

BAB 1

PENDAHULUAN

A.Latar Belakang

Kesehatan adalah hal yang sangat penting untuk dipelihara. Berbagai usaha dan upaya yang dilakukan untuk mempertahankan kondisi sehat. Sesuai dengan definisi kesehatan menurut UU No.36 tahun 2009 tentang kesehatan menyatakan bahwa kesehatan merupakan keadaan sehat, baik secara jasmani, mental, spiritual maupun sosial dan ekonomi. Seiring dengan kemajuan zaman berbagai penyakit yang berbahaya bagi kehidupan manusia timbul dan menyebar ke semua lapisan masyarakat. Hal tersebut pertama diakibatkan karena pola dan gaya hidup yang tidak sehat.

Menurut WHO (2020) 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. Organisasi diabetes federation memperkirakan terdapat sekitar 463 juta dengan usia 20-79 tahun di dunia menderita diabetes pada tahun 2020 dengan angka prevalensi mencapai 9,3%. Menurut IDF (2020) Indonesia termasuk negara dengan angka penyakit diabetes melitus sebesar 1,5%-2,3%. Hasil riset pada prevalensi diabetes melitus pada usia ≥ 15 tahun pada tahun 2018 mengalami peningkatan sebesar 4% mencapai 10,9% dari total populasi (RISKESDAS, 2018). Prevalensi diabetes melitus di provinsi Sumatera Utara pada tahun 2018 sebesar 1,39%, di kota Gunungsitoli sebesar 1,89% RISKESDAS (2018). Hasil survey dengan studi pendahuluan yang didapatkan peneliti melalui UPTD Puskesmas Kota Gunungsitoli, menunjukkan bahwa penyakit diabetes melitus ini merupakan peringkat pertama dari 10 penyakit terbanyak di wilayah Kecamatan Gunungsitoli.

Menurut Simatupang (2020) diabetes melitus adalah kurangnya pelepasan insulin didalam jaringan perifer. Ghifaajah (2012) Penyakit diabetes melitus salah satu penyakit kronis yang berkaitan dengan aktivitas tidur,karena pada pasien diabetes melitus akan mengalami polidipsi, poliuria, dan polifagia yang menyebabkan terjadinya gangguan tidur. Tidur yang berkualitas merupakan salah satu intervensi untuk menjaga kadar gula darah tetap dalam batas normal diikuti dengan aktivitas yang cukup untuk memenuhi kebutuhan dasarnya (Romadoni & Septiawan, 2016). Kurang tidur menjadi suatu masalah yang dapat memicu terjadinya diabetes melitus, kadar gula dalam tubuh akan meningkat jika seseorang mengalami gangguan tidur seperti insomnia yang berkepanjangan (Romadoni & Septiawan, 2016). Pasien diabetes melitus memiliki waktu tidur yang cukup lama tetapi dengan kualitas tidur yang buruk, karena mengalami poliurin dan nokturia yang mengakibatkan pasein sering buang air kecil, mengakibatkan hormon pertumbuhan dan kadar kortisol akan menjadi kadar gula dalam tubuh yang meningkat (hiperglikemi), menaikkan kerja saraf simpatik dan menyebabkan penurunan pada sensitifitas insulin dan produktifitas insulin dimalam hari dalam kondisi tertidur (Romadoni & Septiawan, 2016).

Menurut Smith (2010) menjelaskan bahwa perubahan respon tubuh yang terjadi akibat adanya gangguan tidur yaitu peningkatan resistensi insulin sehingga sel tidak dapat menggunakan hormone secara efesien. ADA (2015) menjelaskan faktor yang dapat mempengaruhi kadar gula darah diantaranya kualitas tidur. Aspek tidur akan mempengaruhi homeostatis kadar gula darah normal,seperti pengurangan dalam kualitas, dan durasi tidur yang dapat merusak pemanfaatan glukosa maupun toleransi glukosa (Jhat *et al.*, 2016). Gangguan tidur akan berdampak pada peningkatan frekuensi terbangun dan sulit tertidur kembali,sehingga ketidakpuasan tidur dapat mengakibatkan kualitas tidur menurun (Taub dan Redeker, 2008).

Peneliti yang dilakukan oleh Najatullah (2015) tentang hubungan kualitas tidur dengan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus di klinik spesialis perawatan luka, stoma dan inkontinensia Kitamura Pontianak, diperoleh p value [$p=0,000<0,05$] sehingga dapat diambil kesimpulan ada hubungan signifikan kualitas tidur dengan kadar gula darah pada pasien diabetes melitus. Hasil penelitian ditemukan pasien diabetes melitus dengan kualitas tidur buruk 21 kali lebih besar memiliki control gula darah buruk dibandingkan dengan kualitas tidur baik. Kontrol kadar gula darah dipengaruhi oleh respon sel beta pancreas (produksi insulin) dan sensitivitas insulin, produksi insulin dan menurunnya sensitivitas sehingga mengakibatkan kadar gula darah meningkat.

Peneliti Prasetya (2016) tentang hubungan kualitas tidur pada pasien diabetes melitus tipe 2 terhadap kadar gula darah menyatakan bahwa sebagian besar memiliki kualitas tidur buruk sebanyak 58,2% dan 41,8% kualitas tidur baik, sebagian besar kadar gula darah yang tinggi sebanyak 52,3% dan 47,7% kadar gula darah rendah, didapatkan nilai $r=0,472$, $p=<0,001$ artinya adanya hubungan kualitas tidur pada pasien diabetes melitus tipe 2 terhadap kadar gula darah. Peneliti menjelaskan bahwa kualitas tidur yang baik sangat dibutuhkan tubuh karena dapat mempengaruhi produksi katekolamin sistem saraf simpatis, selama periode tidur terjadi peningkatan aktivitas sistem saraf simpatis, sehingga kualitas tidur yang buruk akan menjadikan kadar gula darah meningkat, hal ini disebabkan oleh respon yang tidak diinginkan seperti sering kencing sehingga didapatkan kualitas tidur baik memiliki kadar gula darah normal.

Hasil survey yang dilakukan peneliti pada tanggal 1 Februari 2023 Kelurahan Ilir merupakan penyumbang penyakit diabetes melitus terbanyak di wilayah UPTD Puskesmas Kecamatan Gunungsitoli dengan jumlah 141 jiwa. Dari survey tersebut didapatkan 5 orang penderita diabetes melitus, dari 5 orang tersebut memiliki kualitas tidur

yang buruk disebabkan karena pasien mengalami poliuria sehingga sering terbangun pada malam hari sebanyak 4-5 kali/malam, hal ini dibuktikan bahwa 5 orang pasien diabetes melitus tersebut mengalami gangguan tidur yang tidak cukup.

Berdasarkan latar belakang di atas peneliti tertarik dan ingin meneliti tentang " Hubungan kualitas tidur dengan kadar gula darah sewaktu pada pasien diabetes melitus di Kelurahan Ilir Kecamatan Gunungsitoli".

B. Perumusan Masalah

Bagaimana Hubungan kualitas tidur dengan kadar gula darah sewaktu pada pasien penderita diabetes melitus di Kelurahan Ilir Kecamatan Gunungsitoli.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengidentifikasi hubungan kualitas tidur dengan kadar gula darah sewaktu pada pasien diabetes melitus di Kelurahan Ilir Kecamatan Gunungsitoli.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi kualitas tidur pada pasien diabetes melitus di Kelurahan Ilir Kecamatan Gunungsitoli.
- b. Mengidentifikasi kadar gula darah sewaktu pada pasien diabetes melitus di Kelurahan Ilir Kecamatan Gunungsitoli

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi:

1. Bagi Mahasiswa

Untuk menjadi referensi pada peneliti lain tentang hubungan kualitas tidur pada pasien diabetes melitus.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil Penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan bacaan di ruang baca Prodi D-III Keperawatan Gunungsitoli Poltekkes Kemenkes Medan.

3. Bagi Lokasi penelitian

Manfaat penelitian ini bagi tempat penelitian yaitu diharapkan agar penelitian ini dapat menambah wawasan tentang hubungan kualitas tidur dengan kadar gula darah sewaktu pada pasien diabetes melitus di Kelurahan Ilir Kecamatan Gunungsitoli .

4. Bagi Peneliti Lainnya

Manfaat bagi peneliti lainnya diharapkan sebagai pedoman dalam melanjutkan penelitian ini kedepan dan sebagai informasi yang berguna bagi peneliti selanjutnya.