

KARYA TULIS ILMIAH

**HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN KADAR GULA DARAH
SEWAKTU PADA PASIEN DIABETES
MELITUS DI KELURAHAN
ILIR KECAMATAN
GUNUNGSITOLI**



Disusun Oleh:

EIRENE LAOLI

NIM:P07520320010

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN
PRODI D-III KEPERAWATAN GUNUNGSITOLI
TAHUN 2023**

KARYA TULIS ILMIAH

**HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN KADAR GULA DARAH
SEWAKTU PADA PASIEN DIABETES
MELITUS DI KELURAHAN
ILIR KECAMATAN
GUNUNGSITOLI**

Sebagai syarat menyelesaikan pendidikan program studi
Diploma III Keperawatan



Disusun Oleh:

EIRENE LAOLI

NIM:P07520320010

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN
PRODI D-III KEPERAWATAN GUNUNGSITOLI
TAHUN 2023**

LEMBAR PENGESAHAN

Judul : Hubungan kualitas tidur dengan kadar gula darah sewaktu pada pasien diabetes melitus di Kelurahan Ilir Kecamatan Gunungsitoli

Nama : Eirene Laoli

Nim : P07520320010

Karya Tulis Ilmiah Ini Telah Di Uji Pada Sidang Ujian Akhir Program Studi
D-III Keperawatan Gunungsitoli Poltekkes Kemenkes Medan
Gunungsitoli, 13 Juni 2023

Penguji I

Evi Martalinda Harefa, SST.M,Kes
NIP. 198403192006052001

Penguji II

Ismed K. Amazihono, SKM,MPH
NIP. 197205111992031003

Ketua Penguji

Wahyu N. Lase S,Kep.,Ners.M.Kep
NIP. 199002052015032005

Ketua Program Studi DIII keperawatan Gunungsitoli
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan



Ismed Krisman Amazihono SKM, MPH
NIP. 197205111992031003

PERNYATAAN

HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN KADAR GULA DARAH SEWAKTU PADA PASIEN DIABETES MELITUS DI KELURAHAN ILIR KECAMATAN GUNUNGSITOLI TAHUN 2023

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam Karya Tulis Ilmiah tidak terdapat karya yang pernah diajukan disuatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis diacu dalam naskah ini dan disebut dalam daftar pustaka.

Gunungsitoli, 13 Juni 2023



EIRENE LAOLI
NIM:P07520320010

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN
PRODI D-III KEPERAWATAN GUNUNGSITOLI TAHUN 2023
KTI, 13 JUNI 2023

EIRENE LAOLI

HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN KADAR GULA DARAH PADA PASIEN DIABETES MELITUS DI KELURAHAN ILIR KECAMATAN GUNUNGSITOLI TAHUN 2023.

V+ 41 Halaman, 6 tabel, 1 Gambar, 16 Lampiran

ABSTRAK

Diabetes melitus adalah salah satu penyakit atau gangguan metabolisme kronis dengan multi etiologi yang ditandai dengan tingginya kadar gula darah disertai karena adanya gangguan metabolisme karbohidrat, lipid dan protein akibat dari insufisiensi fungsi insulin. Hal tersebut diakibatkan karena pola dan gaya hidup yang tidak sehat misalnya gangguan tidur akan berdampak pada peningkatan frekuensi terbangun dan sulit tertidur kembali, sehingga ketidakpuasan tidur dapat mengakibatkan kualitas tidur menurun. Perubahan respon tubuh yang terjadi akibat adanya gangguan tidur yaitu peningkatan resistensi insulin sehingga sel tidak dapat menggunakan hormone secara efisien.

Tujuan penelitian ini yaitu mengidentifikasi hubungan kualitas tidur dengan kadar gula darah sewaktu pasien diabetes melitus di Kelurahan Ilir Kecamatan Gunungsitoli. Metode penelitian yang dilakukan bersifat kuantitatif, desain penelitian menggunakan korelasi analitik. Populasi penelitian ini adalah penderita diabetes melitus di Kelurahan Ilir Kecamatan Gunungsitoli, dengan jumlah sampel sebanyak 59 responden dan menggunakan teknik *Purposive Sampling*. Analisa statistic menggunakan uji *spearman correlation*.

Hasil univariat kualitas tidur mayoritas dikategorikan buruk sebanyak 47 responden (79,7%), dan kadar gula darah sewaktu pasien diabetes melitus mayoritas dikategorikan sebanyak 46 responden (78,0%). Hasil bivariat dengan *p value* sebesar $0,040 \leq 0,05$. Simpulan : ada hubungan kualitas tidur dengan kadar gula darah sewaktu pada pasien diabetes melitus. Disarankan kepada : pasien diabetes melitus untuk meningkatkan kualitas tidur supaya dapat mempertahankan kadar gula darah sewaktu normal.

Kata Kunci : Kualitas Tidur, Kadar Gula Darah Sewaktu, Diabetes Melitus

Daftar Bacaan : 33 (2006-2022).

**MEDAN HEALTH POLYTECHNICS OF MINISTRY OF HEALTH
ASSOCIATE DEGREE PROGRAM OF NURSING, GUNUNGSITOLI BRANCH
GUNUNGSITOLI, 13 JUNE 2023**

**EIRENE LAOLI
CORRELATION OF SLEEP QUALITY WITH BLOOD SUGAR LEVELS OF DM PATIENTS IN
ILIR SUB-DISTRICT, GUNUNGSITOLI SUB-DISTRICT IN 2023.
V+ 41 Pages, 6 tables, 1 Figure, 16 Attachments**

ABSTRACT

Diabetes mellitus is a chronic disease due to metabolic disorders with multiple etiologies, characterized by high blood sugar levels and accompanied by metabolic disturbances in carbohydrates, lipids and proteins due to insufficiency of insulin function which occurs as a result of an unhealthy lifestyle, such as sleep disturbances which will give high frequency of awakenings and difficulty falling back asleep. Dissatisfied sleep can reduce sleep quality. The body's response to sleep disturbances is an increase in insulin resistance, so cells cannot use hormones efficiently.

The purpose of this study was to identify the correlation between sleep quality and blood sugar levels in DM patients in Ilir Village, Gunungsitoli District. This research is a quantitative analytic correlation study, and examined 59 respondents who were determined through the purposive sampling technique, taken from a population consisting of DM sufferers in Ilir Village, Gunungsitoli District. Data were analyzed statistically using the Spearman correlation test.

Through the results of the univariate test it was known that the sleep quality of the respondents: the majority were categorized as poor at 47 respondents (79.7%), the current blood sugar level of DM patients was the majority categorized as poor at 46 respondents (78.0%). The results of the bivariate analysis obtained a p value of 0.040 < 0.05. Conclusion: a correlation was found between sleep quality and current blood sugar levels in DM patients. Suggestion: It is recommended that DM patients improve sleep quality to maintain normal current blood sugar levels.

Keywords : Sleep Quality, Current Blood Sugar Levels, DM
References : 33 (2006-2022).



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena dengan berkat dan rahmat-nya penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah ini dengan judul **“Hubungan Kualitas Tidur Dengan Kadar Gula Darah Sewaktu Pada Pasien Diabetes Melitus Di Kelurahan Ilir Kecamatan Gunungsitoli Tahun 2023”**. Karya tulis ilmiah ini dibuat untuk memenuhi syarat menyelesaikan Program Studi D-III Keperawatan di Poltekkes Kemenkes Medan Program Studi Akademi Keperawatan Gunungsitoli.

Pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa hormat dan ucapan terimakasih kepada :

1. Ibu R.R. Sri Arini Winarti Rinawati,SKM, M.Kep, Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan.
2. Ibu Suriani Br. Ginting, S.ST,S.Pd,S,Kep.Ners, M.Kep Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan.
3. Bapak Ismed Krisman Amazihono, SKM.,MPH, Ketua Prodi D-III Keperawatan Gunungsitoli.
4. Ibu Wahyu Ningsih Lase, S.Kep.,Ners.,M.Kep sebagai pembimbing I yang telah membimbing saya selama ini.
5. Ibu Evi Martalinda Harefa SST.M.kes sekaligus sebagai pembimbing II
6. Bapak/Ibu Dosen dan civitas Akademik Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan Jurusan Keperawatan Gunungsitoli, yang telah memberikan dukungan dan motivasi serta membekali dengan ilmu pengetahuan dalam penyelesaian karya tulis ilmiah ini.
7. Kepala Dinas Kesehatan Kota Gunungsitoli, Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli,dan Kelurahan Ilir yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian di Wilayah Kelurahan Ilir Kecamatan Gunungsitoli.
8. Teristismewa kepada Mama dan saudara/i saya yang selalu

mendukung dan menyemangati saya sampai saat ini dan juga kepada orang yang saya sayangi yang selalu mendukung dan memberi semangat kepada saya sampai saat ini.

9. Kepada teman saya Ardika F.F Harefa,Irma J. Harefa,Lince P.Lase,Surya yeartini Solai Zebua, Elman Gea, Artikel Zai, Ican K. Zai, Yasmin P. Mendrofa, Alvons R. Zendrato dan juga Kepada kakak dan adek-adek saya kamar 8 yang selalu mendukung dan menyemangati saya sampai saat ini.
- 10.Semua pihak yang telah turut membantu dan memberi semangat hingga karya tulis ilmiah ini dapat selesai.

Semoga Tuhan Yang Maha Pengasih dan Penyayang melimpahkan berkat dan anugrah-nya dengan berlipat ganda kepada semua pihak yang telah mendukung dalam penyelesaian karya tulis ilmiah ini.

Dengan kerendahan hati penulis menyadari bahwa dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini masih jauh dari kesempurnaan baik dalam segi penulisan, tata bahasa maupun isi. Untuk itu, penulis mengharapkan kritik dan saran dari pembaca yang bersifat membangun demi kesempurnaan karya tulis ilmiah ini.

Akhir kata penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah banyak membantu, semoga karya tulis ilmiah ini dapat bermanfaat demi kemajuan ilmu pengetahuan khususnya profesi keparawatan

Gunungsitoli, 13 Juni 2023

Penulis



EIRENE LAOLI

NIM:P07520320010

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN SAMPUL DEPAN	
HALAMAN SAMPUL DALAM	
LEMBAR PENGESAHAN	
LEMBAR PERNYATAAN.....	i
ABSTRAK.....	ii
<i>ABSTRAC</i>	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
A. Tinjauan Teori.....	6
1.Konsep Diabetes Melitus.....	6
a.Definisi.....	6
b.Klasifikasi.....	6
c.Gejala.....	7
d.Faktor resiko.....	7
e.Penatalaksanaan.....	9
2.Konsep Kadar Gula Darah.....	11
a.Definisi.....	11
b.Pemeriksaan glukosa darah.....	12
c.Faktor-faktor.....	13
3.Konsep Tidur.....	15

a. Pengertian.....	15
b. Fisiologi.....	16
c. Siklus tidur.....	16
d. Pengertian kualitas tidur.....	17
e. pengukuran kualitas tidur.....	18
B. Kerangka Konsep.....	21
C. Definisi Operasional.....	22
D. Hipotesis.....	23
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	24
A. Jenis Dan Desain Penelitian.....	24
B. Lokasi Dan Waktu Penelitian.....	24
C. Populasi Dan Sampel Penelitian.....	24
1. Populasi.....	24
2. Sampel.....	25
D. Jenis Dan Cara Pengumpulan Data.....	27
1. Jenis data.....	27
2. Alat pengumpulan data.....	27
E. Pengolahan Dan Analisa Data.....	27
1. Pengolahan data.....	28
2. Analisa data.....	28
F. Jadwal Penelitian.....	30
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	31
A. Hasil Penelitian.....	31
1. Gambaran umum lokasi penelitian.....	31
2. Analisa univariat.....	31
3. Analisa bivariat.....	32
B. Pembahasan.....	34
1. Gambaran kualitas tidur.....	34
2. Gambaran kadar gula darah sewaktu.....	35
3. Hubungan kualitas tidur dengan kgds.....	36
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....	38

A. Simpulan.....	38
B. Saran.....	38
DAFTAR PUSTAKA.....	40
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Perhitungan Kualitas Tidur.....	18
Tabel 2.2 Definisi Operasional.....	22
Tabel 3.1 Jadwal Penelitian.....	30
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Kualitas Tidur Pada Pasien Diabetes Melitus di Kelurahan Ilir Kecamatan Gunungsitoli Tahun 2023 (n=59)	31
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Kadar Gula Darah Sewaktu Pasien Diabetes Melitus di Kelurahan Ilir Kecamatan Gunungsitoli Tahun 2023 (n=59)	32
Tabel 4.3 Hasil Tabulasi Silang Antara Hubungan Kualitas Tidur Pasien Diabetes Melitus di Kelurahan Ilir Kecamatan Gunungsitoli Tahun 2023 (n=59)	33

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Kerangka Konsep.....	21

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	I	: Surat Izin Penelitian
Lampiran	II	: Balasan Surat Izin Penelitian
Lampiran	III	: Hasil Data Survey Penelitian
Lampiran	IV	: Surat Telah Menyelesaikan Penelitian
Lampiran	V	: Permohonan Menjadi Responden
Lampiran	VI	: Persetujuan Menjadi Responden
Lampiran	VII	: SOP Tes Gula Darah
Lampiran	VIII	: Master Tabel
Lampiran	IX	: Hasil Uji SPSS (Spearman)
Lampiran	X	: Dokumentasi Penelitian
Lampiran	XI	: Lembar Konsultasi Proposal
Lampiran	XII	: Lembar Konsultasi Revisi Proposal
Lampiran	XIII	: Lembar Konsultasi KTI
Lampiran	XIV	: Lembar Konsultasi Revisi KTI
Lampiran	XV	: Biodata Peneliti
Lampiran	XVI	: Surat Etika Clarence