

Artikel Penelitian

Hubungan Nokturia dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa Profesi Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya Selama Pandemi Covid-19

Correlation Between Nocturia And Quality Of Sleep In Clinical Year Students of Medical Faculty Brawijaya University During Covid-19 Pandemic

Fathina Zahrani Rahmaniar¹, Besut Daryanto², Alidha Nur Rakhmani³

¹ Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya, RSUD dr. Saiful Anwar, Malang, Jawa Timur, Indonesia

² Departemen Urologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Brawijaya, RSUD Dr. Saiful Anwar Malang, Jawa Timur, Indonesia

³ Departemen Kedokteran Keluarga, Fakultas Kedokteran, Universitas Brawijaya, RSUD Dr. Saiful Anwar Malang, Jawa Timur, Indonesia

Diterima 8 Juni 2024; Direvisi 28 Juli 2024; Publikasi 25 Oktober 2024

INFORMASI ARTIKEL

Penulis Koresponding:

Fathina Zahrani Rahmaniar,
Fakultas Kedokteran Universitas
Brawijaya, RSUD dr. Saiful Anwar,
Malang, Jawa Timur, Indonesia. Jl
Jaksa Agung Suprpto No. 2 Malang
65111.

Email: fathina@student.ub.ac.id

ABSTRAK

Pendahuluan: Keluhan individu yang harus bangun untuk berkemih satu kali atau lebih pada malam hari yang didahului dan diikuti oleh tidur didefinisikan sebagai nokturia. Hal ini sangat rentan terjadi pada orang dewasa muda yang memiliki volume beban kerja tinggi. Mahasiswa profesi merupakan salah satu kelompok dengan tingkat stres dan kelelahan fisik yang tinggi yang berakibat pada terjadinya gangguan tidur yang dapat menurunkan kualitas tidur. Pandemi Covid-19 memengaruhi berbagai aspek kehidupan masyarakat termasuk dalam penerapan sistem perkuliahan dan pembatasan jam kerja untuk mahasiswa profesi kedokteran di seluruh Indonesia.

Tujuan: Mengetahui angka kejadian nokturia, kualitas tidur dan hubungan keduanya pada mahasiswa profesi Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya selama pandemi Covid-19.

Metode: Penelitian observasional analitik dengan desain *Cross-sectional* dan teknik *Purposive Sampling*. Penelitian dilakukan pada bulan April-Mei 2022. Responden terdiri dari 78 mahasiswa profesi yang ditentukan berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Analisis data menggunakan uji Chi-square.

Hasil: Dari 78 responden, 39 responden (50%) mengalami nokturia dan 47 responden (60,25%) memiliki kualitas tidur tidak baik. Analisis hubungan antara nokturia dengan kualitas tidur memiliki hasil yang tidak signifikan ($p=0,488$).

Kesimpulan: Mahasiswa profesi cenderung mengalami gejala nokturia dan memiliki kualitas tidur yang tidak baik. Namun, tidak didapatkan hubungan antara nokturia dengan kualitas tidur.

Kata Kunci: Nokturia; kualitas tidur; gangguan tidur; mahasiswa; Covid-19.

ABSTRACT

Background: Nocturia defined as an individual's complaint of having an urge to urinate during the night, followed by sleep. It is particularly happened in young adults who have a heavy workload. Clinical year students are among the populations with high levels of physical fatigue and stress, which may lead to sleep disorders that might impair the quality of one's sleep. Particularly recently, the Covid-19 pandemic is affecting many parts of people's life, such as the implementation of a lecture system and limitations on the number of hours that clinical year students in Indonesia can work.

Aim: Determine the prevalence of nocturia, the quality of their sleep, and the correlation between those two in clinical year students in the Faculty of Medicine at Brawijaya University during the Covid-19 pandemic.

Methods: An analytical cross-sectional study using purposive sampling method. This



study was conducted in April and May of 2022. 78 clinical year students were selected based on inclusion and exclusion criteria as the participants in the study. Data analyzed with the Chi-square test.

Results: Among the 78 respondents, 39 (50%) reported having nocturia and 47 (60.25%) reported having poor sleep quality. The chi square test showed no significant correlation between nocturia and sleep quality was 0.488 ($p>0.05$).

Conclusion: Clinical year students frequently have poor sleep quality and nocturia symptoms. However there is no association between nocturia and sleep quality.

Keywords: Nocturia; quality of sleep; sleep disorder; clinical year students; Covid-19.

PENDAHULUAN

The International Continence Society (ICS) mendefinisikan nokturia sebagai keluhan individu yang harus bangun untuk berkemih satu kali atau lebih pada malam hari⁽¹⁾. Nokturia tidak hanya mengganggu, tapi juga berakibat meningkatnya morbiditas dan risiko terjatuh pada malam hari. Dengan bertambahnya usia, baik laki-laki atau perempuan terjadi peningkatan frekuensi berkemih pada malam hari, termasuk orang dewasa muda. Menurut *Third National Health and Nutrition Examination Survey* (NHANES III) prevalansi nokturia pada penduduk Amerika Serikat yang berusia 20-29 tahun masing-masing adalah 32% dan 42% pada pria dan wanita. Nokturia dapat memiliki efek negatif pada produktivitas siang hari karena pengaruh dari tidur yang terfragmentasi serta dapat mempengaruhi kualitas hidup penderitanya. Hal ini sangat penting pada orang dewasa muda yang rentan terhadap volume beban kerja yang tinggi⁽²⁾. Selanjutnya, pada penelitian Coskun⁽¹⁾ (2017) pada 221 mahasiswa kedokteran di Turki tahun 2016 ditemukan 47 siswa (21,30%) memiliki nokturia dengan tingkat nokturia adalah 27,40% pada wanita dan 13,40% pada pria.

Program studi pendidikan dokter di fakultas kedokteran dinilai merupakan satu dari sepuluh jurusan tersulit dengan mahasiswa tersibuk di Indonesia⁽³⁾. Hal ini dikarenakan pada jurusan tersebut banyak mempelajari mengenai sistem tubuh, ragam penyakit, pengobatan penyakit, diagnosis medis dengan keseluruhan aspek seorang

individu, baik aspek sosial, budaya, hingga psikis yang termasuk dalam proses suatu penyakit. Untuk mencapai gelarnya sebagai dokter, mahasiswa kedokteran harus menempuh dua tahap yaitu tahap preklinik dan profesi. Berdasarkan hasil wawancara personal dengan tiga mahasiswa profesi di salah satu fakultas kedokteran di Indonesia, menunjukkan bahwa mahasiswa profesi sering mengalami kelelahan baik kelelahan fisik maupun psikis karena aktivitas pembelajaran yang padat.

Selain itu, mahasiswa profesi juga mengikuti kegiatan pembelajaran secara praktek langsung terhadap pasien dan mendapat tugas jaga sesuai dengan stase yang sedang dijalani. Seorang mahasiswa profesi harus *standby* selama 24 jam penuh dalam menangani pasien selama mendapat tugas jaga, baik di poliklinik, instalasi gawat darurat, atau di ruangan rawat inap, yang menyebabkan durasi tidur mahasiswa profesi menjadi berkurang⁽⁴⁾. Dampak yang dapat muncul dari jam kerja yang cukup panjang, perubahan waktu tidur, dan ketidak-cukupan waktu tidur dapat menyebabkan gangguan tidur, dan tentunya dapat menurunkan kualitas tidur.

Kurangnya kualitas tidur yang baik dapat menjadi faktor risiko terjadinya masalah fisik dan psikologis⁽⁵⁾. Sebuah survei *National Sleep Foundation* di Amerika Serikat pada tahun 2003 menemukan bahwa nokturia adalah penyebab gangguan tidur yang terjadi setiap malam atau hampir setiap malam pada 53% dari mereka yang berusia 55-84 tahun. Gangguan tidur secara signifikan

mengganggu pada mereka dengan 2 kali atau lebih berkemih pada malam hari.

Penyebaran penyakit virus Corona 2019 (Covid-19) yang berawal dari wilayah Wuhan menjadi kekhawatiran dunia. Berbagai kasus infeksi Covid-19 sejauh ini telah ditemukan di berbagai negara, termasuk Indonesia⁽⁶⁾. Dampak yang ditimbulkan dari pandemi ini pun terasa di berbagai aspek kehidupan masyarakat Indonesia, termasuk penerapan sistem pendidikan dan pembatasan jam kerja bagi mahasiswa kedokteran di seluruh Indonesia.

METODE

Penelitian observasional analitik dengan desain *cross-sectional*, dan menggunakan metode *Purposive Sampling*. Peneliti melakukan analisis mengenai hubungan nokturia dengan kualitas tidur pada mahasiswa profesi Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya selama pandemi Covid-19. Pengambilan data dilakukan satu kali pada mahasiswa secara bersamaan dengan variabel bebas yaitu angka kejadian nokturia dan variabel terikat yaitu kualitas tidur.

Waktu penelitian terhitung dari bulan April hingga Mei 2022. Responden yang dimasukkan pada penelitian ini adalah 78 mahasiswa profesi Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya yang sesuai dengan kriteria inklusi, meliputi mahasiswa profesi berstatus aktif kuliah dan bersedia menjadi responden. Mahasiswa profesi yang sedang mengonsumsi obat diuretik, obat anti-depresi, dan *calcium channel blockers* serta mahasiswa profesi yang memiliki infeksi saluran kemih, penyakit diabetes melitus,

penyakit stroke dan penyakit hipertensi, merupakan kriteria eksklusi sehingga tidak diikutkan dalam penelitian ini.

Data akan dianalisis menggunakan software SPSS 24 yang meliputi analisis univariat dan bivariat. Deskripsi setiap variabel penelitian dan karakteristik dasar responden diuji menggunakan analisis univariat. Karakteristik dasar yaitu jenis kelamin, usia, tahun angkatan, rotasi klinik, frekuensi konsumsi kafein, kota asal dan aktivitas setelah kuliah dalam bentuk tabel serta karakteristik tambahan berupa tingkat kelelahan dengan menggunakan kuesioner *Cumulative Fatigue Symptom Index (CFSI)* dalam bentuk grafik. Selain itu, digunakan juga untuk mengetahui presentase/proporsi jawaban responden pada masing-masing kuesioner *International Consultation on Incontinence Questionnaire Nocturia (ICIQ-N)* dan kuesioner *Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)*. Uji Chi-square digunakan untuk menguji hubungan antara angka kejadian nokturia dengan kualitas tidur.

HASIL

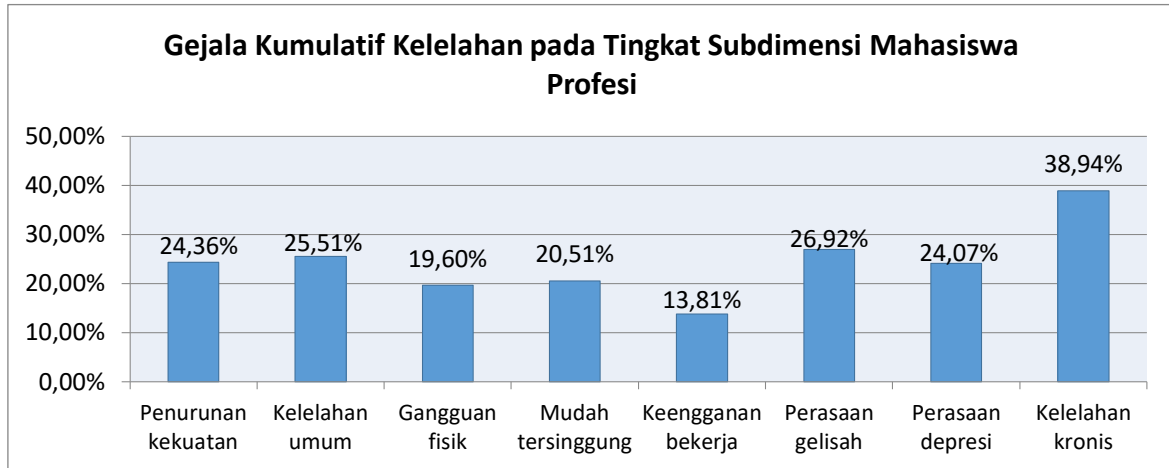
Berdasarkan tabel karakteristik dasar mahasiswa, diketahui dari 78 responden yang terlibat, mayoritas berjenis kelamin perempuan (60,30%), berusia 22-23 tahun (57,70%), dengan tahun angkatan terbanyak adalah 2016 (37,20%) dan 2018 (37,20%), sedang dalam rotasi klinik obstetri-ginekologi (12,80%), dengan rata-rata konsumsi kafein dalam sehari yaitu 1 cangkir (250ml) (48,70%), berasal dari luar kota Malang (79,50%) dan aktivitas yang dilakukan setelah kuliah adalah melakukan hobi (51,28%). Data lengkap dapat dilihat pada **Tabel 1**.

Tabel 1. Karakteristik Dasar Responden

Variabel	Frekuensi, n(%)
Jenis Kelamin	
Laki-laki	31 (39,70)
Perempuan	47 (60,30)
Usia	
20-21	15 (19,20)
22-23	45 (57,70)
24-25	18 (23,10)
Tahun Angkatan	
2015	1 (1,30)
2016	29 (37,20)
2017	19 (24,40)
2018	29 (37,20)
Rotasi Klinik	
Anestesiologi dan Terapi Intensif	4 (5,10)
IKM KP	5 (6,40)
Ilmu Bedah	9 (11,50)
Ilmu Kedokteran Emergensi	8 (10,30)
Ilmu Kedokteran Forensik	4 (5,10)
Ilmu Kesehatan Anak	2 (2,60)
Ilmu Kesehatan Kulit dan Kelamin	1 (1,30)
Ilmu Kesehatan Mata	3 (3,80)
Ilmu Kesehatan THT-KL	4 (5,10)
Ilmu Penyakit Dalam	5 (6,40)
Kedokteran Keluarga	6 (7,70)
Neurologi	2 (2,60)
Obstetri-Ginekologi	10 (12,80)
Panum	7 (9,00)
Psikiatri	2 (2,60)
Radiologi	6 (7,70)
Frekuensi Mengonsumsi Kafein	
Tidak mengonsumsi	28 (35,90)
1 cangkir (250 ml)/ hari	38 (48,70)
2 cangkir (500 ml)/ hari	10 (12,80)
3 cangkir (750 ml)/ hari	2 (2,60)
Kota Asal	
Malang	16 (20,50)
Luar Malang	62 (79,50)
Aktivitas setelah Kuliah	
Bekerja	17 (21,80)

Analisis deskriptif karakteristik tambahan berdasarkan tingkat kelelahan mahasiswa dijelaskan melalui grafik gejala kumulatif kelelahan pada tingkat subdimensi menunjukkan bahwa pada karakteristik gejala kumulatif kelelahan pada tingkat subdimensi dengan nilai R (%) terdapat 24,36% pada tingkat keluhan penurunan kekuatan, 25,51% pada tingkat keluhan kelelahan umum, berikutnya 19,60% pada tingkat keluhan gangguan fisik, 20,51% pada tingkat keluhan mudah

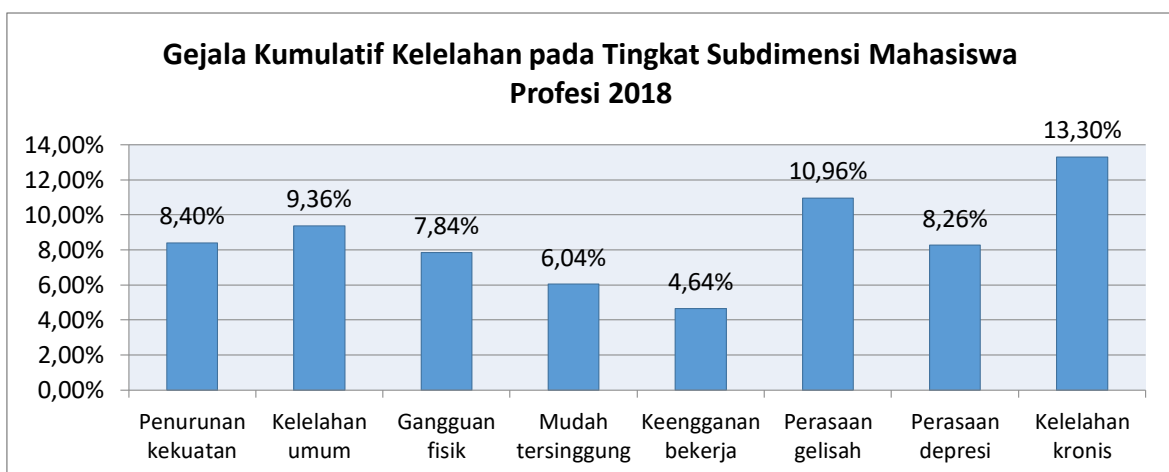
tersinggung, selanjutnya 13,81% pada tingkat keluhan keengganan bekerja, 26,92% pada tingkat keluhan perasaan gelisah, kemudian 24,07% pada tingkat keluhan perasaan depresi, dan 38,94% pada tingkat keluhan kelelahan kronis. Dengan demikian pada karakteristik gejala kumulatif tingkat keluhan kelelahan paling banyak terdapat pada dimensi kelelahan fisik khususnya pada subdimensi kelelahan kronis. Data tersebut tertera pada **Gambar 1**.



Gambar 1. Gejala kumulatif Kelelahan pada Tingkat Subdimensi Mahasiswa Profesi.
Sumber: Data Primer

Analisis mengenai tingkat kelelahan lebih lanjut dilakukan pada mahasiswa baru profesi yaitu angkatan 2018 melalui grafik gejala kumulatif kelelahan pada tingkat subdimensi didapatkan bahwa pada karakteristik gejala kumulatif kelelahan mahasiswa 2018 pada tingkat subdimensi dengan nilai R (%) terdapat 8,40% pada tingkat keluhan penurunan kekuatan, 9,36% pada tingkat keluhan kelelahan umum, selanjutnya 7,14% pada tingkat keluhan gangguan fisik, 6,04% pada tingkat keluhan mudah tersinggung, berikutnya 4,64% pada tingkat keluhan keengganan

bekerja, 10,96% pada tingkat keluhan perasaan gelisah, serta 8,26% pada tingkat keluhan perasaan depresi, dan 13,30% pada tingkat keluhan kelelahan kronis. Hal ini menunjukkan bahwa pada karakteristik gejala kumulatif tingkat keluhan kelelahan paling banyak pada mahasiswa profesi 2018 terdapat pada subdimensi kelelahan kronis yang merupakan salah satu dimensi kelelahan fisik dan diikuti oleh subdimensi perasaan gelisah yang merupakan salah satu dimensi kelelahan mental. Data tersebut ditunjukkan pada **Gambar 2**.



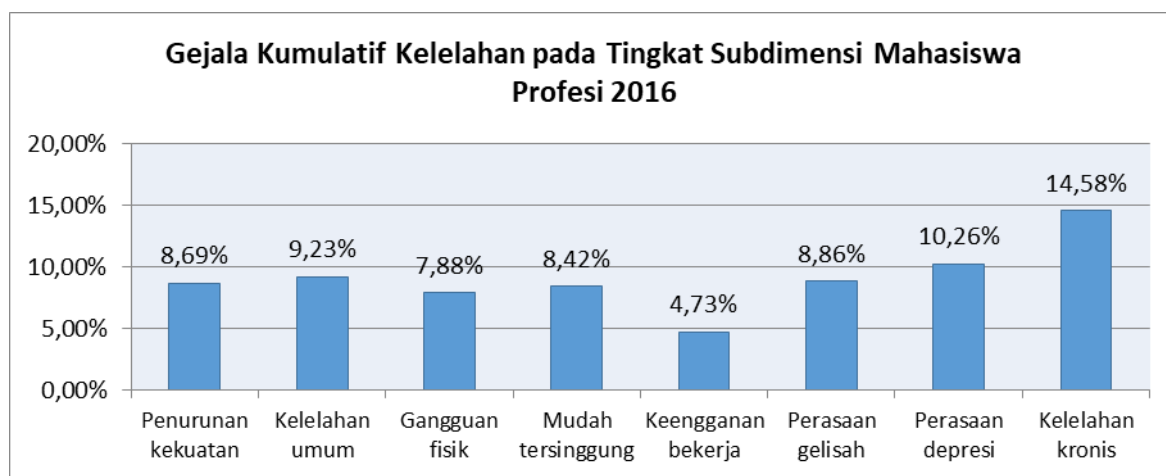
Gambar 2. Gejala Kumulatif Kelelahan Responden Angkatan 2018
Sumber: Data Primer

Analisis mengenai tingkat kelelahan lebih lanjut juga dilakukan pada mahasiswa

lama profesi yang akan melakukan sumpah dokter yaitu angkatan 2016 melalui grafik

gejala kumulatif kelelahan pada tingkat subdimensi menunjukkan bahwa pada karakteristik gejala kumulatif kelelahan mahasiswa 2016 pada tingkat subdimensi dengan nilai R (%) terdapat 8,69% pada tingkat keluhan penurunan kekuatan, 9,23% pada tingkat keluhan kelelahan umum, berikutnya 7,88% pada tingkat keluhan gangguan fisik, 8,42% pada tingkat keluhan mudah tersinggung, selanjutnya 4,73% pada tingkat keluhan keengganan bekerja, 8,86% pada tingkat keluhan

perasaan gelisah, kemudian 10,26% pada tingkat keluhan perasaan depresi, dan 14,58% pada tingkat keluhan kelelahan kronis. Dengan demikian pada karakteristik gejala kumulatif tingkat keluhan kelelahan paling banyak pada mahasiswa profesi 2016 terdapat pada subdimensi kelelahan kronis yang merupakan salah satu dimensi kelelahan fisik dan diikuti oleh subdimensi perasaan depresi yang merupakan salah satu dimensi kelelahan mental. Hal ini ditunjukkan pada **Gambar 3**.



Gambar 3. Gejala Kumulatif Kelelahan Responden Angkatan 2016
Sumber: Data Primer

Pada penelitian ini juga diperoleh analisis deskriptif nokturia dan kualitas tidur. Diketahui bahwa dari 78 mahasiswa profesi Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya yang terlibat dalam penelitian ini sebesar 50,0% responden tidak mengalami nokturia dan sebesar 50,0% responden mengalami nokturia. Data dapat dilihat pada **Tabel 2**.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Nokturia

Nokturia	Frekuensi (%)
Tidak Mengalami Nokturia	39 (50,0)
Mengalami Nokturia	39 (50,0)

Sedangkan mahasiswa profesi yang memiliki kualitas tidur yang baik sebesar 39,7% responden dan sebesar 60,3% responden memiliki kualitas tidur yang

tidak baik. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa profesi Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya yang terlibat dalam penelitian ini memiliki kualitas tidur yang tidak baik. Data dapat dilihat pada **Tabel 3**.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Nokturia

Nokturia	Frekuensi (%)
Baik	31 (39,70)
Tidak Baik	47 (60,30)

Analisis hubungan antara nokturia dengan kualitas tidur dapat ditunjukkan dari sebanyak 21,80% responden yang mengalami nokturia, memiliki kualitas tidur yang kurang baik (28,20). Hubungan antara nokturia dengan kualitas tidur diuji menggunakan uji Chi Square. Berdasarkan

tabel hasil analisis bivariat diketahui bahwa nilai probabilitas chi-square sebesar 0,488, yang menyatakan bahwa tidak terdapat

hubungan yang signifikan antara nokturia dengan kualitas tidur. Data selengkapnya tertera pada **Tabel 4**.

Tabel 4. Analisis Hubungan antara Nokturia dengan Kualitas Tidur

Nokturia	Kualitas Tidur		Total (n(%))	P-Value
	Baik, n(%)	Tidak Baik, n(%)		
Tidak Mengalami Nokturia	14 (17,90)	25 (32,10)	39 (50,00)	0,488
Mengalami Nokturia	17 (21,80)	22 (28,20)	39 (50,00)	
Total	31 (39,70)	47 (60,30)	78 (100,00)	

PEMBAHASAN

Penelitian yang melibatkan 78 mahasiswa profesi Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya sebagai responden yang memenuhi kriteria inklusi. Didapatkan data karakteristik dasar yang menunjukkan bahwa mayoritas responden yang terlibat adalah berjenis kelamin perempuan (60,30%), berusia 22-23 tahun (57,70%), dengan tahun angkatan terbanyak adalah 2016 (37,20%) dan 2018 (37,20%), sedang dalam rotasi klinik obsetri- ginekologi (12,80%), dengan rata-rata konsumsi kafein dalam sehari yaitu 1 cangkir (250ml) (48,70%), berasal dari luar malang (79,50%) dan aktivitas yang dilakukan setelah kuliah adalah melakukan hobi (51,28%).

Selain itu, telah dilakukan analisis mengenai data karakteristik tambahan responden berupa tingkat kelelahan terbanyak pertama pada subdimensi kelelahan kronis yang merupakan salah satu dimensi kelelahan fisik dan terbanyak kedua yaitu pada subdimensi perasaan gelisah yang merupakan salah satu kelelahan mental. Analisis mengenai tingkat kelelahan dilakukan lebih terperinci pada mahasiswa baru profesi yaitu angkatan 2018 dan mahasiswa lama profesi yang akan melakukan sumpah dokter yaitu angkatan 2016 didapatkan tingkat kelelahan terbanyak pertama pada subdimensi kelelahan kronis yang termasuk kelelahan fisik. Namun, terdapat perbedaan

subdimensi tingkat kelelahan terbanyak kedua, yaitu pada angkatan 2018 adalah subdimensi perasaan gelisah sedangkan pada angkatan 2016 adalah perasaan depresi, di mana keduanya merupakan kelelahan mental.

Pada sebuah penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa profesi atau dokter muda seringkali mengalami kelelahan secara fisik dan psikis karena aktivitas pembelajaran terutama pembelajaran secara praktek yang padat, yang meliputi tugas jaga di beberapa ruangan seperti di instalasi gawat darurat, poliklinik, dan ruangan rawat inap. Tugas jaga yang dijalani selama 24 jam penuh menyebabkan durasi tidur dokter muda berkurang. Sebagai tambahan, penelitian tersebut juga menunjukkan bahwa mahasiswa profesi atau dokter muda seringkali mengalami stres karena merasa kurang mampu dalam melakukan penanganan pada pasien saat bertugas jaga. Dari penelitian tersebut, dapat ditarik kesimpulan bahwa dokter muda mudah untuk mengalami stres saat menjalani kegiatan pembelajaran. Hal tersebut dapat berdampak pada performa kerja yang kurang optimal⁽³⁾.

Nokturia merupakan keluhan seseorang yang terbangun dan harus berkemih satu kali atau lebih pada malam hari. Jumlah berkemih setiap malam meningkat seiring bertambahnya usia, namun hal ini bukan gejala yang langka pada usia dewasa muda. Menurut *Third National Health and Nutrition Examination*

Survey (NHANNES III) prevalensi nokturia pada penduduk Amerika Serikat yang berusia 20-29 tahun masing-masing adalah 32% dan 42% pada pria dan wanita.

Penelitian ini merupakan penelitian pertama yang berfokus mengenai nokturia pada usia dewasa muda khususnya mahasiswa profesi kedokteran di Indonesia. Berdasarkan hasil penelitian terhadap 78 responden berusia 20-25 tahun yang tergolong dalam usia dewasa muda didapatkan perbandingan jumlah yang sama dari responden yang tidak mengalami maupun mengalami nokturia, yaitu masing-masing sebanyak 39 responden (50%). Keluhan nokturia mayoritas dialami oleh responden perempuan, yaitu sebanyak 23 responden (59%). Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Coskun (2017) yang dilakukan pada 221 responden mahasiswa kedokteran di Turki berumur 19-23 tahun didapatkan bahwa 47 responden (21,30%) mengalami nokturia dengan tingkat nokturia 27,40% pada wanita dan 13,40% pada pria. Artinya, mahasiswa kedokteran lebih sering mengalami gejala nokturia⁽¹⁾.

Nokturia juga dapat memberikan efek negatif pada produktivitas kerja akibat dari tidur yang terganggu. Kurangnya waktu tidur karena nokturia kerap terjadi pada usia dewasa muda dibandingkan dengan usia lanjut. Hal ini disebabkan karena pada usia muda khususnya mahasiswa rentan terhadap kelelahan mental seperti stres karena ujian dan peningkatan volume beban kerja. Meta-analisis pada tahun 2015 menyatakan bahwa prevalensi nokturia adalah 2%-18% pada pasien berusia 20-40 tahun. Nokturia yang terjadi setidaknya sekali semalam lebih umum pada wanita muda daripada pria muda, tetapi prevalensinya menjadi serupa seiring bertambahnya usia⁽⁷⁾. Namun, terdapat faktor risiko penting lain yang mungkin menyebabkan nokturia adalah depresi dan gangguan kecemasan yang sangat relevan pada pria dengan usia

dewasa muda. Dalam sebuah penelitian, risiko mengalami nokturia ditemukan 6 dan 3 kali lebih tinggi pada pria dan wanita dengan depresi⁽¹⁾.

Penelitian ini juga menganalisis kualitas tidur pada mahasiswa profesi kedokteran dan hasil analisis menunjukkan bahwa 47 responden (60,3%) memiliki kualitas tidur yang tidak baik. Sehingga, dapat disimpulkan bahwa selama pandemi Covid-19 mayoritas responden memiliki kualitas tidur yang tidak baik. Penelitian ini selaras dengan penelitian yang dilakukan sebelumnya terhadap 45 mahasiswa profesi kedokteran di Universitas Sumatera Utara yang menunjukkan adanya perburukan kualitas tidur. Hal ini dapat terjadi karena adanya pergeseran rotasi yang cepat dan beban kerja yang berat sehingga mengakibatkan kurang tidur, gangguan tidur, dan substitusi tidur yang tidak memadai akibat shift jaga malam, sehingga dapat mengganggu siklus tidur-bangun dan irama sirkadian yang tentunya menyebabkan gangguan tidur dan berdampak pada penurunan kualitas tidur⁽⁸⁾.

Jam kerja yang panjang dan beban kerja yang berat telah menjadi bagian integral dari aktivitas mahasiswa profesi. Dalam beberapa tahun terakhir, beban kerja dokter juga meningkat karena berbagai alasan, antara lain peningkatan jumlah pasien, meningkatnya kompleksitas kasus pada pasien, distribusi dokter yang heterogen, dan peningkatan proyek penelitian yang dilakukan⁽⁸⁾.

Terdapat beberapa faktor yang dapat memengaruhi kualitas tidur seseorang, salah satunya adalah tingkat kelelahan. Mahasiswa profesi kedokteran umumnya mengalami kelelahan dikarenakan padatnya aktivitas yang dijalani. Pernyataan tersebut juga dikemukakan dalam salah satu penelitian, bahwa adanya korelasi antara kualitas tidur dengan tingkat kelelahan kerja pada perawat ruang rawat inap kelas 3 di Rumah Sakit PKU

Muhammadiyah Gamping, dimana kualitas tidur yang dimiliki berbanding lurus dengan tingkat kelelahan responden. Kelelahan yang dirasakan seseorang karena bekerja melebihi batas kapasitasnya akan membebani dan mengganggu tidur seseorang, baik pada saat tidur awal, pada saat tidur, maupun pada akhir tidur. Akibat gangguan tidur tersebut, kualitas tidur yang diharapkan tidak akan tercapai. Kualitas tidur yang didapat diakibatkan karena jam tidur yang digunakan untuk bekerja sehingga kebutuhan tidur 7-8 jam per hari tidak terpenuhi.

Kemudian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara gangguan tidur dan kelelahan⁽⁹⁾. Penelitian lain yang dilakukan oleh Keswara 2019 diperoleh bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki kualitas tidur yang tidak baik. Pola tidur yang dimiliki pada usia dewasa muda cukup berbeda dengan usia lainnya yang mengharuskan untuk begadang dan bangun lebih cepat karena tuntutan kuliah atau pekerjaan, sehingga mengakibatkan rasa kantuk yang berlebihan pada siang hari⁽¹⁰⁾.

Peneliti melakukan analisis lebih lanjut dan didapatkan hasil bahwa kejadian nokturia dengan kualitas tidur tidak memiliki hubungan yang signifikan. Hasil analisis tersebut berbeda dengan penelitian Przydacz tahun 2018⁽¹¹⁾ yang menyatakan bahwa nokturia berkorelasi secara signifikan dengan kualitas tidur pada 98 responden yang berusia 20-67 tahun. Nokturia secara negatif mempengaruhi terjadinya durasi tidur lelap yang merupakan tahap tidur yang paling restoratif. Telah diamati bahwa nokturia yang paling memberatkan kualitas tidur adalah berkemih pada 3-4 jam pertama dari tidur. Fragmentasi tidur memiliki banyak konsekuensi negatif termasuk kelelahan pada siang hari, kesulitan berkonsentrasi, perubahan suasana hati, dan penurunan produktivitas tempat kerja, akhirnya mempengaruhi kualitas hidup pasien. Namun, nokturia yang terjadi hanya sekali

dalam semalam tidak cukup signifikan untuk menyebabkan gangguan pada sebagian besar pasien. Hasil dari studi populasi besar telah menunjukkan bahwa setidaknya dua kali berkemih pada malam hari dapat menjadi masalah kesehatan yang signifikan karena secara substansial mengurangi kualitas hidup pasien yang terkena dampak. Menurut peneliti, hal ini berbeda dengan penelitian sebelumnya dikarenakan dari 50% responden yang mengalami nokturia sebagian besar hanya mengalami nokturia satu kali per malam sehingga tidak memberikan dampak yang signifikan pada kualitas tidur⁽¹¹⁾.

KESIMPULAN

Nokturia merupakan keluhan yang dikeluhkan oleh sebagian besar responden, yang disusul oleh kualitas tidur yang kurang baik, yang terjadi saat pandemi Covid-19. Mayoritas responden juga mengalami kelelahan fisik. Namun, kejadian nokturia dengan kualitas tidur dinilai tidak memiliki pengaruh yang signifikan.

Keterbatasan penelitian ini adalah responden hanya berasal dari mahasiswa profesi kedokteran saja, untuk selanjutnya perlu dilakukan penelitian pada mahasiswa profesi lainnya, mengingat mahasiswa profesi merupakan populasi yang rentan terhadap tingkat stress yang tinggi.

DAFTAR PUSTAKA

1. Coskun, B., Yurdakul, T., Kaygisiz, O., Nizameddin, K.O.C.A. and Yavascaoglu, I., 2017. How frequent is nocturia in medical students?. *The European Research Journal*, 3(1), pp.68-72.
2. Yoshimura, K., 2012. Correlates for nocturia: a review of epidemiological studies. *International Journal of Urology*, 19(4), pp.317-329.
3. Rosalina, R. and Siswati, S., 2020. Hubungan Antara Psychological Capital Dengan Psychological Well-Being Pada Dokter Muda Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro. *Empati*, 7(3), pp.1124-1129.
4. Imaniar, R. and Sularso, R., 2016. Pengaruh Burnout terhadap Kecerdasan Emosional, Self-Efficacy, dan Kinerja Dokter Muda di Rumah

- Sakit Dr. Soebandi. *Jurnal Maksipreneur: Manajemen, Koperasi, dan Entrepreneurship*, 5(2), p.46.
5. Batubara, G.J., 2018. Hubungan Kualitas Tidur dengan Working Memory pada Dokter Muda di Rumah Sakit Umum Pusat Haji Adam Malik Medan.
 6. Hutaauruk, A., 2020. Kendala Pembelajaran Daring Selama Masa Pandemi di Kalangan Mahasiswa Pendidikan Matematika: Kajian Kualitatif Deskriptif. *Sepren*, 2(1), p.45.
 7. Yazici, C. and Kurt, O., 2015. Combination therapies for the management of nocturia and its comorbidities. *Research and Reports in Urology*, p.57.
 8. Chou, Y., Agus, D. and Juliawati, D.J., 2017. Perbedaan proporsi gangguan depresi dan gangguan cemas antara mahasiswa preklinik dan klinik. *Jurnal Pendidikan Kedokteran Indonesia: The Indonesian Journal of Medical Education*, 6(3), pp.146- 152.
 9. Pantow, S., Kandou, G. and Kawatu, P., 2019. Hubungan antara Beban Kerja dan Kelelahan Kerja dengan Produktivitas Kerja Perawat di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Umum Bethesda GMIM Tomohon. *e-CliniC*, 7(2).
 10. Keswara, U., Syuhada, N. and Wahyudi, W., 2019. Perilaku penggunaan gadget dengan kualitas tidur pada remaja. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 13(3), pp.233-239.
 11. Przydacz, M. et al. 2018. 'Nocturia has no impact on disease severity in patients suffering from depression but correlates with sleep quality', *Psychiatria Polska*, 52(5), pp. 835-842. doi: 10.12740/PP/89688.