

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang

Menurut ARIA atau *Allergic Rhinitis and its Impact on Asthma*, rinitis alergi merupakan kelainan yang ditandai hidung berair, gatal, tersumbat, dan sering bersin.<sup>1</sup> Prevalensi dari rinitis alergi berkisar 10 sampai 40% dari penduduk di dunia dan dikatakan telah menjadi masalah kesehatan global. Sedangkan di Indonesia, angka prevalensi kejadian rinitis alergi berkisar 1,5 sampai 12,4%. Menurut penelitian *ISAAC phase three* atau *International Study on Asthma and Allergies in Childhood* di Jakarta mencapai 26,71%, Bandung 19,1%, dan Semarang 18,4%.<sup>2,3</sup> Rinitis alergi umumnya menyerang paling banyak pada usia muda terutama pada laki-laki namun ketika mulai menginjak usia dewasa nilai prevalensi laki-laki dan perempuan berjumlah sama.<sup>2</sup> Gejala rinitis alergi diketahui dapat berdampak pada kualitas hidup dari penderita, seperti mengganggu produktivitas, menyebabkan masalah tidur sehingga dapat menjadi beban ekonomi dan juga beberapa efek samping dari terapi farmakologis yang juga dapat merugikan. Berat atau tidaknya rinitis alergi ini dapat diketahui dari TNSS atau biasa disebut dengan *Total Nasal Symptom Score*. TNSS merupakan berbagai gejala yang dialami oleh penderita rinitis alergi, yaitu mengalami hidung yang berair, gatal, tersumbat, dan juga bersin-bersin. Selain itu, terdapat gejala yang dialami di luar hidung yaitu mata yang gatal dan berair, telinga dan tenggorokan yang gatal.<sup>4</sup> Rinitis alergi bukan termasuk penyakit yang mengancam nyawa seseorang, namun dapat berkaitan erat dengan kualitas hidup penderita dan penurunan kualitas hidup pasien dapat dipengaruhi oleh karena kualitas tidur penderita.<sup>5,6</sup>

Kualitas tidur yang baik sangat berpengaruh pada kehidupan semua orang. Kualitas tidur merupakan gabungan dari unsur kualitatif dan kuantitatif tidur. Unsur kualitatif dapat dirasakan dari lama tidaknya tidur seseorang dan merasa segar setelah tidur. Sedangkan komponen kuantitatif merupakan lamanya waktu untuk tidur, waktu untuk bisa tertidur dengan nyenyak, dan berapa kali seseorang terbangun.<sup>7</sup> Instrumen untuk mengukur kualitas tidur seseorang adalah kuesioner *Pittsburgh Sleep Quality Index* atau biasa disebut PSQI. Alat ukur PSQI dapat

menilai bagaimana kualitas tidur yang dimiliki seseorang dengan cara subjektif atau *subjective sleep quality*, kemudian berapa lama waktu yang diperlukan oleh seseorang untuk tidur atau biasa disebut *sleep duration*, *habitual sleep efficiency* atau efisiensi tidur, *sleep latency* atau waktu untuk dapat memulai tidur, *sleep disturbance* atau gangguan saat tidur di malam hari, *medication use* atau obat yang digunakan, dan adanya gangguan tidur pada siang hari atau *daytime dysfunction*.<sup>8</sup>

Menurut Eric Suni, (dalam *National Sleep Foundation 2021*), terdapat waktu yang baik dan dianjurkan untuk setiap usia dari bayi sampai lansia, yaitu diantaranya waktu tidur usia dewasa muda atau 18 sampai dengan 25 tahun membutuhkan tidur yang cukup berkisar 7 sampai 9 jam. Menurut penelitian epidemiologi di negara China, berjumlah 19% mahasiswa kedokteran tidak mempunyai kualitas tidur yang baik. Hal ini menyebabkan mahasiswa kedokteran adalah kelompok yang beresiko mengalami masalah kualitas tidur yang buruk atau kronis. Kualitas tidur yang buruk atau tidur yang kurang dapat menyebabkan banyak hal negatif, sebagai contoh penurunan kemampuan mengambil keputusan, berkonsentrasi hingga menjalani kegiatan sehari - hari.<sup>9,10</sup> Pada usia dewasa muda terutama mahasiswa akan berdampak buruk seperti terhambatnya proses pada belajar karena lelah dan mengantuk. Gangguan tidur dapat menimbulkan akibat serius yaitu dapat berdampak pada hubungan nilai mortalitas dan berpengaruh buruk pada kualitas hidup yang dimiliki.<sup>10,11</sup>

Gejala rinitis alergi dapat menyebabkan penderitanya mengalami gangguan tidur karena kesulitan bernapas dan perasaan tidak nyaman saat tidur.<sup>5</sup> Hal ini berdasarkan dari studi atau penelitian yang telah dilakukan dan mendapatkan hasil bahwa terdapat 37% pasien rinitis alergi mendapatkan gangguan tidur. Gangguan tidur tersebut dapat banyak dijumpai pada mahasiswa, siswa, bahkan pekerja dengan pekerjaan yang lembur. Dimana kelompok yang paling tinggi risikonya adalah mahasiswa.<sup>10</sup> Dimana akibatnya gangguan-gangguan tersebut dapat mengakibatkan rasa lelah, mengantuk karena kurang tidur, dan berdampak buruk terhadap kegiatan sehari - hari yang dilakukan. Hal ini sejalan dengan hasil dari penelitian Ni Made Metrya Savita Gera, dkk di Nusa Tenggara Barat pada tahun 2021 mengenai hubungan rinitis alergi dan kualitas tidur terdapat kesinambungan. Dikatakan bahwa rinitis alergi seringkali bersifat rekuren, kronis, dan progresif.

Hubungan Rinitis alergi mempunyai pengaruh buruk pada kualitas tidur yang dimiliki, disebabkan oleh hidung yang berair atau biasa disebut gejala rinorea dan kongesti mukosa. Hal ini berakibat buruk yaitu tersumbatnya saluran pernafasan yang dapat menyebabkan terganggunya kualitas tidur. Penelitian ini menyimpulkan skor atau nilai dari TNSS mempunyai hubungan yang positif terhadap kualitas tidur yang dimiliki oleh penderita rinitis alergi pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Mataram.<sup>4</sup> Berdasarkan uraian diatas, peneliti ingin melakukan penelitian terkait “Hubungan Rinitis Alergi Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran UPH.”

## **1.2. Rumusan Masalah**

Di Indonesia, rinitis alergi memiliki prevalensi yang cukup tinggi yaitu sebesar 1,5 sampai 12,4% dan terus meningkat dari tahun ke tahun. Rinitis alergi dapat mempengaruhi kualitas hidup seseorang salah satunya mempengaruhi kualitas tidur yang disebabkan oleh gejala-gejala yang ditimbulkan oleh rinitis alergi. Pengukuran kualitas tidur dapat dilakukan dengan berbagai instrumen, salah satunya adalah menggunakan kuesioner PSQI. Alat ukur ini adalah alat ukur yang baik dan dapat memberikan hasil yang reliabel, serta mampu untuk mengukur baik atau tidaknya kualitas tidur yang dimiliki seseorang secara kualitatif dan kuantitatif. Maka dari itu, penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui hubungan antara rinitis alergi dengan kualitas tidur berdasarkan skor PSQI terutama pada mahasiswa dan mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.

## **1.3. Pertanyaan Penelitian**

Apakah terdapat hubungan antara rinitis alergi dengan kualitas tidur pada mahasiswa/ mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan?

## **1.4. Tujuan Penelitian**

### **1.4.1. Tujuan Umum**

Secara umum, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan mempelajari hubungan antara rinitis alergi dengan kualitas tidur pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.

### **1.4.2. Tujuan Khusus**

Secara khusus penelitian ini bertujuan untuk :

- a. Mengetahui distribusi rinitis alergi berdasarkan jenis kelamin, gejala klinis dan keluhan utama di kalangan mahasiswa/ mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.
- b. Mengetahui distribusi rinitis alergi berdasarkan kualitas tidur di kalangan mahasiswa / mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.
- c. Mengetahui tingkat keeratan hubungan kualitas tidur dengan penderita rinitis alergi pada responden.
- d. Mengetahui hubungan derajat rinitis alergi dengan kualitas tidur pada responden.

## **1.5. Manfaat Penelitian**

### **1.5.1. Manfaat Akademik**

- a. Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan di bidang keilmuan terhadap hubungan rinitis alergi dengan kualitas tidur.
- b. Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sumber bacaan dan informasi pada penelitian-penelitian selanjutnya.

### **1.5.2. Manfaat Praktis**

- a. Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan masyarakat mengenai rinitis alergi dengan kualitas tidur.
- b. Peneliti mendapatkan pengalaman untuk mempelajari hubungan antara rinitis alergi dengan kualitas tidur.