

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Wabah penyakit coronavirus 2019 (COVID-19) telah menjadi masalah utama global dan merupakan ancaman berat bagi kesehatan masyarakat di seluruh dunia pada abad ke-21. Penyakit ini dinamai oleh World Health Organization (WHO) sebagai penyakit coronavirus 2019 (COVID-19) pada Februari 2020.²⁸ Untuk mengurangi penyebaran virus corona, pemerintah di seluruh dunia memperkenalkan langkah-langkah seperti mengenakan masker, menjaga jarak, melindungi, mengisolasi diri, dan karantina (*lockdown*).²⁹

Selama pandemi COVID-19, gangguan tidur merupakan hal yang sering terjadi. Sekitar empat dari sepuluh orang melaporkan masalah pada saat tidur, dengan insomnia sebagai keluhan utama. Pasien yang terinfeksi COVID-19, anak-anak, dan remaja adalah yang paling terpengaruh. Petugas kesehatan, populasi khusus, dan mahasiswa memiliki tingkat gangguan tidur yang serupa tetapi agak lebih rendah, sedangkan populasi umum merupakan yang paling sedikit terpengaruh.³²

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa pada saat masa karantina, pola tidur, durasi tidur, dan kualitas tidur semuanya memburuk pada saat *lockdown*. Sebuah penelitian yang dilakukan di Inggris Raya pada Mei 2020 menemukan bahwa 50% peserta melaporkan bahwa tidur mereka terganggu lebih dari biasanya, 39% melaporkan bahwa mereka tidur lebih sedikit per malam dibandingkan sebelum *lockdown*, dan 29% melaporkan tidur lebih lama tetapi masih merasa kurang istirahat. Salah satu alasan yang diusulkan untuk dampak yang diamati dari pandemi pada tidur adalah gangguan pada ritme sirkadian, sebagai akibat dari peningkatan waktu yang dihabiskan di dalam ruangan dan, akibat dari kurangnya paparan sinar matahari.²⁹

Penelitian lain menemukan bahwa karantina dan pandemi menyebabkan peningkatan prevalensi kondisi psikologis seperti depresi, stres, dan kecemasan. Peningkatan turbulensi psikologis ini disebabkan karena berada di suatu ruang dalam waktu yang lama sebagai suatu kewajiban, kehilangan

kebebasan, mengkhawatirkan ketidakpastian, atau terpisah dari orang yang dicintai. penelitian lainnya menemukan bahwa mungkin ada korelasi antara situasi psikologis dengan kualitas tidur.³⁰

Terdapat penelitian yang menunjukkan bahwa adanya hubungan antara kualitas tidur dengan kejadian EDS, seperti pada suatu studi yang dilakukan di Malaysia oleh A H Zailinawati dkk dengan 799 mahasiswa kedokteran sebagai partisipan. Hasil dari studi ini yaitu 35,5% responden mengalami EDS dan 16,1% memiliki kualitas tidur yang buruk, serta menyimpulkan bahwa EDS memiliki prevalensi muncul yang tinggi pada mahasiswa kedokteran dengan kualitas tidur yang buruk.¹

Namun ada juga penelitian yang mengatakan bahwa kualitas tidur hanya mempengaruhi tingkat stres dan tidak memiliki hubungan yang signifikan terhadap kejadian EDS. Suatu studi yang dilakukan oleh Nuraini Tuti dengan partisipan sebanyak 107 orang. Studi tersebut mendapatkan sebanyak 52 orang mengalami EDS dan 80 orang memiliki kualitas tidur yang buruk, serta menyimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan terkait kualitas tidur dan kejadian EDS.²

Oleh karena itu agar dapat lebih memahami antara hubungan COVID-19 dengan kejadian EDS, maka penelitian ini dilakukan dengan mahasiswa FK UPH sebagai target responden, menggunakan kuesioner *Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)*, *Epworth Sleeping Scale (ESS)*, dan *Depression Anxiety Stress Scales (DASS-21)* berbahasa Indonesia.

1.2 Perumusan Masalah

Walaupun sudah pernah dilaporkan atau dipublikasikan pada penelitian sebelumnya, namun masih terdapat masalah yang belum terungkap dengan jelas.

Di Indonesia sendiri belum ada penelitian yang melaporkan hubungan antara COVID-19 dengan *Excessive Daytime Sleepiness (EDS)*.

1.3 Pertanyaan Penelitian

Pada penelitian ini, terdapat pertanyaan berupa Apakah terdapat hubungan antara COVID-19 dengan kejadian EDS pada Mahasiswa FK UPH?

1.4 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini antara lain

- Mengetahui hubungan COVID-19 dengan kejadian EDS
- Mengetahui kualitas tidur Mahasiswa FK UPH
- Mengetahui status psikologis mahasiswa (stres, kecemasan, depresi)
- Mengetahui tingkat kejadian EDS pada Mahasiswa FK UPH

1.5 Manfaat Penelitian

memberikan wawasan kepada pembaca mengenai hubungan COVID-19 terhadap kejadian EDS

Manfaat Akademik

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi suatu pedoman dalam melakukan edukasi dan penyuluhan, serta dapat digunakan sebagai dasar penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan COVID-19, kualitas tidur, stres, kecemasan, depresi, dan EDS.

Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan tentang COVID-19, hubungannya dengan kualitas tidur, stres, kecemasan, depresi, dan EDS. Sehingga pembaca dapat memahami kaitannya dan menghindari kejadian EDS terutama pada saat menjalani perkuliahan.