

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Diabetes melitus merupakan penyakit gangguan metabolisme kronis yang ditandai dengan peningkatan glukosa darah (Hiperglikemi), disebabkan karena ketidak- seimbangan antara suplai dan kebutuhan untuk memfasilitasi masuknya glukosa dalam sel agar dapat di gunakan untuk metabolisme dan pertumbuhan sel. Berkurang atau tidak adanya insulin menjadikan glukosa tertahan di dalam darah dan menimbulkan peningkatan gula darah, sementara sel menjadi kekurangan glukosa yang sangat di butuhkan dalam kelangsungan dan fungsi sel. Diabetes melitus terbagi menjadi dua tipe yaitu tipe 1 dan tipe 2. Individu yang menderita diabetes melitus tipe 1 memerlukan suplai insulin dari luar (eksogen insulin), seperti injeksi untuk mempertahankan hidup. Tanpa insulin pasien akan mengalami diabetik ketoasidosis, kondisi yang mengancam kehidupan yang dihasilkan dari asidosis metabolik. (Izzati & Nirmala, 2015)

Jumlah prevalensi kejadian DM di Indonesia tahun 2007 sebesar 5,7% menjadi 6,9% atau sekitar 9,1 juta pada tahun 2013. Lalu pada tahun 2018 meningkat lagi sebesar 8,5%. Sehingga estimasi jumlah penderita di Indonesia mencapai lebih dari 16 juta (Riskesdas, 2013 dan 2018). Estimasi jumlah penderita diabetes mellitus di Provinsi Jawa Tengah sebanyak 652.822 orang (Dinkes Jateng, 2019).

Diabetes melitus dapat mempengaruhi kualitas tidur penderitanya yang disebabkan oleh faktor cemas dan stres, berdasarkan penelitian Nugroho dan Purwanti (2010) ditemukan bahwa seluruh penderita diabetes mellitus tipe 2 yang mengalami stres tingkat tinggi memiliki kualitas tidur buruk. (Khasanah, 2021). Stres dan tidur mempunyai hubungan yang sangat erat ,stres emosional menyebabkan seseorang menjadi tegang dan sering kali mengarah frustrasi apabila tidur. Stres merusak keseimbangan alamiah dalam diri manusia, mengalami keadaan stres merusak kesehatan tubuh dan berdampak pada beragam gangguan fungsi tubuh salah satunya dampaknya adalah kesulitan tidur. Sehingga stress yang berlanjut dapat menyebabkan kebiasaan

tidur buruk (IDF, 2021). Penyakit penyerta terbanyak pada penderita Covid-19 adalah diabetes. Hal ini menunjukkan seseorang yang menderita diabetes memiliki risiko tinggi terkena Covid-19. Baik diabetes tipe 1 atau tipe 2 dapat menimbulkan peningkatan gula dalam darah. Gula darah yang tinggi bisa memperburuk penyakit yang ada, termasuk Covid-19. Hal ini karena tingginya gula darah berpengaruh terhadap kemampuan virus untuk menginfeksi seseorang. Diabetes juga meningkatkan risiko inflamasi dan memperburuk daya tahan tubuh. Dari 6.203 kasus kematian Covid-19 yang dijadikan sampel, sebanyak 9,4% di antaranya memiliki komorbid diabetes mellitus. (PARKENI, 2020).

Kualitas tidur adalah kepuasan seseorang terhadap tidur, sehingga seseorang tersebut tidak memperlihatkan perasaan lelah, mudah terangsang dan gelisah, lesu dan apatis, kehitaman di sekitar mata, kelopak mata bengkak, konjungtiva merah, mata perih, perhatian terpecah-pecah, sakit kepala dan sering menguap atau mengantuk. Kualitas tidur yang buruk seperti OSA (*Obstruktive Sleep Apnea*) juga merupakan salah satu faktor risiko dari DM. (Tentero, 2016).

Kualitas tidur sangat dipengaruhi dengan kondisi Covid-19 sehingga menimbulkan rasa cemas dan stres yang cenderung memberi dampak negatif karena banyak perubahan yang terjadi dalam rutinitas sehari-hari, hidup dalam ketidakpastian, rasa takut akan kesehatan, rasa khawatir akan situasi dan pandemi Covid-19 yang berkepanjangan, isolasi mandiri dirumah, serta berkurangnya interaksi sosial antar individu. Khususnya bagi penderita diabetes melitus dikarenakan cemas terhadap dirinya karena mereka memiliki system kekebalan tubuh yang sangat menurun sehingga mereka lebih beresiko terkena Covid-19. (Meszher,2020)

Kecemasan yang merupakan suatu perasaan yang sifatnya umum, dimana seseorang yang mengalami cemas, merasa ketakutan atau kehilangan kepercayaan diri dan merasa lemah sehingga tidak mampu untuk bersikap dan bertindak secara rasional. Orang yang mengalami penyakit kronis seperti diabetes melitus memiliki masalah psikologis dengan tingkat kecemasan 20% lebih tinggi, dibandingkan orang yang tidak mengalami diabetes melitus .

(Stonerock, 2015)

Stres adalah salah satu respon tidak spesifik dari tubuh karena terganggunya kebutuhan tubuh. Keadaan stres bisa terjadi pada individu dalam kehidupan sehari-harinya yang dipengaruhi dari berbagai sumber seperti dari individu itu sendiri dan lingkungan hidup atau keseharian individu tersebut (Gimon, 2020). Pada keadaan stres tubuh akan merespon dengan menstimulasi area hipotalamus di otak yang kemudian mengirimkan sinyal kimiawi ke kelenjar adrenal yang bertanggung jawab untuk menghasilkan dua hormon epinefrin (juga disebut adrenalin) dan norepinefrin yang kemudian hormon-hormon ini dilepaskan ke dalam darah. Hormon tersebut akan mempercepat jantung dan memperlebar saluran udara dan pembuluh darah, menyebabkan peningkatan tekanan darah dan ketegangan otot.

Peran utama norepinefrin adalah mencegah penurunan tekanan darah, sedangkan epinefrin merupakan zat pengatur gula darah yang penting yaitu bertanggung jawab untuk mengubah glikogen (glukosa yang disimpan dalam sel otot dan hati) menjadi glukosa ketika kadar gula darah turun, sehingga memastikan kadar normal glukosa darah dipertahankan. Meningkatkan gula darah penting dalam situasi stres, karena tubuh diminta untuk menaikkan level glukosa sebagai persiapan untuk banyak aktivitas fisik dan mental. Pelepasan epinefrin membantu mencapai hal ini dan dikombinasikan dengan peningkatan tekanan darah, memastikan suplai oksigen dan glukosa ke seluruh bagian tubuh (IDF, 2019).

B. Rumusan Masalah

Bagaimana Hubungan Tingkat Kecemasan dan Tingkat Stres dengan Kualitas Tidur Pasien DM tipe 2 di masa Pandemi Covid-19 ?

C. Tujuan Riset

1. Tujuan Umum

Mengetahui Hubungan Tingkat Kecemasan dan Tingkat Stres dengan Kualitas Tidur Pasien DM tipe 2 di masa Pandemi Covid-19

2. Tujuan Khusus

a. Mengetahui gambaran karakteristik pasien DM tipe 2

di masapandemi covid-19.

- b. Mengetahui gambaran tingkat kecemasan pasien DM tipe 2 di masapandemi covid-19.
- c. Mengetahui gambaran tingkat stres pasien DM tipe 2 di masa pandemi covid-19.
- d. Mengetahui gambaran kualitas tidur pasien DM tipe 2 di masa pandemi covid-19.
- e. Menganalisa hubungan tingkat kecemasan dan tingkat stres dengankualitas tidur pada pasien DM tipe 2 di masa pandemi covid-19.

D. Manfaat Riset

1. Secara Teoritis untuk memberikan sumbangsih keilmuan, khususnya Ilmu Keperawatan mengenai hubungan tingkat kecemasan dan tingkat stres dengan kualitas tidur pasien DM tipe 2 di masa pandemi covid-19 di Puskesmas Cilacap Utara 1
2. Secara Praktis penelitian ini digunakan sebagai bahan informasi untuk penelitian lain dalam mengembangkan dan menelaah serta mendalami tentang hubungan tingkat kecemasan dan tingkat stres dengan kualitas tidur pasien DM tipe 2 di masa pandemi covid-19 di Puskesmas Cilacap Utara 1.

E. Urgensi Riset

Penelitian ini penting dilakukan untuk mengetahui sejauh mana hubungan tingkat kecemasan dan tingkat stres dengan kualitas tidur pasien DM tipe 2 di masa pandemi covid-19. Pada keadaan pandemi covid-19 pasien DM mengalami kecemasan dan stres yang berlebih karena kasus kematian covid-19 diantaranya memiliki komorbid DM, sehingga kecemasan dan stres yang dialami penderita DM tipe 2 mengakibatkan kualitas tidur penderita terganggu.

F. Temuan yang ditargetkan

Temuan yang ditargetkan pada penelitian ini yaitu masyarakat penderita DM tipe 2 di Puskesmas Cilacap Utara 1 diharapkan memiliki kualitas tidur yang baik di masa pandemi Covid-19.

G. Kontribusi Riset

Proses mengetahui kualitas tidur penderita DM tipe 2 di masa Covid-19 membutuhkan waktu panjang serta membutuhkan banyak pengetahuan dalam mengamati mengenai kebiasaan tidur penderita, sehingga dapat dicari penanggannya. Kualitas tidur dapat diketahui dengan menghitung waktu tidur dalam 24 jam.

H. Luaran Riset

1. Artikel Ilmiah, Jurnal Kesehatan Al-Irsyad
2. Hasil riset akan diterbitkan pada Jurnal Ilmiah Dikti: e-jurnal dikti

