

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Setiap orang membutuhkan tidur sebagai kebutuhan dasar. Tidur dapat mengembalikan stamina tubuh yang telah terpakai untuk melakukan kegiatan sehari-hari. Tidur yang cukup dapat memberikan banyak manfaat, seperti peningkatan konsentrasi dalam belajar dan kesehatan tubuh yang lebih baik. Oleh karena itu, tidur yang cukup sangat penting agar seluruh aktivitas dapat dilakukan dengan maksimal. Tidur yang cukup tampak dari kualitas tidur yang baik. Kualitas tidur seseorang dapat dilihat dari kedalaman tidur, seperti waktu yang diperlukan sebelum tertidur, durasi tidur, frekuensi terbangun, serta kepulasan tidur yang dinilai secara subjektif. Sedangkan, buruknya kualitas tidur dapat menyebabkan berbagai gangguan kesehatan dan penurunan konsentrasi terutama pada mahasiswa.¹

Mahasiswa kedokteran memiliki tuntutan yang besar untuk mengikuti setiap mata kuliah demi menjadi dokter berkualitas dan berguna bagi masyarakat. Besarnya tuntutan tersebut membuat banyak mahasiswa kedokteran mengalami stress dan diperburuk dengan padatnya jadwal perkuliahan serta tugas. Akibatnya, banyak mahasiswa kedokteran memiliki kualitas tidur yang buruk dan berdampak pada gangguan kesehatan. Pada penelitian yang dilakukan oleh Widyarti dkk pada mahasiswa kedokteran Universitas Nusa Cendana, terdapat 87,1% mahasiswa kedokteran dengan kualitas tidur yang buruk. Penelitian di CMH *Lahore Medical*

College and Institute of Dentistry, Lahore Cantt, Pakistan juga menunjukkan 77% mahasiswa kedokteran memiliki kualitas tidur yang buruk.²

Vertigo adalah sebuah kondisi ketika penderitanya merasa lingkungan disekitarnya seperti berputar ataupun bergerak naik turun. Gejala paling umum dari vertigo adalah sakit kepala dan pusing berputar. Vertigo dapat dibagi menjadi 2, yaitu vertigo nonvestibular dan vestibular. Vertigo vestibular dapat dibagi lagi menjadi 2 berdasarkan letak lesinya, yaitu vertigo sentral akibat masalah di otak dan vertigo perifer akibat masalah di vestibular. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Thyra Langhagen dkk menunjukkan bahwa vertigo adalah gejala umum yang dialami di usia remaja dengan angka kejadian 72% menunjukkan remaja yang mengalami setidaknya satu episode *dizziness*/vertigo dalam tiga bulan terakhir.²⁴ Berdasarkan WHO, usia 10-24 tahun termasuk kategori usia muda dan usia remaja termasuk dalam kategori tersebut.³ Penelitian yang dilakukan oleh Wiwin Maryanti dan Yana Setiawan menunjukkan adanya hubungan antara kualitas tidur dan kejadian vertigo perifer yang ditandai dengan gejala-gejala vertigo. Oleh sebab itu, peneliti ingin mengetahui mengenai hubungan kualitas tidur dengan munculnya gejala vertigo pada mahasiswa kedokteran.⁴

1.2 Rumusan Masalah

Tingginya angka prevalensi kualitas tidur yang buruk pada mahasiswa kedokteran dan prevalensi vertigo di usia remaja, serta adanya penelitian yang membuktikan hubungan kualitas tidur dengan kejadian vertigo perifer, menjadi latar belakang peneliti untuk mengetahui apakah ada hubungan kualitas tidur

dengan munculnya gejala vertigo pada mahasiswa pre-klinik Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.

1.3 Pertanyaan Penelitian

1. Bagaimana gambaran kualitas tidur pada mahasiswa pre-klinik Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan ?
2. Bagaimana prevalensi gejala vertigo pada mahasiswa pre-klinik Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan ?
3. Apakah terdapat hubungan antara kualitas tidur dengan munculnya gejala vertigo pada mahasiswa pre-klinik Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan ?

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui apakah ada hubungan kualitas tidur dengan munculnya gejala vertigo pada mahasiswa pre-klinik Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.

1.4.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui gambaran kualitas tidur pada mahasiswa pre-klinik Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.
2. Untuk mengetahui prevalensi gejala vertigo pada mahasiswa pre-klinik Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Akademik

1. Sebagai referensi bagi penelitian selanjutnya terkait dengan hubungan kualitas tidur dengan munculnya gejala vertigo pada mahasiswa pre-klinik Fakultas Kedokteran.
2. Meningkatkan pengetahuan mengenai hubungan kualitas tidur dengan munculnya gejala vertigo pada mahasiswa pre-klinik Fakultas Kedokteran.

1.5.2 Manfaat Praktis

1. Memberikan informasi kepada masyarakat luas mengenai hubungan kualitas tidur dengan munculnya gejala vertigo.
2. Meningkatkan kesadaran masyarakat luas mengenai pentingnya menjaga kualitas tidur yang baik.
3. Memberikan informasi kepada masyarakat mengenai gejala vertigo.