ABSTRAK

Pengendalian glikemik yang buruk masih menjadi permasalahan pada pasien diabetes melitus tipe 2 karena dapat meningkatkan risiko komplikasi jangka panjang. Salah satu faktor yang diduga berhubungan dengan buruknya pengendalian glikemik adalah gangguan kualitas tidur, yang dapat memengaruhi regulasi glukosa dan kadar HbA1C. Namun, penelitian mengenai hubungan kualitas tidur dengan kadar HbA1C pada pasien diabetes melitus tipe 2 masih terbatas, khususnya di Aceh. Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan kualitas tidur dengan kadar HbA1C pada pasien diabetes melitus tipe 2. Penelitian ini menggunakan desain observasional analitik dengan pendekatan *cross-sectional*. Subjek penelitian adalah 113 pasien diabetes melitus tipe 2 yang memenuhi kriteria inklusi. Kualitas tidur dinilai menggunakan PSQI sedangkan kontrol glikemik dinilai berdasarkan kadar HbA1C. Hubungan kedua variabel dianalisis menggunakan *Fisher Exact Test*. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden berjenis kelamin laki-laki (55,8%), berada pada kelompok usia dewasa madya (45,1%), telah menderita diabetes lebih dari 5 tahun (59,3%), dan menggunakan terapi insulin (50,4%). Sebanyak 72,6% responden memiliki kualitas tidur buruk dan 86,7% memiliki kadar HbA1C tidak terkontrol. Terdapat hubungan yang bermakna antara kualitas tidur dengan kadar HbA1C pada pasien diabetes melitus tipe 2 (p=0,005). Hasil ini menyimpulkan bahwa kualitas tidur berhubungan secara signifikan dengan kadar HbA1C pada pasien diabetes melitus tipe 2. Penilaian kualitas tidur menggunakan PSQI dapat dipertimbangkan sebagai bagian dari pendekatan pengelolaan diabetes yang lebih komprehensif untuk mendukung pengendalian glikemik.

Kata kunci: Diabetes Melitus Tipe 2; Kualitas Tidur; HbA1C

ABSTRACT

Poor glycemic control remains an issue for patients with type 2 diabetes because it can increase the risk of long-term complications. Sleep quality problems are one factor that is suspected to be linked to poor glycemic control through their effect on blood glucose regulation. However, research on the relationship between sleep quality and HbA1c levels in patients with type 2 diabetes is still limited, especially in Aceh. This study aims to investigate the correlation between sleep quality and HbA1c levels in type 2 diabetes mellitus patients. This analytical observational study employed a cross-sectional design and included 113 patients with type 2 diabetes mellitus who met the inclusion criteria. Sleep quality was assessed using the PSQI, while glycemic control was evaluated based on HbA1C levels. The relationship between the two variables was analyzed using the Fisher Exact Test. Most respondents were male (55.8%), belonged to the middle adulthood age group (45.1%), had been diagnosed with diabetes mellitus for more than five years (59.3%), and were receiving insulin therapy (50.4%). Overall, 72.6% of respondents had poor sleep quality, while 86.7% had uncontrolled HbA1C levels. A statistically significant relationship was found between sleep quality and HbA1C levels among patients with type 2 diabetes mellitus (p=0.005). In conclusion, sleep quality is significantly associated with HbA1C levels in patients with type 2 diabetes mellitus. Assessment of sleep quality using the PSQI may be considered as part of a more comprehensive approach to diabetes management to support optimal glycemic control.

Keywords: *Type 2 Diabetes Mellitus; Sleep Quality; HbA1C*