

**L  
A  
M  
P  
I  
R  
A  
N**

## Lampiran 1 Kuesioner The Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)

### Kuesioner *The Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)*

Kode Responden : 

--	--

Tanggal pengambilan sampel :

#### Petunjuk :

Pernyataan berikut berhubungan dengan kebiasaan tidur Bapak/Ibu/Saudara selama satu minggu terakhir. Jawaban anda harus menunjukkan jawaban yang paling akurat untuk menggambarkan sebagian besar malam hari selama seminggu yang lalu. Selain pertanyaan no 1 dan 3 Berikan tanda (√) pada salah satu jawaban yang anda anggap paling sesuai!

#### 1. DATA UMUM

Nama (inisial) :

Umur :

Jenis Kelamin :

#### 2. PERTANYAAN

1.	Jam berapa biasanya anda mulai tidur malam ?				
		≤15 menit	16-30 menit	31-60 menit	>60 menit
2.	Berapa lama (dalam menit) yang anda perlukan untuk dapat mulai tertidur setiap malam ? <b>Waktu yang dibutuhkan saat mulai berbaring hingga tertidur</b>				
3.	Jam berapa biasanya anda bangun di pagi hari ?				

		>7 jam	6-7 jam	5-6 jam	<5 jam
4.	Berapa jam lama tidur anda pada malam hari ? <b>Jumlah jam tidur per malam</b>				
5.	Selama seminggu terakhir seberapa sering anda mengalami hal dibawah ini :	Tidak pernah	1x seminggu	2x seminggu	≥ 3x seminggu
	a. Tidak mampu tertidur selama 30 menit sejak berbaring				
	b. Terbangun ditengah malam atau terlalu dini				
	c. Harus bangun untuk ke kamar mandi				
	d. Tidak mampu bernapas dengan nyaman				
	e. Batuk				
	f. Kedinginan dimalam hari				
	g. Kepanasan dimalam hari				
	h. Mimpi buruk				
	i. Merasakan nyeri				
6.	Selama satu minggu terakhir, seberapa sering anda mengkonsumsi obat tidur untuk membantu anda tidur ?				
7.	Selama seminggu terakhir seberapa sering anda mengantuk ketika melakukan aktifitas di siang hari ?				
		Tidak antusias	Kecil	Sedang	Besar
8.	Seberapa besar antusias anda ingin menyelesaikan masalah yang anda hadapi ?				
		Sangat baik	Baik	Kurang	Sangat kurang
9.	Selama seminggu terakhir, bagaimana anda menilai kualitas tidur secara keseluruhan ?				

3. Hasil kadar glukosa darah sewaktu :

Rendah ( $< 200$  mg/dL)

Tinggi ( $> 200$  mg/dL)

**Skoring *The Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)***

<b>Komponen</b>	<b>No Item</b>	<b>Penilaian</b>	
1. Kualitas tidur secara subyektif	9	Sangat baik	0
		Baik	1
		Kurang	2
		Sangat kurang	3
2. Durasi tidur (lamanya waktu tidur)	4	>7 jam	0
		6-7 jam	1
		5-6 jam	2
		<5 jam	3
3. Latensi tidur (kesulitan memulai tidur)	2	≤15 menit	0
		16-30 menit	1
		31-60 menit	2
		>60 menit	3
	5a	Tidak pernah	0
		1x seminggu	1
		2x seminggu	2
		≥ 3x seminggu	3
	<b>Skor total komponen 3</b>	0	0
		1-2	1
		3-4	2
		5-6	3
	4. Efisiensi tidur <b>Rumus :</b> Jumlah lama tidur x100% Jumlah lama ditempat tidur	1 + 3 + 4	>85%
75-84%			1
65-74%			2
<65%			3
5. Gangguan tidur	5b – 5i	Tidak pernah	0
		1x seminggu	1
		2x seminggu	2
		≥ 3x seminggu	3
	<b>Skor total komponen 5</b>	0	0
		1-9	1
		10-18	2
		19-27	3
6. Penggunaan obat tidur	6	Tidak pernah	0
		1x seminggu	1
		2x seminggu	2
		≥ 3x seminggu	3
7. Disfungsi siang hari	7	Tidak pernah	0
		1x seminggu	1
		2x seminggu	2
		≥ 3x seminggu	3

	8	Tidak antusias	0
		Kecil	1
		Sedang	2
		Besar	3
	<b>Skor total komponen 7</b>	0	0
		1-2	1
		3-4	2
		5-6	3
Skor Akhir : Jumlah skor komponen 1 - 7			

## Lampiran 2 Informed Consent

### ***INFORMED CONSENT*** **(Lembar Persetujuan Mengikuti Penelitian)**

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama :

Umur :

Jenis Kelamin :

Setelah mendapat penjelasan dari penelitian tentang prosedur penelitian ini, saya menyatakan bersedia untuk diwawancarai dengan ketentuan, hasil pemeriksaan akan dirahasiakan dan hanya semata-mata untuk kepentingan ilmu pengetahuan. sehubungan dengan penelitian oleh peneliti bernama Lucia Avent Armita dengan judul

#### **Hubungan Kualitas Tidur Dengan Kadar Glukosa Darah Sewaktu Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II**

Saya bersedia dengan sukarela untuk menjadi responden penelitian dengan penuh kesadaran tanpa adanya keterpaksaan atau tekanan dari pihak manapun.

Surakarta, ..... 2021


Peneliti,

Responden

(Lucia Avent Armita)

(.....)

### Lampiran 3 Ethical Clearance



**RESEARCH ETHICS COMMITTEE**  
**KOMITE ETIK PENELITIAN**  
**Faculty of Medicine Universitas Sebelas Maret**  
 Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret

---

**ETHICAL CLEARANCE**  
**KELAIKAN ETIK**  
 No : 82 /UN27.06.6.1/KEP/EC/2021

*The Research Ethics Committee of Faculty Medicine Universitas Sebelas Maret after reviewing the research protocol, here with to certify that the research protocol titled:*

Komite Etik Penelitian Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret setelah menilai dokumen protokol penelitian yang diusulkan, dengan ini menyatakan bahwa usulan penelitian dengan judul :

Hubungan Kualitas Tidur Dengan Kadar Glukosa Darah Sewaktu Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II

*Protocol ID* : 01/02/07/82  
 Nomor Protokol

*Principal Investigator* : Lucia Avent Armita  
 Peneliti Utama : NIM. 10170597N



***is Ethically Approved***  
**Dinyatakan Laik etik**

*The ethics approval expire 1 (one) year after issued and the Principal investigator must send progress report and/or final report to REC by 30 November.*

Sertifikat kelaikan etik ini berlaku 1 (satu) tahun sejak diterbitkan dan Peneliti Utama wajib memberikan laporan kemajuan dan/atau laporan akhir penelitian selambat-lambatnya 30 November.

Surakarta, 24 Agustus 2021

*Chairman*  
 Ketua

Tri Nugraha Susilawati, dr., M.Med., Ph.D  
 NIP. 19801103 200604 2 001



## Lampiran 4 Surat Ijin Penelitian

  
**UNIVERSITAS SETIA BUDI**  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN

Nomor : 085N/H6-4/16.07/2021  
Lamp. : -  
Hal : *Ijin pengambilan data untuk penelitian*

**Kepada Yth. :**  
Kelurahan Desa Gumpang  
Kec. Kartasura Kab Sukoharjo  
Di tempat

Dengan Hormat,  
Guna memenuhi persyaratan untuk keperluan penyusunan Tugas Akhir (TA) bagi Mahasiswa Semester Akhir Program Studi D4 Analis Kesehatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Setia Budi terkait bidang yang ditekuni, dalam melaksanakan kegiatan tersebut bersamaan dengan ini kami menyampaikan ijin bagi mahasiswa kami :

**NAMA** : Lucia Avent Armita  
**NIM** : 10170597N  
**PROGDI** : D4 Analis Kesehatan  
**JUDUL** : "Hubungan Kualitas Tidur dengan Kadar Glukosa Darah Sewaktu pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II"

Untuk dapat mengambil data primer di Desa Gumpang.

Demikian atas bantuan dan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

Surakarta, 16 Juli 2021  
Dekan,

  
Prof. dr. Marsetyawan HNE Soesatyo, M.Sc., Ph.D.

Jl. Let. Jend. Sutoyo Mojosongo – Solo 57127, Telp. 0271 – 852518, Fax. 0271 – 853275  
Homepage : [www.setiabudi.ac.id](http://www.setiabudi.ac.id), e-mail : [ustsolo@yahoo.com](mailto:ustsolo@yahoo.com)



Nomor : 085N/H6-4/16.07/2021

Lamp. : -

Hal : *Ijin pengambilan data untuk penelitian*

Kepada Yth. :  
Kepala Desa Gumpang  
Kec. Kartasura Kab Sukoharjo  
Di tempat

Dengan Hormat,  
Guna memenuhi persyaratan untuk keperluan penyusunan Tugas Akhir (TA) bagi Mahasiswa Semester Akhir Program Studi D4 Analis Kesehatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Setia Budi terkait bidang yang ditekuni, dalam melaksanakan kegiatan tersebut bersamaan dengan ini kami menyampaikan ijin bagi mahasiswa kami :

NAMA : Lucia Avent Armita  
NIM : 10170597N  
PROGDI : D4 Analis Kesehatan  
JUDUL : "Hubungan Kualitas Tidur dengan Kadar Glukosa Darah Sewaktu pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II"

Untuk dapat mengambil data primer di **Desa Gumpang**.

Demikian atas bantuan dan kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

Surakarta, 16 Juli 2021

Dekan,



Prof. dr. Marsetyawan HNE Soesatyo, M.Sc., Ph.D.

### Lampiran 5 Hasil Uji Chi-Square

**PSQI \* GDS Crosstabulation**

		GDS		Total	
		Rendah	Tinggi		
PSQI	Kualitas Tidur Baik	Count	13	0	13
		Expected Count	5.6	7.4	13.0
		% within PSQI	100.0%	0.0%	100.0%
	Kualitas Tidur Buruk	Count	0	17	17
		Expected Count	7.4	9.6	17.0
		% within PSQI	0.0%	100.0%	100.0%
Total		Count	13	17	30
		Expected Count	13.0	17.0	30.0
		% within PSQI	43.3%	56.7%	100.0%

**Chi-Square Tests**

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	30.000 <sup>a</sup>	1	.000		
Continuity Correction <sup>b</sup>	26.066	1	.000		
Likelihood Ratio	41.054	1	.000		
Fisher's Exact Test				.000	.000
Linear-by-Linear Association	29.000	1	.000		
N of Valid Cases	30				

a. 0 cells (0.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 5.63.

b. Computed only for a 2x2 table