

**Program Studi SI Keperawatan
Stikes Mercubaktijaya Padang**

Skripsi, Agustus 2023

Amrina Rasyada Zulfan

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KUALITAS TIDUR PADA
PASIEN DM TIPE 2 DI PUSKESMAS LUBUK BUAYA KOTA PADANG
TAHUN 2023**

X + 66 Halaman + 4 tabel + 3 skema + 13 lampiran

ABSTRAK

Diabetes melitus tipe 2 merupakan penyakit metabolik kronis. Penderita penyakit DM umumnya mengalami gangguan konsentrasi untuk tidur nyenyak. 90% individu yang mengalami stres karna kualitas tidur terganggu. Faktor yang mempengaruhi kualitas tidur pada penderita diabetes melitus salah satunya adalah stres. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan tingkat stres dengan kualitas tidur pada pasien DM tipe 2 di Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang tahun 2023. Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang pada bulan Januari - Agustus 2023 dengan 37 sampel dengan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner *PSQI* dan *PSS*. Berdasarkan hasil penelitian sebagian besar responden dengan kualitas tidur buruk yaitu sebanyak (59,5%), sebagian besar dengan tingkat stres sedang yaitu sebanyak (48,6%) dan terdapat hubungan antara tingkat stres dengan kualitas tidur pada pasien DM Tipe 2 ($p=0,003$). Kesimpulan terbukti terdapat hubungan antara tingkat stres dengan kualitas tidur pada pasien DM tipe 2 tahun 2023. Disarankan kepada perawat untuk memberikan edukasi kepada pasien DM tentang manajemen stres yang baik sehingga pasien dapat mengendalikan stres menjadi lebih baik yang akan dapat mempengaruhi terhadap kualitas tidur.

Kata Kunci : kualitas tidur, tingkat stres, diabetes melitus.

Daftar Bacaan : 55 (2015-2022)

**Nursing SI Study Program
Stikes Mercubaktijaya Padang**

Thesis, August 2023

Amrina Rasyada Zulfan

**THE RELATIONSHIP BETWEEN STRESS LEVEL AND SLEEP QUALITY
IN TYPE 2 DM PATIENTS AT THE LUBUK BUAYA HEALTH CENTER IN
PADANG CITY IN 2023**

X + 66 Pages + 4 tables + 3 schemes + 13 appendices

ABSTRACT

Type 2 diabetes mellitus is a chronic metabolic disease. People with DM generally experience impaired concentration to sleep soundly. 90% of individuals who experience stress due to sleep quality are disrupted. One of the factors that affect sleep quality in people with diabetes mellitus is stress. The purpose of this study is to determine the relationship between stress levels and sleep quality in type 2 DM patients at the Lubuk Buaya Health Center in Padang City in 2023. This type of research is quantitative research. This study was conducted at the Lubuk Buaya Health Center in Padang City in January - August 2023 with 37 samples with purposive sampling techniques . Data collection was carried out using PSQI and PSS questionnaires. Based on the results of the study, most respondents with poor sleep quality were as many as (59.5%), most with moderate stress levels were as much as (48.6%) and there was a relationship between stress levels and sleep quality in Type 2 DM patients ($p = 0.003$). The conclusion is that there is a relationship between stress levels and sleep quality in type 2 DM patients in 2023. It is recommended to nurses to educate DM patients about good stress management so that patients can control stress better which will affect sleep quality.

Keywords: *sleep quality, stres level, diabetes melitus.*

Reading List : 55 (2015-2022)