

# **FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN INSOMNIA PADA MASA PANDEMI COVID-19 (STUDI PADA MASYARAKAT EKONOMI LEMAH DI KOTA SEMARANG)**

**MEINDHA LIYA LUTFIYATUL MUNA- 25000117130161  
2022-SKRIPSI**

Perubahan drastis dalam kehidupan sehari-hari, seperti berkurangnya interaksi sosial, terbatasnya mobilitas di luar rumah, depresi, telah berimplikasi pada penurunan kualitas hidup, dan dikaitkan pada peningkatan frekuensi serta tingkat keparahan masalah tidur, sehingga keluhan terkait insomnia lebih parah selama pandemi COVID-19. Pandemi COVID-19 meningkatkan prevalensi 20-45% yang dilaporkan secara global untuk gejala insomnia. Dalam penelitian ini, risiko insomnia yang lebih tinggi dikaitkan pada kelompok masyarakat ekonomi lemah yang lebih banyak terdampak selama masa pandemi COVID-19 dan memiliki beban keuangan. Sehingga perlu diketahui faktor-faktor apa saja yang berhubungan dengan kejadian insomnia selama pandemi COVID-19 pada masyarakat ekonomi lemah untuk mencegah keparahan dari Insomnia dan meningkatkan ketahanan tubuh selama pandemi. Penelitian memiliki tujuan untuk menganalisis hubungan antara usia, jenis kelamin, tingkat depresi dan tingkat *sleep hygiene* dengan kejadian insomnia pada masa pandemi COVID-19, studi pada masyarakat ekonomi lemah di Kota Semarang. Penelitian ini menggunakan desain studi cross-sectional. Besar sampel dalam penelitian ini sebanyak 144 responden. Hasil penelitian ini menunjukkan 51,4% merupakan kelompok lansia, 70,1% responden berjenis kelamin perempuan, 41% responden mengalami depresi, serta 46,5% mengalami insomnia. Terdapat hubungan antara usia ( $p=0,031$ ), jenis kelamin ( $p=0,001$ ), tingkat depresi ( $p=0,000$ ) dan tingkat *sleep hygiene* ( $p=0,001$ ) dengan kejadian Insomnia di masa pandemi COVID-19 pada masyarakat ekonomi lemah di Kota Semarang.

Kata kunci: Insomnia; Depresi; *Sleep Hygiene*; COVID-19; Masyarakat Ekonomi Lemah