

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

Angka kejadian diabetes terus meningkat hingga saat ini. Menurut data *International Diabetes Federation* (IDF), sekitar 10,5% populasi dewasa dunia mengalami diabetes pada tahun 2021. Peningkatan tersebut cukup signifikan di kalangan usia 20-79 tahun.¹ Peningkatan prevalensi tersebut tidak hanya terjadi di skala dunia saja. Data epidemiologi obesitas di Indonesia sendiri cukup memprihatinkan. Peningkatan prevalensi diabetes terjadi peningkatan yang semula hanya 5,1% pada 2011, sekarang menjadi 10,6% di 2021 dan dikhawatirkan akan meningkat menjadi 11,3% pada 2030.² Berdasarkan data prevalensi Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, angka diabetes di Provinsi Jambi mengalami peningkatan dari 1,2% pada 2013 menjadi 1,4% pada 2018.³

Diabetes adalah penyakit metabolik yang ditandai dengan peningkatan kadar gula darah. Kadar gula darah merupakan banyaknya glukosa yang terdapat dalam darah. Glukosa merupakan hasil metabolisme karbohidrat.⁴ Peran glukosa dalam tubuh cukup penting, yaitu sebagai sumber energi utama tubuh. Kadar glukosa yang berlebih akan disimpan di dalam hati dan otot dalam bentuk glikogen.⁵ Adapun beberapa faktor yang dapat berpengaruh pada kadar gula darah, yaitu aktivitas fisik, kategori Indeks Massa Tubuh (IMT), dan tingkat stres. Peningkatan hormon stres dapat menyebabkan kadar gula darah menjadi meningkat. Kondisi yang rileks dapat mengembalikan kontra-regulasi hormon stres dan memungkinkan tubuh untuk menggunakan insulin lebih efektif. Stres berpengaruh pada peningkatan produksi hormon kortisol yang melawan efek insulin, sehingga menyebabkan kadar glukosa darah meningkat.⁶

Menurut penelitian Andoko dkk, terdapat hubungan antara tingkat stres dengan kadar gula darah pada penderita diabetes mellitus.⁷ Namun, menurut penelitian

yang dilakukan Cecep dkk, tidak ditemukan hubungan antara stres dengan terkendalinya kadar gula darah.⁸ Hal tersebut juga dibuktikan dengan penelitian yang dilakukan Esti, dimana tidak ditemukan hubungan yang signifikan antara tingkat stress dengan kadar glukosa darah puasa pada penderita diabetes mellitus tipe 2 di Kecamatan Maos.⁹

Berdasarkan uraian diatas, ditemukan bahwa beberapa penelitian mendapatkan hasil yang tidak konsisten. Selain itu, penelitian tentang hubungan tingkat stres dengan kadar gula darah puasa pada dewasa muda, khususnya di Kota Jambi belum banyak dilakukan. Oleh karenanya, peneliti tertarik melakukan penelitian awal untuk mengetahui hubungan tingkat stres dengan kadar gula darah puasa pada obesitas dewasa.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, didapat rumusan masalah penelitian sebagai berikut :

Apakah ada hubungan tingkat stres dengan kadar gula darah puasa pada dewasa muda?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan umum

Mengetahui hubungan tingkat stres dengan kadar gula darah puasa pada dewasa muda.

1.3.2 Tujuan khusus

1. Mengetahui gambaran karakteristik subjek penelitian berdasarkan usia, jenis kelamin, pekerjaan, asupan energi, dan status gizi.
2. Mengetahui gambaran tingkat stres subjek penelitian.
3. Mengetahui gambaran kadar gula darah puasa subjek penelitian.
4. Mengetahui hubungan tingkat stres dan gula darah puasa subjek penelitian.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan wawasan masyarakat mengenai pengaruh tingkat stres terhadap kadar gula darah puasa pada dewasa muda, sehingga selanjutnya dapat dilakukan upaya pencegahan terhadap hal yang memperburuk keadaan tersebut.

1.4.2 Manfaat bagi Institusi

Diharapkan dari hasil penelitian ini bisa memberikan informasi hubungan tingkat stres dan kadar gula darah puasa pada dewasa muda sehingga dapat digunakan sebagai acuan edukasi selanjutnya. Selain itu, penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya berdasarkan perkembangan ilmu pengetahuan.

1.4.3 Manfaat bagi Peneliti

Dari hasil penelitian ini, peneliti diharapkan bisa menambah wawasan dan mengaplikasikan ilmu pengetahuan mengenai tingkat stres dan kadar gula darah puasa pada dewasa muda.