

Hubungan antara risiko obstructive sleep apnea dengan tingkat rasa mengantuk di siang hari pada pegawai Pusat Administrasi Universitas Indonesia = Association between risk of obstructive sleep apnea and degree of excessive daytime sleepiness among administration staff of Universitas Indonesia

Levina Putri Siswidiani, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20465377&lokasi=lokal>

Abstrak

Obstructive sleep apnea atau OSA adalah salah satu bentuk gangguan tidur yang disebabkan oleh gangguan pernapasan, dimana terjadi obstruksi saluran napas atas berulang selama seseorang tidur. OSA dapat menyebabkan fragmentasi tidur dan akhirnya menyebabkan rasa mengantuk di siang hari. Ketika seseorang mengantuk, terjadi penurunan kemampuan persepsi dan perubahan emosi, yang mengarah pada penurunan produktivitas kerja. Pegawai administrasi yang dirasa memiliki tingkat rasa mengantuk yang tinggi saat jam kerja merupakan subjek dari penelitian ini. Subjek yang diteliti yaitu pegawai administrasi di Pusat Administrasi Universitas Indonesia yang dirasa menggambarkan karakteristik pegawai administrasi Indonesia. Subjek diminta untuk mengisi kuesioner Epworth Sleepiness Scale untuk mengukur tingkat rasa mengantuknya di siang hari dan kuesioner STOPBANG untuk mengetahui risiko OSA.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa walaupun pegawai Pusat Administrasi Universitas Indonesia yang berisiko tinggi OSA mengalami mengantuk di siang hari, namun jumlahnya hanya sedikit. Sebagian besar pegawai tidak mengantuk di siang hari. Karenanya, tidak terdapat hubungan antara risiko OSA dengan tingkat rasa mengantuk pada pegawai Pusat Administrasi Universitas Indonesia. Hal ini disebabkan karena tingginya nilai kuesioner Epworth tidak dapat menentukan risiko OSA, melainkan hanya menunjukkan bahwa seseorang memiliki kualitas tidur di malam hari yang buruk.

Obstructive sleep apnea, also known as OSA, is one of sleep-related breathing disorders in which there are repeated obstructions in the upper airway during nighttime sleep. OSA can cause fragmentation of sleep that leads to excessive daytime sleepiness. When someone is sleepy, there is a slight reduction of perception and change of emotion, which leads to a decrease in work productivity. Our research subjects are administration staff of Universitas Indonesia whom we feel possess the characteristics of administration staff. They were asked to fill in the Epworth Sleepiness Scale questionnaire to grade daytime sleepiness and the STOPBANG questionnaire to predict the risk of OSA.

The results showed that although the staffs those are at high risk of OSA suffer excessive daytime sleepiness, but the proportions were insufficient. Hence, there was no correlation between the values of daytime sleepiness and the risk of OSA in administration staff of Universitas Indonesia. This might be because a high score of Epworth questionnaire could not determine the risk of OSA, but only show a lack of night-time sleep.