

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Diabetes Melitus merupakan penyakit metabolik yang sering terjadi dimana karakteristik utamanya adalah adanya peningkatan konsentrasi glukosa dalam darah. Kondisi kronis tersebut berisiko menimbulkan kerusakan organ tubuh secara perlahan lahan, termasuk pada sistem kardiovaskular, penglihatan, ginjal, dan saraf. Jenis diabetes yang paling banyak dialami orang dewasa adalah tipe 2, yang muncul karena penurunan sensitivitas tubuh terhadap insulin atau produksi insulin yang tidak memadai (WHO, 2021).

Menurut *International Diabetes Federation* (IDF), saat ini sekitar 537 juta orang di dunia hidup dengan diabetes. Angka tersebut kemungkinan meningkat hingga 643 juta pada tahun 2030 dan 783 juta pada tahun 2045. Selain itu, lebih dari 6,7 juta orang berusia 20–79 tahun diperkirakan meninggal akibat masalah kesehatan yang berkaitan dengan diabetes (IDF, 2021).

Prevalensi Diabetes Melitus (DM) di Indonesia menunjukkan peningkatan dari tahun ke tahun. Berdasarkan hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, angka kejadian diabetes pada penduduk seluruh kelompok umur meningkat dari 1,5% menjadi 1,7%, jika dibandingkan dengan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 (Kemenkes RI, 2024). Di Sumatera Utara, prevalensi DM tercatat sebesar 1,4% berdasarkan diagnosis dokter pada penduduk semua umur (Kemenkes, 2023), Sedangkan penderita DM di Kota Medan diperkirakan sekitar 42.380 orang (Dinkes Kota Medan, 2023).

Gejala Diabetes Melitus (DM) dapat muncul secara mendadak, namun pada kasus DM tipe 2, tanda-tandanya biasanya berkembang secara perlahan sehingga sering kali tidak segera disadari oleh penderita. Gejala yang umum ditemukan pada penderita DM antara lain rasa haus berlebihan, sering buang air kecil di malam hari, pandangan kabur, tubuh cepat lelah, dan berat badan menurun tanpa alasan yang jelas. Jika tidak terkontrol, penyakit ini dapat menyebabkan kerusakan pembuluh darah pada organ-organ penting seperti jantung, ginjal, mata, serta saraf (WHO, 2024).

Salah satu penyebab terjadinya peningkatan kadar gula darah adalah kualitas tidur. Ketika seseorang tidur, tubuh melakukan proses perbaikan dan pemulihan fungsi sel-sel serta organ yang telah bekerja selama periode aktivitas harian. Meskipun dalam keadaan istirahat, organ tubuh dan sel-sel tetap bekerja, termasuk neurotransmitter di otak yang tetap aktif menjalankan fungsinya. Kualitas tidur yang baik menjadi salah satu indikator penting dari kesehatan fisik dan mental seseorang (Direktorat jenderal pelayanan kesehatan, 2023). Penderita Diabetes Melitus tipe 2 umumnya mengalami gejala yang mengganggu pola tidurnya, sehingga kualitas tidur menjadi menurun. Kondisi ini dapat memengaruhi kemampuan fisik dan konsentrasi penderita dalam melakukan kegiatan harian (Bingga, 2021).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Martafari et al., (2023), terdapat pengaruh yang signifikan antara kualitas tidur dengan kadar gula darah pada pasien dengan Diabetes Melitus (DM) tipe 2. Tidur yang tidak berkualitas dapat menjadi salah satu faktor risiko terjadinya Diabetes, baik melalui mekanisme langsung maupun tidak langsung. Secara langsung, gangguan tidur dapat meningkatkan resistensi insulin dan mengganggu sistem pengaturan kadar gula darah (Martafari et al., 2023).

Menurut hasil penelitian Okyanto et al., (2024) terdapat hubungan antara kualitas tidur dan kadar gula darah pada penderita Diabetes Melitus tipe 2. Para peneliti berpendapat bahwa penderita dengan kualitas tidur yang buruk lebih berisiko mengalami peningkatan kadar gula darah. Selain itu, durasi tidur dan ritme sirkadian juga berperan penting dalam pengaturan produksi insulin, pemanfaatan glukosa, serta toleransi glukosa selama malam hari (Okyanto et al., 2024).

Berdasarkan latar belakang yang telah di uraikan, peneliti bermaksud melaksanakan penelitian berjudul *“Hubungan Kualitas Tidur dengan Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di RSUD Royal Prima Medan Tahun 2025.”* Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara kualitas tidur dan kadar gula darah pada pasien Diabetes Melitus tipe 2.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk meneliti adanya hubungan antara kualitas tidur dengan kadar gula darah pada pasien Diabetes Melitus tipe 2 di RSUD Royal Prima Medan Tahun 2025.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Kualitas Tidur dengan Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2.

2. Tujuan khusus

1. Mengidentifikasi Kualitas Tidur Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di RSUD Royal Prima Medan.
2. Mengidentifikasi kadar gula darah pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di RSUD Royal Prima Medan.
3. Menganalisis Hubungan Kualitas Tidur dengan Kadar Gula Darah pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di RSUD Royal Prima Medan.

D. Manfaat Penelitian

1. Institusi Pendidikan

Memberikan informasi dan edukasi yang berguna untuk meningkatkan pengetahuan mahasiswa/i keperawatan mengenai kualitas tidur pada pasien penderita Diabetes Melitus tipe 2. Selain itu, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi literatur di perpustakaan atau sebagai sumber data dan informasi yang dapat dijadikan dasar untuk dokumentasi ilmiah dan pengembangan penelitian selanjutnya.

2. Tempat Penelitian

Sebagai bahan masukan untuk melakukan edukasi pada pasien Diabetes Melitus tentang pentingnya memperhatikan kualitas tidur dan dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dalam merancang intervensi yang tepat bagi Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 di RSUD Royal Prima Medan.

3. Peneliti Selanjutnya

Temuan dari penelitian ini dapat menjadi referensi untuk peneliti selanjutnya, khususnya terkait dengan Hubungan Kualitas Tidur dan Diabetes Melitus Tipe 2.