

HUBUNGAN TINGKAT STRES, KONSUMSI *SUGAR-SWEETENED BEVERAGES* (SSBS), DAN STATUS GIZI DENGAN RISIKO DIABETES MELITUS TIPE 2 PADA REMAJA DI SMAN 9 JAKARTA

Kirana Sekar Ningrum

Abstrak

Diabetes melitus (DM) adalah sekelompok penyakit metabolik yang ditandai oleh tingginya kadar gula darah, yang disebabkan oleh gangguan dalam sekresi insulin. Dewasa ini, prevalensi diabetes melitus tipe 2 secara global terus meningkat dan remaja merupakan salah satu kelompok yang rentan berisiko mengalami diabetes melitus tipe 2. Provinsi DKI Jakarta memiliki Prevalensi Diabetes Melitus berdasarkan Diagnosis Dokter pada Penduduk Semua Umur menurut Provinsi tertinggi, dengan angka 2,6%. Pada masa remaja, terjadi proses pubertas yang mempengaruhi berbagai hormon, salah satunya hormon insulin yang berfungsi untuk mengatur kadar gula dalam darah. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor-faktor yang berpengaruh terhadap risiko diabetes melitus tipe 2 pada remaja. Sampel dalam penelitian ini merupakan 126 remaja berusia 15-18 tahun yang merupakan siswa/siswi kelas 10 dan 11 di SMAN 9 Jakarta. Teknik pengambilan sampel menggunakan pendekatan *stratified random sampling* dengan desain penelitian *cross-sectional*. Hasil analisis uji *chi-square* menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara tingkat stres ($P=1.000$), konsumsi SSBS ($P=0.417$), dan status gizi ($P=0.689$) dengan risiko diabetes melitus tipe 2 pada remaja di SMAN 9 Jakarta. Penelitian selanjutnya disarankan melakukan pemeriksaan tambahan untuk menunjang pengategorian risiko terhadap risiko diabetes melitus tipe 2 secara lebih akurat.

Kata Kunci : Tingkat Stres, *Sugar-Sweetened Beverages* (SSBs), Status Gizi, Risiko Diabetes, Remaja

THE RELATIONSHIP OF STRESS LEVEL, CONSUMPTION OF SUGAR-SWEETENED BEVERAGES (SSBS), AND NUTRITIONAL STATUS WITH THE RISK OF TYPE 2 DIABETES MELLITUS IN ADOLESCENTS AT SMAN 9 JAKARTA

Kirana Sekar Ningrum

Abstract

Diabetes mellitus (DM) is a group of metabolic diseases characterized by high blood sugar levels, which are caused by disorders in insulin secretion. Nowadays, the prevalence of type 2 diabetes mellitus continues to increase globally and teenagers are one of the vulnerable groups at risk of developing type 2 diabetes mellitus. DKI Jakarta has the highest Prevalence of Diabetes Mellitus based on Doctor's Diagnosis in the Population All Ages by Province, with a figure of 2.6%. In fact, adolescents go through a puberty process that affects many hormones, including the insulin hormone, which controls blood sugar levels. The research was conducted on the target group of teenagers aged 16-18 years at SMAN 9 Jakarta. This study aims to analyze the factors that influence the risk of type 2 diabetes mellitus in adolescents. The sample in this study was 126 adolescents aged 15-18 years who were students in grades 10 and 11 at SMAN 9 Jakarta. The sampling technique used a stratified random sampling approach with a cross-sectional research design. The results of the chi-square test analysis showed that there was no significant relationship between stress levels ($P=1.000$), consumption of SSBs ($P=0.417$), and nutritional status ($P=0.689$) with the risk of type 2 diabetes mellitus in adolescents at SMAN 9 Jakarta. For further research, it is recommended that additional examinations be carried out to support more accurate risk categorization of type 2 diabetes mellitus.

Keyword : Stress Level, Sugar-Sweetened Beverages (SSBs), Nutritional Status, Diabetes Risk, Adolescents