

# HUBUNGAN STRES DAN KUALITAS TIDUR DENGAN KADAR GULA DARAH DEWASA PADA PENDERITA DIABETES MELETUS TIPE II DI PUSKESMAS KENDALKEREP KOTA MALANG

*by Markurius Ole Awa*

---

**Submission date:** 31-Aug-2020 03:45AM (UTC-0400)

**Submission ID:** 1376828506

**File name:** meletus\_tipell\_Di\_Pukesmas\_Kendalkerep\_-\_Samuel\_Kadi\_Wannoo.docx (22.38K)

**Word count:** 976

**Character count:** 5975

## HUBUNGAN STRES DAN KUALITAS TIDUR DENGAN KADAR GULA DARAH DEWASA PADA PENDERITA DIABETES MELETUS TIPE II DI PUSKESMAS KENDALKEREP KOTA MALANG

### RINGKASAN

Diabetes Melitus (DM) tipe II dikenal sebagai penyakit gula atau kencing manis. Berdasarkan hal tersebut yang terjadi pada penderita diabetes melitus sering merasakan bahwa untuk mengurangi kadar gula darah maka banyak mengkonsumsi air putih sehingga dapat di keluarkan melalui urin akan tetapi dari kelebihan konsumsi air putih sering berkemih.

Fenomena yang terjadi ini adalah masyarakat yang hidup di perkotaan dituntut untuk menonjolkan *lifestyle*, atau gaya hidup yang baik sehingga bagi mereka yang tidak mencapai keinginan akan mengalami stres dan kualitas yang buruk. Hasil penelitian Halida (2016) menyimpulkan bahwa gaya hidup tidak sehat seseorang dapat mempengaruhi kejadian diabetes melitus. Hasil penelitian ini sebagai acuan penting dimana dalam menjaga kesehatan dalam suatu penyakit yaitu DM.

***Kata kunci: Dm, Stres, Kualiatas Tidur***

## PENDAHULUAN

**1.1 Latar Belakang**

Diabetes Melitus (DM) tipe II penyakit multi faktorial dimana kurangnya insulin dalam tubuh (Fatimah, 2015). DM tipe II dapat ditandai dengan penyakit yang sering tidak ketahu karena tidak tau faktor penyebabnya (Hestiana, 2017). Data *World Health Organization* tahun 2018 terdapat 422 juta (8,5%) penduduk dewasa yang menderita DM tipe II (WHO, 2018). Prevalensi DM tipe II untuk usia dewasa >15 tahun di Indonesia pada tahun 2018 sebesar 2,0%, dengan presentase tertinggi adalah Provinsi DKI Jakarta, terendah adalah NTT sebesar 0,9%, sedangkan Jawa Timur berada di posisi kelima sebesar 2,2% (Kemenkes RI, 2018).

Tingginya frevalensi DM sebagian besar dapat tergolong dalam DM tipe II itu disebabkan oleh interaksi antara faktor-faktor kerentanan genetik dan paparan terhadap lingkungan yang tidak seimbang akan menyebabkan obesitas (Afifah dan Sodik, 2017). Fenomena lain yang terjadi keluarga yang memiliki risiko DM tipe II merupakan berasal dari keluarga yang berisiko tinggi DM tipe II juga. Penelitian Rudidan Kwure (2017) menyimpulkan bahwa riwayat keturunan dan pola makan yang tidak sehat.

Fenomena yang terjadi adalah masyarakat yang hidup diperkotaan dituntut untuk menonjolkan *lifestyle* sehingga bagi mereka yang tidak mencapai keinginan tersebut akan merasakan stres. Fenomena ini dapat didasari oleh penelitian yang dilaksanakan oleh Fikasari dkk (2012) menyimpulkan dimana gaya hidup seperti aktivitas dan pola makan memiliki hubungan signifikan dengan DM tipe II. Kejadian hasil penelitian Halida (2016) menyimpulkan bahwa gaya hidup tidak sehat seseorang dapat mempengaruhi diabetes melitus. Hasil temuan tersebut di atas didukung dengan Derek dkk (2017) bahwa tekanan kehidupan dan pola hidup tidak baik dapat mempengaruhi, ditambah dengan kecanggihan teknologi yang semakin pesat dan bermacam-macam penyakit yang diderita menyebabkan penurunan kondisi seseorang sehingga mengakibatkan terjadi stres. Stres merupakan respon tubuh yang tidak spesifik terhadap setiap kebutuhan tubuh yang terganggu, suatu fenomena universal yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari dan tidak dapat dihindari, setiap orang mengalaminya. Stres dapat memberi dampak buruk pada individu yaitu terhadap fisik, psikologis, intelektual, sosial, dan spiritual. Stres juga dapat mengancam keseimbangan fisiologis (Nugroho, 2017).

Kurnia dkk (2017) menyatakan bahwa buruknya kualitas tidur bagi pasien DM adalah dapat menyebabkan kurangnya kualitas tidur, buruknya kualitas tidur disebabkan oleh sering berkemih dimalam hari, porsi makan yang banyak meningkat suhu tubuh mengakibatkan kualitas tidur buruk

Fenomena yang terjadi yaitu penderita sering merasakan haus bahwa untuk mengurangi kadar gula darah maka harus banyak mengkonsumsi air putih sehingga dapat dikeluarkan melalui urine, akan tetapi akibatnya dari kelebihan konsumsi air yaitu sering berkemih. Tentero dkk (2016) menemukan dimana seluruhnya responden yang menderita DM umumnya mengeluh karena sering berkemih, hal ini dilatar belakangi oleh faktor rasa lapar dan haus sehingga banyak mengkonsumsi makan dan minum sebelum tidur. Kurnia dkk (2017) menyebutkan bahwa faktor kualitas tidur pada pasien DM diakibatkan oleh seringnya pasien mengalami berkemih di malam hari dari pasien DM. Lebih lanjut Kurnia dkk (2017) menyebutkan bahwa dampak dari kualitas tidur yang buruk dapat menyebabkan kadar gula, karena insulin yang berkurang. Gustimigo (2015) menyebutkan bahwa kadar gula darah, dimana glukosa dapat berlangsung ke air kemih. Apabila kadar glukosa lebih tinggi sehingga ginjal memproduksi air kemih dalam jumlah yang lebih.

Studi pendahuluan oleh peneliti di Puskesmas Kendalkerep yang masuk kasus 5 besar DM di Kota Malang yang dilakukan pada awal November 2019 dengan mewawancarai 10 pasien penderita DM di Puskesmas Kendalkerep Kota Malang diperoleh sebanyak 8 orang (80%) penderita DM diketahui memiliki permasalahan dengan kualitas tidur yakni tidak bisa tidur cepat, sulit tidur di malam hari, sering bangun karena berkemih yang berlebih. Hal ini menimbulkan badan kurang sehat, mudah marah, dan gelisah. Hal serupa pada stres, dimana terdapat 7 orang (70%) yang tampak gelisah. Penderita DM sering marah, dan mengeluh sakit pada bagian kepala (kepala migrein). maka peneliti tertarik mengambil judul penelitian ini.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Apakah ada hubungan stres dan kualitas tidur dengan kadar gula darah dewasa pada penderita diabetes melitus tipe II di Puskesmas Kendalkerep Kota Malang.

### **1.2.1 Tujuan Penelitian**

### **1.2.2 Tujuan Umum**

Apakah ada hubungan stres dan kualitas tidur dengan gula darah dewasa pada penderita diabetes melitus tipe II.

### **1.2.3 Tujuan khusus**

1. Mengidentifikasi stres dewasa pada penderita diabetes meletus tipe II di puskesmas Kendal kerep kota malang
2. Mengidentifikasi kualitas tidur pada penyakit DM
3. Mengidentifikasi kadar gula darah dewasa pada penderita DM.
4. Menganalisis hubungan stres terhadap kadar gula darah pada penderita DM
5. Menganalisis hubungan kualitas tidur terhadap kadar gula darah pada DM

## **1.4 Manfaat penelitian**

Penelitian ini terdapat dari beberapa bagian tersebut yaitu manfaat teoritis dan manfaat praktis.

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

1. Pelayan Kesehatan

Akan menjadi sebagai bahan acuan bagi pelayanan kesehatan dalam memberikan tindakan medis kepada klien dalam hal ini penderita DM.

#### 2. Pendidikan

Pihak pendidikan dalam hal ini perguruan tinggi dan sekolah sebagai lingkungan kedua setelah keluarga, maka perguruan tinggi dan sekolah dituntut untuk ikut memberikan pengetahuan tentang DM sehingga dalam kesehariannya dapat melakukan pola hidup bersih dan sehat sebagai upaya mencegah DM.

### **1.4.2 Manfaat Praktis**

#### 1. Mahasiswi

Memberikan informasi kepada mahasiswa tentang cara mencegah DM dengan melakukan pola hidup bersih dan sehat sejak dini.

#### 2. Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan dan pemahaman pada klien dalam menjaga terjadinya penyakit DM.

# HUBUNGAN STRES DAN KUALITAS TIDUR DENGAN KADAR GULA DARAH DEWASA PADA PENDERITA DIABETES MELETUS TIPE II DI PUSKESMAS KENDALKEREP KOTA MALANG

## ORIGINALITY REPORT

21%

SIMILARITY INDEX

21%

INTERNET SOURCES

12%

PUBLICATIONS

12%

STUDENT PAPERS

## PRIMARY SOURCES

1

[docobook.com](https://docobook.com)

Internet Source

7%

2

[repository.stikes-bhm.ac.id](https://repository.stikes-bhm.ac.id)

Internet Source

3%

3

[docplayer.info](https://docplayer.info)

Internet Source

2%

4

[zulfitriani28.blogspot.com](https://zulfitriani28.blogspot.com)

Internet Source

2%

5

[core.ac.uk](https://core.ac.uk)

Internet Source

2%

6

Submitted to Defense University

Student Paper

1%

7

[123dok.com](https://123dok.com)

Internet Source

1%

8

Annisa Haveleia, Dewi Gayatri. "Sleep quality

1%

# and the affecting factors in patients with diabetic ulcer", Enfermería Clínica, 2019

Publication

---

9	Submitted to Universitas Brawijaya Student Paper	1%
10	pmbusuang.blogspot.com Internet Source	1%
11	e-perpus.unud.ac.id Internet Source	1%

---

Exclude quotes Off

Exclude matches Off

Exclude bibliography On

# HUBUNGAN STRES DAN KUALITAS TIDUR DENGAN KADAR GULA DARAH DEWASA PADA PENDERITA DIABETES MELETUS TIPE II DI PUSKESMAS KENDALKEREP KOTA MALANG

---

PAGE 1

---

PAGE 2

---

PAGE 3

---

PAGE 4

---