

ANALISIS HUBUNGAN INSOMNIA DAN PENYINTAS COVID-19 PADA PELAJAR SEKOLAH TINGKAT TINGGI

Lutfia Oktaviana Patau¹, Anna Lewi Santoso¹, Pratika Yuhyi Hernanda¹

¹Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya

*Email: yuhyi_h@yahoo.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara insomnia dengan penyintas Covid-19 pada pelajar sekolah tingkat tinggi. Metode penelitian yang digunakan adalah observasional analitik dengan pendekatan metode survei. Data dikumpulkan melalui kuesioner yang mengumpulkan informasi tentang tingkat insomnia pada penyintas Covid-19. Data yang terkumpul akan diolah secara kuantitatif menggunakan program pengolahan data seperti Microsoft Excel atau SPSS. Analisis statistik seperti uji korelasi atau regresi akan digunakan untuk menganalisis hubungan antara variabel insomnia dan penyintas Covid-19. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari total responden, sebanyak 36,4% merupakan penyintas Covid-19 dan 63,6% bukan penyintas Covid-19. Hasil analisis juga menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara insomnia dan faktor risiko komorbid serta aktivitas pada siang hari pada penyintas Covid-19. Berdasarkan dari penelitian ini didapatkan bahwa penyintas Covid-19 sebanyak 55 (36,4%) dan bukan penyintas Covid-19 dengan total 96 (63,6%). Insomnia dengan karakteristik penyintas Covid-19 dengan total 43 (78,2%) dan tidak mengalami insomnia dengan total 12 (21,8%). Faktor risiko insomnia yang memiliki hubungan signifikan dengan penyintas Covid-19 (p -value $\leq 0,05$ atau mendekati) adalah komorbid dan aktivitas pada siang hari. Karakteristik penyintas Covid-19 yang memiliki hubungan dengan kejadian insomnia (p -value $\leq 0,05$ atau mendekati) adalah jenis kelamin dan asal kampus.

Kata kunci: Kanker Payudara, Reseptor Estrogen, Aktivasi gen terkait ER α , Aktivasi gen terkait ER β

PENDAHULUAN

Coronavirus adalah virus yang terdiri dari RNA non- segmentasi, single-stranded, dan positive sense RNA, yang merupakan genom terbesar di antara virus RNA. Mereka termasuk dalam ordo Nidovirales (Maters, 2006). Human Coronavirus (hCoVs) berasal dari tahun 1960-an dengan diidentifikasi hCoV-229E dan hCoV-OC43 dari saluran pernapasan dan nasopharyngeal wash pasien dengan flu biasa (Bioteknologi -Lipi, 2020).

Seseorang yang terpapar Covid-19 umumnya mengalami gejala-gejala yang berbeda. Sekitar 80% orang dapat menderita gejala berupa demam, batuk kering, dan kelelahan yang ringan. Tingkat keparahan penyakit ini berhubungan dengan usia dan komorbiditas yang dimiliki oleh orang terinfeksi Covid-19.

Tingkat keparahan gejala, yaitu tanpa gejala, gejala ringan, sedang, dan berat. Pada gejala ringan berlangsung selama 2 minggu sedangkan gejala berat berlangsung antara 3 sampai 6 minggu dan lebih. Pada gejala berat bisa terjadi kegagalan gangguan pernapasan yang menyebabkan peningkatan kebutuhan unit perawatan intensif (ICU) (Burhan et al., 2020).

Bagi sebagian penyintas Covid-19 yang merasakan kesulitan tidur atau dikenal dengan istilah insomnia, merupakan kondisi seseorang menjadi terjaga setiap malamnya atau mudah terbangun dan sulit untuk tidur kembali (Putrindashafa et al., 2020). Kurangnya tidur yang terjadi pada malam hari dapat memberikan efek di siang hari seperti kelelahan, kesegaran menurun,

kehilangan konsentrasi, gangguan mood yang berubah dan kerugian secara finansial. Selain itu, Apabila tidak diatasi secara tepat *insomnia* dapat meningkatkan faktor risiko yang berhubungan dengan penyakit medis dan kejiwaan lainnya. (Vira Zwagery & Santia Dewi, 2019).

Data yang masuk, terdapat 26 mahasiswa KKN Universitas Mulawarman yang melaporkan memiliki gejala ringan *Covid-19*. Setelah dilakukan pemeriksaan, dinyatakan 13 mahasiswa positif *Covid-19*. Sisanya, 13 mahasiswa dinyatakan negatif *Covid-19*. 13 mahasiswa yang positif *Covid-19* tersebar di Samarinda, Balikpapan, Bontang, dan Kutai Timur. Menurut penyampaian dari 13 mahasiswa KKN Universitas Mulawarman tersebut memiliki anggota keluarga yang juga positif *Covid-19*. Sehingga, ada potensi bahwa mahasiswa KKN Universitas Mulawarman tersebut terpapar *Covid-19* dari keluarganya masing-masing. Menurut dr. Swandari Paramita (2021), dari sekian banyak mahasiswa yang mengikuti KKN pada tahun 2021, hampir 70% berada di Samarinda. Sehingga, jumlah mahasiswa positif *Covid-19* paling banyak berasal dari Samarinda.

Dalam informasi yang didapatkan bahwa sebanyak 5-10% mahasiswa yang terinfeksi *Covid-19* di Politeknik Negeri Samarinda. Oleh karena itu, Direktur Politeknik Negeri Samarinda menindaklanjuti dengan menggelar vaksinasi untuk mahasiswa Politeknik Negeri Samarinda agar tidak menyebar di masyarakat.

Berdasarkan observasi awal peneliti beberapa penyintas *Covid-19* pada pelajar sekolah tingkat tinggi mengemukakan bahwa kualitas tidur yang mereka alami memburuk dan mengalami *insomnia* yang dirasakan pada malam hari. Hal ini dapat terjadi akibat beberapa penyintas *Covid-19* memiliki kebiasaan yang tidak terlalu banyak melakukan aktivitas selama terinfeksi.

Terlepas dari pentingnya mengelola gangguan tidur atau *insomnia* pada orang yang dinyatakan bebas terinfeksi *Covid-19* dan sudah sembuh, data terperinci di bidang ini saat ini masih kurang. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Analisis Hubungan antara *Insomnia* dengan Penyintas *Covid-19* pada Pelajar Sekolah Tingkat Tinggi".

Rumusan masalah dalam penelitian ini berupa apakah ada hubungan *insomnia* dengan penyintas *Covid-19* pada pelajar sekolah tingkat tinggi. Dan tujuannya Untuk mengetahui analisis hubungan antara *insomnia* dengan penyintas *Covid-19* pada pelajar sekolah tingkat tinggi.

METODE

Metode penelitian yang digunakan adalah observasional analitik dengan tujuan untuk menganalisis hubungan antara variabel insomnia dan penyintas *Covid-19*. Rancangan penelitian ini menggunakan pendekatan metode survei, di mana pengambilan data dilakukan melalui kuesioner yang diberikan kepada responden.

Penelitian ini, data yang dikumpulkan bersifat kuantitatif, yang berarti informasi yang diperoleh akan dianalisis secara numerik. Kuesioner yang digunakan mungkin terdiri dari pertanyaan-pertanyaan terstruktur yang dirancang untuk mengumpulkan data tentang tingkat insomnia pada penyintas *Covid-19*. Pertanyaan-pertanyaan tersebut mungkin berfokus pada gejala-gejala insomnia, durasi tidur yang terganggu, atau dampak insomnia terhadap kualitas hidup.

Setelah data terkumpul, pengolahan data kuantitatif akan dilakukan. Hal ini melibatkan langkah-langkah seperti penyusunan kode, penginputan data ke dalam program pengolahan data seperti Microsoft Excel atau SPSS, pengujian validitas dan reliabilitas data, serta analisis statistik yang sesuai dengan tujuan penelitian.

Analisis hubungan antara variabel insomnia dan penyintas *Covid-19* dapat melibatkan penggunaan metode statistik seperti uji korelasi atau regresi. Uji korelasi akan mengukur sejauh mana hubungan linier antara variabel insomnia dan penyintas *Covid-19*, sedangkan regresi dapat

membantu dalam mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat insomnia pada penyintas Covid-19.

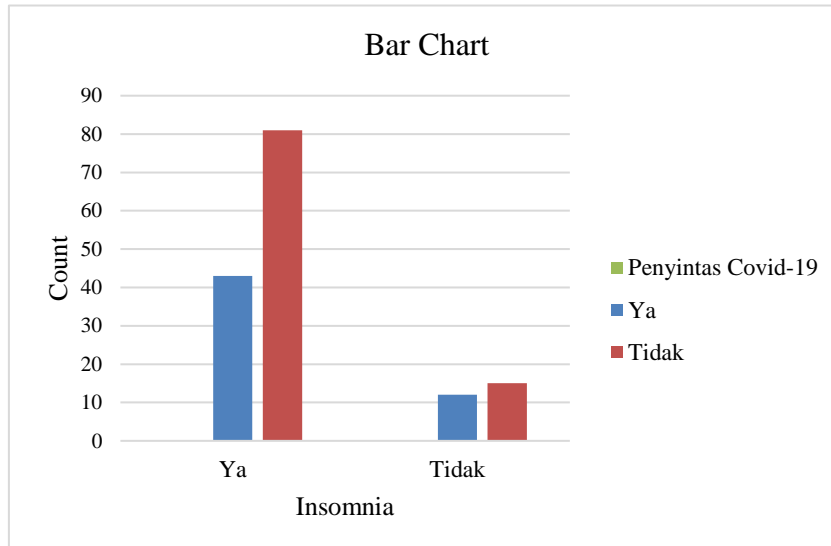
Dengan menggunakan metode penelitian observasional analitik, pendekatan metode survei, dan pengolahan data kuantitatif, penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih baik tentang hubungan antara insomnia dan penyintas Covid-19, serta faktor-faktor yang terkait dengan tingkat insomnia pada populasi tersebut.

HASIL

Berdasarkan hasil penelitian yang diambil langsung dari data primer dapat dilihat pada

Tabel 1. Gambaran Dan Analisis Kejadian Insomnia Dengan Penyintas Covid-19 Pada Pelajar Sekolah Tingkat Tinggi

		Penyintas Covid-19		P-Value (χ^2 / Exact Fisher Test)
		Ya (%)	Tidak (%)	
Insomnia	Ya	43 (28,5%)	81 (53,6%)	0,339
	Tidak	12 (7,9%)	15 (9,9%)	
	Total	55 (36,4%)	96 (63,6%)	

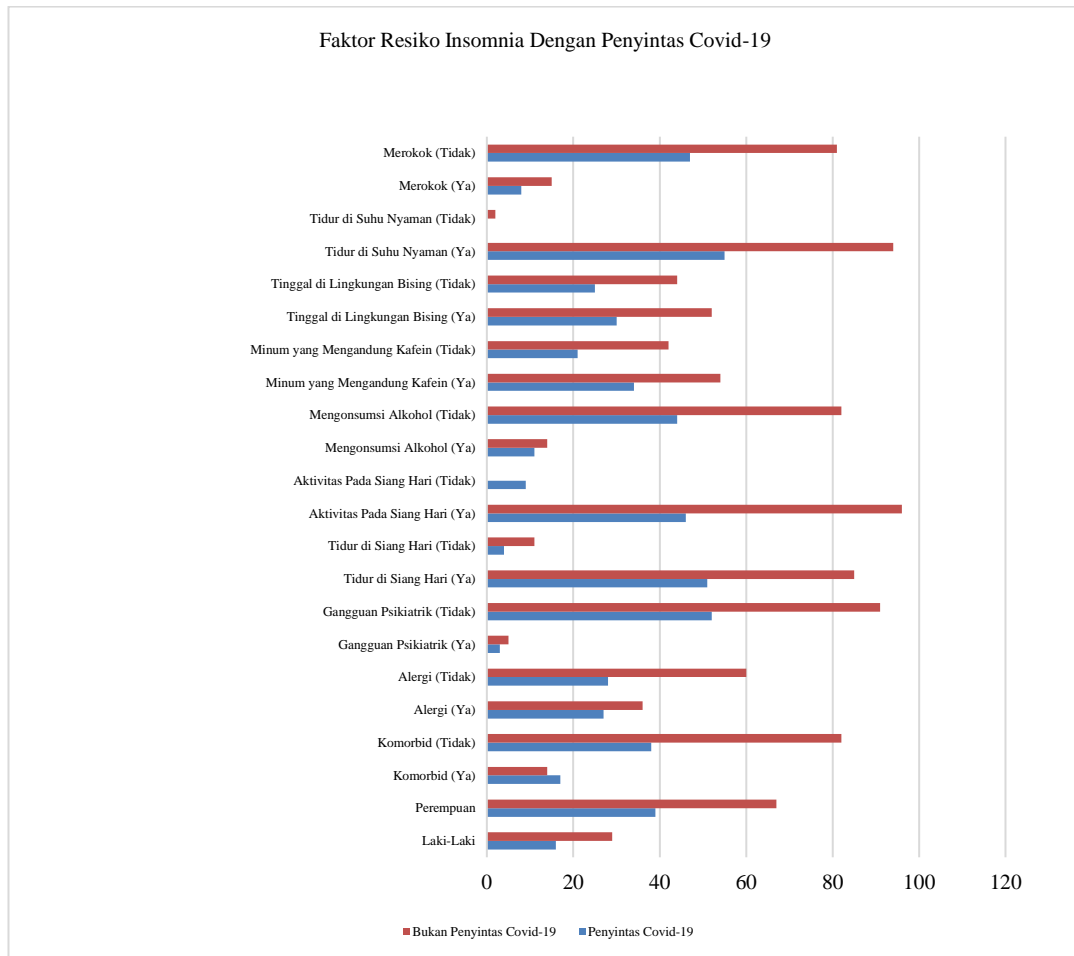


Gambar 1. Gambaran Dan Analisis Kejadian Insomnia Dengan Penyintas Covid-19 Pada Pelajar Sekolah Tingkat Tinggi

Berdasarkan tabel 1 menjelaskan bahwa gambaran dan analisis kejadian insomnia dengan penyintas Covid-19 dengan total 55 (36,4%) dan bukan penyintas Covid-19 dengan total 96 (63,6%). Berdasarkan hasil penelitian yang diambil langsung dari data primer pada Pelajar Sekolah Tingkat Tinggi dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 1. Analisis Hubungan Faktor Risiko Insomnia Dengan Penyintas Covid-19

		Penyintas Covid-19		P-Value (χ^2 / Exact Fisher Test)
		Ya (%)	Tidak (%)	
Jenis Kelamin	Laki-Laki	16 (10,6%)	29 (19,2%)	0,885
	Perempuan	39 (25,8%)	67 (44,4%)	
	Total	55 (36,4%)	96 (63,6%)	
Komorbid	Ya	17 (11,3%)	14 (9,3%)	0,017
	Tidak	38 (25,2%)	82 (54,3%)	
	Total	55 (36,4%)	96 (63,6%)	
Alergi	Ya	27 (17,9%)	36 (23,8%)	0,165
	Tidak	28 (18,5%)	60 (39,7%)	
	Total	55 (36,4%)	96 (63,6%)	
Gangguan Psikiatrik	Ya	3 (2,0%)	5 (3,3%)	0,948
	Tidak	52 (34,4%)	91 (60,3%)	
	Total	55 (36,4%)	96 (63,6%)	
Tidur di Siang Hari	Ya	51 (33,8%)	85 (56,3%)	0,408
	Tidak	4 (2,6%)	11 (7,3%)	
	Total	55 (36,4%)	96 (63,6%)	
Aktivitas Pada Siang Hari	Ya	46 (30,5%)	96 (63,6%)	<0,001
	Tidak	9 (6,0%)	0 (0,0%)	
	Total	55 (36,4%)	96 (63,6%)	
Mengonsumsi Alkohol	Ya	11 (7,3%)	14 (9,3%)	0,389
	Tidak	44 (29,1%)	82 (54,3%)	
	Total	55 (36,4%)	96 (63,6%)	
Minum yang Mengandung Kafein	Ya	34 (22,5%)	54 (35,8%)	0,504
	Tidak	21 (13,9%)	42 (27,8%)	
	Total	55 (36,4%)	96 (63,6%)	
Tinggal di Lingkungan Bising	Ya	30 (19,9%)	52 (34,4%)	0,964
	Tidak	25 (16,6%)	44 (29,1%)	
	Total	55 (36,4%)	96 (63,6%)	
Tidur di Suhu Nyaman	Ya	55 (36,4%)	94 (62,3%)	0,534
	Tidak	0 (0,0%)	2 (1,3%)	
	Total	55 (36,4%)	96 (63,6%)	
Merokok	Ya	8 (5,3%)	15 (9,9%)	0,859
	Tidak	47 (31,1%)	81 (53,6%)	
	Total	55 (36,4%)	96 (63,6%)	



Gambar 2. Analisis Hubungan Faktor Risiko Insomnia Dengan Penyintas Covid-19

Berdasarkan tabel 2, analisis hubungan faktor risiko insomnia dengan penyintas Covid-19 dengan total 55 (36,4%) dan bukan penyintas Covid-19 dengan total 96 (63,6%). Pada analisis ini terdapat beberapa variabel yang signifikan, yaitu komorbid dan aktivitas pada siang hari. Untuk menguji hubungan antara insomnia dengan penyintas Covid-19 pada pelajar sekolah tingkat tinggi, maka perlu disusun hipotesis statistik sebagai berikut:

H0: Tidak ada hubungan antara insomnia dengan penyintas Covid-19 pada pelajar sekolah tingkat tinggi.

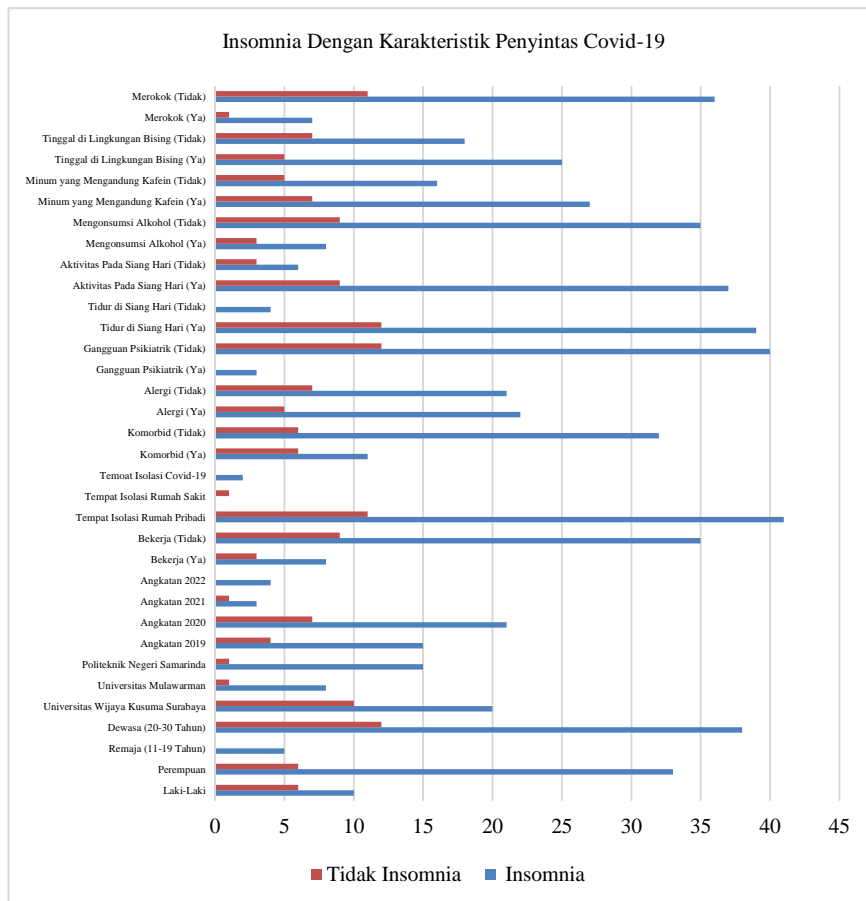
H1: Ada hubungan antara insomnia dengan penyintas Covid-19 pada pelajar sekolah tingkat tinggi.

Berdasarkan hasil penelitian yang diambil langsung dari data primer khususnya pada penyintas Covid-19 dapat dilihat pada tabel 3.

Tabel 3. Analisis Hubungan Antara Insomnia Dengan Karakteristik Penyintas Covid-19

		Insomnia		P-Value (χ^2 / Exact Fisher Test)
		Ya (%)	Tidak (%)	
Jenis Kelamin	Laki-Laki	10 (18,2%)	6 (10,9%)	0,071
	Perempuan	33 (60,0%)	6 (10,9%)	
	Total	43 (78,2%)	12 (21,8%)	
Usia	Remaja (11-19 Tahun)	5 (9,1%)	0 (0,0%)	0,574
	Dewasa (20-30 Tahun)	38 (69,1%)	12 (21,8%)	
	Total	43 (78,2%)	12 (21,8%)	
Asal Kampus	Universitas Wijaya Kusuma Surabaya	20 (36,4%)	10 (18,2%)	0,074
	Universitas Mulawarman	8 (14,5%)	1 (1,8%)	
	Politeknik Negeri Samarinda	15 (27,3%)	1 (1,8%)	
	Total	43 (78,2%)	12 (21,8%)	
Angkatan	2019	15 (27,3%)	4 (7,3%)	0,726
	2020	21 (38,2%)	7 (12,7%)	
	2021	3 (5,5%)	1 (1,8%)	
	2022	4 (7,3%)	0 (0,0%)	
	Total	43 (78,2%)	12 (21,8%)	
Bekerja	Ya	8 (14,5%)	3 (5,5%)	0,624
	Tidak	35 (63,6%)	9 (16,4%)	
	Total	43 (78,2%)	12 (21,8%)	
Tempat Isolasi	Rumah Pribadi	41 (74,5%)	11 (20,0%)	0,125
	Rumah Sakit	0 (0,0%)	1 (1,8%)	
	Tempat Isolasi Covid- 19	2 (3,6%)	0 (0,0%)	
	Total	43 (78,2%)	12 (21,8%)	
Komorbid	Ya	11 (20,0%)	6 (10,9%)	0,106
	Tidak	32 (58,2%)	6 (10,9%)	
	Total	43 (78,2%)	12 (21,8%)	
Alergi	Ya	22 (40,0%)	5 (9,1%)	0,561
	Tidak	21 (38,2%)	7 (12,7%)	
	Total	43 (78,2%)	12 (21,8%)	
Gangguan Psikiatrik	Ya	3 (5,5%)	0 (0,0%)	1,000
	Tidak	40 (72,7%)	12 (21,8%)	
	Total	43 (78,2%)	12 (21,8%)	
Tidur di Siang Hari	Ya	39 (70,9%)	12 (21,8%)	0,273
	Tidak	4 (7,3%)	0 (0,0%)	
	Total	43 (78,2%)	12 (21,8%)	
Aktivitas Pada Siang	Ya	37 (67,3%)	9 (16,4%)	0,360

Hari	Tidak	6 (10,9%)	3 (5,5%)	
	Total	43 (78,2%)	12 (21,8%)	
Mengonsumsi Alkohol	Ya	8 (14,5%)	3 (5,5%)	0,624
	Tidak	35 (63,6%)	9 (16,4%)	
	Total	43 (78,2%)	12 (21,8%)	
Minum yang Mengandung Kafein	Ya	27 (49,1%)	7 (12,7%)	0,779
	Tidak	16 (29,1%)	5 (9,1%)	
	Total	43 (78,2%)	12 (21,8%)	
Tinggal di Lingkungan Bising	Ya	25 (45,5%)	5 (9,1%)	0,311
	Tidak	18 (32,7%)	7 (12,7%)	
	Total	43 (78,2%)	12 (21,8%)	
Merokok	Ya	7 (12,7%)	1 (1,8%)	0,490
	Tidak	36 (65,5%)	11 (20,0%)	
	Total	43 (78,2%)	12 (21,8%)	



Gambar 4. Analisis Hubungan Antara Insomnia Dengan Karakteristik Penyintas Covid-19

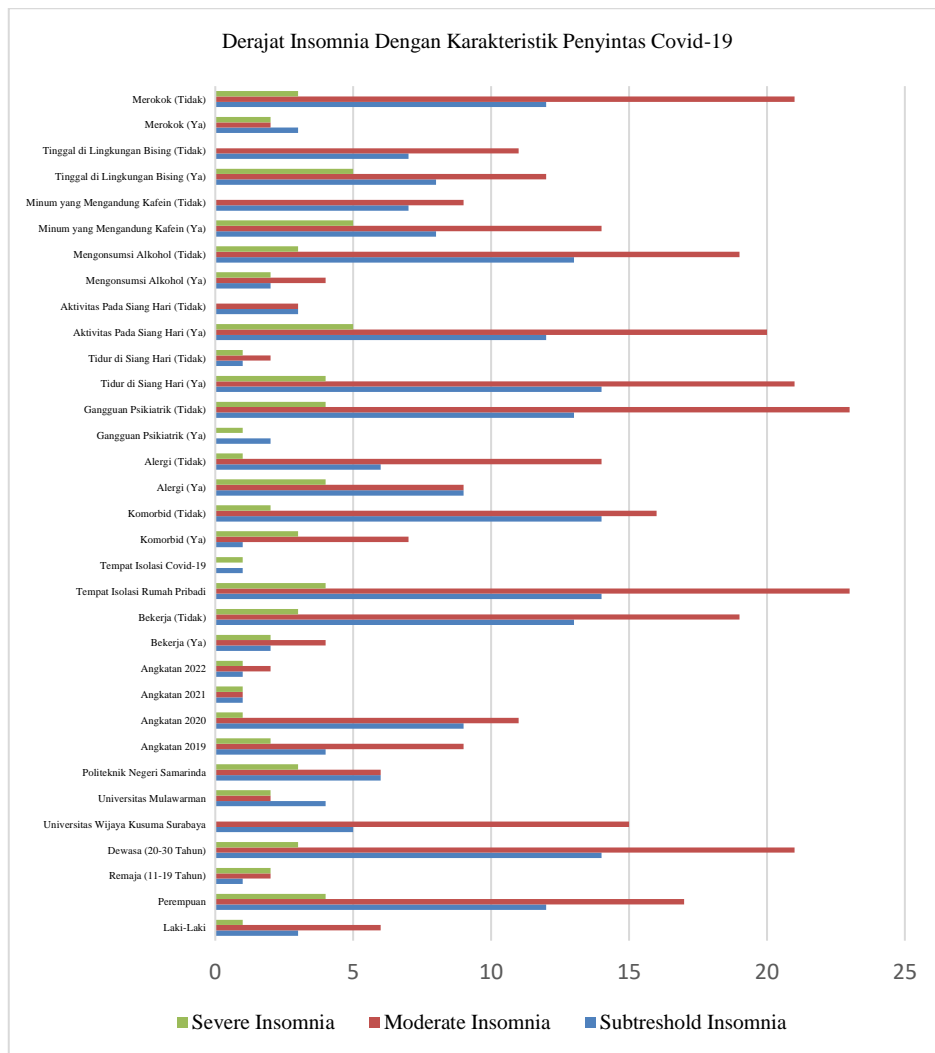
Berdasarkan tabel 3 analisis hubungan insomnia dengan karakteristik penyintas Covid-19 dengan total 43 (78,2%) dan tidak mengalami insomnia dengan total 12 (21,8%), terdiri dari jenis kelamin, usia, asal kampus, angkatan, bekerja, tempat isolasi, komorbid, alergi, gangguan psikiatrik, kebiasaan perilaku responden dan lingkungan tempat tinggal responden.

Berdasarkan hasil penelitian yang diambil langsung dari data primer khususnya pada penyintas Covid-19 yang memiliki derajat insomnia dapat dilihat pada tabel 4.

Table 5. Analisis Hubungan Antara Derajat Insomnia Dengan Karakteristik Penyintas Covid-19

		Interpretasi Insomnia			P-Value (χ^2 / Exact Fisher Test)
		Subthreshold Insomnia (%)	Moderate Insomnia (%)	Severe Insomnia (%)	
Jenis Kelamin	Laki-Laki	3 (7,0%)	6 (14,0%)	1 (2,3%)	0,895
	Perempuan	12 (27,9%)	17 (39,5%)	4 (9,3%)	
	Total	15 (34,9%)	23 (53,5%)	5 (11,6%)	
Usia	Remaja (11-19 Tahun)	1 (2,3%)	2 (4,7%)	2 (4,7%)	0,107
	Dewasa (20-30 Tahun)	14 (32,6%)	21 (48,8%)	3 (7,0%)	
	Total	15 (34,9%)	23 (53,5%)	5 (11,6%)	
Asal Kampus	Universitas Wijaya Kusuma Surabaya	5 (11,6%)	15 (34,9%)	0 (0,0%)	0,058
	Universitas Mulawarman	4 (9,3%)	2 (4,7%)	2 (4,7%)	
	Politeknik Negeri Samarinda	6 (14,0%)	6 (14,0%)	3 (7,0%)	
	Total	15 (34,9%)	23 (53,5%)	5 (11,6%)	
Angkatan	2019	4 (9,3%)	9 (20,9%)	2 (4,7%)	0,695
	2020	9 (20,9%)	11 (25,6%)	1 (2,3%)	
	2021	1 (2,3%)	1 (2,3%)	1 (2,3%)	
	2022	1 (2,3%)	2 (4,7%)	1 (2,3%)	
	Total	15 (34,9%)	23 (53,5%)	5 (11,6%)	
Bekerja	Ya	2 (4,7%)	4 (9,3%)	2 (4,7%)	0,405
	Tidak	13 (30,2%)	19 (44,2%)	3 (7,0%)	
	Total	15 (34,9%)	23 (53,5%)	5 (11,6%)	

Tempat Isolasi	Rumah Pribadi	14 (32,6%)	23 (53,5%)	4 (9,3%)	0,141
	Tempat Isolasi Covid-19	1 (2,3%)	0 (0,0%)	1 (2,3%)	
	Total	15 (34,9%)	23 (53,5%)	5 (11,6%)	
Komorbid	Ya	1 (2,3%)	7 (16,3%)	3 (7,0%)	0,045
	Tidak	14 (32,6%)	16 (37,2%)	2 (4,7%)	
	Total	15 (34,9%)	23 (53,5%)	5 (11,6%)	
Alergi	Ya	9 (20,9%)	9 (20,9%)	4 (9,3%)	0,177
	Tidak	6 (14,0%)	14 (32,6%)	1 (2,3%)	
	Total	15 (34,9%)	23 (53,5%)	5 (11,6%)	
Gangguan Psikiatrik	Ya	2 (4,7%)	0 (0,0%)	1 (2,3%)	0,138
	Tidak	13 (30,2%)	23 (53,5%)	4 (9,3%)	
	Total	15 (34,9%)	23 (53,5%)	5 (11,6%)	
Tidur di Siang Hari	Ya	14 (32,6%)	21 (48,8%)	4 (9,3%)	0,666
	Tidak	1 (2,3%)	2 (4,7%)	1 (2,3%)	
	Total	15 (34,9%)	23 (53,5%)	5 (11,6%)	
Aktivitas Pada Siang Hari	Ya	12 (27,9%)	20 (46,5%)	5 (11,6%)	0,526
	Tidak	3 (7,0%)	3 (7,0%)	0 (0,0%)	
	Total	15 (34,9%)	23 (53,5%)	5 (11,6%)	
Mengonsumsi Alkohol	Ya	2 (4,7%)	4 (9,3%)	2 (4,7%)	0,405
	Tidak	13 (30,2%)	19 (44,2%)	3 (7,0%)	
	Total	15 (34,9%)	23 (53,5%)	5 (11,6%)	
Minum yang Mengandung Kafein	Ya	8 (18,6%)	14 (32,6%)	5 (11,6%)	0,168
	Tidak	7 (16,3%)	9 (20,9%)	0 (0,0%)	
	Total	15 (34,9%)	23 (53,5%)	5 (11,6%)	
Tinggal di Lingkungan Bising	Ya	8 (18,6%)	12 (27,9%)	5 (11,6%)	0,130
	Tidak	7 (16,3%)	11 (25,6%)	0 (0,0%)	
	Total	15 (34,9%)	23 (53,5%)	5 (11,6%)	
Merokok	Ya	3 (7,0%)	2 (4,7%)	2 (4,7%)	0,203
	Tidak	12 (27,9%)	21 (48,8%)	3 (7,0%)	
	Total	15 (34,9%)	23 (53,5%)	5 (11,6%)	



Gambar 6. Analisis Hubungan Antara Derajat Insomnia Dengan Karakteristik Penyintas Covid-19.

Berdasarkan tabel 4 analisis hubungan derajat insomnia dengan karakteristik penyintas Covid-19. Interpretasi insomnia terdiri dari *subthreshold* insomnia dengan total 15 (34,9%), *moderate* insomnia dengan total 23 (53,5%), dan *severe* insomnia dengan total 5 (11,6%). Adapun variabel yang mungkin dapat mempengaruhi interpretasi insomnia antara lain jenis kelamin, usia, asal kampus, angkatan, bekerja, tempat isolasi, komorbid, alergi, gangguan psikiatrik, kebiasaan perilaku responden dan lingkungan tempat tinggal responden.

PEMBAHASAN

Hubungan Antara Faktor Risiko Insomnia Dengan Penyintas Covid-19

Hasil analisa pada faktor risiko insomnia dengan penyintas Covid-19 memiliki hubungan yang signifikan ($p\text{-value} \leq 0,05$ atau mendekati) adalah komorbid dan aktivitas pada siang hari. Komorbid dengan hasil pengujian *Chi-square tests* yang menunjukkan nilai sebesar 0,017. Adapun penelitian yang dilakukan oleh (Khurshid A, 2018) yang berisikan bahwa komorbid dapat mempengaruhi risiko kekambuhan pada kejadian insomnia. Insomnia yang terus menerus dapat

mengakibatkan berkembangnya insomnia menjadi depresi. Menurut (Zhang et al., 2020) komorbid yang tergolong parah akan mempengaruhi tingkat derajat keparahan insomnia.

Pada variabel aktivitas pada siang hari dengan hasil pengujian *Chi-square tests* yang menunjukkan nilai sebesar $<0,001$. Terdapat penelitian yang dilakukan oleh (Nurdin et al., 2018) yang dapat memperkuat hal ini. Dalam penelitian tersebut menyatakan bahwa padatnya aktivitas pada siang hari yang dialami oleh responden akan berpengaruh pada malam hari dikarenakan pada siang hari sibuk mengerjakan pekerjaan sedangkan tidak ada waktu untuk bermain, menonton dan sebagainya. Maka dari itu, responden yang memilih waktu malam hari untuk bermain menghabiskan waktu dari pada tidur.

Hubungan Insomnia Dengan Karakteristik Penyintas Covid-19

Dari hasil analisa didapatkan bahwa karakteristik penyintas Covid-19 yang memiliki hubungan dengan kejadian insomnia ($p\text{-value} \leq 0,05$ atau mendekati) adalah jenis kelamin dan asal kampus. Berdasarkan jenis kelamin menunjukkan penyintas Covid-19 laki-laki yang mengalami insomnia sebanyak 10 (18,2%) sedangkan yang tidak sebanyak 6 (10,9%). Pada penyintas Covid-19 perempuan yang mengalami insomnia sebanyak 33 (60,0%) sedangkan yang tidak sebanyak 6 (10,9%). Dari jenis kelamin didapatkan bahwa penyintas Covid-19 yang mengalami insomnia dengan total sebanyak 43 (78,2%) dan tidak mengalami insomnia sebanyak 12 (21,8%). Perbedaan ini diperkuat dengan hasil pengujian *Chi-square tests* yang menunjukkan nilai sebesar 0,071. Dalam penelitian yang dilakukan oleh (Mandelkorn et al., 2021) menyatakan bahwa jenis kelamin dapat mempengaruhi insomnia dikarenakan perubahan hormonal yang berbeda antara laki-laki dan perempuan. Menurut (Fitri et al., n.d.) jenis kelamin sangat berpengaruh terhadap kualitas tidur karena hormon progesteron dan estrogen memiliki reseptor di hipotalamus, sehingga adanya dampak langsung dengan ritme sirkadia dan pola tidur yang dapat menyebabkan wanita memiliki kualitas tidur yang buruk.

Berdasarkan asal kampus terdiri dari Universitas Wijaya Kusuma Surabaya yang insomnia sebanyak 20 (36,4%) dan tidak sebanyak 10 (18,2%). Universitas Mulawarman yang insomnia sebanyak 8 (14,5%) dan tidak sebanyak 1 (1,8%). Politeknik Negeri Samarinda yang insomnia sebanyak 15 (27,3%) dan tidak sebanyak 1 (1,8%). Dari variabel asal kampus memiliki total insomnia sebanyak 43 (78,2%) dan tidak sebanyak 12 (21,8%). Pada hasil pengujian *Chi-square tests* yang menunjukkan nilai sebesar 0,074. Kejadian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Zheng et al., 2018) yang memperkuat penelitian ini dikarenakan prevalensi insomnia dapat dipengaruhi oleh perbedaan penduduk dalam beberapa wilayah.

Hubungan Derajat Insomnia Dengan Karakteristik Penyintas Covid-19

Didapatkan hasil analisa yang signifikan dari hubungan antara derajat insomnia dengan karakteristik penyintas Covid-19 adalah komorbid. Berdasarkan variabel komorbid yang memiliki interpretasi insomnia berupa *subthreshold* sebanyak 1 (2,3%), *moderate* insomnia sebanyak 7 (16,3%), dan *severe* insomnia sebanyak 3 (7,0%). Sedangkan yang tidak komorbid memiliki interpretasi insomnia berupa *subthreshold* insomnia sebanyak 14 (32,6%), *moderate* insomnia sebanyak 16 (37,2%), dan *severe* insomnia sebanyak 2 (4,7%). Dari variabel komorbid dan tidak komorbid memiliki total *subthreshold* insomnia sebanyak 15 (34,9%), *moderate* insomnia sebanyak 23 (53,5%), dan *severe* insomnia sebanyak 5 (11,6%). Perbedaan ini diperkuat dengan hasil pengujian *Chi-square tests* yang menunjukkan nilai sebesar 0,045. Penelitian ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh (Ahmed et al., 2021) menyatakan bahwa komorbid yang dimiliki oleh penyintas Covid-19 memiliki dampak psikologis yang menyebabkan kualitas tidur yang buruk dan kecemasan.

Pada variabel usia terdiri dari remaja dengan rentang usia antara 11-19 tahun yang memiliki interpretasi insomnia berupa *subthreshold* insomnia sebanyak 1 (2,3%), *moderate* insomnia sebanyak 2 (4,7%), *severe* insomnia sebanyak 2 (4,7%). Sedangkan pada dewasa dengan rentang usia antara 20-30 tahun yang memiliki interpretasi insomnia berupa *subthreshold* insomnia sebanyak 14 (32,6%), *moderate* insomnia sebanyak 21 (48,8%), dan *severe* insomnia sebanyak 3 (7,0%). Dari variabel usia memiliki total *subthreshold* insomnia sebanyak 15 (34,9%), *moderate* insomnia sebanyak 23 (53,5%), dan *severe* insomnia sebanyak 5 (11,6%). Pada hasil pengujian *Chi-square tests* yang menunjukkan nilai sebesar 0,107. Hasil ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Choudhry et al., 2021) menyatakan prevalensi usia remaja ditemukan sebanyak 45,1% penyintas Covid-19 yang melaporkan skor PSQI>5, menandakan kualitas tidur yang buruk pada tindak lanjut pasca pemulihan 30 hari, sedangkan hanya 12,1% penyintas Covid-19 yang melaporkan kualitas tidur yang buruk sebelum terinfeksi. Terdapat peningkatan 33% pada penyintas Covid-19 yang mengalami insomnia.

Berdasarkan asal kampus terdiri dari Universitas Wijaya Kusuma Surabaya yang memiliki interpretasi insomnia berupa *subthreshold* insomnia sebanyak 5 (11,6%), *moderate* insomnia sebanyak 15 (34,9%), dan *severe* insomnia sebanyak 0 (0,0%). Universitas Mulawarman yang memiliki interpretasi insomnia berupa *subthreshold* insomnia sebanyak 4 (9,3%), *moderate* insomnia sebanyak 2 (4,7%), dan *severe* insomnia sebanyak 2 (4,7%). Politeknik Negeri Samarinda yang memiliki interpretasi insomnia berupa *subthreshold* insomnia sebanyak 6 (14,0%), *moderate* insomnia sebanyak 6 (14,0%), dan *severe* insomnia sebanyak 3 (7,0%). Dari variabel asal kampus memiliki total *subthreshold* insomnia sebanyak 15 (34,9%), *moderate* insomnia sebanyak 23 (53,5%), dan *severe* insomnia sebanyak 5 (11,6%). Perbedaan ini diperkuat dengan hasil pengujian *Chi-square tests/ Exact Fisher Test* yang menunjukkan tidak signifikan dengan nilai sebesar 0,058. Penelitian ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh (Tang et al., 2017) menggunakan survei *cross-sectional* yang dilakukan di beberapa regional dengan mempertimbangkan status sosial ekonomi melaporkan bahwa kualitas tidur tidak dipengaruhi oleh perbedaan regional diperkuat dengan hasil secara keseluruhan tidak ada perbedaan yang signifikan.

Berdasarkan tempat isolasi penyintas Covid-19 sangat bervariasi. Pada tempat isolasi dengan menggunakan rumah pribadi yang memiliki interpretasi insomnia berupa *subthreshold* insomnia sebanyak 14 (32,6%), *moderate* insomnia sebanyak 23 (53,5%), dan *severe* insomnia sebanyak 4 (9,3%). Sedangkan yang menggunakan tempat isolasi Covid-19 memiliki interpretasi insomnia berupa *subthreshold* insomnia sebanyak 1 (2,3%), *moderate* insomnia 0 (0,0%), dan *severe* insomnia 1 (2,3%). Dari variabel tempat isolasi memiliki total *subthreshold* insomnia sebanyak 15 (34,9%), *moderate* insomnia sebanyak 23 (53,5%), dan *severe* insomnia sebanyak 5 (11,6%). Perbedaan ini diperkuat dengan hasil pengujian *Chi-square tests* yang menunjukkan tidak signifikan dengan nilai sebesar 0,141. Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Escobar-Córdoba et al., 2021) yang menyatakan isolasi dan pengurangan sosial di rumah berdampak negatif pada penyintas Covid-19, karena sebagian besar dari mereka mengalami perubahan besar dalam rutinitas sehari-hari akibat terganggunya aktivitas yang biasa mereka lakukan di luar rumah, seperti bekerja dan sekolah. Beberapa situasi tertentu dapat menyebabkan stres sehingga terjadi insomnia.

KESIMPULAN

Penyintas Covid-19 sebanyak 55 (36,4%) dan bukan penyintas Covid-19 dengan total 96 (63,6%). Insomnia dengan karakteristik penyintas Covid-19 dengan total 43 (78,2%) dan tidak mengalami insomnia dengan total 12 (21,8%). Faktor risiko insomnia yang memiliki hubungan signifikan dengan penyintas Covid-19 ($p\text{-value} \leq 0,05$ atau mendekati) adalah komorbid dan aktivitas pada siang hari. Karakteristik penyintas Covid-19 yang memiliki hubungan dengan kejadian insomnia ($p\text{-value} \leq 0,05$ atau mendekati) adalah jenis kelamin dan asal kampus.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Ghoni Sutardi, M., Author, C., Studi Pendidikan Dokter, P., Kedokteran, F., & Lampung, U. (2021). *TATA LAKSANA INSOMNIA*. <http://jurnalmedikahutama.com>
- Ahmed, G. K., Khedr, E. M., Hamad, D. A., Meshref, T. S., Hashem, M. M., & Aly, M. M. (2021). Long term impact of Covid-19 infection on sleep and mental health: A cross-sectional study. *Psychiatry Research*, 305. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2021.114243>
- Asy'ari, Y. (2022). 67-Article Text-359-1-10-20220426. *Jurnal Fisioterapi Dan Kesehatan Indonesia*, 2.
- Ayu, D., Dewi, P., & Utama, W. T. (2021). "Happy Hypoxia" pada pasien COVID-19 Medula | (Vol. 10).
- Basishvili, T., Eliazishvili, M., Maisuradze, L., Lortkipanidze, N., Nachkebia, N., Oniani, T., Gvilia, I., & Darchia, N. (2012). Insomnia in a displaced population is related to war-associated remembered stress. *Stress and Health*, 28(3). <https://doi.org/10.1002/smi.1421>
- Bioteknologi -Lipi, P. (2020). *Mengenal Karakteristik Virus SARS-CoV-2 Penyebab Penyakit COVID-19 Sebagai Dasar Upaya Untuk Pengembangan Obat Antivirus Dan Vaksin ANIKA PRASTYOWATI*. www.covid19.go.id
- Bîrluțiu, V., & Șofariu, C. R. (2022). *Case report Association of hiccup and SARS-CoV-2 infection with the administration of dexamethasone: a case report*. www.germs.ro
- Boldrini, M., Canoll, P. D., & Klein, R. S. (2021). How COVID-19 Affects the Brain. In *JAMA Psychiatry* (Vol. 78, Issue 6, pp. 682–683). American Medical Association. <https://doi.org/10.1001/jamapsychiatry.2021.0500>
- Charles M. Morin, P. G. B. P. [. . .], and H. I. P. (2011). *The Insomnia Severity Index: Psychometric Indicators to Detect Insomnia Cases and Evaluate Treatment Response*. 34.
- Choudhry, A. A., Shahzeen, F., Choudhry, S. A., Batool, N., Murtaza, F., Dilip, A., Rani, M., & Chandnani, A. (2021). Impact of COVID-19 Infection on Quality of Sleep. *Cureus*. <https://doi.org/10.7759/cureus.18182>
- Cleveland Clinic News Service. (2022). *Sleep Disturbances Common Among COVID Long-Haulers, Data Shows*.
- Diah Handayani, D. R. H. F. I. E. B. H. A. (2020). diagnosis dan klasifikasi Covid. *Jurnal Respirologi Indonesia*, 40.
- Doghramji, K., Grewal, R., & Markov, D. (2005). *Evaluation and Management of Insomnia in the Psychiatric Setting*.
- Dr. Safrizal ZA, Ms., Danang insita Putra, P., Safriza Sofyan, S. A. M. C., & Dr. Bimo MPH. (2020). *PEDOMAN UMUM MENGHADAPI PANDEMI COVID-19*.
- Ernawati, A. (2021). *Overview of COVID-19 Cases by Gender, Age Group, and Population Density in Pati Regency* (Vol. 17, Issue Desember). <http://>
- Fernandez-Mendoza, J., & Vgontzas, A. N. (2013). Insomnia and its impact on physical and mental health. *Current Psychiatry Reports*, 15(12). <https://doi.org/10.1007/s11920-013-0418-8>
- Greenhalgh, T., Sivan, M., Delaney, B., Evans, R., & Milne, R. (2022). Long covid-an update for primary care. *BMJ (Clinical Research Ed.)*, 378, e072117. <https://doi.org/10.1136/bmj-2022-072117>
- Guo, Y. R., Cao, Q. D., Hong, Z. S., Tan, Y. Y., Chen, S. D., Jin, H. J., Tan, K. Sen, Wang, D. Y., & Yan, Y. (2020). The origin, transmission and clinical therapies on coronavirus disease 2019 (COVID-19) outbreak- A n update on the status. In *Military Medical Research* (Vol. 7, Issue 1). BioMed Central Ltd. <https://doi.org/10.1186/s40779-020-00240-0>
- Huynh, G., Nguyen, H. V., Vo, L. Y., Le, N. T., & Nguyen, H. T. N. (2022). Assessment of Insomnia and Associated Factors Among Patients Who Have Recovered from COVID-19 in Vietnam. *Patient Preference and Adherence*, 16, 1637–1647. <https://doi.org/10.2147/PPA.S371563>
- Islamiyah, W. R. (2018). Panduan Tatalaksana Gangguan Tidur. In *Perdossi* (Vol. 2).

- Janette D. Lie, P. B. K. N. T. P. B. C. D. D. S. P. C. and B. M. W. P. C. (2015). *Pharmacological Treatment of Insomnia*.
- Kementerian Kesehatan RI Direktorat Jenderal. (2020). *klasifikasi covid-19. Pencegahan Dan Pengendalian Penyakit (P2P)*.
- Khurshid A. (2018). *icns_15_3-4_28*.
- Levenson, J. C., Kay, D. B., & Buysse, D. J. (2015). The pathophysiology of insomnia. *Chest*, 147(4), 1179–1192. <https://doi.org/10.1378/chest.14-1617>
- Nofzinger, E. A., Buysse, D. J., Germain, A., Price, J. C., Miewald, J. M., & David Kupfer, B. J. (2004). Functional Neuroimaging Evidence for Hyperarousal in Insomnia. In *Am J Psychiatry* (Vol. 161, Issue 11). <http://ajp.psychiatryonline.org>
- Nurdin, M. A., Arsin, A. A., & Thaha, R. M. (2018). Kualitas Hidup Penderita Insomnia Pada Mahasiswa. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 14(2), 128. <https://doi.org/10.30597/mkmi.v14i1.3464>
- Petit, L., Azad, N., Byszewski, A., F-a Sarazan, F., & Power, B. (2003). *Non-pharmacological management of primary and secondary insomnia among older people: review of assessment tools and treatments*. <https://academic.oup.com/ageing/article/32/1/19/26057>
- Pradeep Bollu, by C., Kaur, H., & Pradeep Bollu, M. C. (2019). *Sleep Medicine: Insomnia and Sleep*.
- Prayitno, J., Admirasari, R., Susanto P, J., & Nugroho, R. (2021). *Tinjauan Teknologi Inaktivitas Virus Untuk Penanggulangan Pandemi Covid-19* (Vol. 8). <http://ejurnal.bppt.go.id/index.php/JBBI>
- Putrindashafa, A., Rotinsulu, D. J., & Fikriah, I. (2020). Pengaruh Sikap Higiene Tidur Terhadap Kejadian Insomnia Pada Mahasiswa Universitas Mulawarman. *Jurnal Sains Dan Kesehatan*, 2(4), 458–466. <https://doi.org/10.25026/jsk.v2i4.161>
- Rahma, G. (2023). Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Long COVID Pada Penyintas COVID-19 di Kota Padang. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 7(1). <https://doi.org/10.33757/jik.v7i1.731>
- Saputra, O., & Rohmah, W. (2016). *1059-1609-1-PB*. 5.
- Sendra, E., Hariyanto, T., & Setyarini, A. I. (2021). *Edukasi Terstruktur Sebagai Upaya Penguatan Sikap Warga Desa Untuk Mencegah Penularan Covid-19 Melalui Cluster Keluarga*. Vol. 5, Issue 1.
- Setiawan, E. (2019). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. 2019.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kombinasi (Mix Methods)*. Bandung: Alfabeta. *Metrologia*, 53(5).
- Sunarti, S. (n.d.). *Gangguan Tidur pada Lanjut Usia*.
- Susanti, L. (2015). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Insomnia di Poliklinik Saraf RS DR. M. Djamil Padang. In *Andalas* (Vol. 4, Issue 3). <http://jurnal>.
- Susanto, A. D., Isbaniah, F., Pratomo, I. P., Antariksa, B., Samoedro, E., Taufik, M., Harinda, F., & Nurwidya, F. (2022). *Clinical characteristics and quality of life of persistent symptoms of COVID-19 syndrome in Indonesia*. www.germs.ro
- The Journal of Lifelong Learning in Psychiatry. (2009). *NIH State-of-the-Science Conference Statement on Manifestations and Management of Chronic Insomnia in Adults*. <http://www>.
- Thorpy, M. J. (2012). Classification of Sleep Disorders. In *Neurotherapeutics* (Vol. 9, Issue 4, pp. 687–701). <https://doi.org/10.1007/s13311-012-0145-6>
- Ullah, H., Ullah, A., Gul, A., Mousavi, T., & Khan, M. W. (2021). Novel coronavirus 2019 (COVID-19) pandemic outbreak: A comprehensive review of the current literature. In *Vacunas* (Vol. 22, Issue 2, pp. 106–113). Ediciones Doyma, S.L. <https://doi.org/10.1016/j.vacun.2020.09.009>
- Vira Zwagery, R., & Santia Dewi, R. (2019). PENGARUH KEBISINGAN TERHADAP DAYA INGAT PADA REMAJA. In *Naskah Prosiding Temilnas XI IPPI*.
- World Health Organization. (2020). *Global surveillance for COVID-19 caused by human infection with COVID-19 virus*. <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/technical->

- Xi, Y., Deng, Y. Q., Chen, S. M., Kong, Y. G., Xu, Y., Li, F., Jiao, W. E., Lu, G., & Tao, Z. Z. (2022). Allergy-related outcomes and sleep-related disorders in adults: a cross-sectional study based on NHANES 2005–2006. *Allergy, Asthma and Clinical Immunology*, *18*(1). <https://doi.org/10.1186/s13223-022-00669-z>
- Xu, Y. (2020). Unveiling the Origin and Transmission of 2019-nCoV. In *Trends in Microbiology* (Vol. 28, Issue 4, pp. 239–240). Elsevier Ltd. <https://doi.org/10.1016/j.tim.2020.02.001>
- Yasmine Annisa, R., & Mustika Eka, S. (2021). Gambaran Gejala Klinis Batuk Pada Pasien Covid-19 Di Rumah Sakit Umum Cut Meutia. *Jurnal Kedokteran Ibnu Nafis*, *10*.
- Yuliana. (2020). *Wellness And Healthy Magazine Corona virus diseases (Covid. 2(1)*, 187. <https://wellness.journalpress.id/wellness>
- Zhang, Y., Zhao, J. hao, Huang, D. ya, Chen, W., Yuan, C. xing, Jin, L. rong, Wang, Y. hui, Jin, L. jing, Lu, L., Wang, X. ping, de Wang, C., Zhao, X. hui, Zhang, X., Li, W. tao, & Liu, Z. guo. (2020). Multiple comorbid sleep disorders adversely affect quality of life in Parkinson's disease patients. *Npj Parkinson's Disease*, *6*(1). <https://doi.org/10.1038/s41531-020-00126-x>
- Zheng, W., Luo, X. N., Li, H. Y., Ke, X. Y., Dai, Q., Zhang, C. J., Zhang, X. Y., & Ning, Y. P. (2018). Regional differences in the risk of insomnia symptoms among patients from general hospital outpatient clinics. *Neuropsychiatric Disease and Treatment*, *14*, 3307–3315. <https://doi.org/10.2147/NDT.S184216>