

BAB VI

PEMBAHASAN

Berdasarkan Tabel 5.7 dan tabel 5.8 diatas didapatkan hampir semua dari hasil kadar gula darah sewaktu ini pada tingkat buruk yaitu 69 responden dari 79 responden, dimana juga didapatkan bahwa setengah dari hasil penelitian ini pada tingkat stress ini ada di tingkat sedang yaitu 34 responden dari 79 responden, dimana semua responden yang ada di penelitian ini yaitu penderita Diabetes Mellitus Di Wilayah Kerja Puskesmas Payung Kabupaten Bangka Selatan, dan rentan usia yang paling banyak yaitu diusia 31-60 tahun yaitu 68 responden dari 79 responden. Hal ini kemungkinan dipengaruhi beberapa faktor yaitu seperti usia dan pekerjaan (Soegondo, 2011).

Saat seseorang bertambah umur akan terjadi perubahan fisik dan mental, seperti mudah terserang penyakit fisik dan mudah stres yang disertai dengan sering merasa cemas, pola tidur tidak teratur dan aktivitas yang terganggu, namun responden masih bisa terkontrol karena ada motivasi untuk sembuh dan selalu mendapat dukungan oleh keluarga (Adam *et al.*, 2019).

Berdasarkan hasil uji statistik Rank Spearman yang didapat dari program computer SPSS for windows dengan $\alpha = < 0,05$ didapat P-Value sebesar 0,001 ($<0,05$), maka H_0 ditolak dan H_1 diterima yang berarti ada hubungan antara tingkat stres pada penderita diabetes mellitus dengan kadar gula darah Di Wilayah Kerja Puskesmas Payung Kabupaten Bangka Selatan. Nilai koefisien korelasi (r) Spearman Rank ini sebesar $r = 0,639$ yang menunjukkan bahwa kekuatan hubungan antara dua variabel ini pada kategori kuat.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Izzati, 2015) tentang hubungan tingkat stres dengan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus

tipe II di Bukit tinggi, di dapatkan hasil dari 32 responden terdapat lebih dari separuh responden mengalami stres sedang sebanyak 20 orang (62,5%) (Izzati, 2015). Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa distribusi responden berdasarkan kadar gula darah di Puskesmas Payung Kabupaten Bangka Selatan yakni kadar gula darah dengan kategori sedang sebanyak 10 responden (12,70%), dan kategori buruk sebanyak 69 responden (87,30%). Dari hasil penelitian ini didapatkan lebih banyak responden dengan kadar gula darah buruk. Menurut peneliti kadar gula darah responden yang sebagian besar buruk dikarenakan beberapa faktor yaitu stres, pola makan yang tidak teratur (diet), lupa minum obat dan kurangnya berolahraga. Selain itu, faktor umur juga bisa mempengaruhi kadar gula darah responden dimana paling banyak responden dengan umur < 50 tahun. (Kaunang *et al.*, 2019) memaparkan bahwa faktor risiko menyandang Diabetes Melitus II adalah usia diatas 30 tahun, hal ini karena adanya penurunan anatomis, fisiologis, dan biokimia. Perubahan dimulai Dari tingkat sel, kemudian berlanjut pada tingkat jaringan dan akhirnya pada tingkat organ yang dapat mempengaruhi homeostatis. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Purnami & Pd, 2017) tentang hubungan tingkat stres dengan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus tipe II di Rumah Sakit Pancaran Kasih GMIM Manado, dimana dari 75 responden terdapat separuh responden dengan kadar gula darah buruk sebanyak 39 orang (52,0%). Kondisi ini disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya pola makan.

Berdasarkan tabel 5.7 bahwa responden dengan tingkat stres sedang dan parah sangat berpeluang untuk mengalami peningkatan kadar gula darah dibandingkan stres ringan dan sangat parah. Hal ini kemungkinan juga bisa disebabkan oleh faktor lain yaitu responden belum bisa mengontrol kadar gula darah dengan cara belum bisa mengatur pola hidup, pola makan, meminum obat tidak teratur, dan kurang beraktivitas.

Sehingga kadar gula darahnya akan tetap meningkat, walaupun tingkat stres yang dialami dalam kategori normal. Meningkatnya jumlah penderita Diabetes Melitus dapat disebabkan oleh banyak faktor, antara lain adalah faktor keturunan/genetik, obesitas, perubahan gaya hidup, pola makan yang salah, obat-obatan yang mempengaruhi kadar glukosa darah, kurangnya aktivitas fisik, proses menua, kehamilan, perokok dan stress (Suryani *et al.*, 2017). Kondisi ini dapat menimbulkan berbagai perubahan atau gangguan baik fisik maupun psikologis bagi pasien. Hal tersebut dapat menimbulkan permasalahan misalnya pasien merasa lemah karena harus membatasi diet, setiap perubahan dalam kesehatan dapat menjadi stresor. Keharusan pasien Diabetes Mellitus mengubah pola hidupnya agar gula darah dalam tubuh tetap seimbang dapat mengakibatkan mereka rentan terhadap stres, karena stres akan terjadi apabila seseorang merasakan adanya ketidaksesuaian antara sumber daya yang dimiliki dengan tuntutan situasi yang harus dijalankan ketika tuntutan situasi dirasakan berbeda dengan situasi sebelumnya dan terlalu berat maka stres akan terjadi (Izzati, 2015).

Stres dapat meningkatkan kandungan glukosa darah karena stres menstimulus organ endokrin untuk mengeluarkan epinefrin, epinefrin mempunyai efek yang sangat kuat dalam menyebabkan timbulnya proses glikoneogenesis di dalam hati, sehingga akan melepaskan sejumlah besar glukosa ke dalam darah dalam beberapa menit. Hal inilah menyebabkan peningkatan kadar glukosa darah saat stres atau tegang. Beberapa hal yang menyebabkan gula darah naik, yaitu kurang berolah raga, bertambahnya jumlah makanan yang dikonsumsi, meningkatnya stres dan faktor emosi, penambahan berat badan dan usia, serta dampak perawatan dari obat, misalnya steroid (Pratiwi *et al.*, 2014). Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Izzati, 2015), yang menyimpulkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat stres dengan peningkatan kadar gula darah pada pasien Diabetes Melitus di wilayah kerja Puskesmas

Perkotaan Rasimah Ahmad Bukit tinggi ($p = 0,017$) (Izzati, 2015). Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat hubungan yang positif tingkat stres dengan peningkatan kadar gula darah pada pasien Diabetes Melitus di Puskesmas Payung Kabupaten Bangka Selatan.