

ABSTRAK

Farrel Bastian Wicaksono (01071190099)

HUBUNGAN ANTARA SEVERITAS COVID-19 DENGAN KUALITAS TIDUR PADA PASIEN POST COVID-19

(xiii + 46 halaman + 4 bagan + 5 tabel + 8 lampiran)

Latar Belakang : Bulan Desember 2019, pertama kali ditemukannya kasus pneumonia yang diakibatkan oleh virus dengan varian baru yakni virus SARS-CoV-2, dan penyakitnya yang disebut sebagai Coronavirus disease-19 (COVID-19). Virus ini diduga dapat memicu terjadinya gejala seperti kecemasan, depresi, stress, bahkan mengganggu kualitas tidur dari penderita penyakit COVID-19 ini. Kualitas tidur menjadi sebuah faktor penting yang memiliki pengaruh besar terhadap daya tahan tubuh. Memiliki jadwal tidur yang baik dan cukup, secara tidak langsung akan meningkatkan imunitas, sehingga mempersulit virus untuk masuk ke dalam tubuh. Berdasarkan tingkat severitasnya, COVID-19 dibagi menjadi 4 kategori, yaitu tanpa gejala, gejala ringan, gejala sedang, dan gejala berat. Penyebaran COVID-19 ini akan semakin cepat diakibatkan oleh beberapa faktor seperti usia, jenis kelamin, penyakit komorbid, masalah perekonomian, hingga budaya dan kepercayaan yang timbul di masyarakat. *Coronasomnia* sendiri dikarakteristikan sebagai sebuah permasalahan tidur yang terjadi akibat virus COVID-19, yang disertai tanda-tanda seperti stress, depresi, dan rasa kekhawatiran. Menurut *National Sleep Foundation*, durasi tidur bagi individu dewasa (18-60 tahun) pada umumnya adalah 7 jam. Kualitas Tidur sendiri dapat terganggu akibat faktor-faktor tertentu seperti jenis kelamin, usia, genetik, dan eksternal. Faktor eksternal yang dimaksud adalah ruangan tempat individu tidur (dalam hal ini kondisi ruangan, cahaya, suhu, suara) berperan penting dalam baik ataupun buruknya kualitas tidur individu.

Tujuan : Untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara severitas COVID-19 dengan kualitas tidur pada pasien post COVID-19

Metode : Sampel penelitian akan dipilih secara *purposive sampling* melalui beberapa kontak dan data dikumpulkan melalui pengisian kuesioner secara mandiri.

Hasil : Ditemukan hubungan yang signifikan antara severitas COVID-19 dengan kualitas tidur.

Kata kunci : COVID-19, Dewasa, Kualitas Tidur

ABSTRACT

Farrel Bastian Wicaksono (01071190099)

THE RELATIONSHIP BETWEEN COVID-19 SEVERITY AND SLEEP QUALITY IN POST COVID-19 PATIENT

(xiii + 46 pages + 4 chart + 5 tables + 8 attachments)

Background : *In December 2019, the first case of pneumonia was found caused by a virus with a new variant, namely the SARS-CoV-2 virus, and the disease known as Coronavirus disease-19 (COVID-19). This virus is thought to be able to trigger symptoms such as anxiety, depression, stress, and even disrupt the sleep quality of people with COVID-19 disease. Sleep quality is an important factor that has a major influence on body immunity. Having a good and sufficient sleep schedule will indirectly increase immunity, making it harder for viruses to enter the body. Based on the severity level, COVID-19 is divided into 4 categories, namely asymptomatic, mild symptoms, moderate symptoms, and severe symptoms. The spread of COVID-19 will be faster due to several factors such as age, gender, comorbid diseases, economic problems, also culture and beliefs that arise in society. Coronasomnia itself is characterized as a sleep problem that occurs due to the COVID-19 virus, which is accompanied by signs such as stress, depression, and anxiety. According to the National Sleep Foundation, the average sleep duration for adults (18-60 years old) is 7 hours. Sleep quality itself can be disrupted due to certain factors such as gender, age, genetics, and external. The external factors is the room where the individual sleeps (in this case the condition of the room, light, temperature, sound) plays an important role in good or bad individual sleep quality.*

Objective : *To find out whether there is a relationship between the severity of COVID-19 and the quality of sleep in post-COVID-19 patients*

Method: *The sample will be collected via purposive sampling through several contacts with an independently filled questionnaire.*

Results: *A significant relationship was found between the severity of COVID-19 and the Quality Of sleep.*

Keywords : *Covid-19, Adults, Sleep Quality*