

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kadar glukosa darah merupakan istilah yang mengacu kepada tingkat glukosa di dalam darah. Konsentrasi glukosa darah atau tingkat glukosa darah serum diatur dengan ketat di dalam tubuh. Umumnya kadar glukosa darah bertahan pada batas tertentu sepanjang hari (70-110 mg/dL). Tingkat ini meningkat setelah makan dan biasanya berada pada level terendah pada pagi hari, sebelum makan.¹ Apabila terjadi gangguan metabolisme glukosa dapat menyebabkan diabetes mellitus.²

Menurut data Global Report on Diabetes yang dilansir oleh *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2014 terdapat 422 juta jiwa menderita diabetes dan pada tahun 2012 menyebabkan 1,5 juta kematian. Prevalensi diabetes terus meningkat selama 3 dekade terakhir dan tumbuh paling cepat di negara-negara berkembang.³

Berdasarkan data epidemiologi dari *International Diabetic Federation* (IDF) untuk daerah Asia Tenggara, angka kejadian diabetes pada tahun 2017 sebanyak 82 juta jiwa dan diprediksikan pada tahun 2045 sebanyak 151 juta jiwa dengan kenaikan sebesar 84 %. Sedangkan untuk Indonesia menempati urutan ke-6 dengan jumlah penderita diabetes terbanyak didunia, setelah China, India, America, Brazil, dan Mexico.⁴

Laporan hasil Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2013 proporsi penderita diabetes di Indonesia adalah 6,9% dengan perkiraan jumlah sebanyak 12.191.564 jiwa. Prevalensi di Indonesia berdasarkan jawaban pernah didiagnosis dokter sebanyak 1,5%, berdasarkan diagnosis dokter sebesar 1,5% dan berdasarkan diagnosis atau berdasarkan gejala sebesar 2,1%. Prevalensi diabetes pada usia ≥ 15 tahun yang terdiagnosis dokter tertinggi terdapat di DI Yogyakarta (2,6%), DKI Jakarta (2,5%), Sulawesi Utara (2,4%) dan Kalimantan Timur (2,3%). Prevalensi diabetes yang terdiagnosis berdasarkan gejala, tertinggi terdapat di Sulawesi

Tengah (3,7%), Sulawesi Utara (3,6%), Sulawesi Selatan (3,4%), dan Nusa Tenggara Timur (3,3%).⁵

Secara fisiologis saat tidur terjadi restorasi fungsi-fungsi tubuh manusia, tidak terkecuali homeostasis glukosa. Gangguan pada kuantitas dan kualitas tidur akan memicu gangguan toleransi glukosa dan menurunkan sensitivitas insulin yang pada akhirnya akan mencetuskan kejadian diabetes.⁶

Adanya hubungan antara kualitas tidur dengan kadar glukosa darah dibuktikan dengan studi eksperimental oleh Dr. Erin S. LeBlanc bahwa 28% individu yang memiliki kualitas tidur yang buruk dapat meningkatkan risiko terjadi diabetes.⁷ Hal ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Zita Arieselia, dkk tahun 2014.⁸

Berdasarkan uraian masalah diatas, maka penulis merasa perlu melakukan penelitian tentang hubungan antara lama tidur dengan kadar glukosa darah sewaktu pada pengunjung Puskesmas Kecamatan Grogol Petamburan usia 20-60 tahun.

1.2 Rumusan Masalah

1.2.1 Pernyataan Masalah

Masih tingginya angka kejadian diabetes mellitus di Provinsi DKI Jakarta

1.2.2 Pertanyaan Masalah

1. Bagaimana gambaran lama tidur pengunjung Puskesmas Kecamatan Grogol Petamburan usia 20-60 tahun?
2. Bagaimana gambaran kadar glukosa darah sewaktu pada pengunjung Puskesmas Kecamatan Grogol Petamburan usia 20-60 tahun?
3. Bagaimana hubungan antara lama tidur dengan kadar glukosa darah sewaktu pada pengunjung Puskesmas Kecamatan Grogol Petamburan usia 20-60 tahun?

1.3 Hipotesis Penelitian

Ada hubungan antara lama tidur dengan kadar glukosa darah sewaktu pada pengunjung Puskesmas kecamatan Grogol Petamburan usia 20-60 tahun.

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

1. Mencegah terjadinya komplikasi dari peningkatan kadar glukosa darah misalnya diabetes mellitus.
2. Meningkatkan kualitas hidup masyarakat setempat.

1.4.2 Tujuan Khusus

1. Diketuainya gambaran rata-rata lama tidur pada pengunjung Puskesmas kecamatan Grogol Petamburan usia 20-60 tahun.
2. Diketuainya gambaran kadar glukosa darah sewaktu pada pengunjung Puskesmas kecamatan Grogol Petamburan usia 20-60 tahun.
3. Diketuainya hubungan lama tidur dengan kadar glukosa darah sewaktu pada pengunjung Puskesmas Kecamatan Grogol Petamburan usia 20-60 tahun.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Bagi Perguruan Tinggi

Penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi karya ilmiah terkait hubungan antara lama tidur dengan kadar glukosa darah sewaktu usia 20-60 tahun.

1.5.2 Bagi Responden

Para responden dapat mengetahui kualitas tidur dan kadar glukosa darah sewaktu yang diukur.

1.5.3 Bagi Peneliti

1. Meningkatkan wawasan dan pengetahuan tentang hubungan lama tidur dengan kadar glukosa darah sewaktu
2. Mengembangkan daya nalar, minat, dan kemampuan dalam bidang penelitian.