

HUBUNGAN KUALITAS TIDUR TERHADAP KADAR GLUKOSA DARAH PADA PASIEN DM TIPE II DI PUSKESMAS PERWIRA BEKASI UTARA

Oleh:

Adila Anbar Syafitri

NIM. 201905006

ABSTRAK

Latar Belakang: Hiperglikemi adalah keadaan dimana ketika kadar gula darah secara signifikan $>$ dari normal, dan hipoglikemia ketika kadar gula darah secara signifikan $<$ dari normal. Kualitas tidur memiliki aspek kuantitatif dan subjektif. Aspek kuantitatif adalah durasi tidur seseorang, waktu yang diperlukan untuk tertidur, dan seberapa sering mereka terbangun di malam hari. Sedangkan aspek subyektif meliputi kedalaman tidur dan kepuasan tidur seseorang. **Tujuan:** penelitian ini dilakukan untuk melihat keeratan hubungan antara kualitas tidur dengan kadar glukosa darah pasien DM tipe II. **Metode:** penelitian ini menggunakan design penelitian kuantitatif dengan rancangan *cross sectional*. Jumlah sampel 92 responden yang mengalami DM tipe II dengan tehnik pengambilan sampel *purposive sampling*. Uji dalam penelitian ini menggunakan Uji *Korelasi Spearman*. **Hasil:** Hasil analisis hubungan antara kualitas tidur dengan kadar glukosa darah menunjukkan hubungan yang cukup ($r\ 0,418$) dan berpola positif. **Kesimpulan:** Hasil uji statistik ada hubungan yang signifikan antara kadar glukosa darah dengan kualitas tidur ($p\text{-value}\ 0,000$).

Kata kunci: *DM tipe II, kualitas tidur, kadar glukosa*

THE RELATIONSHIP BETWEEN QUALITY OF SLEEP AND BLOOD GLUCOSE LEVELS IN TYPE II DM PATIENTS AT PUSKESMAS PERWIRA BEKASI UTARA

ABSTRACT

Background: Hyperglycemia is a condition where blood sugar levels are significantly $>$ than normal, and hypoglycemia is when blood sugar levels are significantly $<$ than normal. Sleep quality has both quantitative and subjective aspects. The quantitative aspects are the duration of a person's sleep, the time it takes them to fall asleep, and how often they wake up during the night. While the subjective aspects include the depth of sleep and satisfaction of one's sleep. **Purpose:** this study was conducted to see the close relationship between sleep quality and blood glucose levels in type II DM patients. **Methods:** This study used a quantitative research design with a *cross-sectional design*. The number of samples was 92 respondents who experienced DM type II with *the purposive sampling* technique. The test in this study used the *Spearman Correlation Test*. **Results:** The results of the analysis of the relationship between sleep quality and blood glucose levels showed an adequate relationship (r 0.418) and had a positive pattern. **Conclusion:** The results of statistical tests showed a significant relationship between blood glucose levels and sleep quality (p -value 0.000).

Keywords: *DM type II, sleep quality, glucose level*