

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Tuhan yang Maha Esa atas segala berkat yang telah diberikan-Nya, sehingga Tugas Akhir ini dapat diselesaikan.

Tugas Akhir dengan judul “HUBUNGAN DERAJAT MEROKOK BERDASARKAN INDEKS BRINKMAN DENGAN KEJADIAN INSOMNIA PADA KARYAWAN SWASTA DI JAKARTA” ini ditujukan untuk memenuhi sebagian persyaratan akademik guna memperoleh gelar Sarjana Kedokteran Strata Satu Universitas Pelita Harapan, Tangerang.

Penulis menyadari bahwa tanpa bimbingan, bantuan, dan doa dari berbagai pihak, Tugas Akhir ini tidak akan dapat diselesaikan tepat pada waktunya. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah membantu dalam proses pengerjaan Tugas Akhir ini, yaitu kepada:

1. Prof. Dr. Dr. dr. Eka Julianta Wahjoepramono, Sp.BS, Ph.D, selaku Dekan Fakultas Kedokteran.
2. Dr. dr. Allen Widysanto Sp.P, CTTS, FAPSR, selaku Ketua Program Studi Kedokteran.
3. dr. Titis Dewi Wahyuni, Sp.P, FISR, selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan bimbingan dan banyak memberikan masukan kepada penulis.
4. Dr. dr. Nicolaski Lumbuun, Sp.FK yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan statistik kepada penulis.

5. Semua dosen yang telah mengajar penulis selama berkuliah di Universitas Pelita Harapan.
6. Staf Karyawan Fakultas Kedokteran dan Staf Karyawan perpustakaan yang telah membantu penulis dalam kegiatan administratif dan lainnya.
7. Seluruh keluarga dan teman-teman yang telah memberikan dukungan moral, doa, dan kasih sayang.
8. Seluruh karyawan swasta di PT. X Jakarta yang telah bersedia berpartisipasi menjadi sampel penelitian sehingga proses pengumpulan data dapat berjalan dengan lancar.
9. Semua pihak yang namanya tidak dapat disebutkan satu per satu.

Akhir kata, penulis menyadari bahwa masih terdapat banyak kekurangan dalam Tugas Akhir ini. Oleh karena itu, kritik dan saran dan pembaca akan sangat bermanfaat bagi penulis. Semoga Tugas Akhir ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang membacanya.

Tangerang, 10 Mei 2021

Penulis

## DAFTAR ISI

<b>PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TUGAS AKHIR</b> .....	ii
<b>PERSETUJUAN TIM PENGUJI TUGAS AKHIR</b> .....	iv
<b>ABSTRAK</b> .....	v
<b>ABSTRACT</b> .....	vi
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	vii
<b>DAFTAR SINGKATAN</b> .....	xii
<b>DAFTAR BAGAN</b> .....	xiii
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xiv
<b>BAB I. PENDAHULUAN</b> .....	1
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Perumusan Masalah .....	4
1.3 Pertanyaan Penelitian .....	5
1.4 Tujuan Penelitian .....	6
1.4.1 Tujuan Umum .....	6
1.4.2 Tujuan Khusus .....	6
1.5 Manfaat Penelitian .....	6
1.5.1 Manfaat Akademik .....	6
1.5.2 Manfaat Praktis .....	7
<b>BAB II. TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	8
2.1 Rokok .....	8
2.1.1 Definisi .....	8
2.1.2 Prevalensi Merokok di Indonesia .....	8
2.1.3 Faktor-faktor Merokok .....	10
2.1.4 Kandungan Rokok .....	10
2.1.5 Klasifikasi Perokok .....	13
2.1.6 Derajat Merokok Berdasarkan Indeks Brinkman .....	14
2.2 Tidur .....	14
2.2.1 Definisi .....	14
2.2.2 Fisiologi .....	15
2.2.3 Gangguan Tidur .....	16
2.3 Insomnia .....	17
2.3.1 Definisi .....	17
2.3.2 Epidemiologi .....	18
2.3.3 Etiologi .....	18
2.3.4 Patofisiologi .....	19
2.3.5 Manifestasi Klinis .....	22

2.3.6	Klasifikasi .....	23
2.3.7	Faktor Risiko .....	26
2.3.8	Diagnosis.....	27
2.3.9	Tatalaksana.....	29
2.3.10	Komplikasi .....	30
2.3.11	Pencegahan.....	31
2.3.12	Prognosis .....	31
2.3.13	<i>Insomnia Severity Index</i> .....	32
2.4	Rokok dan Insomnia .....	33
<b>BAB III. KERANGKA TEORI, KERANGKA KONSEP, DAN HIPOTESIS</b>		
.....		36
3.1	Kerangka Teori .....	36
3.2	Kerangka Konsep .....	37
3.3	Hipotesis.....	37
3.3.1	Hipotesis Null .....	37
3.3.2	Hipotesis Kerja.....	37
3.4	Variabel .....	38
3.4.1	Variabel Independen .....	38
3.4.2	Variabel Dependen.....	38
3.4.3	Variabel Perancu .....	38
3.5	Definisi Operasional .....	38
<b>BAB IV. METODOLOGI PENELITIAN</b>		
.....		40
4.1	Desain Penelitian.....	40
4.2	Lokasi dan Waktu Penelitian .....	40
4.3	Bahan dan Cara Penelitian .....	40
4.3.1	Bahan Penelitian .....	40
4.3.2	Cara Penelitian .....	40
4.4	Populasi Penelitian .....	41
4.4.1	Populasi Target .....	41
4.4.2	Populasi Terjangkau.....	41
4.4.3	Sampel Penelitian.....	41
4.5	Cara Pengambilan Sampel .....	41
4.6	Cara Perhitungan Jumlah Sampel .....	42
4.7	Kriteria Inklusi dan Eksklusi.....	43
4.7.1	Kriteria Inklusi .....	43
4.7.2	Kriteria Eksklusi .....	43
4.8	Alur Penelitian .....	44
4.9	Pengolahan Data .....	44

4.10	Uji Statistik .....	45
4.11	Etika Penelitian .....	45
4.12	Dana Penelitian .....	45
4.13	Jadwal Penelitian.....	46
<b>BAB V. HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>		<b>47</b>
5.1	Hasil Penelitian .....	47
5.1.1	Responden Penelitian .....	47
5.1.2	Hasil Pengisian Kuesioner Kriteria Dasar.....	47
5.1.3	Hasil Pengisian Kuesioner <i>Depression Anxiety Stress Scale-21</i> .....	48
5.1.4	Karakteristik Responden .....	53
5.1.5	Hasil Pengisian Kuesioner Indeks Brinkman.....	55
5.1.6	Hasil Pengisian Kuesioner <i>Insomnia Severity Index</i> .....	56
5.2	Analisis Data .....	61
5.2.1	Hubungan Antara Derajat Merokok Berdasarkan Indeks Brinkman dengan Kejadian Insomnia.....	61
5.3	Pembahasan.....	63
<b>BAB VI. KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>		<b>67</b>
6.1	Kesimpulan .....	67
6.2	Saran.....	67
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>		<b>68</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>		<b>A-1</b>
Lampiran A – Surat Keterangan Lolos Kaji Etik.....		A-1
Lampiran B – Lembar Penjelasan <i>Informed Consent</i> .....		B-1
Lampiran C – Lembar Informasi.....		C-1
Lampiran D – Lembar Persetujuan <i>Informed Consent</i> .....		D-1
Lampiran E – Kuesioner .....		E-1

## DAFTAR SINGKATAN



WHO	: <i>World Health Organization</i>
NHIS	: <i>National Health Interview Survey</i>
NREM	: <i>Non-Rapid Eye Movement</i>
GATS	: <i>Global Adult Tobacco Survey</i>
nAChRs	: <i>Nicotinic Acetylcholine Receptors</i>
ROS	: <i>Reactive Oxygen Species</i>
CO	: <i>Carbon Monoxide</i>
COHb	: <i>Carboxyhaemoglobin</i>
IB	: <i>Indeks Brinkman</i>
RAS	: <i>Reticular Activating System</i>
BSR	: <i>Bulbar Synchronizing Region</i>
REM	: <i>Rapid Eye Movement</i>
DSM-5	: <i>The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition</i>
ACTH	: <i>Adrenocorticotrop Hormone</i>
HPA axis	: <i>Hypothalamic-pituitary-adrenal-axis</i>
PET	: <i>Positron Emission Tomography</i>
ICSD-II	: <i>International Classification of Sleep Disorders, 2nd Edition</i>
CBT-I	: <i>Cognitive Behavioural Therapy for Insomnia</i>
SRT	: <i>Sleep Restriction Therapy</i>
ISI	: <i>Insomnia Severity Index</i>
DASS-21	: <i>Depression Anxiety Stress Scale-21</i>
SPSS	: <i>Statistical Package for the Social Sciences</i>

## DAFTAR BAGAN

Bagan 3.1 – Kerangka Teori.....	36
Bagan 3.2 – Kerangka Konsep.....	37
Bagan 4.1 – Alur Penelitian.....	44
Bagan 5.1 – Seleksi Responden.....	47



## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 – Jumlah Perokok Aktif $\geq 10$ Tahun Menurut Jenis Kelamin dan Kelompok Umur Tahun 2013.....	9
Tabel 2.2 – Kandungan Asap Rokok.....	13
Tabel 3.1 – Definisi Operasional.....	38
Tabel 4.1 – Biaya Penelitian.....	45
Tabel 4.2 – Jadwal Penelitian.....	46
Tabel 5.1 – Hasil Pengisian Kuesioner Kriteria Dasar.....	48
Tabel 5.2 – Hasil Pengisian Kuesioner <i>Depression Anxiety Stress Scale-21</i> .....	53
Tabel 5.3 – Karakteristik Responden.....	54
Tabel 5.4 – Hasil Pengisian Kuesioner Indeks Brinkman.....	56
Tabel 5.5 – Hasil Pengisian Kuesioner <i>Insomnia Severity Index</i> .....	60
Tabel 5.6 – Hubungan Antara Derajat Merokok Berdasarkan Indeks Brinkman dengan Kejadian Insomnia.....	61

