

## ABSTRAK

**HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN  
KADAR GULA DARAH PUASA PADA PASIEN DIABETES  
MELITUS DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KEDUNGWUNI 1**  
Ramadhan Ikhsani, Herni Rejeki

**Pendahuluan:** Diabetes melitus merupakan gangguan metabolik kronis yang ditandai dengan peningkatan kadar glukosa darah dan terus mengalami peningkatan prevalensi setiap tahunnya. Salah satu faktor psikologis yang berkontribusi terhadap ketidakstabilan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus adalah kecemasan. Kecemasan memicu pelepasan hormon stres seperti kortisol, adrenalin, dan norepinefrin yang dapat meningkatkan proses glikogenolisis serta resistansi insulin sehingga kadar glukosa darah semakin sulit dikendalikan.

**Metode:** Penelitian ini menggunakan desain *deskriptif korelasional* dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian ini merupakan pasien diabetes melitus yang mengikuti program Posyandu di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungwuni 1, dengan jumlah 60 pasien pada bulan Desember 2025. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Instrumen penelitian yang digunakan adalah kuesioner Zung Self-Rating Anxiety Scale, serta alat pengukur kadar gula darah (*glucometer*). Pengumpulan data dilakukan melalui pengisian kuesioner dan pemeriksaan gula darah puasa. Analisis data menggunakan uji *Independent Sample T-Test*.

**Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami kecemasan ringan sebanyak 51 orang (85%) dan kecemasan sedang sebanyak 9 orang (15%), dengan rata-rata kadar gula darah puasa sebesar 168,53 mg/dL (minimal 136 mg/dL, maksimal 200 mg/dL). Uji *Independent Sample T-Test* menunjukkan nilai t sebesar -10,423, mean difference sebesar -28,654 mg/dL, dan nilai signifikansi  $<0,001$  ( $p < 0,05$ ).

**Simpulan:** Terdapat hubungan positif yang signifikan antara tingkat kecemasan dengan peningkatan kadar gula darah puasa pada pasien diabetes melitus. Berdasarkan hasil penelitian diharapkan tenaga kesehatan dapat memberikan program promosi kesehatan mengenai pengendalian kecemasan dan pemeriksaan kadar gula darah rutin untuk mengendalikan kadar gula darah pasien diabetes melitus.

**Kata kunci:** Diabetes Melitus, Kecemasan, Kadar Gula Da

