turut memengaruhi tingkat stres antara lain usia, jenis kelamin, status ekonomi, dukungan sosial, serta kepatuhan dalam menjalani terapi (Asshiddiqi et al., 2021). Jika tidak ditangani secara memadai, stres dapat memperburuk kontrol metabolik dan menurunkan kualitas hidup pasien (American Diabetes Association, 2023).

Dampak DM terhadap pasien tidak hanya terbatas pada aspek fisiologis, seperti kelelahan, penurunan berat badan, serta luka yang sulit sembuh, tetapi juga aspek psikologis seperti perasaan cemas, gelisah, stres berkepanjangan, hingga depresi (Lusiana & Tomayu, 2019). Kondisi ini dikenal dengan istilah diabetes distress.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa durasi menderita diabetes, keberadaan komplikasi, tingkat dukungan sosial, usia, jenis kelamin, dan status sosial ekonomi memiliki hubungan signifikan dengan tingkat stres pasien. Studi di Malaysia dan Singapura menunjukkan bahwa pasien dengan kontrol glikemik yang buruk, komplikasi diabetes, dan kurangnya dukungan sosial cenderung mengalami diabetes-related distress yang lebih tinggi. Sementara itu, studi di Indonesia juga mengungkapkan bahwa pasien dengan komplikasi seperti retinopati atau hipoglikemia memiliki risiko stres lebih tinggi dibandingkan mereka yang tidak mengalami komplikasi (Putri et al., 2019).

Oleh karena itu, memahami faktor-faktor yang berkaitan dengan stres pada penderita DM tipe 2 sangat penting untuk merancang intervensi psikososial yang tepat. Tinjauan literatur ini bertujuan untuk merangkum dan menganalisis temuan-temuan ilmiah terkait faktor demografis, klinis, sosial, dan psikologis yang berkontribusi terhadap tingkat stres pada pasien DM tipe 2.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode narrative literature review untuk menelaah hasil-hasil penelitian sebelumnya terkait faktor-faktor yang memengaruhi stres pada pasien diabetes melitus tipe 2, baik dari aspek demografis, klinis, sosial, maupun psikologis. Literatur dikumpulkan dari berbagai database ilmiah seperti Google Scholar, PubMed,

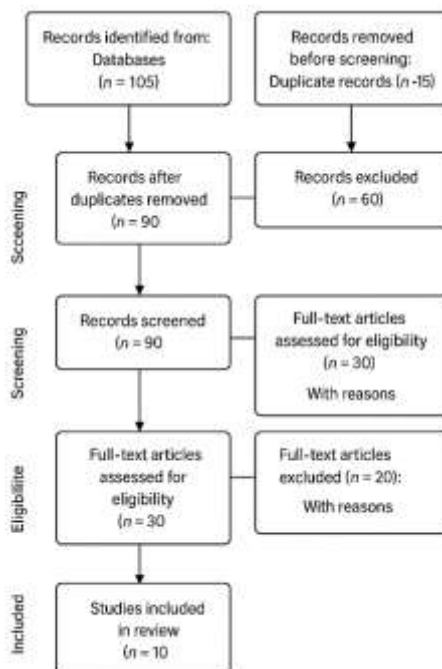
ScienceDirect, dan ResearchGate menggunakan kata kunci: “diabetes mellitus tipe 2”, “stres”, “faktor yang memengaruhi stres”, “psychosocial factors in diabetes”, dan “mental health in type 2 diabetes”, dalam Bahasa Indonesia dan Inggris. Kriteria Inklusi pada literatur ini adalah artikel terbit tahun 2014–2024, membahas hubungan antara DM tipe 2 dan stres, dan tersedia dalam full-text. Kriteria Eksklusi yaitu, fokus pada DM tipe 1 atau gestasional, artikel berupa opini, editorial, atau non-empiris dan tidak relevan dengan topik stres pada pasien DM tipe 2. Artikel yang terpilih dibaca secara menyeluruh, lalu diekstraksi informasi pentingnya seperti: tujuan, metode, sampel, hasil, dan kesimpulan. Data diklasifikasikan berdasarkan faktor yang berhubungan dengan stres, seperti usia, jenis kelamin, durasi sakit, komplikasi, dukungan sosial, dan kepatuhan pengobatan. Analisis dilakukan secara deskriptif untuk mengidentifikasi pola temuan dari berbagai sumber.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hasil

Proses pemilihan literatur dalam kajian ini mengikuti panduan PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*). PRISMA digunakan untuk meningkatkan ketepatan dalam proses pencarian literatur serta memastikan kualitas pelaporan dalam publikasi ilmiah. Berikut adalah tahapan dan jumlah artikel pada setiap proses seleksi yaitu, identifikasi: ditemukan sebanyak 105 artikel dari database online seperti Google Scholar, PubMed, dan ScienceDirect. Setelah menghapus 15 artikel duplikat, tersisa 90 artikel. Penyaringan yaitu sebanyak 90 artikel diseleksi berdasarkan judul dan abstrak, dengan 60 artikel dieliminasi karena tidak relevan, sehingga 30 artikel dilanjutkan ke tahap peninjauan teks lengkap. Kelayakan: Setelah dilakukan pembacaan menyeluruh, 20 artikel dikeluarkan karena tidak memenuhi kriteria inklusi (misalnya hanya

membahas DM tipe 1 atau tidak memuat data empiris), menyisakan 10 artikel. Inklusi: Sebanyak 10 artikel akhir digunakan sebagai bahan analisis



dalam literature review ini. Setiap artikel yang terpilih dianalisis secara cermat, dimulai dari abstrak, tujuan, hingga hasil dan data analisisnya. Peneliti menelaah artikel-artikel tersebut berdasarkan rumusan masalah utama, yaitu untuk mengidentifikasi penyebab dan faktor yang berkontribusi terhadap tingkat stres pada pasien diabetes melitus tipe 2. Seluruh tahapan seleksi literatur ini divisualisasikan melalui diagram alur PRISMA untuk menggambarkan proses pemilahan artikel secara sistematis. (gambar.1)

Berdasarkan karangan jurnal yang dikumpulkan dan sesuai dengan topik maupun tolak ukur dari studi literatur, maka kemudian dilakukan review pada masing-masing karangan jurnal tersebut:

No.	Nama Peneliti dan Tahun penelitian	Judul Penelitian	Hasil penelitian
1.	(Riise et al., 2025)	Diabetes distress and associated psychosocial factors in type 2 diabetes. A population-based cross-sectional study. The HUNT study, Norway	Sebuah studi di Norwegia pada 1.954 pasien DM tipe 2 menemukan prevalensi diabetes distress sebesar 11,9%. Faktor yang paling berpengaruh adalah usia muda saat diagnosis, penggunaan insulin, dan riwayat ulkus kaki. Distress lebih sering muncul bersama gejala kecemasan daripada depresi. Oleh karena itu, penting untuk mendeteksi dan menangani distress sejak dini guna mencegah dampak buruk terhadap kesehatan fisik maupun mental. Namun, dibutuhkan studi longitudinal lanjutan untuk memperkuat temuan ini.
2.	(Lusiana & Tomayu, 2019)	Tingkat dengan Stres Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus	Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa 9 responden pada penelitian ini (17,3%) mengalami kategori stres berat, sebanyak 38 orang (73,1%) mengalami kategori stres sedang, sedangkan kategori stres ringan sebanyak 5 responden 9,6%.
3.	(Nababan et al., 2020)	Hubungan Tingkat Stres Terhadap Peningkatan Kadar Gula Darah Pada Pasien DM tipe II di RSU. Royal Prima Medan	Hasil penelitian menunjukkan bahwa seseorang yang sudah ditetapkan menderita diabetes melitus dapat mengalami stres, yang kemudian sulit untuk melakukan kontrol gula darahnya, hal itu juga pada penderita diabetes melitus yang sehari-harinya mengalami stres misalnya akibat dari pekerjaan, lingkungan sosialnya atau merasa tertekan di dalam keluarga, cenderung tidak rutinnya melakukan pengontrolan gula darah.

4.	(SyaiPUddin et al., 2025)	Efektifitas Dukungan Sosial Dan Keluarga Terhadap Peningkatan Kualitas Hidup Pasien DM Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Pampang Kota Makassar	Penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan sosial dan keluarga berpengaruh signifikan terhadap peningkatan kualitas hidup pasien DM tipe 2. Dukungan emosional dan bantuan praktis dari lingkungan sekitar membantu aspek fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan pasien. Oleh karena itu, peran keluarga dan pendekatan psikososial perlu diperkuat dalam layanan kesehatan, serta didukung oleh kebijakan dan program komunitas. Penelitian lanjutan disarankan untuk mengeksplorasi elemen dukungan yang paling efektif dalam jangka panjang.
5.	(Lestarina, 2018)	Tingkat Stres Penderita Diabetes Melitus Di Panti Werda Santu Yosef Surabaya	Pada hasil penelitian ini didapatkan tingkat stres penderita diabetes mellitus di panti werda santu Yosef Surabaya berada pada tingkat normal sebanyak 21 orang.
6.	(Alzahrani et al., 2019)	Prevalence and predictors of depression, anxiety, and stress symptoms among patients with type II diabetes attending primary healthcare centers in the western region of Saudi Arabia: a cross-sectional study	Penelitian ini melibatkan 450 pasien dewasa dengan DM tipe 2 (56,9% pria; 43,1% wanita), dan ditemukan prevalensi depresi 33,8%, kecemasan 38,3%, serta stres 25,5%. Faktor utama yang memengaruhi tekanan psikologis meliputi usia, jenis kelamin, komorbiditas, lamanya menderita diabetes, dan kadar HbA1c. Sementara itu, usia lanjut dan kepatuhan terhadap pengelolaan diabetes menjadi faktor pelindung.
7.	(Sendhilkumar et al., 2017)	Faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat stres tinggi pada orang dewasa penderita diabetes melitus yang mengunjungi pusat perawatan diabetes tersier, Chennai, Tamil Nadu, India	Prevalensi stres tinggi/sangat tinggi adalah 35% di antara pasien DM. Usia 30–40 tahun, bekerja di bidang profesional, dan kurangnya aktivitas fisik merupakan faktor yang berhubungan secara signifikan dengan stres. Pemicu stres utama yang dirasakan terkait dengan keluarga, pekerjaan, masalah keuangan, dan penyakit itu sendiri.

8.	(Sofiana et al., 2019)	Hubungan Antara Stress Dengan Konsep Diri Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2	Hasil penelitian menunjukkan ada beberapa faktor sebagai penyebab stres pada penderita diabetes melitus tipe 2 salah satunya yaitu penderita diabetes melitus tipe 2 yang sudah mengalami komplikasi. Komplikasi tersebut berupa kerusakan saraf pada tangan dan kaki serta komplikasi jangka panjang yaitu berkurangnya kemampuan indera penglihatan, sehingga stres yang dialami penderita DM Tipe 2 tersebut yang mengakibatkan resiko kesehatan semakin tinggi.
9.	(Derek et al., 2017)	Hubungan Tingkat Stres Dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II Di Rumah Sakit Pancaran Kasih GMIM Manado	Dalam penelitian ini diperoleh bahwa stres pada pasien stres berat sebanyak 38 responden 50.7% stres sedang sebanyak 27 responden 36.0% dan stres ringan sebanyak 10 responden 13,3%.
10.	(Hermawan, 2017)	Hubungan Antara Tingkat Stres dengan Kualitas Hidup Penderita Diabetes Melitus Di Wilayah Kerja Puskesmas Gajahan Surakarta	Hasil penelitian ini yaitu lebih dari 25 responden yang memiliki tingkat stres kategori ringan 30,5% diantaranya memiliki kualitas hidup yang kurang baik. Selanjutnya dari 34 responden yang memiliki tingkat stres berat 40,7%. Pasien DM yang mengalami stres sebesar 73,3% untuk wanita dan 61,4% untuk pria.

PEMBAHASAN

Berdasarkan tinjauan terhadap 10 jurnal yang telah dipilih, ditemukan bahwa stres atau diabetes-related distress merupakan permasalahan psikologis yang umum dialami oleh pasien diabetes melitus (DM) tipe 2. Stres ini dipicu oleh berbagai faktor, baik dari aspek klinis, sosial, psikologis, maupun demografis.

Artikel pertama dengan judul Diabetes distress and associated psychosocial factors in type 2 diabetes. A population-based cross-sectional study. The HUNT study, Norway yang dilakukan oleh (Riise et al., 2025) menyatakan bahwa penelitian yang dilakukan pada populasi di Norwegia menunjukkan bahwa sekitar 11,9% dari 1.954 pasien diabetes melitus tipe 2 (T2DM) mengalami diabetes distress. Beberapa faktor yang secara signifikan berkontribusi terhadap kondisi ini antara lain usia muda saat diagnosis, penggunaan insulin, dan riwayat ulkus kaki diabetik. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa distress lebih sering muncul bersamaan dengan gejala kecemasan dibandingkan dengan depresi. Diabetes distress merupakan kondisi yang cukup umum terjadi dan sangat erat kaitannya dengan usia awal terdiagnosis DM yang lebih muda, penggunaan insulin, komplikasi seperti ulkus kaki, serta gangguan psikologis seperti kecemasan dan depresi. Oleh karena itu, penting untuk mengidentifikasi dan menangani distress diabetes selama proses pengelolaan penyakit, agar dapat memperbaiki hasil kesehatan secara keseluruhan dan mencegah berkembangnya masalah kesehatan mental yang lebih serius. Meskipun demikian, dibutuhkan penelitian lebih lanjut dengan desain longitudinal untuk memperkuat temuan ini.

Artikel kedua berjudul "Tingkat Stres dengan Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Melitus" (2019) menunjukkan bahwa mayoritas responden mengalami tingkat stres sedang, yaitu sebanyak 38 orang. Stres pada pasien terutama dipengaruhi oleh faktor usia, di mana sebagian besar penderita DM di Puskesmas Kota Barat, Gorontalo, berusia di atas 50 tahun (33 orang). Peneliti menyatakan bahwa pada usia lanjut, individu cenderung mengalami perubahan fisik dan mental seperti kerentanan terhadap penyakit, rasa cemas berlebihan, merasa tidak berguna, gangguan tidur,

dan penurunan aktivitas. Meski demikian, para responden masih dapat dikendalikan karena adanya motivasi untuk sembuh serta dukungan keluarga. Dari total 52 responden, 61,5% memiliki kadar gula darah dalam kategori buruk, 25% sedang, dan 13,5% baik. Tingkat stres terbagi menjadi 17,3% berat, 73,1% sedang, dan 9,6% ringan.

Artikel ketiga berjudul Hubungan Tingkat Stres Terhadap Peningkatan Kadar Gula Darah Pada Pasien DM tipe II di RSUD. Royal Prima Medan (2020), Penderita diabetes melitus sering mengalami stres akibat berbagai faktor, termasuk perubahan fisik dan masalah kehidupan sehari-hari. Perubahan kondisi tubuh dapat menghambat aktivitas normal, yang pada akhirnya berdampak pada kondisi ekonomi. Stres berat pada penderita DM sering ditandai dengan peningkatan nafsu makan akibat rasa lapar yang berlebihan, gangguan tidur seperti rasa gelisah, serta kecenderungan untuk lebih pendiam dari biasanya. Selain itu, perasaan kesepian akibat berjarauhan dari keluarga atau merasa dikucilkan dalam lingkungan keluarga juga dapat memicu stres, menimbulkan rasa khawatir, takut, dan seolah-olah hidup sendiri.

Artikel keempat berjudul Efektifitas Dukungan Sosial Dan Keluarga Terhadap Peningkatan Kualitas Hidup Pasien DM Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Pampang Kota Makassar (2025), Penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan sosial dan keluarga berpengaruh signifikan terhadap peningkatan kualitas hidup pasien DM tipe 2. Dukungan emosional dan bantuan praktis dari lingkungan sekitar membantu aspek fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan pasien. Oleh karena itu, peran keluarga dan pendekatan psikososial perlu diperkuat dalam layanan kesehatan, serta didukung oleh kebijakan dan program komunitas. Penelitian lanjutan

disarankan untuk mengeksplorasi elemen dukungan yang paling efektif dalam jangka panjang.

Artikel kelima berjudul "Tingkat Stres Penderita Diabetes Melitus di Panti Werda Santu Yosef Surabaya" (2020) menemukan bahwa sebagian besar lansia penderita DM mengalami stres dalam kategori normal, namun beberapa mengalami stres ringan hingga sangat berat. Stres berkaitan dengan gangguan kontrol gula darah karena meningkatnya hormon stres seperti katekolamin dan glukokortikoid (Vranic et al., 2000). Tingkat stres juga dipengaruhi oleh strategi coping yang digunakan, baik aktif maupun pasif. Dua responden yang baru didiagnosis DM selama 3–4 bulan mengalami stres sangat berat. Perubahan fisik, mental, dan sosial pada lansia yang tidak disikapi dengan baik dapat memicu stres dan frustrasi.

Artikel keenam berjudul *Prevalence and predictors of depression, anxiety, and stress symptoms among patients with type II diabetes attending primary healthcare centers in the western region of Saudi Arabia: a cross-sectional study* (2019), Hasil penelitian yang melibatkan 450 orang dewasa dengan diabetes melitus tipe 2 menunjukkan bahwa gangguan psikologis seperti depresi, kecemasan, dan stres cukup banyak dialami oleh pasien. Sekitar 33,8% mengalami depresi, 38,3% mengalami kecemasan, dan 25,5% mengalami stres. Beberapa faktor yang berperan dalam munculnya tekanan psikologis ini antara lain usia pasien, jenis kelamin, adanya penyakit penyerta (komorbiditas), lama waktu sejak pertama kali didiagnosis DM, serta kadar HbA1c sebagai indikator kontrol gula darah. Menariknya, penelitian ini juga menemukan bahwa pasien yang berusia lebih tua dan mereka yang patuh dalam menjalani pengelolaan diabetes justru memiliki risiko lebih rendah mengalami gangguan psikologis. Hal ini menunjukkan pentingnya peran manajemen diabetes yang baik dan dukungan

berkelanjutan terutama pada pasien yang lebih muda dan memiliki penyakit penyerta.

Artikel ketujuh menunjukkan bahwa lebih dari sepertiga pasien diabetes melitus (DM) mengalami stres pada tingkat tinggi hingga sangat tinggi, dengan prevalensi mencapai 35%. Faktor-faktor yang secara signifikan berkaitan dengan tingginya tingkat stres meliputi usia 30–40 tahun, bekerja di sektor profesional, serta kurangnya aktivitas fisik. Stres yang dialami pasien umumnya dipicu oleh berbagai tekanan, seperti permasalahan dalam keluarga, tuntutan pekerjaan, kesulitan ekonomi, dan beban akibat penyakit yang diderita. Temuan ini menegaskan pentingnya pendekatan holistik dalam penanganan pasien DM. Upaya yang disarankan meliputi pelaksanaan skrining stres secara formal dan berkala di fasilitas kesehatan, penyediaan layanan konseling dan dukungan psikologis yang terintegrasi, serta promosi gaya hidup aktif. Dengan intervensi yang tepat, diharapkan kondisi psikologis pasien dapat membaik dan kualitas pengelolaan diabetes pun meningkat.

Artikel kedelapan menjelaskan bahwa stres memiliki hubungan erat dengan diabetes melitus (DM), yang dikenal sebagai penyakit kronis dengan risiko komplikasi tinggi akibat peningkatan kadar gula darah. Kondisi ini sering memicu kecemasan, ketakutan akan komplikasi, kecacatan, hingga kematian. Penderita DM mengalami stres akibat perubahan fisik yang mengganggu aktivitas dan ekonomi, serta perasaan kesepian atau tidak diterima oleh keluarga. Stres berat dapat menimbulkan gangguan tidur, peningkatan nafsu makan, dan penurunan interaksi sosial.

Artikel kesembilan berjudul “Hubungan Tingkat Stres dengan Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II di Rumah Sakit Pancaran Kasih

GMIM Manado (2017)” menjelaskan bahwa stres merupakan respons tubuh yang muncul ketika keseimbangan kebutuhan terganggu. Ini merupakan kondisi umum yang tidak bisa dihindari dan dapat dialami oleh siapa saja dalam kehidupan sehari-hari. Stres berdampak menyeluruh pada individu, baik secara fisik, psikologis, intelektual, sosial, maupun spiritual, bahkan bisa mengganggu stabilitas fisiologis. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami stres berat (52%), diikuti oleh stres sedang (42%), dan stres ringan (6%).

Artikel kesepuluh berjudul “Hubungan Antara Tingkat Stres dengan Kualitas Hidup Penderita Diabetes Melitus di Wilayah Kerja Puskesmas Gajahan Surakarta (2017)” menunjukkan bahwa mayoritas pasien DM mengalami stres berat (57,6%), sementara sisanya stres ringan (42,4%). Sejalan dengan Nugroho (2010), stres yang disertai emosi negatif dapat memengaruhi kepatuhan pasien dalam menjalani pengobatan. Semakin tinggi tingkat stres, semakin besar masalah emosional yang muncul, sehingga kepatuhan terhadap pengobatan menurun dan kadar gula darah cenderung meningkat. Uji univariat juga mengungkapkan bahwa stres berat dialami oleh pasien yang belum bisa menerima kondisi dirinya atau belum terbiasa dengan pola makan yang dibatasi, serta belum mampu mengelola penyebab stres secara efektif.

KESIMPULAN

Hasil studi literatur menunjukkan bahwa faktor penyebab stres pada penderita diabetes melitus tipe 2 yaitu terdiri dari beberapa penyebab seperti usia, lamanya pengobatan, status ekonomi, dukungan sosial, kepatuhan dalam menjalani terapi, dan kekhawatiran terjadinya komplikasi. Faktor lain yang juga menyebabkan stres pada penderita

diabetes melitus tipe 2 yaitu tidak bisa mengontrol diri dalam menghadapi masalah di kehidupan sehari-hari seperti karena pekerjaan, lingkungan sosial serta tetakan dalam keluarga.

DAFTAR PUSTAKA

- Alzahrani, A., Alghamdi, A., Alqarni, T., Alshareef, R., & Alzahrani, A. (2019). Prevalence and predictors of depression, anxiety, and stress symptoms among patients with type II diabetes attending primary healthcare centers in the western region of Saudi Arabia: A cross-sectional study. *International Journal of Mental Health Systems*, 13(1), 1–7. <https://doi.org/10.1186/s13033-019-0307-6>
- American Diabetes Association. (2023). Classification and diagnosis of diabetes. *Diabetes Care*.
- Asshiddiqi, M. I. N., Yodchai, K., & Taniwattananon, P. (2021). Predictors of diabetes distress among older persons with type 2 diabetes mellitus in Indonesia. *J Res Nurs*, 4(1), 307–317. <https://doi.org/https://doi.org/10.1177/1744987120943936>
- Derek, M. I., Rottie, J. V., & Vandri. (2017). Hubungan Tingkat Stres Dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe Ii Di Rumah Sakit Pancaran Kasih Gmim Manado. *E-Journal Keperawatan*, 5(1), 2.
- Federation, I. D. (2021). Atlas Diabetes IDF Edisi Ke 10 Tahun 2021. *International Diabetes Federation*.
- Hermawan, B. (2017). Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Kualitas Hidup Penderita Diabetes Melitus Di Wilayah Kerja Puskesmas Gajahan Surakarta. *Jurnal Ilmu Kesehatan*. <http://ojs.udb.ac.id/index.php/sikenas/article/download/1279/1085>
- Kemenkes RI. (2021). Apakah Itu Stres? *KEMENKES RI*.
- Lestarina, N. N. L. (2018). Tingkat Stres Penderita Diabetes Melitus Di Panti

- Werda Santu Yosef Surabaya. *Jurnal Keperawatan*, 7(1), 22–25.
<https://doi.org/10.47560/kep.v7i1.111>
- Lusiana, A., & Tomayu, M. B. (2019). Tingkat Stres Dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus. *Jambura Health and Sport Journal*, 1(1), 1–5. <https://doi.org/10.37311/jhsj.v1i1.2047>
- Nababan, T., Kaban, K. B., & Nurhayati, E. L. (2020). Hubungan Tingkat Stres Terhadap Peningkatan Kadar Gula Darah Pada Pasien Dm Tipe Ii Di Rsu. Royal Prima Medan. *Jurnal Keperawatan Priority*, 3(1), 39. <https://doi.org/10.34012/jukep.v3i1.809>
- Putri, M., Persariningrat, R. T. I., Surialaga, S., & Syamsunarno, M. rizky A. A. (2019). Physical Activities Decrease Fasting Blood Glucose Level in Diabetes Mellitus Type 2 Patients: Use of International Physical Activity Questionnaire (IPAQ) in Rural Area. *Majalah Kedokteran Bandung*, 51(4), 201–205. <https://doi.org/10.15395/mkb.v51n4.1765>
- Riise, H. K. R., Haugstvedt, A., Igland, J., Graue, M., Søfteland, E., Hermann, M., Carlsson, S., Skinner, T. C., Åsvold, B. O., & Iversen, M. M. (2025). Diabetes distress and associated psychosocial factors in type 2 diabetes. A population-based cross-sectional study. The HUNT study, Norway. *Diabetology and Metabolic Syndrome*, 17(1). <https://doi.org/10.1186/s13098-025-01631-w>
- Sendhilkumar, M., Tripathy, J., Harries, A., Dongre, A., Deepa, M., Vidyulatha, A., Poongothai, S., Venkatesan, U., Anjana, R., & Mohan, V. (2017). Factors associated with high stress levels in adults with diabetes mellitus attending a tertiary diabetes care center, Chennai, Tamil Nadu, India. *Indian Journal of Endocrinology and Metabolism*, 21(1), 56–63. <https://doi.org/10.4103/2230-8210.196006>
- Sofiana, L. I., Elita, V., & Utomo, W. (2019). Hubungan antara stress dengan konsep diri pada penderita DM 2. *Jurnal Ners Indonesia*, 2(2), 167–176.

Syaipuddin, S., Suhartatik, S., Haskas, Y., & Nurbaya, S. (2025). Efektifitas Dukungan Sosial Dan Keluarga Terhadap Peningkatan Kualitas Hidup Pasien DM Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Pampang Kota Makassar. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat Dan Sosial*, 3(1), 33–46.
<https://doi.org/10.59024/jikas.v3i1.1152>