

**HUBUNGAN USIA DAN LAMA MENDERITA DIABETES MELITUS
DENGAN KUALITAS TIDUR PENDERITA DIABETES MELITUS
DI DESA SIDOREJO KECAMATAN JABUNG
KABUPATEN MALANG**

SKRIPSI



**OLEH :
ARNIATA RADE KAKA
2018610015**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS TRIBHUWANA TUNGGADDEWI
MALANG
2022**

RINGKASAN

Diabetes melitus merupakan penyakit yang bersifat kronis atau jangka waktu yang dialami oleh penderita diabetes melitus (Lama menderita) hal ini akan berdampak pada kualitas tidur penderita DM. mengetahui hubungan usia dan lama menderita diabetes melitus dengan kualitas tidur penderita diabetes melitus di Desa Sidorejo Kecamatan Jabung Kabupaten Malang tujuan dari penelitian ini . *cross sectional* merupakan desain penelitian . Semua penderita diabetes melitus di Desa Sidoarjo Kecamatan Jabung Kabupaten Malang.sebanyak 57 orang (Bulan Juni 2022) merupakan populasi dalam penelitian ini dengan jumlah sampel sebanyak 47 orang. *simple random sampling* teknik sampling yang digunakan . Variabel independen adalah usia dan lama menderita, variabel dependen adalah kualitas tidur . alat ukur yang digunakan adalah kuesioner . uji *Chi Square* jenis analisis data yang digunakan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa di Desa Sidorejo, Kecamatan Jabung, Kabupaten Malang, penderita diabetes melitus tipe hampir separuh responden berusia 46 sampai 55 tahun (lansia dini); mayoritas responden menderita DM jangka panjang, menderita rata-rata lebih dari lima tahun; dan mayoritas responden melaporkan kurang tidur, dengan korelasi antara kedua faktor tersebut. Diharapkan penelitian lebih lanjut akan melihat faktor tambahan, termasuk obesitas, tidak aktif, penuaan, dan infeksi, yang berkontribusi terhadap DM.

Kata Kunci : Diabetes Melitus; Kualitas Tidur; Lama Menderita Dan Usia

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Diabetes dapat didiagnosis menggunakan kriteria glukosa plasma, baik nilai glukosa plasma puasa maupun nilai glukosa plasma 2 jam selama tes toleransi glukosa oral. Diabetes melitus adalah suatu kondisi di mana pasien mengeluarkan banyak sekali gula dalam urin (ADA, 2021). Diperlukan suatu solusi untuk mengatasi masalah tersebut yaitu mengontrol kualitas tidur dan menjaga pola makan untuk menjaga kesehatan. Penderita diabetes melitus akan mengalami gangguan tidur yang merupakan masalah umum yang terjadi pada penderita diabetes melitus. Sebaliknya, diabetes melitus juga dapat menyebabkan gangguan tidur akibat keluhan nokturia dan nyeri. Prevalensi penyakit diabetes melitus terus meningkat dari waktu ke waktu.

Berdasarkan penelitian tentang diabetes melitus, 90% hingga 95% orang di dunia mengidap penyakit ini (ADA, 2020). Menurut Riset Kemenkes tahun 2018, prevalensi diabetes melitus di seluruh Indonesia sebesar 2,0%, sedangkan di Jawa Timur tercatat 22,6% penduduk berusia di atas 15 tahun yang mengidap penyakit tersebut (Kemenkes, 2019). Kabupaten Malang memiliki prevalensi sebesar (22,50%) menurut data Riskesdas Jawa Timur (2018). Rata-rata per bulan 150-200 orang akan menderita diabetes melitus pada tahun 2022, menurut data dari Puskesmas Jabung. Umur merupakan salah satu variabel yang berkontribusi terhadap tingginya prevalensi diabetes melitus di Indonesia.

Usia adalah jumlah waktu maksimum yang telah berlalu sejak lahir, dan dapat dinyatakan dalam satuan waktu. Diabetes melitus dapat menyerang balita maupun orang dewasa, namun biasanya menyerang orang setelah usia 30 tahun, menurut Adib (2011). Mereka yang berusia di atas 45 tahun termasuk yang memiliki risiko lebih besar terkena diabetes melitus. Seiring bertambahnya usia, prevalensi diabetes melitus akan meningkat di kalangan lansia (Muttaqin, 2015). Selanjutnya Susilawati (2021) tentang kejadian diabetes melitus di dunia, yang menunjukkan bahwa seiring bertambahnya usia, risiko mereka untuk terkena penyakit tersebut meningkat.

Waktu yang dihabiskan untuk menderita diabetes melitus adalah waktu yang dimiliki oleh penderita kondisi tersebut. Umur panjang diabetes melitus berkorelasi dengan komplikasi perubahan dinding pembuluh darah dan tekanan darah yang dipengaruhi oleh variasi kadar gula darah, sehingga semakin lama seseorang menderita diabetes melitus, semakin banyak masalah yang mungkin mereka alami (Suzuki 2010). Penderita DM biasanya mengalami rasa tidak nyaman akibat dari gejala atau tanda dan gejala penyakit tersebut. Penderita DM juga menjumpai gejala klinis ini pada malam hari, yang tentunya dapat mengganggu tidur. Prevalensi gangguan tidur akan mempengaruhi seberapa sering Anda bangun dan seberapa sulit Anda untuk kembali tidur.,

Penurunan kualitas tidur akibat ketidakpuasan tidur (Lemone et al, 2016). Kualitas tidur mengukur seberapa puas Anda dengan tidur Anda. Pasien diabetes melitus biasanya mengalami ketidaknyamanan akibat gejala penyakit atau kombinasi gejala (Perkeni, 2015). Penderita diabetes melitus juga mengalami gejala klinis tersebut pada malam hari, yang tentunya dapat mengganggu tidurnya. Peningkatan kewaspadaan, sulit tidur kembali, dan ketidakpuasan tidur adalah efek dari gangguan

tidur, yang pada akhirnya menyebabkan penurunan kualitas tidur seseorang.(Ari et al., 2017).

National Sleep Foundation melaporkan bahwa pada minggu sebelumnya, 37,5% orang Amerika tidak merasa istirahat setelah bangun tidur, dan hingga 38% orang melaporkan memiliki kualitas tidur yang buruk. Kurang tidur mengganggu aktivitas sehari-hari setidaknya sekali setiap tujuh hari, menurut 48% orang Amerika (National Sleep Foundation, 2020). Menurut seorang dokter psikiatri Nurmiati Amir, kurang lebih 28 juta penduduk Indonesia atau 10% dari penduduk negara ini menderita gangguan tidur (Hadriani, 2018). Pada tahun 2019, populasi lansia berkisar antara 2% hingga 17% dan persentase populasi dengan kualitas tidur yang buruk antara 4% hingga 13%. (Bramoweth, 2018). 76,8% orang melaporkan sering mengalami kualitas tidur yang buruk. Prevalensi masalah tidur adalah 67% di Indonesia.

berdasarkan studi dahulu yang dilakukan pada tanggal 1 Juni 2022 di Desa Sidoarjo Kecamatan Jabung Kabupaten Malang. Menurut informasi yang dihimpun oleh penderita diabetes, terdapat 37 orang di 4 dusun (1 Juni 2022). Menurut hasil wawancara dengan 10 orang, 10 orang diantaranya mengaku sulit tidur di malam hari, sering terbangun, dan merasa tidak nyaman untuk tidur. Setiap lansia biasanya tidur selama 4-5 jam setiap malam, tanpa ada waktu untuk tidur siang. 10 lainnya berusia antara 30 dan 60 tahun dan menderita diabetes melitus selama lebih dari 45 tahun. sesuai latar belakang diatas maka peneliti mengambil judul tentang “hubungan usia dan lama menderita diabetes melitus dengan kualitas tidur penderita diabetes melitus di Desa Sidorejo Kecamatan Jabung Kabupaten Malang”

1.2.Rumusan Masalah

“Apakah ada hubungan usia dan lama menderita diabetes melitus dengan kualitas tidur penderita diabetes melitus di Desa Sidorejo Kecamatan Jabung Kabupaten Malang “?

1.3.Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan usia dan lama menderita diabetes melitus dengan kualitas tidur penderita diabetes melitus di Desa Sidorejo Kecamatan Jabung Kabupaten Malang

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi usia penderita diabetes melitus di Desa Sidorejo Kecamatan Jabung Kabupaten Malang
2. Mengidentifikasi lama menderita diabetes penderita diabetes melitus di Desa Sidorejo Kecamatan Jabung Kabupaten Malang
3. Mengidentifikasi kualitas tidur penderita diabetes melitus di Desa Sidorejo Kecamatan Jabung Kabupaten Malang
4. Menganalisis hubungan usia dan lama menderita diabetes melitus dengan kualitas tidur penderita diabetes melitus di Desa Sidorejo Kecamatan Jabung Kabupaten Malang

1.4.Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

1. Lansia Penderita Diabetes Melitus

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi dan pengetahuan tentang usia, lama menderita diabetes melitus dan kualitas tidur

2. Program Studi Ilmu Keperawatan

Dapat dijadikan referensi pada mahasiswa kepesertaan untuk melakukan promosi kesehatan atau memberikan seminar tentang usia, lama menderita diabetes melitus, dan kualitas tidur di tempat lain, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan pengetahuan tentang usia, lama menderita diabetes melitus, dan tidur. kualitas.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Puskesmas

Puskesmas dapat memberikan data usia, lama menderita diabetes, dan kualitas tidur sehingga penderita diabetes melitus dapat memperoleh perawatan dan edukasi yang tepat untuk mengurangi dampak akibat yang lebih buruk.

2. Institusi pendidikan

Hasil penelitian diharapkan dapat berguna sebagai bahan acuan bahan referensi pada aspek pendidikan

DAFTAR PUSTAKA

- Alfi. 2017. Hubungan Kualitas Tidur dengan Tekanan Darah pada Pasien Hipertensi. Ilmu Keperawatan Poltekkes Kemenkes Malang.
- Amir, N. 2007. Gangguan Tidur pada Lanjut Usia Diagnosis dan Penatalaksanaan dalam Cermin Dunia Kedokteran. Grup PT. Kalber Farma, Jakarta.
- Anggraini, A. D., dan Waren, A. 2009. Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi , pp. 0–41.
- Anggri Noorana Zahra¹, *. M. (2019). Hubungan Kadar HbA1c dan Kualitas Tidur. JPPNI Vol. 03/no.03/Desember 2018-Maret 2019, 195.
- Arikunto. 2015. Prosedur Penelitian. Jakarta: Rineka Cipta.
- Booth J, Young MJ. Differences in the Performance of Commercially available 10-g Monofilaments. Diabetes Care 2000; 23 ; 984-8
- Boulton AJM, Gries A, Jervel JA. Guidelines for the diagnosis and out patient management of diabetic peripheral neuropathy. Diabet. Med , 1998; 15 : 508-14
- Bustan.2016. Epidemiologi Penyakit Tidak Menular. Cetakan 2. Jakarta: Rineka Cipta.
- Corwin. 2014. Buku Saku Patofisiologi. Jakarta: Aditya Media
- Fitri. 2013. Hubungan Kualitas Tidur dengan Tekanan Darah pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Unierisyra Sumatera Utara.
- Gangwisch, J. E., Heymsfield, S. B., Albala, B. B., Buijs, R M., Kreier, F., Pickering, T. G. 2006. Short Sleep Duration as a Risk Factor for Hypertension Analyses of the First National Health and Nutrition Examination Survey, Hypertension, 47, 833-839.
- Gunawan, S. C. (2017). Hubungan Kadar Hba1c Dengan Kualitas Tidur . Skripsi, Xxi.

Henry, L. P., Sutresno, I Nyoman., Wira. 2013. Pengaruh Masase Punggung Terhadap Kualitas Tidur pada Lansia dengan Insomnia di Panti Sosial Tresna Werdha Wana Seraya Denpasar, Dunia Kesehatan (2).

IDF. 2017. International Diabetes Federation. <http://www.diabetesatlas.org/resources/2017-atlas.html>. Diakses pada tanggal 09 Mei 2019.

Jhonson, L. & Lenny, R. 2014. Keperawatan Keluarga, Plus Contoh Kasus Askep Keluarga. Yogyakarta: Nuha Medika.

Kemenkes RI. 2014. Infodatin Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI.

Komalasari., dan Mira. 2012. Hubungan Antara Tingkat Kecemasan dengan Kualitas Tidur di Puskesmas Jatinangor.

Lansia, P., Poliklinik, D. I. and Rsup, G. 2018. Hubungan Antara Sikap Sleep Hygiene Dengan Derajat Insomnia.

Lanywati, E. 2013. Diabetes Mellitus :Penyakit Kencing Manis. Yogyakarta: Kanisius (Anggota IKAP).

Linda, N D.U. , Kathleen, M., Stacy. , (2017) Critical Care Nursing (E-Book: Diagnosa And Mangement). Kanada : Elsvier Healt Sciences.

Lu, Kai., Ding, R., Tang, Q. 2015. Association Between Self Reported Global Sleep and Prevalence of Hypertension in Chinese Adults. International Journal of Environment Research and Public Health. 12: 488-503.

Mahendra. 2015. Care Your Self Diabetes Mellitus. Jakarta: Penebar Plus

Muhammad Basri¹, B. S. (2020). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Kadar Glukosa Darah Puasa . Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis Volume 15 Nomor 1 Tahun 2020 . eISSN : 2302-2531, 49.

Muttaqin, A. 2015. Asuhan Keperawatan Klien Dengan Gangguan Sistem

National Sleep Foundation 2014, „Sleep In The Modern Family“, National Sleep

Foundation, April 2014, diakses 15 September 2017 <https://sleepfoundation.org/sites/default/files/2014-NSF-Sleep-in-Americapoll-summary-of-findings---FINAL-Updated-3-26-14-.pdf>

Nilifda, H 2016, Hubungan Kualitas Tidur dengan Prestasi Akademik Mhasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Angkatan 2010, Skripsi Fakultas Kedokteran Universitas Andalas, Padang, diakses 3 Agustus 2017 <http://jurnal.fk.unand.ac.id/index.php/jka/article/view/477>

Nursalam. 2013. Pendekatan Praktis Metodologi Riset Keperawatan. Jakarta: Salemba Medika.

Novita Dewi, Supriyadi, Errick Endra Cita (2021). Komparasi Efektivitas Daun Salam (*Syzygium Polyanthum*) dan Jahe (*Zingiber Officinale*) terhadap Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2

Potter, P.A.& Perry, A.G. 2005. Buku Ajar Fundamental Keperawatan : konsep, proses dan praktik. Ed. 4. (2). Jakarta.

Potter, P.A.& Perry, A.G. 2012. Buku Ajar Fundamental Keperawatan, Konsep, Proses, dan Praktik. Ed. 4. (2). Jakarta.

Rahelea, S., Angela, F., Afnal, A. 2018. Hubungan Kualitas Tidur dengan Hipertensi pada Lansia di Desa Tambun Kecamatan Likupang Barat.

Riska. 2014. Hubungan Kualitas Tidur dengan Tekanan Darah pada Usia Lanjut di Posyandu Lansia Dusun Jelapan Sindumartani Ngeplak Sleman Yogyakarta.

Riskesdas. 2013. Penyakit yang ditularkan melalui udara, Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Departemen Kesehatan Republik Indonesia. p. 103. doi: 10.1007/s13398.

Rohmawati. 2012. Korelasi Antara Frekuensi Senam Lansia dengan Kualitas Tidur pada Lanjut Usia di Panti Sosial Tresna Werdha Unit Budi Luhur Bantul Yogyakarta.

Saputri, D. 2009. Hubungan antara Sleep Hygiene dengan Kualitas Tidur pada Lanjut Usia di Dusun Sedewo, Kelurahan Sinduadi, Sleman, Yogyakarta. Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Gadjah Mada. Yogyakarta.

Smeltzer., and Bare. 2012. Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Brunner dan Suddarth. Ed. 8. Jakarta.

World Health Organization. 2014. Prevention of Blindness from Diabetes Mellitus: Report of a WHO consultation in Geneva, Switzerlan 9-11 November 2005. Jenewa: WHO.

Wulandari, RP 2017, Hubungan Tingkat Stres dengan Gangguan Tidur pada Mahasiswa Skripsi di Salah Satu Fakultas Rumpun Science Technology, Skripsi Program Sarjana Kedokteran Universitas Indonesia, Depok, diakses 3 Agustus 2017 <http://lib.ui.ac.id/file?file=digital/20313206-S43681-Hubungan%20.pdf>

Yekti. 2014. Hubungan Kualitas Tidur dengan Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi di Gamping Sleman Yogyakarta. Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Aisyiyah Yogyakarta.

Zharfan. 2013. Hubungan Durasi Tidur dan Peningkatan Risiko Hipertensi pada Usia Lanjut dan Paruh Baya. Jakarta.