

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG MASALAH

World Health Organization (WHO) melaporkan bahwa telah ditemukannya virus jenis baru yang berasal dari Wuhan China pada tanggal 31 Desember 2019. Terdapat cluster pneumonia dengan etiologi atau penyebab yang tidak jelas berasal dari mana di Wuhan. Virus ini berkembang pada tanggal 7 Januari 2020 dan pada akhirnya ditetapkan menjadi virus baru yang berkembang di manusia yang disebut dengan *corona virus atau novel corona* (Kemenkes RI, 2020).

Menurut survey WHO terbaru yang dilaksanakan di 130 negara di dunia menyatakan bahwa pandemi COVID 19 ini memiliki banyak dampak buruk khususnya bagi kesehatan mental setiap individu. Pandemi COVID 19 telah menyebabkan terhentinya layanan kesehatan mental kritis di 93 % Negara dan hal ini menyebabkan meningkatnya permintaan kesehatan mental (WHO, 2020).

Data dari organisasi kesehatan dunia yaitu WHO menyebutkan bahwa lebih dari 60 % data kesehatan mental meningkat di dunia. Peningkatan ini

berlangsung disemua kalangan, 72% terjadi dikalangan anak – anak dan remaja, 70% dikalangan dewasa dan 61% dikalangan wanita yang membutuhkan layanan antenatal dan postnatal. Pandemi ini juga membawa dampak buruk bagi sebagian masyarakat seperti kehilangan pendapatan, isolasi, dan meningkatnya rasa ketakutan. Hal ini memicu terjadinya peningkatan konsumsi obat - obatan terlarang, konsumsi alcohol, kecemasan dan insomnia (WHO, 2020).

Pandemi COVID 19 telah memberi banyak dampak bagi kehidupan normal setiap individu. Life style atau gaya hidup dari yang mulanya berjalan dengan normal menjadi berubah sejak adanya virus *SARS-CoV-2* di dunia. Sebagai contoh dapat di lihat dalam kehidupan mahasiswa, dengan adanya sistem perkuliahan melalui daring membuat mahasiswa menjadi banyak mendapatkan tugas dan hal ini berdampak pada jam tidur yang menjadi tidak teratur lalu dapat berakibat menjadi terkena insomnia.

Prevalensi insomnia di dunia mencapai 30%, diketahui melalui *Cureresearch* 2017 sebagian besar penduduk yang ada didunia ini telah mengalami insomnia kronis. Beberapa Negara dilaporkan bahwa penduduknya memiliki kualitas tidur yang buruk salah satunya yaitu Amerika Serikat yang mencapai angka prevalensi 10% dan $\frac{1}{4}$ penduduknya telah mengalami insomnia kronis (Medical Daily, 2017).

Angka prevalensi insomnia di Indonesia mencapai 10% dari jumlah penduduknya yaitu sekitar 28 juta orang. Tingginya angka insomnia di Indonesia dipengaruhi oleh banyaknya permasalahan sosial, budaya dan ekonomi yang sering terjadi. Serta menurunnya kesehatan mental yang sering dialami oleh penduduk Indonesia seperti stress dan kecemasan. Insomnia merupakan gangguan dari pola tidur atau dalam kata lain dapat disebut susah tidur. Insomnia kerap terjadi dikalangan remaja khususnya mahasiswa tingkat akhir yang akan menyelesaikan tugas akhirnya. faktor yang dapat menyebabkan terjadinya insomnia dapat berasal dari internal dan eksternal (Dasheni Sathivel dkk, 2017).

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan yaitu peneliti ingin menggali lebih dalam lagi persepsi remaja mengenai faktor – faktor apa saja yang dapat menyebabkan insomnia. Dengan menggunakan metode penelitian kualitatif dan pendekatan *grounded theory* peneliti akan melakukan penelitian dengan variabel dependen yaitu insomnia dan variabel independennya yaitu faktor – faktor dari insomnia dengan sasaran mahasiswa. Alasan peneliti memilih sasaran dalam penelitian ini adalah remaja (mahasiswa) karena dilihat dari fenomena insomnia yang sudah ada banyak sekali mahasiswa yang merasakan dampak dari pandemi COVID 19 ini mulai dari banyaknya tugas akhir yang harus diselesaikan pada tepat waktu dan gaya hidup dari mahasiswa yang ikut berubah salah satunya yaitu pola tidur yang tidak

teratur dan berakibat insomnia. Faktor yang dapat menyebabkan mahasiswa mengalami insomnia pada masa pandemi COVID 19 diperkirakan karena adanya tekanan untuk menyelesaikan tugas akhir dan praktik kerja lapangan yang dilakukan pada semester akhir perkuliahan serta adanya beban yang dirasakan mahasiswa untuk menyelesaikan perkuliahan tepat waktu agar tidak menambah biaya perkuliahan. Hal ini lah yang menjadikan peneliti merasa tertarik untuk meneliti apakah faktor – faktor yang telah disebutkan diatas yang mempengaruhi kejadian insomnia pada mahasiswa dimasa pandemi COVID 19 ini.

B. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan diawal maka dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini yaitu Faktor – faktor apa saja yang dapat mempengaruhi kejadian insomnia pada mahasiswa dimasa pandemi COVID 19 ini?

C. TUJUAN PENELITIAN

Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini yaitu untuk menggali lebih dalam persepsi remaja mengenai faktor – faktor apa saja yang mempengaruhi insomnia selama pandemi COVID 19.

Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi faktor internal dari kejadian Insomnia pada remaja dimasa pandemi COVID 19.
2. Mengidentifikasi faktor eksternal dari kejadian Insomnia pada remaja dimasa pandemi COVID 19.

D. MANFAAT PENELITIAN

1. Manfaat Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengalaman bagi peneliti untuk dapat mengembangkan penelitian selanjutnya. Dan dapat berguna sebagai sarana untuk mengaplikasikan ilmu pengetahuan yang telah diperoleh dibangku perkuliahan.

2. Manfaat Bagi Sasaran

Penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan serta wawasan mengenai insomnia.

3. Manfaat Bagi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai acuan dalam penelitian lain dan dapat berguna sebagai literature bagi mahasiswa lainnya.

E. KEASLIAN PENELITIAN

TABEL 1.1 KEASLIAN PENELITIAN

N o	Peneliti	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Subjek Penelitian	Variabel
1	(Dasheni Sathivel dkk, 2017)	Prevalensi insomnia pada mahasiswa fakultas kedokteran universitas Udayana	Metode deskriptif	50 mahasiswa semester 1	Insomnia dan faktor insomnia (konsumsi kafein)
2	(Haryati dkk, 2020)	Faktor yang mempengaruhi kualitas tidur mahasiswa fakultas kedokteran universitas	Kuantitatif dengan pendekatan cross sectional	174 mahasiswa kedokteran	Faktor yang mempengaruhi kualitas tidur selama pandemi COVID 19 yaitu tingkat

		halu oleo			kecemasan.
3	(Zahara et al., 2018)	Gambaran insomnia pada remaja di SMKN 2 Pekanbaru	Metode deskriptif	94 remaja	Insomnia dan Faktor – faktor insomnia yaitu kualitas tidur yang buruk, penggunaan media elektronik, penyakit migren, nyeri, gangguan psikologi, depresi, kafein, nikotin dan rokok.
4	(Tiwa, 2020)	Dampak psikologis insomnia	Metode kualitatif	3 orang remaja berumur	Insomnia (kurangnya kesadaran

		pada remaja		18-21 tahun	pentingnya tidur dan gaya hidup yang tidak sehat).
5	(Purnawina di & Salii, 2020)	Durasi penggunaan media sosial dan insomnia pada remaja	Metode survey analitik dengan pendekatan cross sectional	155 remaja	Media sosial dan insomnia
6	(Güneş, 2017)	Insomnia in nursing students and related factors: A cross-sectional study	Metode kuantitatif dengan pendekatan cross sectional	379 mahasiswa	Insomnia dan tingkat stress.
7	(Alqudah et al., 2019)	Insomnia among	Metode kuantitatif	977 responden	Insomnia dan prestasi

		Medical and Paramedical Students in Jordan: Impact on Academic Performance	dengan pendekatan cross sectional		akademik pada mahasiswa.
8	(Marques et al., 2019)	Insomnia in College Students: Specificities Regarding Psychological Treatment	Literatur Riveu	-	Pengobatan atau terapi kognitif insomnia pada mahasiswa berdasarkan pengalaman klinis.
9	(Haile et al., 2017)	Insomnia and Its Temporal Association with Academic	Cross sectional	388 responden	Insomnia dan prestasi akademik.

		Performance among University Students: A Cross-Sectional Study			
10	(Yang et al., 2020)	Mental status of patients with chronic insomnia in China during COVID-19 epidemic	Cross sectional	764 responden	Insomnia dan COVID 19

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui persepsi remaja mengenai insomnia selama COVID 19. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya yaitu penelitian sebelumnya hanya meneliti pada masa sebelum terjadinya COVID 19 sedangkan penelitian saya akan fokus pada insomnia yang terjadi selama pandemi ini, lalu dalam penelitian sebelumnya juga kebanyakan menggunakan metode kuantitatif dengan sampel yang besar

dan fokus penelitiannya yaitu hubungan insomnia dengan kejadian lainnya, sedangkan penelitian yang akan saya lakukan ini menggunakan metode kualitatif dengan tujuan ingin menggali lebih dalam mengenai persepsi remaja mengenai insomnia dan faktor – faktor apa saja yang menyebabkan insomnia itu terjadi dimasa Pandemi COVID 19.