

Kejadian excessive daytime sleepiness (EDS) dan kualitas tidur pada mahasiswa kesehatan / Desta Bambangafira, Tuti Nuraini

Desta Bambangafira, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20488534&lokasi=lokal>

Abstrak

ABSTRAK

Kejadian Excessive Daytime Sleepiness (EDS) merupakan gejala yang timbul dari kecenderungan untuk merasakan kantuk yang berlebihan pada periode terjaga. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara kejadian EDS dengan kualitas tidur pada mahasiswa baru di rumpun ilmu kesehatan. Desain penelitian ini adalah dengan pendekatan potong lintang menggunakan sampel mahasiswa Rumpun Ilmu Kesehatan sebesar 107 responden yang dipilih dengan teknik proportional stratified random sampling. Kejadian EDS diukur menggunakan kuesioner Epworth Sleepiness Scale (ESS), sedangkan kualitas tidur diukur menggunakan kuesioner Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI). Hasil penelitian menunjukkan bahwa prevalensi kejadian EDS dan kualitas tidur yang buruk cukup tinggi terjadi pada mahasiswa. Sebanyak 52 orang (48,6%) mengalami EDS dan sebanyak 80 orang (74,8%) memiliki kualitas tidur yang buruk. Hasil analisis statistik menunjukkan tidak ada hubungan yang signifikan ($p= 0,617$: $\chi^2= 0,249$) antara kejadian Excessive Daytime Sleepiness dan kualitas tidur, sehingga perlu dilakukan penelitian lebih lanjut terkait faktor-faktor yang dapat memengaruhi kejadian EDS dan kualitas tidur. Selain itu, upaya promotif dan preventif dapat dilakukan untuk mencegah masalah kesehatan akibat kualitas tidur yang buruk.