

## ABSTRAK

Cindy William (01071180119)

### **HUBUNGAN DERAJAT MEROKOK BERDASARKAN INDEKS BRINKMAN DENGAN KEJADIAN INSOMNIA PADA KARYAWAN SWASTA DI JAKARTA**

(xiv + 72 halaman: 0 gambar; 11 tabel; 5 lampiran)

**Latar Belakang:** Merokok dapat menyebabkan berbagai macam penyakit, diantaranya insomnia. Insomnia merupakan gangguan tidur yang ditandai oleh kesulitan untuk terjatuh tidur yang dapat disebabkan oleh komponen utama dari rokok yaitu nikotin. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa perokok dapat mengalami gejala balikan dari nikotin, sehingga menyebabkan mereka untuk terbangun pada waktu tidur. Maka dari itu, penting untuk melakukan penelitian ini agar dapat memberikan edukasi mengenai hubungan derajat merokok berdasarkan indeks Brinkman dengan kejadian insomnia pada karyawan swasta di Jakarta.

**Tujuan:** Mengetahui hubungan derajat merokok berdasarkan indeks Brinkman dengan kejadian insomnia pada karyawan swasta di Jakarta.

**Metode:** Penelitian ini menggunakan desain penelitian potong lintang. Pengambilan data dilakukan dengan subjek diminta mengisi kuesioner IB, ISI dan DASS-21. Pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Sampel penelitian ditargetkan sebanyak 55 subjek yang merupakan karyawan swasta di PT. X Jakarta dan perokok aktif  $\geq 1$  tahun. Data dianalisis menggunakan uji statistik *chi-square* pada program IBM SPSS versi 25.0.

**Hasil:** Total responden yang diperoleh adalah 57 responden. Rerata usia responden adalah  $34,07 \pm 10,17$  tahun. Terdapat 47 (82,5%) responden laki-laki dan terdapat 10 (17,5%) responden perempuan. Derajat merokok terbanyak adalah perokok ringan dengan 41 (71,9%) responden, diikuti oleh perokok sedang dengan 12 (21,1%) responden dan paling sedikit adalah perokok berat dengan 4 (7,0%) responden. Sementara itu, terdapat 18 (31,6%) responden yang mengalami kejadian insomnia dan terdapat 39 (68,4%) responden yang tidak mengalami insomnia. Penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara derajat merokok berdasarkan indeks Brinkman dengan kejadian insomnia pada karyawan swasta di Jakarta ( $p\text{-value} = 0,005$ ). Selain itu, kejadian insomnia lebih tinggi dialami oleh responden yang merupakan perokok sedang-berat, sehingga derajat merokok yang lebih berat dapat meningkatkan risiko terjadinya insomnia.

**Kesimpulan:** Terdapat hubungan antara derajat merokok berdasarkan indeks Brinkman dengan kejadian insomnia pada karyawan swasta di Jakarta.

**Kata Kunci:** Merokok, indeks Brinkman, insomnia

## **ABSTRACT**

Cindy William (01071180119)

### **THE ASSOCIATION BETWEEN DEGREE OF SMOKING BASED ON THE BRINKMAN INDEX AND THE INCIDENCE OF INSOMNIA IN PRIVATE SECTOR EMPLOYEES IN JAKARTA**

(xiv + 72 pages: 0 picture; 11 tables; 5 attachments)

**Background:** Smoking can cause various illnesses, one of them being insomnia. Insomnia is a sleep disturbance that manifests as difficulty in falling asleep, which can be caused by the main component in cigarettes, nicotine. Numerous studies have shown that smokers may experience nicotine withdrawal, resulting in them being awake in their usual sleeping hours. Due to this, it is important that this research is conducted in order to increase awareness regarding the relationship between degree of smoking based on Brinkman index and the incidence of insomnia in private sector employees in Jakarta.

**Objective:** To find out the relationship between the degree of smoking based on the Brinkman index and the incidence of insomnia in private sector employees in Jakarta.

**Method:** This study uses a cross-sectional design. The data was collected with subjects asked to fill in the IB, ISI and DASS-21 questionnaires. Sampling was done using purposive sampling. The research sample was targeted towards 55 subjects who are private sector employees in PT. X Jakarta and active smokers  $\geq 1$  year. Data were analysed using chi-square statistical test on the IBM SPSS version 25.0.

**Results:** The total respondents obtained were 57 respondents. The mean age of the respondents were  $34,07 \pm 10,17$  years. There are 47 (82,5%) male respondents and 10 (17,5%) female respondents. The most common degree of smoking is light smokers with 12 (21,1%) respondents, followed by moderate smokers with 12 (21,1%) respondents and the least is heavy smokers with 4 (7,0%) respondents. Meanwhile, there were 18 (31,6%) respondents who experienced insomnia and 39 (68,4%) respondents who did not. This study shows a significant relationship between the degree of smoking based on the Brinkman index and the incidence of insomnia in private sector employees in Jakarta ( $p$ -value = 0,005). Furthermore, the incidence of insomnia is higher to those respondents who are moderate-heavy smokers, hence a higher degree of smoking may increase the risk of insomnia.

**Conclusion:** There is a relationship between the degree of smoking based on the Brinkman index and the incidence of insomnia in private sector employees in Jakarta.

**Keywords:** Smoking, Brinkman index, insomnia