

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Prevalensi *diabetes mellitus* di seluruh dunia menunjukkan adanya peningkatan untuk semua kelompok umur dan kasus *diabetes mellitus*. Kebanyakan kasus terjadi di negara yang sedang berkembang. Menurut WHO, penderita *diabetes mellitus* di Indonesia menempati urutan keempat terbesar dengan prevalensi mencapai 8,4% dari total penduduk dunia. ⁽¹⁾

Diabetes mellitus tipe 2 berhubungan dengan resistensi insulin dan proses pengontrolan kadar gula darah. Pada awalnya, sel beta pankreas masih dapat mengkompensasi, sehingga terjadi hiperinsulinemia dan kadar glukosa darah masih normal atau sedikit meningkat. Jika telah terjadi kelelahan sel beta pankreas, timbul manifestasi klinis, yang ditandai dengan kadar glukosa darah yang meningkat. ⁽²⁾

Resistensi insulin saling berpengaruh dengan gangguan tidur baik secara langsung maupun tidak langsung. Gangguan tidur secara langsung mempengaruhi resistensi insulin terkait dengan adanya gangguan pada komponen pengaturan glukosa, sedangkan secara tidak langsung berhubungan dengan perubahan nafsu makan yang pada akhirnya menyebabkan peningkatan berat badan dan obesitas yang merupakan salah satu faktor risiko terjadinya resistensi insulin. ⁽³⁾

Gangguan tidur sering dialami dan sangat mengganggu para penderita penyakit *diabetes mellitus*. Terjadinya gangguan tidur akan berdampak pada meningkatnya frekuensi terbangun, sulit tertidur kembali, ketidakpuasan tidur yang akhirnya mengakibatkan

penurunan kualitas tidur. Hal tersebut dapat di sebabkan oleh berbagai faktor yaitu faktor fisik, psikososal, dan lingkungan. Penurunan kualitas tidur dapat membuat kita merasa lelah, pelupa, dan juga dapat meningkatkan berat badan. ⁽³⁾

Apabila seseorang mengalami gangguan tidur maka akan berdampak pada perubahan hormonal. Ritme hormon menjadi tidak seimbang dan hormon kortisol akan meningkat seiring dengan *stress* tubuh. Peningkatan kadar hormon kortisol dan peningkatan berat badan juga akan menurunkan toleransi glukosa dan meningkatkan resistensi insulin sehingga dapat meningkatkan kadar gula darah. ⁽³⁾

Peningkatan kadar gula darah atau disebut juga hiperglikemia memiliki peran sentral terjadi komplikasi pada penderita DM. Hiperglikemia menyebabkan peningkatan stres oksidatif dan pada akhirnya menyebabkan komplikasi mikrovaskular dan makrovaskular seperti vaskulopati, retinopati, neuropati ataupun nefropati diabetika. Komplikasi ini menyebabkan peningkatan angka kematian pada penderita diabetes. ⁽⁴⁾

Setiap orang membutuhkan istirahat dan tidur agar dapat mempertahankan status kesehatan pada tingkat yang optimal. Selain itu, proses tidur dapat memperbaiki berbagai sel – sel dalam tubuh. Pemenuhan kebutuhan istirahat dan tidur terutama sangat penting bagi orang yang sedang sakit agar lebih cepat memperbaiki kerusakan pada sel. Apabila kebutuhan istirahat dan tidur tersebut cukup, maka jumlah energi yang diharapkan untuk memulihkan status kesehatan dan mempertahankan kegiatan dalam kehidupan sehari – hari terpenuhi. Tiap individu memiliki kebutuhan tidur yang berbeda dalam kuantitas dan kualitasnya. Kebutuhan kualitas tidur, sangat penting bagi kualitas hidup semua orang. ⁽⁵⁾

Dari uraian latar belakang di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian “Hubungan Kualitas Tidur Pada Pasien *Diabetes Mellitus* Tipe 2 Terhadap Kadar Gula Darah”.

1.2. Rumusan Masalah

1. Apakah terdapat hubungan antara kualitas tidur pasien *diabetes mellitus* tipe 2 dengan kadar gula darah?

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan kualitas tidur pada pasien *diabetes mellitus* tipe 2 terhadap kadar gula darah.

1.3.2. Tujuan Khusus

1. Mengetahui gambaran umur pasien *diabetes mellitus* tipe 2 di RS Gotong Royong Surabaya dan Klinik Tolong Menolong Surabaya.
2. Mengetahui gambaran kualitas tidur pasien *diabetes mellitus* tipe 2 di RS Gotong Royong Surabaya dan Klinik Tolong Menolong Surabaya.
3. Mengetahui gambaran kadar gula darah acak pasien *diabetes mellitus* tipe 2 di RS Gotong Royong Surabaya dan Klinik Tolong Menolong Surabaya.
4. Mengetahui hubungan kualitas tidur pada pasien *diabetes mellitus* tipe 2 terhadap kadar gula darah acak di RS Gotong Royong Surabaya dan Klinik Tolong Menolong Surabaya.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Bagi Peneliti

1. Meningkatkan pengetahuan peneliti tentang hubungan kualitas tidur pada pasien *diabetes mellitus* tipe 2 terhadap kadar gula darah.

2. Mengaplikasikan ilmu yang diperoleh dalam perkuliahan di Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Widya Mandala.

1.4.2. Bagi Masyarakat

1. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi untuk seluruh masyarakat khususnya para pasien *diabetes mellitus* tipe 2.

2. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan kepada para tenaga kesehatan tentang hubungan kualitas tidur pada pasien *diabetes mellitus* tipe 2 terhadap kadar gula darah.

3. Hasil penelitian diharapkan berguna untuk data penelitian selanjutnya

1.4.3. Bagi Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Widya Mandala

1. Sebagai bahan penambahan karya ilmiah fakultas kedokteran.

2. Menambah informasi dan wawasan mahasiswa kedokteran tentang hubungan kualitas tidur pada pasien *diabetes mellitus* tipe 2 terhadap kadar gula darah.