

BAB I

PENDAHULUAN

1.1.Latar Belakang

Obstructive Sleep Apnea (OSA) adalah gangguan tidur yang ditandai dengan obstruksi jalan nafas bagian atas selama lebih kurang 10 detik atau lebih, berulang saat tidur dan diikuti hipoksemia nocturnal.¹ Pasien seringkali mengalami gejala seperti mendengkur keras, episode apnea yang dapat diamati, mengantuk di siang hari tanpa sebab yang jelas (*excessive daytime sleepiness* / EDS), serta kelelahan yang berlebihan di siang hari. Masalah paling umum dilaporkan diantaranya mendengkur, gangguan tidur, dan rasa kantuk berlebihan.²

Obstructive Sleep Apnea merupakan salah satu bentuk gangguan tidur yang sering terjadi, sekitar 17% pada perempuan dan 34% pada laki-laki di Amerika Serikat.³ Prevalensi OSA di seluruh dunia meningkat secara signifikan dengan angka yang cukup bervariasi, terutama pada usia remaja, dewasa muda, dan usia lanjut. Prevalensi OSA di dunia diperkirakan sekitar 936 juta yang mengalami OSA derajat ringan hingga sedang dan 425 juta yang mengalami OSA derajat berat pada rentang usia 30 - 69 tahun.⁴ *Obstructive Sleep Apnea* juga merupakan gangguan yang umum terjadi pada anak tetapi sering diabaikan karena kurangnya pengetahuan dan kewaspadaan di kalangan dokter. Prevalensi gangguan OSA pada anak – anak diperkirakan berkisar antara 2% hingga 4% di negara – negara Barat, tetapi data dari untuk negara – negara Asia terutama Indonesia masih kurang karena masih kurangnya kesadaran dan kewaspadaan terhadap penyakit ini sehingga kondisi OSA masih *underdiagnosis*.⁵

Dampak OSA pada kesehatan sangat penting, termasuk gangguan kognitif, risiko terhadap penyakit kardiovaskular, hingga penurunan prestasi akademik yang dapat menjadi masalah terutama pada kalangan mahasiswa, termasuk mahasiswa kedokteran. Tidur sangat penting untuk pembelajaran, proses ingatan, dan kinerja akademis seseorang.⁶ Penelitian Salmani dkk tahun 2020 di Oman menunjukkan terdapat adanya hubungan antara pola tidur yang tidak teratur dan kurang tidur dengan penurunan prestasi belajar mahasiswa. Studi ini juga mencatat bahwa mahasiswa dengan jam tidur lebih teratur dan lebih panjang cenderung memiliki nilai akademik yang lebih tinggi.⁷

Kondisi tidur yang buruk berpotensi mempengaruhi kinerja akademik mahasiswa, terutama dalam hal konsolidasi memori, yang merupakan faktor penting dalam pembelajaran. Penelitian yang dilakukan oleh Khassawneh dkk menunjukkan 5,4% mahasiswa berisiko tinggi untuk mengalami OSA dan berkaitan dengan prestasi akademik yang buruk. Gejala OSA berupa *snoring* (mendengkur) lebih sering ditemukan pada mahasiswa laki-laki (14.6%) dibandingkan dengan mahasiswa perempuan (7.6%). Risiko tinggi OSA juga lebih sering dijumpai pada mahasiswa laki-laki (6.5%) dibandingkan dengan mahasiswa perempuan (1.6%).¹ Risiko buruknya kualitas dan kuantitas tidur menjadi lebih signifikan pada mahasiswa kedokteran yang sering kali menghadapi tekanan akademik yang tinggi dan pembelajaran yang lebih intensif dan lama.⁷

Mahasiswa kedokteran merupakan salah satu populasi yang rentan mengalami gangguan tidur dan dapat menyebabkan dampak yang besar. Penelitian oleh Goweda dkk yang dilakukan pada mahasiswa kedokteran di Universitas Ummul Al-Qura di Arab Saudi melibatkan 438 mahasiswa kedokteran mulai dari

tahun kedua hingga tahun keenam menemukan bahwa gangguan tidur memiliki prevalensi yang cukup tinggi (73,4%) termasuk salah satunya adalah OSA (16,4%). Gangguan tidur dapat mempengaruhi fungsi kognitif, kesehatan secara umum, hingga penurunan performa akademik yang nantinya dapat mempengaruhi kualitas hidup mahasiswa.⁸

Mahasiswa, khususnya mahasiswa kedokteran, membutuhkan tidur yang cukup untuk menjaga kognitif dan fisik mereka untuk dapat optimal dalam memahami suatu pelajaran. Kondisi OSA menjadi penting untuk diidentifikasi mengingat dampaknya yang besar pada mahasiswa, sehingga penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan antara OSA dan prestasi akademik pada mahasiswa fakultas kedokteran.

1.2. Rumusan Masalah

Apakah terdapat hubungan risiko *Obstructive Sleep Apnea* dengan prestasi akademik mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan risiko *Obstructive Sleep Apnea* (OSA) dengan prestasi akademik mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.

1.3.2. Tujuan Khusus

1. Mengetahui karakteristik dasar mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.

2. Mengetahui prevalensi risiko *Obstructive Sleep Apnea* (OSA) berdasarkan Kuisioner Berlin pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.
3. Mengetahui hubungan risiko *Obstructive Sleep Apnea* (OSA) berdasarkan Kuisioner Berlin dengan prestasi akademik mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat bagi Peneliti

Penelitian ini akan meningkatkan pemahaman ilmiah peneliti tentang hubungan antara OSA dan prestasi akademik, membantu memperluas pengetahuan di bidang ini, serta meningkatkan pengalaman peneliti dalam melakukan penelitian, sekaligus menyediakan data awal untuk penelitian selanjutnya.

1.4.2. Manfaat bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian dapat digunakan untuk meningkatkan pemahaman dan penanganan OSA di lingkungan kampus, mengoptimalkan peran departemen pulmonologi dan kedokteran respirasi, serta data dari penelitian ini dapat menjadi dasar bagi upaya pencegahan dan intervensi yang lebih baik terhadap OSA di kalangan mahasiswa. Penelitian ini juga dapat mendeteksi dini mahasiswa dengan risiko tinggi OSA dan memberikan saran tindak lanjut untuk meminimalisir dampak dari OSA tersebut.

1.4.3. Manfaat bagi Klinisi

Hasil penelitian dapat membantu klinisi dalam upaya deteksi dini OSA pada populasi yang berisiko tinggi, sehingga dapat memberikan perawatan yang sesuai dan memperbaiki kualitas hidup pasien.

1.4.4. Manfaat bagi Masyarakat

Penelitian ini dapat meningkatkan kesadaran masyarakat tentang dampak dari gangguan tidur terutama OSA terutama pada usia dewasa muda.

