



UNTAR untuk INDONESIA



UNTAR
FAKULTAS
KEDOKTERAN



Prosiding

The 1st Tarumanagara Conference on Health and Medicine

Selasa, 12 April 2022

Unit Penelitian dan Pengabdian Masyarakat
Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara



Prosiding

The 1st Tarumanagara Conference on Health and Medicine

Selasa, 12 April 2022

Editor:

Dr. dr. Arlends Chris, M.Si.
Erick Sidharta, S.Si., M.Biomed.
dr. Wiyarni Pambudi, Sp.A., IBCLC

Penerbit:

Unit Penelitian dan Pengabdian Masyarakat
Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara

Alamat Redaksi:

Jln. Letjen. S. Parman No. 1 Kampus 1 UNTAR, Gedung J,
Lantai 2 Jakarta Barat Telp: 021-5671747, ext. 401
E-mail: uppm@fk.untar.ac.id

PROSIDING
The 1st Tarumanagara Conference on Health and Medicine
**“Implementasi Luaran Penelitian dalam Upaya Mewujudkan
Pelayanan Kesehatan Masyarakat Indonesia yang Lebih Baik”**

diterbitkan
Unit Penelitian dan Pengabdian Masyarakat
Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara
@2022 Universitas Tarumanagara

Hak Cipta dilindungi undang-undang
Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini, dalam bentuk apapun
dan dengan cara apapun, tanpa izin tertulis dari UPPM FK UNTAR

ISBN 978-623-6775-78-3



Susunan Panitia Pelaksana

- Penasehat : Dr. dr Noer Saelan Tadjudin, Sp.KJ
Pengarah : dr Rebekah Malik, M.Pd.Ked
dr Shirly Gunawan, Sp.FK
dr Wiyarni Pambudi, Sp.A, IBCLC
- Ketua Pelaksana : dr. Susy Olivia Lontoh, M.Biomed
Wakil Ketua : dr. Zita Atzmardina, MM, M.K.M, Sp.KKLP
Bendahara : dr. Clement Drew, M.Epid
- Sie Acara : dr. Herwanto, Sp.A
dr. Yoanita Widjaya, M.Pd.Ked
dr. Djung Lilya Wati, Sp.N
dr. Zita Atzmardina, MM, M.K.M, Sp.KKLP
dr. David Limanan, M.Biomed
dr. Alexander Halim Santoso, M.Gizi
dr. Dorna Yanti Lola Silaban, M.Gizi, Sp.GK
Astin Mandalika
Kaffa Nailul Masruroh
Eilen Corrinna Emery Sampean
Muhammad Dzakwan Dwi Putra
- Sie Ilmiah dan Publikasi : Dr. dr. Arlends Chris, M.Si
Erick Sidharta, S.Si, M.Biomed
dr. Novendy, MKK, Sp. KKLP, FISPH, FISCM
dr. Wiyarni Pambudi, Sp.A, IBCLC
dr. Ria Buana, M.Biomed
dr. Octavia Dwi Wahyuni, M.Biomed
dr. Velma Herwanto, SpPD, FINASIM, PhD
Dr. dr. Siufui Hendrawan, M.Biomed
Dr. dr. Meilani Kumala, MS, SpGK
dr. Fenny Yunita, MSi, PhD
Ivan Santiago
Cyntia Tanujaya
Nawaika Shafira Putri
Devina Gunawan
- Sie Website dan Dokumentasi : dr. Clement Drew, M.Epid (koordinator)
dr. Silviana Tirtasari, M.Epid
dr. Olivia Charissa, M.Gizi, Sp.GK
Stefanny Sartono
Nisrina Haifa Luftia
Wisasti Gladys Chantika Tiranda
Nina Edhita Odilia

1st TaCoHaM 2022

Sie Ilmiah dan Publikasi : Dr. dr. Arlends Chris, M.Si
Erick Sidharta, S.Si, M.Biomed
Dr. dr. Meilani Kumala, MS, Sp.GK (K)
Dr. dr. Siufui Hendrawan, M.Biomed.
dr. Novendy, MKK, Sp. KKLP, FISPH, FISCAM
dr. Wiyarni Pambudi, Sp.A, IBCLC
dr. Ria Buana, M.Biomed
dr. Octavia Dwi Wahyuni, M.Biomed
dr. Velma Herwanto, SpPD, FINASIM, PhD
dr. Ernawati, SE, MS, Sp. KKLP, FISCAM, FISPH
dr. Fenny Yunita, MSi, PhD

Reviewer : Dr. dr. Arlends Chris, M.Si
Erick Sidharta, S.Si, M.Biomed
Dr. dr. Meilani Kumala, MS, Sp.GK (K)
dr. Novendy, MKK, Sp. KKLP, FISPH, FISCAM
dr. Wiyarni Pambudi, Sp.A, IBCLC
dr. Ria Buana, M.Biomed
dr. Octavia Dwi Wahyuni, M.Biomed
dr. Velma Herwanto, SpPD, FINASIM, PhD
dr. Ernawati, SE, MS, Sp. KKLP, FISCAM, FISPH
dr. Fenny Yunita, MSi, PhD

Editor : Dr. dr. Arlends Chris, M.Si
Erick Sidharta, S.Si, M.Biomed
dr. Wiyarni Pambudi, Sp.A, IBCLC

DAFTAR ISI

HALAMAN MUKA	i
SUSUNAN KEPANITIAAN	ii
DAFTAR ISI	v
LAPORAN KETUA 1 st TaCoHaM 2022	xi
SAMBUTAN KETUA UPPM FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS TARUMANAGARA	xiii
SAMBUTAN DEKAN FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS TARUMANAGARA	xiv
SAMBUTAN REKTOR UNIVERSITAS TARUMANAGARA	xv
PEMBICARA DAN MODERATOR	xvi
SUSUNAN ACARA	xvii
MAKALAH 1 st TACOHAM	
Topik: Corona Virus Disease-19 (COVID-19)	1
Karakteristik Penggunaan APD pada Dokter Spesialis di Poliklinik RS Sumber Waras Jakarta Selama Pandemi COVID-19 Amelci Krezentia, Peter Ian Limas	2
Gambaran Jumlah Limfosit Absolut dan Neutrophile-Lymphocytes Ratio Pasien COVID-19 di RS Swasta Jakarta Barat Amirah Dea Putri Zahirah, Paskalis Gunawan	10
Analisis Data Kapnografi pada Penggunaan Masker N-95 dan Tidak Menggunakan Masker N-95 pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Angkatan 2018 Anissya Rima Oktavia, Peter Ian Limas	17
Gambaran Hasil Pemeriksaan RT-PCR SARS-COV-2 di Laboratorium Diagnostik FK UNTAR Aulia Seftia Dayana, Donatila Mano S	25
Gambaran Penggunaan Alat Pelindung Diri pada Teknisi Pesawat Terbang Angkatan Udara Skadron Teknik 021 Lanud Halim Perdanakusuma Azzahra Hafidza, Silviana Tirtasari	32
Hubungan Gejala Sesak Nafas dengan Hasil RT-PCR-SARS-COV-2 di Laboratorium Diagnostik FK UNTAR Efrida Karisma Seleky, Donatila Mano S	37
Gambaran Outcome Pasien COVID-19 pada Salah Satu Rumah Sakit di Jakarta Barat Periode Maret 2020-Januari 2021 Given Kentanto, Paskalis Gunawan	42

1st TaCoHaM 2022

Tingkat Kecemasan Perawat dan Dokter RS Kasih Herlina Sorong dalam Pelayanan COVID-19 dengan Skala HARS Termodifikasi Gustia Puja Maharani, Mochamat Helmi	49
Analisis Hubungan Gejala Demam dengan Hasil Pemeriksaan RT-PCR-SARS-COV-2 di Laboratorium Diagnostik FK UNTAR Jennifer Grace, Donatila Mano S	55
Hubungan Gejala Batuk dengan Hasil Pemeriksaan RT-PCR SARS-COV-2 pada Laboratorium Diagnostik FK UNTAR Nabila Stevany, Donatila Mano S	61
Topik: Infeksi dan Penyakit Tropik	69
Gambaran Tingkat Pengetahuan Siswa Kelas XII tentang Pencegahan Infeksi Bakteri Escherichia Coli pada Manusia di SMA Y Kabupaten Blitar Son Ardianto, Linda Sulistiani Budiarmo	70
Topik: Kesehatan Anak	75
Pendidikan dan Pekerjaan Ibu Sebagai Faktor Risiko Gangguan Perkembangan Anak Usia 3-24 Bulan di 3 Puskesmas Jakarta Barat Januari-Maret 2020 Angel Felisia, Melani Rahmi Mantu	76
Gambaran Status Gizi Bayi Usia 6-12 Bulan dengan Pemberian Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MPASI) Instan, MPASI Rumahan dan MPASI Campuran Inggar Nastiti Aifunan, Fransiska Farah	83
Penurunan Imunisasi Dasar/Lanjutan Selama Pandemi COVID-19 Sylvia Regina, Wiyarni	95
Topik: Penyakit Kulit	101
Gambaran Kejadian Dermatitis Kontak Akibat Kerja pada Perawat di Rumah Sakit Sumber Waras Cindy Clarissa Sukardi, Irene Dorthy Santoso	102
Efek Penyuluhan tentang Tinea Versikolor dengan Media Audiovisual pada Santriwati Anshor Al-Sunnah Kecamatan Kampar, Riau Cindy Irawan, Irene Dorthy Santoso	108
Pengaruh Edukasi terhadap Pengetahuan Santriwati Puteri Ummul Mukminin tentang Penyakit Skabies Rani Nisrina, Sukmawati Tansil Tan	116

1st TaCoHaM 2022

Tingkat Pengetahuan Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara tentang Penggunaan Tabir Surya Rizky Ramadhani Syafitri Siregar, Irene Dorthy Santoso	120
Gambaran Kadar Hidrasi Kulit Tangan pada Tenaga Medis di Rumah Sakit Sumber Waras pada Masa Pandemi COVID-19 Salsa Ratia Wardhany, Linda Yulianti Wijayadi, Sari Mariyati Dewi Nata Prawira	126
Gambaran Kadar Hidrasi Kulit Tangan Pasien Poli Kulit Rumah Sakit Sumber Waras pada Era Pandemi COVID-19 Shafira Ramadhanti Oviarda, Linda Yulianti Wijayadi, Fenny Yunita	134
Pengaruh Penyuluhan Kesehatan tentang Skabies dengan Metode Presentasi terhadap Tingkat Pengetahuan Santri di Pondok Pesantren Bakom Kabupaten Bogor Vanessa Zahra, Irene Dorthy Santoso	143
Topik: Penyakit Tidak Menular	149
Hubungan antara Kejadian Gastroesophageal Refluks Disease dengan Pandemi COVID-19 pada Mahasiswa Alfi Sri Fachriyah, Alfianto Martin	150
Prevalensi Buta Warna pada SMA Negeri 2 Bogor Alyza Syafrita Ikhsani, Meriana Rasyid	155
Prevalensi GERD pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Angkatan 2017-2019 Desi Ayu Wulandari, Samuel Halim, Clement Drew	160
Profil Telinga Luar Berdasarkan Hasil Fotografi pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Angkatan 2017 Tahun 2020 Ella Windasari Gultom, Mira Amaliah	169
Asupan Konsumsi Kafein dan Pola Defekasi Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Jeni Noprianti, Dorna Yanti Lola Silaban	175
Gambaran Tekanan Darah terhadap Posisi Tubuh pada Dewasa di Jakarta Barat 2020 Patrick Bima Indriadi, Susy Olivia Lontoh	182
Hubungan Durasi Penggunaan Layar Digital dengan Computer Vision Syndrome pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Salomo Hizkia Suprabowo, Silviana Tirtasari, Meriana Rasyid	189
Topik: Gizi dan Risiko Penyakit	196
Hubungan Aktivitas Fisik dan Status Gizi pada Mahasiswa FK UNTAR pada Saat Pandemi COVID-19 Billy Oktavian, Olivia Charissa	197

1st TaCoHaM 2022

Hubungan Internet Addiction dengan Status Gizi pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Ezra Michael Mulyadi, Frisca Natalia	205
Hubungan Indeks Massa Tubuh dan Lingkar Pinggang terhadap Penyakit Paru Obstruktif Kronis pada Kelompok Usia Diatas 45 Tahun di Puskesmas Kecamatan GP Jakarta Barat Filipo David, Alexander Halim Santoso	212
Perbedaan Indeks Massa Tubuh pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Berdasarkan Konsumsi Buah dan Sayuran Oktavia Setyaningrum, Idawati Kardjadidjaja	219
Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dan Lingkar Perut terhadap Kejadian Diabetes Melitus pada Dewasa Usia 20-45 Tahun di Puskesmas Kecamatan Grogol Petamburan Jakarta Barat Rayhan Alghifari Iridansyah Siregar, Alexander Halim Santoso	226
Topik: Latihan Fisik dan Kesehatan Kerja	237
Hubungan Posisi dan Lama Duduk terhadap Nyeri Punggung Bawah pada Mahasiswa Kedokteran Universitas Tarumanagara Bay Hepi Kosasih, Octavia Dwi Wahyuni	238
Angka Kejadian Cedera Otot Hamstring Berdasarkan Usia pada Atlet Sepakbola di Wilayah Jabodetabek Bryan Anggareti Mahandra, Tjie Haming Setiadi, Susy Olivia Lontoh	245
Hubungan antara Aktivitas Fisik dengan Kualitas Hidup pada Masyarakat Dewasa Muda di Kabupaten Karawang Selama Pandemi COVID-19 Intan Fredika Bahari, Alfianto Martin	253
Proporsi Degenerasi Diskus Intervertebralis Lumbal dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah Berdasarkan Radiografi Konvensional Vertebra Lumbosakral Jeffrey, Inge Friska Widjaya	260
Pengaruh Posisi Kerja dengan Kejadian Gangguan Musculoskeletal terhadap Kesehatan Karyawan Pabrik Kayu PT Albasi Priangan Lestari Muhammad Rizal Permana, Novendy	266
Topik: Kesehatan Mental	275
Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Insomnia pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Angkatan 2018 Annisa Dwi Febriana, Noer Saelan Tadjudin	277
Hubungan Dukungan Keluarga dengan Prevalensi Depresi pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Angkatan 2020 Caitlyn Natasha Horyono, Anastasia Ratnawati Biromo	282

1st TaCoHaM 2022

Hubungan Tingkat Stres dengan Insomnia pada Mahasiswa Angkatan 2018 Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Cindy Yusliani, Djung Lilya Wati	290
Hubungan Kualitas Tidur dengan Prestasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Edward Then, Rebekah Malik	299
Hubungan Penggunaan Media Elektronik dengan Gangguan Tidur pada Pelajar SMPN 1 Karangtengah Cianjur Fatimah Aufatunnisa, Melani Rahmi Mantu	305
Hubungan Kesepian dengan Depresi pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Felix Ongko, Arlends Chris	313
Gambaran Tingkat Ansietas Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Angkatan 2018 Desember 2020 - Februari 2021 Hana Syafira, Samuel Halim	321
Pengaruh Smartphone terhadap Gangguan Tidur Siswa SD Kelas 1-6 di Sekolah Dasar X Jakarta Barat Jessica Feodora, Herwanto	327
Hubungan Kualitas Tidur dengan Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Angkatan 2019 Josephine Alicia Bierhuijs, Anastasia Ratnawati Biromo	332
Hubungan Kecemasan dengan Kekuatan Genggam Tangan pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Laurensius, Arlends Chris	339
Hubungan Durasi Tidur terhadap Obesitas Anak SD Kelas 1-6 Di SD X Jakarta Barat Lucky Anthony Setiawan, Herwanto	345
Pengaruh Sleep Hygiene terhadap Gangguan Tidur Siswa SD X Jakarta Barat Tahun Ajaran 2019/2020 Priscilla Elnatan Christina, Herwanto	352
Gambaran Kejadian Depresi pada Orang dengan Epilepsi dengan Menggunakan HDRS di Yayasan Epilepsi Indonesia Sarah Janitra Jahja, Irawaty Hawari	359
Hubungan Kepribadian dengan Adiksi Smartphone pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Angkatan 2019 Talitha Zahwa Atha Salsabila, Noer Saelan Tadjudin	368
Gambaran Fungsi Kognitif pada Lansia Menggunakan Montreal Cognitive Assessment Indonesia di Panti Werdha Wisma Mulia Periode Desember 2019 Jakarta Barat Yongkie Tanjung, Paskalis Gunawan	376

Topik: Farmakologi, Herbal dan Pangan Fungsional	383
Ekstrak Kulit Pisang Merah (<i>Musa Acuminata</i> Colla Aaa): Uji Fitokimia, Aktivitas Antioksidan, Uji Toksisitas dan Kadar Metabolit Sekunder Christobal Anugerah Tanisa, Kumala Dewi Darmawi	384
Ekstrak Buah Mulberi Putih (<i>Morus Alba</i> L): Uji Fitokimia, Aktivitas Antioksidan, Uji Toksisitas dan Kadar Metabolit Sekunder Johanes Andrew, Kumala Dewi Darmawi	393
Skrining Fitokimia, Kapasitas Antioksidan dan Uji Toksisitas Serta Kadar Metabolit Sekunder dari Ekstrak Daun Ungu, <i>Graptophyllum Pictum</i> (L.) Griff Syaied Auliya Al Aziz, Kumala Dewi Darmawi	403
Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Sikap terhadap Obat Tradisional pada Mahasiswa Universitas Tarumanagara Periode 2020/2021 Vania Aprilya Vibri Sikomena, Fenny Yunita	410
Gambaran Pola Penggunaan Obat Analgesik pada Pasien Pasca Caesar Andrew Christian Massie, Fenny Yunita	417
Topik: Pendidikan Kedokteran	424
Hubungan Stres dengan Prestasi Akademik Saat Pandemi COVID-19 pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Angkatan 2019 Alif Aditya Farandila Saedi, Noer Saelan Tadjudin	425
Gambaran Tingkat Pengetahuan Tentang Bantuan Hidup Dasar (BSH) Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara pada Tingkat Pertama Arryza Fahrta Ikhsani, Nency Martaria	435
Hubungan Burnout dengan Prestasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Angkatan 2019 Derby Ayudhia Utami Iskandar Putri, Noer Saelan Tadjudin	445
Hubungan Manajemen Waktu dengan Prestasi Belajar Mahasiswa Angkatan 2018 Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Erwin Kurniawan Santosa, Rebekah Malik	452
Perbandingan Fungsi Kognitif Sebelum dan Sesudah Ujian Tulis Blok pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Angkatan 2018 Jesslyn Azaria Tandayu, Nency Martaria	457
DAFTAR NAMA PEMAKALAH 1 st TACOHAM	466

SUSUNAN ACARA

Waktu	Kegiatan	Pembicara
08.00-08.30	Pembukaan - Lagu Kebangsaan Indonesia Raya dan Hymne FK UNTAR - Laporan Ketua Panitia - Sambutan Dekan FK UNTAR - Sambutan Rektor FK UNTAR	MC: dr. Yoanita dr. Susy Olivia Lontoh, M.Biomed Dr. dr. Noer Saelan Tadjudin, Sp.KJ Prof. Ir. Agustinus Purna Irawan, I.P.U. ASEAN Eng
08.30-08.50	Keynote Speakers	Dr. dr. Anung Sugihantono, M.Kes Tenaga Ahli Badan KPK Menkes RI
08.50-09.10	Plenary Speakers	Prof. Ir. Agustinus Purna Irawan, I.P.U. ASEAN Eng Rektor Universitas Tarumanagara
09.10-09.30	Plenary Speakers	dr. Mochamat Helmi, M.Sc, SpAn, KIC, FISQUA, MARS
09.30-09.45	Question Answer	Moderator: dr Wiyarni Pambudi, Sp.A, IBCLC
09.45-10.00	Penyerahan sertifikat	MC: dr. Yoanita, M.Pd.Ked
10.00-12.00	Paralel Session I: Room 1-2-3-4-5-6	Pemakalah: mahasiswa PSSK dan PSPD FK UNTAR Moderator: - dr. Yoanita Widjaya, M.Pd.Ked - dr. Zita Atzmardina, MM, M.K.M, Sp.KKLP - dr. Dorna Yanti Lola Silaban, M.Gizi, Sp.GK - dr. Djung Lilya Wati, Sp.N - dr. Herwanto, Sp.A - dr. David Limanan, M.Biomed
12.30-13.00	Rehat	
13.00-15.00	Paralel Session II: Room 1-2-3-4-5-6	Pemakalah: mahasiswa PSSK dan PSPD FK UNTAR Moderator: - dr. Alexander Halim Santoso, M.Gizi - dr. Zita Atzmardina, MM, M.K.M, Sp.KKLP - dr. Dorna Yanti Lola Silaban, M.Gizi, Sp.GK - dr. Djung Lilya Wati, Sp.N - dr. Herwanto, Sp.A - dr. David Limanan, M.Biomed

HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN INSOMNIA PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS TARUMANAGARA ANGGARAN 2018

Annisa Dwi Febriana¹, Noer Saelan Tadjudin²

¹ Program Studi Sarjana Kedokteran, Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Jakarta
Email: annisa.405180027@stu.untar.ac.id

² Bagian Ilmu Kesehatan Jiwa, Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Jakarta
Email: noert@fk.untar.ac.id

ABSTRAK

Insomnia didefinisikan sebagai kesulitan jatuh atau tetap tidur. Insomnia merupakan keluhan tidur yang paling umum, dan dapat bersifat sementara atau permanen. Gangguan mental yang memiliki hubungan cukup erat dengan insomnia adalah kecemasan. Kecemasan adalah reaksi normal terhadap situasi tertentu yang mengancam, dan itu terjadi bersamaan dengan perkembangan, perubahan, dan pengalaman baru, serta pencarian identitas dan kehidupan seseorang. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mencari hubungan antara tingkat kecemasan dengan insomnia pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara angkatan 2018. Penelitian ini bersifat analitik observasional dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *non-random sampling* dengan jenis *consecutive sampling* dengan menggunakan uji *chi-square* pada 200 mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara 2018 dengan pembagian kuesioner *Hamilton Anxiety Rating Scale* dan *Insomnia Severity Index*. Dari total 200 responden, didapatkan 134 orang mengalami kecemasan, 66 orang tidak mengalami kecemasan, 117 orang mengalami insomnia dan 83 orang tidak mengalami insomnia. Dari 134 orang yang mengalami kecemasan terdapat 109 (81,5%) orang mengalami insomnia. Secara statistik, terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat kecemasan dengan insomnia ($PR = 6,71$; $p\text{-value} = 0,0001$). Dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan tingkat kecemasan dengan insomnia pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara angkatan 2018.

Kata kunci: Tingkat Kecemasan, Insomnia, *Hamilton Anxiety Rating Scale*

ABSTRACT

Insomnia is defined as difficulty falling or staying asleep. Insomnia is the most common sleep complaint, and it can be temporary or permanent. A mental disturbance that is closely related to insomnia is anxiety. Anxiety is a normal reaction to certain threatening situations, and it occurs simultaneously with development, change and new experiences, as well as the search for one's identity and life. The purpose of this study is to find the relationship between anxiety levels and insomnia in students of the Faculty of Medicine, Tarumanagara University class of 2018. This research is an analytic observational using a cross sectional approach. The sampling technique used non-random sampling with consecutive sampling type using the chi-square test on 200 students of the Faculty of Medicine, Tarumanagara University class of 2018 by distributing the Hamilton Anxiety Rating Scale questionnaire and Insomnia Severity Index. From a total of 200 respondents, it was found that 134 people experienced anxiety, 66 people did not experience anxiety, 117 people experienced insomnia and 83 people did not experience insomnia. Of the 134 people who experience anxiety, 109 (81.5%) people experience insomnia. Statistically, there was a significant relationship between the level of anxiety and insomnia ($PR = 6.71$; $p\text{-value} = 0.0001$). In conclusion, there is a relationship between anxiety levels and insomnia in students of the Faculty of Medicine, Tarumanagara University class of 2018.

Keywords: Levels of Anxiety, Insomnia, *Hamilton Anxiety Rating Scale*

PENDAHULUAN

Insomnia adalah gangguan tidur yang memengaruhi sebagian besar orang di seluruh dunia, baik sebagai kondisi primer maupun dan dengan adanya kondisi komorbiditas. Oleh karena itu, insomnia dapat menjadi masalah serius dalam perawatan primer.¹ Prevalensi dari

insomnia di Indonesia cukup tinggi, yaitu sebanyak 10% dari total 238 juta yang berkisar 28 juta penduduk Indonesia menderita insomnia.⁴ Sebuah studi dilakukan pada mahasiswa kedokteran Universitas Udayana menunjukkan bahwa 56% dari total 50 mahasiswa yang diteliti menderita insomnia klinis sedang dan 4% mahasiswa menderita insomnia klinis berat.²

Gangguan mental yang memiliki hubungan cukup erat dengan insomnia adalah kecemasan. Kecemasan sendiri merupakan perasaan ketakutan umum, tidak nyaman, agak samar, lalu diikuti dengan gejala otonom seperti pusing, frekuensi detak jantung yang meningkat, perasaan pada lambung atau perut yang tidak enak, atau keringat yang berlebihan.³

Pada mahasiswa kedokteran, kecemasan umumnya muncul disebabkan oleh padatnya jadwal kuliah dan ujian. Selain itu, faktor-faktor pribadi seperti sedang mengalami penyakit fisik, kehilangan teman dekat, anggota keluarga, dan masalah finansial juga perlu dipertimbangkan sebagai sumber stres bagi mahasiswa.⁴

Stella Tinia Hasianna melakukan penelitian pada mahasiswa baru FK Universitas Kristen Maranatha, pada mahasiswa semester awal merasakan kecemasan dengan presentase kecemasan didapat hasil 25,28% mahasiswa semester pertama mengalami kecemasan dan pada pria presentase dari kecemasannya mencapai 1,54% lebih banyak dari wanita.⁵ Studi lain yang dilakukan oleh Mohamad Ibnu Imadudin di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta angkatan 2011 didapatkan hasil prevalensi penderita insomnia yaitu 49,4% pada mahasiswa 3 kedokteran UIN. Jenis kelamin, konsumsi kopi, depresi, dan ansietas merupakan beberapa faktor dari terjadinya insomnia.⁶

Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Albar di STIKES, Aisyiyah Yogyakarta menunjukkan bahwa ada hubungan erat antara kecemasan dengan kualitas tidur mahasiswa selama menyusun skripsi. Selain itu juga mengemukakan dibutuhkan waktu lebih dari 60 menit untuk dapat tertidur, timbulnya mimpi menakutkan, dan sulit bangun di pagi hari dikarenakan adanya kecemasan yang timbul sebelum tidur.⁷ Berdasarkan hal yang telah disebutkan, peneliti berkeinginan untuk melanjutkan penelitian lebih lanjut dengan judul hubungan tingkat kecemasan dengan insomnia pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Angkatan 2018 dengan tujuan untuk mengetahui hubungan dari tingkat kecemasan terhadap insomnia untuk mengurangi prevalensi terjadinya insomnia.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini bersifat analitik observasional dengan menggunakan pendekatan *cross sectional* yang dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara dimulai dari bulan Januari 2021 – April 2021. Sampel penelitian ini adalah mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara yang memenuhi kriteria inklusi. Pengambilan sample untuk penelitian ini menggunakan *consecutive sampling*. Rumus besar sample untuk

penelitian analitik menggunakan uji hipotesis 2 proporsi independen. Dan didapatkan jumlah sample minimal sebesar 107 orang.

Pada penelitian ini, instrument penelitian yang digunakan adalah kuesioner *Insomnia Severity Index* yang telah divalidasi oleh dr. N. Saelan Tadjudin, Sp.KJ dan Citra Dewi dari Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara dan *Hamilton Anxiety Rating Scale* yang telah diterjemahkan ke Bahasa Indonesia, diuji validitas, reliabilitas dan *try out* oleh penelitian Hastutik (2018), pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro dengan jumlah sampel sebanyak 145 mahasiswa.⁸ Kriteria inklusi pada penelitian ini yaitu subjek bersedia mengikuti penelitian ini dan kriteria eksklusi pada penelitian ini yaitu subjek yang tidak mengisi dengan lengkap kuesioner yang diberikan. Data dari pasien diambil dengan cara responden mengisi kuesioner. Data yang diperoleh selanjutnya dikumpulkan dan diolah menggunakan program *software SPSS* lalu dianalisa dengan menggunakan tabel.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh penulis pada 200 responden sebagai subjek penelitian, diperoleh gambaran karakteristik yang meliputi jenis kelamin, dan usia. Pada penelitian ini didapatkan rerata usia responden adalah 20,63 tahun dengan jumlah responden laki-laki sebanyak 62 (31,0%) responden dan perempuan sebanyak 138 (69,0%) responden. 134 (67,0%) responden kecemasan dan 117 (41,5%) responden mengalami insomnia (Tabel 1).

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	Frekuensi	Persentase	Mean	Median
Jenis Kelamin				
Laki-laki	62	31,0%		
Perempuan	138	69,0%	20,63	Min: 19 Max: 23
Usia				
18-20 tahun	1	0,5%		
21-23 tahun	187	93,5%	57,92	
24-26 tahun	13	6,5%		Min: 7 Max: 41
Tingkat Kecemasan				
Cemas Berat Sekali	0	0%		
Cemas Berat	4	2,0%		
Cemas Sedang	35	17,4%		
Cemas Ringan	73	47,0%	11,90	
Tidak Cemas	55	33,0%		Min: 3 Max: 23
Insomnia				
Insomnia	117	54,5%		
Tidak Insomnia	83	41,5%		

Responden yang mengalami kecemasan dan mengalami insomnia sebesar 109 orang. Sedangkan, responden yang mengalami kecemasan tetapi tidak mengalami insomnia sebanyak 8 orang. Kemudian, responden yang tidak mengalami kecemasan tetapi mengalami insomnia sebesar 25 orang. Selanjutnya, responden yang tidak mengalami kecemasan dan tidak mengalami insomnia sebesar 58 orang (Tabel 2).

Tabel 2. Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Insomnia

	Insomnia	Tidak Insomnia	Total	<i>p-value</i>	<i>Prevalence Ratio (PR)</i>
Cemas	109	25	134		
Tidak Cemas	8	58	66	0,0001	6,71
Total	117	83	117		

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, hasil menunjukkan bahwa bahwa tingkat kecemasan yang diukur menggunakan *Hamilton Anxiety Rating Scale* dan dengan tingkat insomnia yang diukur menggunakan *Insomnia Severity Index* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara memiliki hubungan yang bermakna secara statistik ($PR = 6,71$; $p\text{-value} = 0,0001$)

Hasil penelitian ini didapatkan *prevalence ratio (PR)* = 6,71 yang menunjukkan bahwa seseorang yang mengalami kecemasan akan meningkatkan risiko terjadinya insomnia sebanyak 6,71 kali dibandingkan yang tidak mengalami kecemasan.

Hal ini sejalan dengan penelitian Saputri (2017) yang dilakukan pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya, didapatkan hubungan yang bermakna antara tingkat kecemasan dengan kejadian insomnia ($p\text{-value} = 0,002$) dimana adanya keterkaitan yang memungkinkan antara gangguan tidur dengan pengaturan emosional, termasuk kecemasan.⁹ Ada beberapa mekanisme yang mungkin menyebabkan keterkaitan antara insomnia dengan kecemasan. Salah satunya yaitu penyokong neurobiologis yang sama (neurotransmitter dan struktur otak) berhubungan dengan insomnia dan kecemasan. Batterham et al berhipotesis bahwa faktor biologis seperti peningkatan regulasi inflamasi yang berespon terhadap gangguan tidur berhubungan dengan kecemasan. Sedangkan menurut Kaneita et al, faktor lain seperti faktor genetik, sosial, dan lingkungan berkontribusi terhadap insomnia dan kecemasan.⁴

Dari penelitian ini, ditemukan bias seleksi, yaitu hanya melibatkan para mahasiswa angkatan 2018, sehingga ada kemungkinan populasi tersebut kurang representatif terhadap seluruh populasi mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara.

KESIMPULAN DAN SARAN

Dari hasil penelitian didapatkan hubungan antara kecemasan dengan insomnia pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara angkatan 2018 dengan jumlah 117 mahasiswa mengalami insomnia dan 134 orang mahasiswa mengalami kecemasan. Diharapkan bagi peneliti selanjutnya dilakukan penelitian lebih lanjut dengan responden yang lebih banyak dan angkatan yang berbeda. Diharapkan menggunakan alat ukur yang lebih baik. Menambahkan kriteria eksklusi berupa hal-hal lain yang dapat memicu terjadinya insomnia. Lalu bagi mahasiswa, diharapkan dapat mengurangi faktor-faktor yang menyebabkan kecemasan sehingga dapat mengurangi resiko terjadinya insomnia

DAFTAR PUSTAKA

1. Straten AV, Zweerde TVD, Kleiboer A. *Cognitive and behavioral therapies in the treatment of insomnia: a meta-analysis*. *Sleep Med Rev*. 2018;38 (1):3-16.
2. Sathivel D, Setyawati L. Prevalensi Insomnia pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *Intisari Sains Medis*. 2017. 8 (2): 87-92.
3. Sadock BJ, Sadock VA. Kaplan & Sadock's. *Synopsis of Psychiatry: Behavioral Sciences/Clinical Psychiatry, 10th Edition*. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins. 2010.
4. Alvaro PK, Roberts RM, Harris JK. *A systematic review assessing bidirectionality between sleep disturbances, anxiety, and depression*. *Sleep*. 2013;36 (7):1059–68.
5. Hasianna ST. Gambaran Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa Semester Satu Di Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Maranatha Tahun 2014. *Jurnal Maranatha*. 2014; 146 (2):46-49
6. Imadudin, Mohamad I. Prevalensi Insomnia pada Mahasiswa FKIK UIN Angkatan 2011. Jakarta: Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah. *Jurnal UIN Jakarta*. 2012; 73 (1):145-159
7. Albar. Hubungan antara Tingkat Kecemasan dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Selama Penyusunan Skripsi di Stikes 'Aisyiyah Yogyakarta. Yogyakarta: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah. *Jurnal UNISA*. 2014; 2 (2):66.
8. Hastutik A. Hubungan Antara Kecemasan Dengan Harapan Mahasiswa Bidikmisi Departemen Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro. *Jurnal Eprints Undip*. 2018;2 (1)21-23.
9. Oktaviana D. Hubungan Antara Tiingkat Kecemasan Dengan Kejadian Insomnia Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya Angkatan. 2019. *Journals UWK Surabaya*. 2020;2 (1)29-30.