

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Diabetes dianggap sebagai sumber dari berbagai penyakit. Kondisi ini dapat mempengaruhi siapa saja. Diabetes dapat mendatangkan efek negatif dari ujung kepala hingga kaki, termasuk masalah jantung dan stroke, gagal ginjal, hingga infeksi, terutama pada kaki yang bisa berlanjut setelah melakukan amputasi dan mengakibatkan kematian (Tandra, H., 2020). Sebagai penyakit tidak menular yang bersifat kronis, diabetes melitus mengganggu sistem metabolisme tubuh. Masalah pada hormon insulin membuat gula darah meningkat tajam karena tubuh tidak mampu mengolahnya dengan baik untuk menjaga kadar glukosa tetap stabil (Hartono et al, 2020).

Berdasarkan estimasi *International Diabetes Federation* (IDF) tahun 2024, prevalensi diabetes di skala nasional mencapai 20,4 juta penderita. Gambaran gangguan kesehatan ini juga tampak pada data lokal tahun 2024, di mana Dinas Kesehatan Provinsi Bengkulu mengonfirmasi 22.000 kasus, Dinas Kesehatan Kota Bengkulu mencatat 2.691 kasus, serta Puskesmas Sawah Lebar mendata sebanyak 166 penderita.

Meskipun mekanisme penyebab diabetes belum diketahui secara spesifik, tingginya angka kasus penyakit ini berkorelasi dengan sejumlah faktor prediposisi. Faktor-faktor tersebut meliputi keturunan, faktor lingkungan, umur, berat badan berlebih, ras, serta hipertensi. Tidak hanya dipengaruhi oleh kurangnya aktivitas

fisik dan pola makan, lonjakan glukosa darah juga dapat dipicu oleh tekanan psikologis seperti stres dan depresi (Ludiana *et al.*, 2022)

Modifikasi gaya hidup melalui pengaturan nutrisi yang seimbang sangat krusial dalam manajemen diabetes. Kendati demikian, pembatasan diet sering kali mendatangkan beban emosional berupa stres. Dampak negatif dari tekanan mental ini tidak hanya memengaruhi kondisi fisik penderita, tetapi juga mempertinggi risiko komplikasi penyakit (Nursucita and Handayani, 2021).

Penyakit ini berkembang dengan lambat dan jika tidak ditangani dengan benar, dapat memicu berbagai masalah kesehatan lainnya. Lama seseorang mengalami diabetes tergantung pada seberapa efektif mereka mengatur kadar gula darah. Untuk menghindari komplikasi, pasien perlu melakukan perawatan seumur hidup (Selano *et al.*, 2021).

Diabetes Melitus (DM) adalah penyakit jangka panjang yang saat ini tidak bisa disembuhkan. Maka dari itu, tujuan utama dalam penanganan DM adalah mengatur dan mengendalikan penyakit demi menjaga kualitas hidup pasien. Meskipun belum ada obat yang tersedia, pengendalian kadar glukosa darah sangat penting untuk kesehatan yang baik. Penderita DM perlu mengetahui dan menerapkan empat elemen penanganan DM (4 pilar), yaitu Pendidikan, Pola Makan, Aktivitas Fisik, dan Pengobatan. Pengelolaan yang terintegrasi dari keempat elemen ini adalah kunci bagi penderita DM untuk mencapai kontrol glikemik yang baik dan menjalani hidup yang sehat (Agnes Silvina Marbun, 2022).

Pengelolaan diabetes mellitus dapat dilakukan melalui penggunaan obat-obatan dan pendekatan non-obat. Pengobatan dengan obat melibatkan penggunaan insulin serta obat penurun gula darah secara oral. Pengelolaan diabetes melitus juga mengandalkan terapi non-obat yang mencakup penanganan berat badan, pola makan bergizi, dan latihan fisik. Sebagai salah satu pilar krusial penderita diabetes, olahraga secara rutin efektif menurunkan tingkat glukosa darah. Hal ini terjadi karena aktivitas otot yang meningkat akan menyerap dan memanfaatkan gula darah sebagai sumber energi (Admin, Yora Nopriani dan Silvia Ramadhani Saputri, 2021).

Melonjaknya insidensi diabetes melitus tidak lepas dari berbagai pemicu, meliputi riwayat keturunan, berat badan berlebih, serta penuaan usia. Faktor perilaku seperti merokok, ketidaktaatan dalam pengobatan, kurangnya olahraga, dan pergeseran pola makan harian juga menjadi penyebab utama. Lebih lanjut, kondisi stres emosional secara nyata mampu mengganggu fluktuasi glukosa darah pada penderita diabetes. Level stres yang tinggi dan kurangnya kemampuan untuk mengelola stres dapat menyulitkan penderita diabetes dalam menjaga kadar gula darah mereka (Mahardika *et al.*, 2025).

Pengelolaan stres dan depresi sangat penting bagi penderita diabetes karena respons stres yang berkepanjangan dapat memperparah kondisi kesehatan secara keseluruhan. Selain faktor fisik, masalah mental seperti stres terbukti mampu menaikkan kadar gula darah. Emosi negatif akibat stres ini tidak hanya merusak kestabilan emosi, tetapi juga membahayakan kesehatan mental penderita (Shailendra, I, Ni, 2023). (Entrepreneurship, 2024).

Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Bistara, Zahron and Wardani , ditemukan bahwa sebagian besar pasien Diabetes Melitus (DM) berada dalam kelompok usia 56 hingga 65 tahun, dengan total 25 orang atau 40,3%. Untuk jenis kelamin, laki-laki menjadi yang terbanyak, yakni 33 pasien atau 53,2%. Sebagian besar pasien DM dalam penelitian ini memiliki pendidikan tingkat Sekolah Dasar, yakni 22 pasien atau 35,5%, dan mayoritas pasien bekerja sebagai petani, dengan jumlah 16 orang atau 25,8%. Analisis menunjukkan bahwa responden terbanyak berusia antara 56 hingga 65 tahun, yang mencapai 25 orang atau 40,3%. Usia lanjut memiliki hubungan signifikan dengan peningkatan kadar glukosa dalam darah, di mana bertambahnya umur dapat meningkatkan risiko seseorang terhadap DM. Proses penuaan menyebabkan berbagai perubahan pada aspek anatomi, fisiologis, dan biokimia tubuh yang dapat memengaruhi kemampuan sel dalam merespons insulin. Penurunan respons tersebut menyebabkan sensitivitas insulin berkurang dan pada akhirnya meningkatkan kemungkinan terjadinya resistensi insulin pada individu lanjut usia (Smeltzer & Bare, 2014). (Bistara, Zahroh and Wardani, 2022)

Depresi menyebabkan kelebihan produksi adrenalin, yang meningkatkan kebutuhan tubuh akan vitamin B, mineral, zinc, potasium, dan kalsium. Dengan demikian, stres memiliki dampak besar pada sistem metabolisme. Reaksi umum tubuh terhadap tuntutan atau kewajiban yang berlebihan dalam kehidupan sehari-hari yang tidak bisa dihindari disebut sebagai stres. Jika stres berlanjut, hal ini dapat menyebabkan efek psikologis seperti kecemasan atau *depresi* serta kesulitan dalam berfungsi (Hawari, 2021). Menurut Kusnanto (2018), stres pada penderita diabetes dapat memengaruhi kemampuan tubuh dalam mengontrol kadar glukosa darah.

Kondisi stres dapat memicu peningkatan hormon kortisol yang berdampak pada menurunnya sensitivitas insulin. Akibatnya, proses masuknya glukosa ke dalam sel menjadi kurang optimal sehingga kadar glukosa dalam darah dapat mengalami peningkatan (Himawan *et al.*, 2024).

Depresi yang dialami oleh penderita diabetes mellitus dapat mempengaruhi pengaturan glukosa. Ketika seseorang mengalami stres, produksi kortisol, hormon yang dapat menghambat aksi insulin, meningkat secara berlebihan. Hal ini membuat hati mengeluarkan lebih banyak glukosa ke dalam aliran darah, yang mengakibatkan tingginya kadar glukosa. Stres yang dialami secara berlebihan dapat memengaruhi peningkatan kadar glukosa darah. Semakin tinggi tingkat stres yang dirasakan oleh penderita diabetes mellitus, semakin besar pula kemungkinan terjadinya gangguan dalam pengendalian kadar glukosa, sehingga kondisi kesehatan penderita dapat semakin memburuk (Naibaho and Dyan Kusumaningrum, 2020).

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dari latar belakang di atas, maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana Gambaran Kadar Glukosa Darah Dan Skrining Depresi Serta Kecemasan Pada Penderita Diabetes Melitus di puskesmas sawah lebar kota bengkulu tahun 2025.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui Gambaran Kadar Glukosa Darah serta Depresi Serta Kecemasan Pada Penderita Diabetes Melitus di Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu Tahun 2026.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui Gambaran Kadar Glukosa Darah Pada Penderita Diabetes Melitus di Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu Tahun 2026.
- b. Mengetahui Gambaran Depresi Dan Kecemasan Pada Penderita Diabetes Melitus di Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu Tahun 2026.
- c. Mengetahui distribusi frekuensi usia Pada Penderita Diabetes Melitus di Wilayah Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu Tahun 2025.
- d. Mengetahui distribusi frekuensi jenis kelamin Pada Penderita Diabetes Melitus di Wilayah Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu Tahun 2025 berdasarkan jenis kelamin
- e. Mengetahui distribusi frekuensi lama menderita diabetes melitus Pada Penderita Diabetes Melitus di Wilayah Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu Tahun 2025.
- f. Mengetahui gambaran distribusi frekuensi berdasarkan riwayat diabetes melitus dalam keluarga Pada Penderita Diabetes Melitus di Wilayah Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu Tahun 2025.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Studi ini memperluas wawasan peneliti terkait depresi pada pasien diabetes sekaligus menjadi sarana praktik nyata atas teori kuliah.

2. Bagi Peneliti Lain

Hasil penelitian ini memberikan dasar empiris yang kuat bagi peneliti di bidang endokrinologi dan psikologi untuk mengembangkan

model intervensi holistik yang secara efektif menstabilkan kadar glukosa darah dengan mengatasi faktor stres dan mental.

3. Bagi Pasien / Masyarakat

Hasil penelitian ini memberikan pemahaman pentingnya dukungan emosional dengan memahami kaitan erat antara stres dan gula darah, mereka dapat membantu pasien mengelola stres sehingga kontrol glikemik penderita Diabetes Melitus menjadi lebih stabil.

4. Bagi Institusi / Poltekkes Kemenkes Bengkulu

Menjadi referensi pustaka bagi sivitas akademika Poltekkes Kemenkes Bengkulu khususnya program studi Analisis Kesehatan yang hendak meneliti kaitan antara kecemasan, depresi, dan kadar gula darah pada pasien diabetes di Puskesmas.

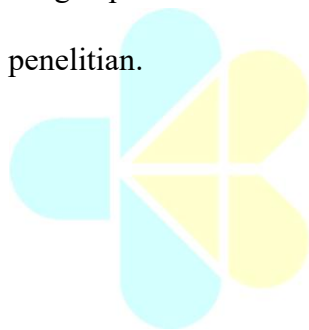
E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Judul Penelitian	Nama Penelitian	Lokasi Penelitian	Waktu Penelitian	Jenis Penelitian	Variabel Penelitian
1.	Hubungan stres dengan peningkatan kadar gula darah penderita diabetes melitus di puskesmas AEK Parombunan	Piuskosmas Fau	Puskesmas AEK Parombunan	Tahun 2024	Kuantitatif	Pasien Diabetes Mellitus di Puskesmas Aek Parombunan
2.	Tingkat stres dengan peningkatan kadar gula darah penderita diabetes melitus	Difran Nobel Bistara Chilyatiz Zahroh Erika Martining Wardani	RW 7 Kelurahan Simokerto Kecamatan Simkerto Surabaya	Tahun 2019	Kuantitatif	Pasien Diabetes Melitus

3.	Hubungan tingkat stres dengan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus di desa depok kecamatan toroh	Sutrisno Oktha Alfiani Ariefatun Nisa	Desa depok kecamatan toroh	Tahun 2024	Kuantitatif	Kadar Gula Darah pasien Diabetes Melitus
----	---	---	----------------------------	------------	-------------	--

Pada penelitian ini mengambil judul , yaitu “Gambaran kadar glukosa darah dan skirining depresi serta kecemasan pada penderita diabetes melitus di Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu Tahun 2026”. Adapun perbedaan dalam penelitian ini dengan penelitian di atas yaitu judul, variabel, populasi tempat penelitian dan waktu penelitian.



Kemenkes
Poltekkes Bengkulu