

ABSTRAK

Stres merupakan salah satu respon psikologis yang dapat memengaruhi metabolisme glukosa melalui kerja HPA (*Hipotalamus-Pituary-Adrenal*), sistem saraf simpatis serta respon perilaku seperti pola makan, pola istirahat dan aktivitas fisik. Mahasiswa farmasi termasuk kelompok mahasiswa kesehatan yang rentan mengalami stres berat akibat jadwal perkuliahan dan praktikum yang padat sehingga berisiko menurunnya kualitas hidup sehat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat stres dengan kadar Glukosa Darah Puasa (GDP) pada mahasiswa S1 Farmasi Universitas Sanata Dharma angkatan 2022–2025 menggunakan desain observasional analitik dengan pendekatan *cross-sectional* dan sebanyak 90 responden dipilih menggunakan teknik *stratified random sampling*. Tingkat stres diukur menggunakan kuesioner DASS-42 (*Depression, Anxiety and Stress Scales-42*) dan kadar GDP diperiksa melalui sampel darah vena setelah puasa 8-10 jam. Analisis data dilakukan menggunakan uji korelasi *Spearman Rank* dengan software SPSS dan Microsoft Excel. Data menunjukkan sebagian besar responden memiliki tingkat stres maupun kadar GDP yang dalam kategori normal. Hasil uji korelasi terdapat hubungan signifikan ($p\text{-value} < 0,05$) antara tingkat stres dengan kadar GDP pada angkatan 2022 ($p\text{-value} = 0,034$; $r = 0,418$) dan angkatan 2023 ($p\text{-value} = 0,003$; $r = 0,609$). Sebaliknya, tidak ada hubungan signifikan pada angkatan 2024 ($p\text{-value} = 0,832$; $r = 0,48$) dan angkatan 2025 ($p\text{-value} = 0,517$; $r = 0,150$). Namun semua angkatan 2022-2025 menunjukkan nilai korelasi (r) yang positif. Artinya terdapat hubungan searah antara tingkat stres yang memengaruhi kenaikan GDP. Maka mahasiswa/i farmasi angkatan 2022 dan 2023 dapat menerapkan jenis *Emotion-focused coping* dan pada angkatan 2024 dan 2025 tetap mempertahankan *coping* stres dan metabolisme glukosa yang baik agar mencegah gangguan kesehatan lainnya yang disebabkan oleh keadaan stres ataupun kadar glukosa yang tidak terkontrol.

Kata kunci: tingkat stres, glukosa, mahasiswa/i farmasi.

ABSTRACT

Glucose metabolism is influenced by the HPA (Hypothalamus–Pituitary–Adrenal) axis, the sympathetic nervous system, and behavioral factors such as eating patterns, rest patterns, and physical activities. Pharmacy students are vulnerable to stress due to their hectic class and practicum schedules, which can lead to a decreased quality of healthy life balance. This study aimed to determine the relationship between stress levels and Fasting Blood Glucose (FBG) levels among undergraduate Pharmacy students at Sanata Dharma University, Classes of 2022–2025 using an observational analytical study with a cross-sectional design and 90 respondents selected through stratified random sampling. Stress categories were assessed using the DASS-42 (Depression, Anxiety, and Stress Scales-42) questionnaire, while FBG levels were measured from venous blood samples collected after an 8–10-hour fast. Analyzed data using the Spearman Rank test with IBM SPSS software and Microsoft Excel. Most respondents had normal stress levels and FBG values. A significant positive correlation was found in the Class of 2022 (p -value= 0.034; r = 0.418) and 2023 (p -value= 0.003; r = 0.609). No significant correlation in the Class of 2024 (p -value= 0.832; r = 0.480) and 2025 (p -value= 0.517; r = 0.150). Although all classes showed positive correlation (r), indicate that higher stress levels tend to be associated with higher FBG levels. Therefore, classes of 2022 and 2023 are encouraged to adopt emotion-focused coping strategies, while classes of 2024 and 2025 should maintain effective stress coping mechanisms and healthy glucose metabolism to prevent other health issues arising from stress condition or uncontrolled glucose.

Key word: stress levels, glucose, pharmacy students.