

## ABSTRAK

**Latar Belakang :** Merokok diketahui dapat menyebabkan kesulitan tidur. Secara garis besar ada beberapa kondisi medis yang dapat menyebabkan insomnia sebagai contoh stress, depresi, dan mengkonsumsi obat-obatan tertentu, namun secara teori juga diketahui zat nikotin pada rokok dapat menyebabkan kesulitan tidur. Zat ini termasuk dalam kelompok zat stimuli yang menekan saraf pusat pada manusia, efek stimulan dari nikotin yang kuat akan menyebabkan gangguan tidur.

**Tujuan :** Mengetahui hubungan merokok dengan kejadian insomnia pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara.

**Metode :** Penelitian ini merupakan penelitian analisis observasional dengan menggunakan pendekatan *cross-sectional*. Sampel pada penelitian ini berjumlah 60 responden yang didapatkan dengan teknik *total sampling*.

**Hasil :** Pada penelitian ini mayoritas responden mengkonsumsi jumlah batang rokok perhari pada kategori sedang sebanyak 25 orang (41,7%), lama merokok antara 1-5 tahun sebanyak 27 orang (45,0%), responden dengan kebiasaan merokok pada malam hari sebanyak 46 orang (76,7%), dan responden yang mengalami insomnia ringan sebanyak 25 orang (41,1%). Pada uji bivariat menggunakan uji *Lamda* dan *Goodman* didapatkan hasil antara jumlah batang rokok perhari, lamanya merokok, dan kebiasaan merokok pada malam hari dengan terjadinya insomnia. Masing – masing dengan (*p value* 0,000,  $r=0,958$ ), (*p value* 0,000,  $r=0,905$ ), dan (*p value* 0,001,  $r=0,510$ ).

**Kesimpulan :** Ada hubungan yang signifikan antara jumlah batang rokok perhari yang dikonsumsi, lamanya merokok, dan kebiasaan merokok pada malam hari dengan terjadinya insomnia.

**Kata Kunci:** Insomnia, Merokok, Nikotin

## **ABSTRACT**

**Background :** *Smoking is known to cause sleep difficulties. There are several medical conditions that can cause insomnia, for example stress, depression, and taking certain drugs, but theoretically it is also known that the nicotine in cigarettes can cause sleep difficulties. This substance is included in a group of stimulant substances that suppress the central nervous system in humans, the stimulant effect of strong nicotine will cause sleep disturbances.*

**Objective :** *Knowing the relationship between smoking and the incidence of insomnia in students of the Faculty of Medicine, Islamic University of North Sumatra.*

**Methods :** *This research is an observational analysis research using a cross-sectional approach. The sample in this study amounted to 60 respondents obtained by total sampling technique.*

**Results :** *In this study the majority of respondents consumed the number of cigarettes per day in the medium category as many as 25 people (41.7%), long smoking between 1-5 years as many as 27 people (45.0%), respondents with smoking habits at night as many as 46 people (76.7%), and respondents who experienced mild insomnia as many as 25 people (41.1%). In the bivariate test using the Lamda and Goodman test, the results were associated between the number of cigarettes per day with the occurrence of insomnia with a p value of 0.000 ( $p < 0.05$ ). In the bivariate test using the Lambda and Goodman tests, the results showed that the number of cigarettes per day, the duration of smoking, and the habit of smoking at night resulted in insomnia. Each with (p value 0.000,  $r=0.958$ ), (p value 0.000,  $r=0.905$ ), and (p value 0.001,  $r=0.510$ ) respectively.*

**Conclusion :** *There is a significant relationship between the number of cigarettes consumed per day, duration of smoking, and smoking habits at night with the occurrence of insomnia.*

**Keywords :** *Insomnia, Smoking, Nicotin*