

ABSTRAK

Dendry Ajeng Prabandari (2026). Gambaran Pemenuhan Kebutuhan Istirahat Tidur pada Lansia dengan Diabetes Melitus di Prolanis Wilayah Kerja Puskesmas Pulung. Karya Tulis Ilmiah. Program Studi D3 Keperawatan Ponorogo, Jurusan Keperawatan, Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang, Pembimbing: Heru Wiratmoko, S.Kp., M.Kep

Diabetes melitus merupakan penyakit kronis yang banyak dialami oleh lansia dan dapat memengaruhi kualitas hidup, termasuk kebutuhan istirahat tidur. Gangguan tidur pada lansia dengan diabetes melitus sering terjadi akibat gejala penyakit maupun komplikasi yang menyertainya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran pemenuhan kebutuhan istirahat tidur pada lansia dengan diabetes melitus di Prolanis wilayah kerja Puskesmas Pulung. Jenis penelitian ini adalah deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh lansia penderita diabetes melitus yang terdaftar dalam program Prolanis di wilayah kerja Puskesmas Pulung. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling dengan jumlah responden sebanyak (sesuaikan jumlah). Instrumen yang digunakan berupa kuesioner untuk mengukur kualitas dan pemenuhan kebutuhan tidur lansia. Data dianalisis menggunakan analisis univariat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar lansia dengan diabetes melitus mengalami gangguan dalam pemenuhan kebutuhan istirahat tidur, dengan kategori kualitas tidur buruk sebanyak (persentase), cukup sebanyak (persentase), dan baik sebanyak (persentase). Faktor-faktor yang memengaruhi antara lain frekuensi buang air kecil di malam hari, nyeri, serta kecemasan terhadap kondisi penyakit. Kesimpulan dari penelitian ini adalah pemenuhan kebutuhan istirahat tidur pada lansia dengan diabetes melitus di Prolanis wilayah kerja Puskesmas Pulung sebagian besar masih belum optimal. Oleh karena itu, diperlukan intervensi yang tepat dari tenaga kesehatan untuk meningkatkan kualitas tidur lansia, seperti edukasi sleep hygiene dan pengelolaan gejala diabetes.

Kata kunci: lansia, diabetes melitus, kebutuhan tidur, kualitas tidur, Prolanis

ABSTRACT

Dendry Ajeng Prabandari (2026). Overview of Sleep and Rest Needs Fulfilled by Elderly with Diabetes Mellitus in the Prolanis Program in the Pulung Community Health Center Work Area. Scientific Paper. D3 Nursing Study Program, Ponorogo, Department of Nursing, Health Polytechnic, Ministry of Health, Malang, Supervisor: Heru Wiratmoko, S.Kp., M.Kep

Diabetes mellitus is a chronic disease that is common in the elderly and can affect quality of life, including the need for sleep. Sleep disturbances in the elderly with diabetes mellitus often occur due to disease symptoms and accompanying complications. This study aims to determine the overview of the fulfillment of sleep and rest needs in the elderly with diabetes mellitus in the Prolanis Program in the Pulung Community Health Center work area. This study is a descriptive study with a quantitative approach. The population in this study were all elderly with diabetes mellitus registered in the Prolanis program in the Pulung Community Health Center work area. The sampling technique used total sampling with a total number of respondents (adjust the number). The instrument used was a questionnaire to measure the quality and fulfillment of sleep needs in the elderly. Data were analyzed using univariate analysis. The results showed that the majority of elderly with diabetes mellitus experienced disruptions in fulfilling their sleep needs, with sleep quality categories ranging from (percentage), to (percentage), to (percentage) as poor; (percentage), to (percentage) as adequate, and (percentage) as good. Influencing factors included nighttime urination frequency, pain, and anxiety about the disease. The conclusion of this study is that the fulfillment of sleep needs in elderly with diabetes mellitus in the Prolanis program within the Pulung Community Health Center area is still largely suboptimal. Therefore, appropriate interventions from healthcare professionals are needed to improve sleep quality in the elderly, such as sleep hygiene education and diabetes symptom management.

Keywords: *elderly, diabetes mellitus, sleep needs, sleep quality, Prolanis*