

HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN KADAR GLUKOSA DARAH SEWAKTU PADA PASIEN DENGAN DIABETES MELITUS TIPE 2 DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SUKASADA I

Oleh

Made Putri Nararya Waninghyun, NIM 2118011022

Program Studi Kedokteran

ABSTRAK

Diabetes Melitus Tipe 2 (DM Tipe 2) merupakan penyakit metabolisme kronis yang ditandai oleh hiperglikemia persisten. Kualitas tidur diidentifikasi sebagai faktor yang berpengaruh dalam manajemen DM Tipe 2 dimana penurunan kualitas tidur dapat memicu penurunan sensitivitas insulin. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kualitas tidur dengan kadar glukosa darah sewaktu pada pasien dengan DM Tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Sukasada I. Penelitian ini menggunakan data primer dari penilaian kualitas tidur dengan kuesioner *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI) dan pengukuran kadar glukosa darah sewaktu dengan *glucometer*. Jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah 32 orang. Desain penelitian ini yaitu analitik observasional dengan pendekatan *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel dengan *consecutive sampling* dan menggunakan *Fisher's Exact Test* untuk analisis bivariat. Dari pengolahan data diperoleh hasil yaitu kualitas tidur baik sebanyak 7 orang (21,9%) dan buruk sebanyak 25 orang (78,1%), sedangkan kadar glukosa darah sewaktu normal sebanyak 11 orang (34,4%) dan tinggi sebanyak 21 orang (65,6%). Berdasarkan analisis data dengan *Fisher's Exact Test*, diperoleh nilai $p=0,003$ ($p<0,05$). Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kualitas tidur dengan kadar glukosa darah sewaktu pada pasien dengan DM Tipe 2 di wilayah kerja Puskesmas Sukasada I.

Kata Kunci: Kualitas tidur, kadar glukosa darah sewaktu, Diabetes Melitus Tipe 2

RELATIONSHIP OF SLEEP QUALITY AND RANDOM BLOOD GLUCOSE LEVELS IN TYPE 2 DIABETES MELLITUS PATIENTS AT THE SUKASADA I PUBLIC HEALTH CENTER

By

Made Putri Nararya Waninghyun, NIM 2118011022

Department of Medicine

ABSTRACT

Type 2 Diabetes Mellitus (Type 2 DM) is a chronic metabolic disease characterized by persistent hyperglycemia. Sleep quality has been identified as an influential factor in the management of Type 2 DM where a decrease in sleep quality can trigger a decrease in insulin sensitivity. This study aims to determine the relationship between sleep quality and random blood glucose levels in Type 2 DM patients at the Sukasada I Public Health Center. This study uses primary data by assessing sleep quality with the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) questionnaire and measuring blood glucose levels with a glucometer. The number of samples used was 32 people. The design of this research is observational analytics with a cross sectional approach. The sampling technique was consecutive sampling and used Fisher's Exact Test for bivariate analysis. From data processing, the results obtained were good sleep quality for 7 people (21.9%) and poor for 25 people (78.1%), while blood glucose levels were normal for 11 people (34.4%) and high for 21 people. (65.6%). Based on data analysis with Fisher's Exact Test, the value obtained was $p=0.003$ ($p<0.05$). This shows that there is a relationship between sleep quality and random blood glucose levels in Type 2 DM Patients at the Sukasada I Public Health Center.

Keywords: Sleep quality, random blood glucose levels, Type 2 Diabetes Mellitus