

HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DAN TINGKAT STRES DENGANKUALITAS TIDUR PASIEN DM TIPE 2 DIMASA PANDEMI COVID-19

Kamalia Safitri Dewi¹, Engkartini², Yuni Sapto Edhy Rahayu³
^{1,2,3} Universitas Al-Irsyad Cilacap Jl. Cerme No. 24 Sidanegara Cilacap

ABSTRAK

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. Diabetes melitus dapat mempengaruhi kualitas tidur penderitanya yang disebabkan oleh faktor cemas dan stres, ditemukan bahwa seluruh penderita diabetes mellitus tipe 2 yang mengalami stres tingkat tinggi memiliki kualitas tidur buruk. **Tujuan** : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Tingkat Kecemasan dan Tingkat Stres dengan Kualitas Tidur pasien DM tipe 2 dimasa Pandemi Covid 19. **Metode** : Jenis penelitian menggunakan rancangan *cross sectional* terhadap 70 pasien DM tipe 2 di Puskesmas Cilacap Utara 1 yang diambil dengan menggunakan *purposive sampling*. Analisis data menggunakan *Rank Spearman*. **Hasil** : 54 responden memiliki tingkat kecemasan normal dan 16 responden tingkat kecemasan ringan. 52 responden memiliki tingkat stres normal dan 18 responden memiliki tingkat stres ringan. 38 responden memiliki kualitas tidur cukup buruk dan 32 responden memiliki kualitas cukup buruk. Ada hubungan antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur (*p value* = 0,036 dan nilai *r* = 0,252). Ada hubungan antara tingkat stres dengan kualitas tidur (*p value* = 0,039 dan nilai *r* = 0,247).
Kata kunci : Tingkat kecemasan, tingkat stres, kualitas tidur, DM tipe 2, Puskesmas Cilacap Utara 1.

Background: *Diabetes mellitus is a chronic metabolic disorder disease characterized by an increase in blood glucose (hyperglycemia), caused by an imbalance between supply and demand to facilitate the entry of glucose into cells so that it can be used for metabolism and cell growth. Diabetes mellitus can affect the sleep quality of sufferers caused by anxiety and stress factors, it was found that all patients with type 2 diabetes mellitus who experienced high levels of stress had poor sleep quality.* **Objective:** *This study aims to determine the relationship between anxiety levels and stress levels with sleep quality of type 2 DM patients during the Covid 19 pandemic.* **Methods:** *This type of study used a cross sectional design for 70 type 2 DM patients at Puskesmas Cilacap Utara 1 which was taken using purposive sampling. . Data analysis using Rank Spearman.* **Results:** *54 respondents had normal anxiety levels and 16 respondents had mild anxiety levels. 52 respondents had normal stress levels and 18 respondents had mild stress levels. 38 respondents had quite poor sleep quality and 32 respondents had quite poor quality. There is a relationship between the level of anxiety with sleep quality (p value = 0.036 and r value = 0.252). There is a relationship between stress levels and sleep quality (p value = 0.039 and r value = 0.247).*
Key words : Anxiety level, stress level, sleep quality, type 2 DM, North Cilacap Health Center 1.