

**HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DAN TINGKAT STRES
TERHADAP KADAR GULA DARAH PENDERITA
DIABETES MELITUS TIPE 2 DI UPTD PUSKESMAS
IDENPASAR BARAT**



NI KADEK DWI BINTANG UTAMI

**PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2026**

**HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DAN TINGKAT STRES
TERHADAP KADAR GULA DARAH PENDERITA
DIABETES MELITUS TIPE 2 DI UPTD PUSKESMAS
IDENPASAR BARAT**

SKRIPSI

**Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan
pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali**

Oleh:

**NI KADEK DWI BINTANG UTAMI
NIM. C1122057**

**PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2026**

HALAMAN PERSETUJUAN

HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DAN TINGKAT STRES
TERHADAP KADAR GULA DARAH PENDERITA
DIABETES MELITUS TIPE 2 DI UPTD PUSKESMAS
IDENPASAR BARAT

Diajukan Oleh:
NI KADEK DWI BINTANG UTAMI
NIM. C1122057

Mangupura, 21 April 2026

Telah Disetujui oleh Dosen Pembimbing

Pembimbing I


Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M. Kep
NIDN: 0821058603

Pembimbing II


Dr. Ns. IGAA Sherlyna Prihandhani, S.Kep., M. Kes
NIDN: 0801038801

Mengetahui,
Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan



Ns. I Putu Artha Wijaya, S. Kep., M. Kep
NIDN: 0821058603

HALAMAN PENGESAHAN

**SKRIPSI INI TELAH DIPERTAHANKAN DAN DISAHKAN DI DEPAN
DEWAN PENGUJI PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
Tanggal : 19 Mei 2026**

Yang Terdiri Dari:

Ketua Penguji



Dr. Ns. Putu Wira Kusuma Putra, S. Kep., M. Kep
NIDN. 0807068702

Sekretaris Penguji



Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M. Kep
NIDN. 0821058603

Anggota Penguji



Dr. Ns. IGAA Sherlyna Prihandhani, S.Kep., M. Kes
NIDN. 0801038801

Mengetahui,
Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan



Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M. Kep
NIDN. 0821058603

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini

Nama : Ni Kadek Dwi Bintang Utami

NIM : C1122057

Jurusan : Sarjana Ilmu Keperawatan

Judul Skripsi : Hubungan Kualitas Tidur dan Tingkat Stres Terhadap
Kadar Gula Darah Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di
UPTD Puskesmas I Denpasar Barat

Menyatakan dengan ini sebenarnya bahwa tugas akhir yang saya tulis benar-benar hasil karya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan dari tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila kemudian hari dapat dibuktikan bahwa tugas akhir ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Mangupura, 21 April 2026



Ni Kadek Dwi Bintang Utami

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN**

Skripsi, April 2026

Ni Kadek Dwi Bintang Utami

**Hubungan Kualitas Tidur Dan Tingkat Stres Terhadap Kadar Gula Darah
Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di UPTD Puskesmas I Denpasar Barat**

Xv + 80 + 12 tabel + 2 skema + 14 lampiran

ABSTRAK

Tingginya kejadian diabetes melitus tipe 2 serta belum optimalnya pengendalian kadar gula darah dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk kualitas tidur dan tingkat stres. Gangguan kualitas tidur dan stres dapat berdampak pada peningkatan kadar gula darah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kualitas tidur dan tingkat stres dengan kadar gula darah pada penderita diabetes melitus tipe 2 di UPTD Puskesmas I Denpasar Barat.

Penelitian ini menggunakan desain analitik observasional dengan pendekatan cross-sectional. Sampel berjumlah 146 responden yang dipilih menggunakan teknik consecutive sampling. Pengumpulan data menggunakan kuesioner Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI), Depression Anxiety Stress Scale (DASS-42), serta pemeriksaan kadar gula darah puasa. Analisis data menggunakan uji Spearman Rho.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki kualitas tidur buruk (56,8%), tingkat stres berat (27,4%), dan kadar gula darah kategori diabetes (59,6%). Terdapat hubungan signifikan antara kualitas tidur dengan kadar gula darah dengan $p=0,001$ dan nilai correlation coefficient sebesar 0,468 serta antara tingkat stres dengan kadar gula darah dengan $p=0,001$ dan nilai correlation coefficient sebesar 0,448 dengan kekuatan hubungan sedang dan arah positif. Disarankan peningkatan edukasi mengenai manajemen stres dan sleep hygiene sebagai upaya pengendalian kadar gula darah pada penderita diabetes melitus tipe 2.

Kata Kunci : Diabetes Melitus Tipe 2, Kadar Gula Darah, Kualitas Tidur, Stres

Daftar Pustaka : 70 (2015-2025)

**BINA USADA BALI HEALTH INSTITUTION
BACHELOR DEGREE OF NURSING PROGRAM**

Undergraduate Thesis, April 2026

Ni Kadek Dwi Bintang Utami

The Relationship Between Sleep Quality and Stress Levels with Blood Glucose Levels in Patients with Type 2 Diabetes Mellitus

Xv + 80 + 12 tables + 2 diagrams + 14 appendices

ABSTRACT

The high prevalence of Type 2 Diabetes Mellitus (T2DM) and the suboptimal control of blood glucose levels are influenced by various factors, including sleep quality and stress levels. Poor sleep quality and elevated stress may contribute to impaired glycemic control through physiological and hormonal mechanisms that affect glucose metabolism. Therefore, identifying modifiable factors associated with blood glucose levels is essential for improving diabetes management. This study aimed to examine the correlation between sleep quality, stress levels, and blood glucose levels among patients with Type 2 Diabetes Mellitus at UPTD Puskesmas I Denpasar Barat.

This study employed an observational analytic design with a cross-sectional approach. A total of 146 respondents were recruited using a consecutive sampling technique. Data were collected using the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) to assess sleep quality, the Depression Anxiety Stress Scale (DASS-42) to measure stress levels, and fasting blood glucose examinations to determine glycemic status. Data were analyzed using Spearman's Rank Correlation test.

The results revealed that the majority of respondents experienced poor sleep quality (56.8%), severe stress levels (27.4%), and blood glucose levels within the diabetic range (59.6%). Statistical analysis demonstrated a significant positive correlation between sleep quality and blood glucose levels ($p = 0.001$, $r = 0.468$), as well as between stress levels and blood glucose levels ($p = 0.001$, $r = 0.448$). Both correlations were categorized as moderate in strength, indicating that poorer sleep quality and higher stress levels were associated with higher blood glucose levels. In conclusion, sleep quality and stress levels are significantly associated with blood glucose levels among patients with Type 2 Diabetes Mellitus. These findings highlight the importance of incorporating sleep hygiene education and stress management strategies into diabetes care programs to support optimal glycemic control and improve patient outcomes.

Keywords : Blood glucose level, sleep quality, stress, type 2 diabetes mellitus

Bibliography: 70 (2015-2025)

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan Puja dan Puji Syukur atas Kehadirat Tuhan Yang Maha Esa karena atas Rahmat-Nyalah penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Hubungan Kualitas Tidur dan Tingkat Stres Terhadap Kadar Gula Darah Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di UPTD Puskesmas I Denpasar Barat”

Skripsi ini disusun untuk memenuhi persyaratan dalam memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep) pada STIKES Bina Usaha Bali. Selanjutnya penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. Dr. Ir. I Putu Santika, M.M. selaku Ketua STIKES Bina Usaha Bali yang telah memberikan kesempatan mengikuti pendidikan program Sarjana Keperawatan di STIKES Bina Usaha Bali.
2. Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep selaku Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan STIKES Bina Usaha Bali dan sekaligus selaku Pembimbing I yang telah banyak memberikan masukan, pengetahuan serta bimbingan dalam menyelesaikan skripsi ini.
3. Dr. Ns. IGAA Sherlyna Prihandhani, S.Kep., M.Kes selaku pembimbing II yang telah banyak memberikan masukan dan saran dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Kedua orang tua tercinta yang tidak pernah berhenti memberikan doa, kasih sayang, pengorbanan, serta dukungan yang tiada henti, sehingga penulis dapat sampai pada tahap ini.

5. Sahabat dan teman-teman seperjuangan yang telah memberikan semangat, dukungan, serta kebersamaan selama proses penyusunan skripsi ini.
6. Diri penulis sendiri, yang telah berusaha untuk tetap kuat, bertahan, dan tidak menyerah dalam menghadapi setiap proses, tekanan, dan tantangan yang ada hingga akhirnya mampu menyelesaikan skripsi ini.

Mangupura, 21 April 2026

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN.....	iv
ABSTRAK.....	v
<i>ABSTRACT</i>	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR SKEMA.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
1. Tujuan Umum.....	5
2. Tujuan Khusus.....	5
D. Manfaat Penelitian.....	6
1. Tempat Penelitian.....	6
2. Masyarakat.....	6
3. Institusi Pendidikan.....	6
4. Pengembangan Ilmu Keperawatan.....	7
E. Keaslian Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	10
A. Konsep Dasar Diabetes Melitus.....	10
1. Definisi Diabetes Melitus.....	10
2. Etiologic Diabetes Melitus.....	11
3. Manifestasi Klinis Diabetes Melitus.....	12
4. Klasifikasi Diabetes Melitus.....	12
5. Patofisiologi Diabetes Melitus.....	14

6. Faktor Risiko Diabetes Melitus.....	14
7. Komplikasi Diabetes Melitus.....	16
B. Konsep Kualitas Tidur.....	18
1. Definisi Kualitas Tidur.....	18
2. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Tidur.....	19
3. Tahapan Tidur.....	22
4. Dampak Kualitas Tidur	23
5. Metode Pengukuran Kualitas Tidur	25
C. Konsep Stres.....	26
1. Definisi Stres.....	26
2. Jenis-Jenis Stres	27
3. Reaksi Tubuh Terhadap Stres.....	28
4. Tingkat Stres	29
5. Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Stres	30
6. Metode Pengukuran Tingkat Stres	31
D. Kerangka Teori	33
BAB III KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS, DAN DEFINISI OPERASIONAL	
.....	34
A. Kerangka Konsep	34
B. Hipotesis.....	35
C. Definisi Operasional.....	35
BAB IV METODOLOGI PENELITIAN	37
A. Rancangan Penelitian	37
B. Populasi dan Sampel	37
1. Populasi.....	37
2. Sampel.....	38
C. Tempat Penelitian	40
D. Waktu Penelitian.....	40
E. Etika Penelitian	40
F. Alat Pengumpulan Data	44
1. Instrumen Penelitian.....	44
2. Validitas dan Reliabilitas.....	46

G.	Prosedur Pengumpulan Data	48
1.	Prosedur Administrasi	48
2.	Prosedur Teknis	49
H.	Pengolahan Data	50
I.	Rencana Analisis Data	53
BAB V HASIL PENELITIAN		55
A.	Gambaran Waktu dan Tempat Penelitian	55
B.	Hasil Uji Univariat	56
1.	Karakteristik Responden	56
2.	Hasil Distribusi Frekuensi Kualitas Tidur	58
3.	Hasil Distribusi Frekuensi Pertanyaan Kualitas Tidur	58
4.	Hasil Distribusi Frekuensi Tingkat Stres	59
5.	Hasil Distribusi Frekuensi Pernyataan Tingkat Stres	59
6.	Hasil Distribusi Frekuensi Kadar Gula Darah	60
C.	Hasil Uji Bivariat	60
1.	Uji Rank Sperman Hubungan Kualitas Tidur Terhadap Kadar Gula Darah Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di UPTD Puskesmas I Denpasar Barat	60
2.	Uji Rank Sperman Hubungan Tingkat Stres Terhadap Kadar Gula Darah Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di UPTD Puskesmas I Denpasar Barat	61
BAB VI PEMBAHASAN		63
A.	Interpretasi Penelitian	63
1.	Mengidentifikasi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Jenis Kelamin, Pendidikan, Pekerjaan, dan Lama Menderita Diabetes Melitus	63
2.	Mengidentifikasi Kualitas Tidur Penderita Diabetes Melitus di UPTD Puskesmas I Denpasar Barat	68
3.	Mengidentifikasi Pernyataan Kuesioner Kualitas Tidur	69
4.	Mengidentifikasi Tingkat Stres Penderita Diabetes Melitus di UPTD Puskesmas I Denpasar Barat	70
5.	Mengidentifikasi Pernyataan Kuesioner Tingkat Stres	71
6.	Mengidentifikasi Kadar Gula Darah Penderita Diabetes Melitus di UPTD Puskesmas I Denpasar Barat	72

7. Menganalisis Hubungan Antara Kualitas Tidur Dengan Kadar Gula Darah Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di UPTD Puskesmas I Denpasar Barat	73
8. Menganalisis Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Kadar Gula Darah Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di UPTD Puskesmas I Denpasar Barat	76
B. Keterbatasan Penelitian	78
C. Implikasi Penelitian.....	79
1. Pelayanan Kesehatan.....	79
2. Pendidikan Keperawatan.....	79
3. Penelitian Keperawatan.....	79
BAB VII PENUTUP	81
A. Simpulan.....	81
B. Saran.....	82
DAFTAR PUSTAKA	

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Klasifikasi Kadar Gula Darah	13
Tabel 3. 1 Definisi Operasional Hubungan Kualitas Tidur dan Tingkat Stres Terhadap Kadar Gula Darah Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas I Denpasar Barat.....	36
Tabel 5. 1 Karakteristik Responden Usia	56
Tabel 5. 2 Karakteristik Responden Jenis Kelamin.	56
Tabel 5. 3 Karakteristik Responden Tingkat Pendidikan.	57
Tabel 5. 4 Karakteristik Responden Pekerjaan.	57
Tabel 5. 5 Karakteristik Responden Lama Menderita Diabetes Melitus.	57
Tabel 5. 6 Distribusi Hasil Kualitas Tidur.....	58
Tabel 5. 7 Distribusi Hasil Pernyataan Kualitas Tidur.	58
Tabel 5. 8 Distribusi Hasil Tingkat Stres.	59
Tabel 5. 9 Distribusi Hasil Pernyataan Tingkat Stres.....	59
Tabel 5. 10 Distribusi Hasil Kadar Gula Darah.	60
Tabel 5. 11 Analisis Hubungan Kualitas Tidur Terhadap Kadar Gula Darah Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di UPTD Puskesmas I Denpasar Barat	61
Tabel 5. 12 Analisis Hubungan Tingkat Stres Terhadap Kadar Gula Darah Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di UPTD Puskesmas I Denpasar Barat	62

DAFTAR SKEMA

Skema 2. 1 Kerangka Teori Hubungan Kualitas Tidur dan Tingkat Stres Terhadap Kadar Gula Darah Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas I Denpasar Barat	33
Skema 3. 1 Kerangka Konsep Hubungan Kualitas Tidur dan Tingkat Stres Terhadap Kadar Gula Darah Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di UPTD Puskesmas 1 Denpasar Barat.....	34

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Studi Pendahuluan
- Lampiran 2 Surat Rekomendasi
- Lampiran 3 Pengantar Kuesioner
- Lampiran 4 Surat Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 5 Surat Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 6 Kuesioner Kualitas Tidur
- Lampiran 7 Kuesioner Tingkat Stres
- Lampiran 8 Form Bimbingan
- Lampiran 9 Jadwal Kegiatan Penelitian
- Lampiran 10 Ethical Approval
- Lampiran 11 Surat Izin Penelitian
- Lampiran 12 Surat Rekomendasi Izin Penelitian
- Lampiran 13 Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 14 Hasil Olah Data

DAFTAR PUSTAKA

- Anshori, M. (2019). *Metodologi Penelitian Kuantitatif: Edisi 1*. Airlangga University Press.
- Aprilio, R., & Arman, W. N. (2025). Gambaran Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 7(4), 161–170.
- Ardianto, K. (2021). *Aplikasi Statistik Dalam Penelitian Dilengkapi Dengan Perhitungan Manual Dan Aplikasi Spss*. Deepublish.
- Arzaq, M., Hamidi, N, S. M., & Isnaeni, M, A. L. (2022). Hubungan Tingkat Stres Dan Pola Tidur Dengan Kadar Gula Darah Penderita Diabetes Melitus Tipe Ii Di Wilayah Kerja Uptd Blud Puskesmas Airtiris Miftahul. *Jurnal Kesehatan Terpadu*, 1(1), 11–19.
- Azzura, F., Fajria, L., & Wahyu, W. (2023). *Siklus Menstruasi Dengan Kualitas Tidur*. Penerbit Adab.
- Derang, I., Pane, J. P., Dolorosa, V., & Br, P. (2023). Gambaran Tingkat Stres Pasien Diabetes Melitus Di Kelurahan Padang Mas Kabanjahe Tahun 2022. *Jurnal Keperawatan Bsi*, 11(1), 106–112.
- Ema, P., Ludiana, & Immawati. (2023). Penerapan Senam Kaki Diabetes Untuk Meningkatkan Sensitivitas Kaki Pasien Diabetes Mellitus Tipe Ii Di Puskesmas Metro. *Jurnal Cendikia Muda*, 3(2), 235–244.
- Erda, R., Yunaspi, D., Badar, M., & Dwi, C. (2021). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kejadian Stress Pada Lansia Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Batam. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 6(3), 76–81.
- Febrianti, D., Suwarningsih, S., Nuryani, R., Muliani, N., Wijayanti, E. S., Tanan, R., Ikhwanudin, I., Anipah, A., Mulia, M., Yudhawati, N. L. P. S., & Others. (2025). *Buku Ajar Keperawatan Kesehatan Jiwa Dan Psikososial*. Pt. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Greis, P., Kalsum, U., Wisudariani, E., Halim, R., & Suryani, H. (2025). Faktor Risiko Kejadian Diabetes Melitus Tipe 2 Pada Pegawai Pemerintah Di Indonesia. *Jurnal Ilmiah Kedokteran Dan Kesehatan*, 4(3), 291–305.
- Hidayat, N., Chaidir, J., Cahyani, F., Susanti, N., Karto, A., Sumarta, R., Ifmaily, Rahmahidayati, & Sahriana. (2025). *Metode Kuantitaif Dalam Riset: Pengumpulan Data Dan Analisis*.
- Idf. (2021). *Diabetes In Western Pacific 2021*.

- Irani, N., Dewi, S., Sudjud, S., Safrin, A., Setyowati, N., Lisarani, V., Arjang, Nurmillah, & Nuraya, T. (2022). *Metodologi Penelitian*. Rizmedia Pustaka Indonesia.
- Iriani, N., Dewi, S., Sudjud, S., Safrin, A., Surianti, Nugraheni, D., Lisarani, V., Arjang, Nurmillah, & Nuraya, T. (2022). *Metodologi Penelitian*. Rizmedia Pustaka Indonesia.
- Ismail, M. S., & Septiawan, T. (2024). Hubungan Antara Kualitas Tidur Dengan Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2. *Jpp (Jurnal Kesehatan Poltekkes Palembang)*, 19(2), 97–103.
- Jumrana, Suarnianti, & Anisa, R. N. (2024). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Kadar Glukosa Darah Puasa Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Wilayah Kerja Puskesmas Tamalanrea Jaya. *Jimpk : Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, 4(5), 2024.
- Kayaroganam, R., Sarkar, S., Satheesh, S., Tamilmani, S., Sivanantham, P., & Kar, S. S. (2024). Sleep Quality And Its Associated Factors Among Nurses In A Tertiary Care Public Hospital In Puducherry District: A Cross-Sectional Study. *Iranian Journal Of Nursing And Midwifery Research*, 29(5), 617–622.
- Kemenkes. (2020). *Pedoman Nasional Pelayanan Kedokteran Tata Laksana Diabetes Melitus Tipe 2 Dewasa* (Vol. 21, Number 1, Pp. 1–9).
- Khandelwal, D., Dutta, D., Chittawar, S., & Kalra, S. (2017). Sleep Disorders In Type 2 Diabetes. *Indian Journal Of Endocrinology And Metabolism*, 21(5), 758–761.
- Khoirudin, Siswanti, H., & Faridah, U. (2024). Hubungan Tingkat Stres Dan Kualitas Tidur Dengan Kadar Gula Darah Sewaktu Pasien Diabetes Mellitus Di Uptd Puskesmas Kedung 2 Jepara. *Merapi: Medical Research And Public Health Information Journal*, 2(1), 9–18.
- Komariah, & Rahayu, S. (2020). Hubungan Usia, Jenis Kelamin Dan Indeks Massa Tubuh Dengan Kadar Gula Darah Puasa Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Klinik Pratama Rawat Jalan Proklamasi, Depok, Jawa Barat. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, 11(1), 41–50.
- Lainsamputty, F., & Manoppo, I. J. (2022). Dimensi Kualitas Tidur Subjektif Dan Korelasinya Dengan Depresi Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. *Al-Asalmiya Nursing: Jurnal Ilmu Keperawatan (Journal Of Nursing Sciences)*, 11(1), 6–16.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, And Coping*. Springer Publishing Company.

- Ludiana, Hasanah, U., Sari, S. A., Fitri, N. L., & Nurhayati, S. (2022). Faktor Stres Dan Depresi Dengan Kadar Gula Darah Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 7(2), 61–67.
- Makalew, D. C., Rompas, J. S. S., & Katuuk, E. M. (2021). Gambaran Tingkat Stres Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 : Literatur Review. *Jurnal Keperawatan*, 9(1), 27–37.
- Manoppo, W. M., Pitor, F. F., & Abigael, T. (2023). Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Profesi Ners Universitas Klabat. *Mahesa : Malahayati Health Student Journal*, 3(7), 2098–2107.
- Marsidi, S. R. (2021). Identification Of Stress, Anxiety, And Depression Levels Of Students In Preparation For The Exit Exam Competency Test. *Journal Of Vocational Health Studies*, 5(2), 87.
- Martini, M., Purnamawati, A. D., Astuti, S. L., Rahayu, E. C., Niswah, Atrie, Y. U., Tyas, T. N., Prasetyaningrum, W., Arisdiani, T., Matapun, R. D., & Dafi, A. M. (2024). *Buku Ajar Keperawatan Gawat Darurat*. Mahakarya Citra Utama Group.
- Maruf, Y. R., Wahyuni, N., Mastari, S. E., Rahmantio, Ernas, M. S., Ardian, J. L., Hanjaya, Ruki, N. M., Zaenab, Serihati, T. Y. A., & Agustiawan. (2025). *Diabetes Mellitus Tipe 2*. Penerbit Adab.
- Mehrdad, M., Azarian, M., Sharafkhaneh, A., Alavi, A., Zare, R., Rad, A. H., & Dalili, S. (2021). Association Between Poor Sleep Quality And Glycemic Control In Adult Patients With Diabetes Referred To Endocrinology Clinic Of Guilan: A Cross-Sectional Study. *International Journal Of Endocrinology And Metabolism*, 20(1), 1–8.
- Milita, F., Handayani, S., & Setiaji, B. (2021). Kejadian Diabetes Mellitus Tipe Ii Pada Lanjut Usia Di Indonesia (Analisis Riskesdas 2018). *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 17(01), 9–20.
- Mubin, F. M., Hasanah, U., Mawaddah, N., Sulfian, W., Reni, & Adawiyah, Q. (2024). *Buku Ajar Keperawatan Jiwa I*. Mahakarya Citra Utama Group.
- Mulyana, A., Susilawati, E., Fransisca, Y., Arismawati, M., Madrapriya, F., Oktarina, D., Hendri, P., Euis, P., Reza, F., Yoana, K., & Lisa, N. (2024). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Tohar Media.
- Nadrati, B., & Supriatna, L. D. (2021). *Buerger Allen Exercise Dan Ankle Brachial Indeks (Abi) Pada Penyandang Diabetes Melitus*. Penerbit Nem.
- Nasir, N. F. M., Draman, N., Zulkifli, M. M., Muhamad, R., & Draman, S. (2022). Sleep Quality Among Patients With Type 2 Diabetes: A Cross-Sectional

Study In The East Coast Region Of Peninsular Malaysia. *International Journal Of Environmental Research And Public Health*, 19(9).

Nurlela, L., Sya'diyah, H., Ilmy, S. K., Kusumawati, H., Widiarta, M. B. O., Kirana, S. A. C., Hijriana, I., Astutik, W., Susilowati, S., Wulandari, N. P. D., & Others. (2023). *Keperawatan Jiwa*. Pt. Sonpedia Publishing Indonesia.

Nurlela, & Mulyadi. (2021). *Buku Ajar Hypnotherapy*. Guepedia.

Nyumirah, S. (2020). *Mengatasi Stres Dengan Teknik Hipnosis Lima Jari* (Number Donsu 2017).

Padang, A., Tarigan, M., & Amelia, R. (2022). Hambatan Pengelolaan Kadar Gula Darah Pada Pasien Dm Tipe Ii. *Journal Of Telenursing*, 4(2), 495–504.

Perkeni. (2021). Pedoman Pengelolaan Dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 Dewasa Di Indonesia. *Global Initiative For Asthma*, 46.

Rahma, A., Khasanah, S., & Susanti, I. (2025). Gambaran Kadar Gula Darah Dan Tekanan Darah Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di Puskesmas Kalibagor. *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Kedokteran*, 4(1), 96–109.

Rizqia, N. A. M., & Wulandari, A. (2025). *Manajemen Pola Tidur: Sleep Hygiene Pada Anak*. Penerbit Widina Media Utama.

Safari, G., & Salvia. (2022). Hubungan Tingkat Stres Dengan Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Mellitus Di Puskesmas. *Healthy Journal*, 11(1), 1–9.

Sanjaya, A. R., Yuniati, Abdullah, Y., Nugrahayu, Y. E., & Retnaningrum, R. Y. (2025). Korelasi Kualitas Tidur Dan Kualitas Hidup Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Puskesmas Pasundan Samarinda. *Jurnal Sains Dan Kesehatan*, 7(2), 109–117.

Sasmiyanto. (2020). Faktor Predisposisi Perilaku Kesehatan Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 3(2), 466–476.

Setianingsih, A., Diani, N., & Rahmayanti, D. (2025). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Kadar Glukosa Darah Pada Pasien Diabetes Mellitus. *Jurnal Berita Ilmu Keperawatan*, 15(1), 87–92.

Setiawan, M. (2021). *Sistem Endokrin Dan Diabetes Melitus*. Ummppress.

Shah, A. S., Pant, M. R., Bommasamudram, T., Nayak, K. R., Roberts, S. S. H., Gallagher, C., Vaishali, K., Edwards, B. J., Tod, D., Davis, F., & Pullinger, S. A. (2025). Effects Of Sleep Deprivation On Physical And Mental Health Outcomes: An Umbrella Review. *American Journal Of Lifestyle Medicine*, 0(0), 1–15.

- Sharma, K., Akre, S., Chakole, S., & Wanjari, M. B. (2022). Stress-Induced Diabetes: A Review. *Cureus*, 14(9), 1–6.
- Silviani, I., & Sibarani, P. J. (2023). *Komunikasi Kesehatan Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2*. Scopindo Media Pustaka.
- Simanjuntak, G. V., & Simamora, M. (2020). Lama Menderita Diabetes Mellitus Tipe 2 Sebagai Faktor Risiko Neuropati Perifer Diabetik. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 14(01), 96–100.
- Simatupang, R., & Kristina, M. (2023). Penyuluhan Tentang Diabetes Melitus Pada Lansia Penderita Dm. *Jurnal Pengabdian Mandiri*, 2(3), 849–857.
- Siregar, R. (2022). *Hubungan Kualitas Tidur Dan Tingkat Stres Dengan Kadar HbA1c Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 Di Rsud Dr. Pirngadi Medan*.
- Siyoto, S., & Sodik, A. M. (2015). *Dasar Metodologi Penelitian*. Literasi Media Publishing.
- Stikes Bina Usada Bali. (2019). *Buku Panduan Penyusun Protokol Etik Penelitian Kesehatan*. Komisi Etik Penelitian Kesehatan.
- Suharsono, Y., & Anwar, Z. (2020). Analisis Stres Dan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa. *Jurnal Online Psikologi*, 8(1), 41–53.
- Sukmawati, A. S., Isrofah, I., Yudhawati, N. L. P. S., Suryati, S., Putra, I. K. A. D., Juwariyah, S., Kamaryati, N. P., Rosalini, W., Ismail, R., & Others. (2023). *Buku Ajar Pemenuhan Kebutuhan Dasar Manusia*. Pt. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Sumiok, C. S., Madianung, A., & Katuuk, M. E. (2021). Hubungan Tingkat Stress Dengan Kualitas Tidur Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2 Di Rumah Sakit Gmim Pancaran Kasih Manado. *Jurnal Keperawatan*, 9(1), 48.
- Suratun. (2020). Tingkat Stres Dan Kualitas Tidur Dengan Kadar Gula Darah Klien Diabetes Melitus Di Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang. *Masker Medika*, 8(1), 66–74.
- Susanti, N., Luthfiansyah, A. F., Marunduri, A. R., & Khairunisa, P. (2024). Diabetes Melitus Dalam Tinjauan Epidemiologi Dan Upaya Penanggulangannya. *Jurnal Kesehatan Afinitas*, 6(February), 32–37.
- Syapitri, H., Amila, & Aritonang, J. (2021). *Buku Ajar Metodologi Penelitian Kesehatan*. Ahlimedia Book.
- Tandra, H. (2020). *Diabetes Bisa Sembuh Petunjuk Praktis Mengalahkan Dan Menyembuhkan Diabetes*. Gramedia Pustaka Utama.

- Tim Etik Penelitian Rsup Dr. Soeradji Tirtonegoro Klaten. (2021). *Pedoman Dan Standar Etik Penelitian Kesehatan Rsup Dr. Soeradji Tirtonegoro Klaten*.
- Wahyuni, S., & Herawati, L. (2024). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Kadar Gula Darah Pada Pasien Diabetes Melitus Di Puskesmas Tanah Tinggi Kota Binjai Tahun 2023. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Imelda*, 10(1), 103–109.
- Wahyuningsih, A. S., & Tamimi, T. (2021). Terapi Dzikir Terhadap Perubahan Tingkat Stres Pasien Diabetes Melitus. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 9(1), 69.
- Waninghyun, N. P. M., Wahyuni, S. D. P. N., & Supradnyan, H. K. I. (2025). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Kadar Glukosa Darah Sewaktu Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe 2. *Ganesha Medicina Journal*, 5(1), 15–19.
- Who. (2023). *Stress*. World Health Organization.
- Yaqin, A., Ph, L., Susanti, Y., & Yanuar, D. (2026). Faktor - Faktor Yang Berhubungan Dengan Kualitas Tidur Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 : Literature Review. *Ilmu Kesehatan*, 22(1), 1–6.
- Yuhanah. (2024). *Psikologi Kesehatan*. Penerbit Nem.
- Yuswatiningsih, E., & Hariyono. (2025). *Buku Ajar Metode Penelitian Untuk Mahasiswa*. Samudra Biru.