

KUALITAS TIDUR DAN KADAR GULA DARAH PENYANDANG DIABETES MELITUS (DM) TIPE 2

Dewi Nur Sukma Purqoti^{1*}, Zuliardi², Baik Heni Rispati³

^{1,2,3} Institut Kesehatan Yarsi Mataram

Article Info	ABSTRAK
<p>Article History: Received 06/03/2025 Revised - Accepted 18/03/2025</p> <hr/> <p>Keywords: Blood Sugar Levels DM Tipe 2 Sleep Quality</p>	<p>Tren Diabetes melitus (DM) tiap tahun mengalami peningkatan, DM terjadi ketika pankreas tidak dapat memproduksi insulin yang cukup untuk mengatur gula darah. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kadar gula darah pada penyandang DM tipe 2 adalah kualitas tidur. Tujuan: Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan kualitas tidur dengan kadar gula darah pada penyandang DM Tipe 2 di wilayah kerja puskesmas kuripan kabupaten lombok barat. Metode: pendekatan yang dipakai dalam study ini adalah pendekatan <i>cross sectional</i>, teknik <i>sampling</i> menggunakan <i>purposive sampling</i>, jumlah sampel sebanyak 55 orang. Hasil: Rata-rata responden berusia 51 tahun, mayoritas Perempuan (58%), Kadar gula darah rata-rata 202 mg/dL, dengan kualitas tidur terbanyak dalam kategori buruk (92,7%), hasil uji Chi-Square yaitu 0,00 ($< \alpha 0,05$). Kesimpulan: Terdapat hubungan signifikan antara kualitas tidur dengan kadar gula darah pada penyandang DM tipe 2 di wilayah kerja puskesmas kuripan.</p> <p>ABSTRACT</p> <p><i>The trend of Diabetes mellitus (DM) is increasing every year, DM occurs when the pancreas is unable to produce enough insulin to regulate blood sugar. One of the factors that can affect blood sugar levels in people with type 2 diabetes is sleep quality. Objective: The purpose of this study is to determine the relationship between sleep quality and blood sugar levels in people with Type 2 diabetes in the working area of the Kuripan Health Center, West Lombok Regency. Methods: the approach used in this study is a cross sectional approach, sampling technique using purposive sampling, the number of samples is 55 people. Results: The average respondent was 51 years old, the majority were women (58%), the average blood sugar level was 202 mg/dL, with the most sleep quality in the poor category (92.7%), the result of the Chi-Square test was 0.00 ($< \alpha 0.05$). Conclusion: There was a significant relationship between sleep quality and blood sugar levels in people with type 2 diabetes in the working area of the Kuripan health center.</i></p>
<hr/> <p>*Corresponding Author: purqotidewi87@gmail.com</p>	