

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan pada studi ini, didapatkan kesimpulan yang akan diuraikan sebagai berikut:

- a. Distribusi pasien COVID-19 di RSPAD terbagi berdasarkan insomnia sebagai penyerta adalah 64 pasien (45,4%) dengan insomnia dan 77 pasien (54,6%) tanpa insomnia.
- b. Distribusi pasien COVID-19 dengan insomnia berdasarkan karakteristik jenis kelamin, usia, status pekerjaan, dan IMT adalah 30 pasien (46,9%) laki-laki dan 34 pasien (53,1%) perempuan; 11 pasien (17,2%) di rentang usia 20-40 tahun, 34 pasien (53,1%) di rentang usia 41-60 tahun, 19 pasien (29,7%) di usia > 60 tahun; 38 pasien (59,4%) bekerja dan 26 pasien (40,6%) tidak bekerja; 5 pasien (7,8%) dengan status gizi kurang, 9 pasien (14,1%) dengan status gizi normal, dan 50 pasien (78,1%) dengan status gizi lebih.
- c. Terdapat hubungan signifikan antara jenis kelamin, usia, dan IMT terhadap kejadian insomnia pada pasien COVID-19 di RSPAD Gatot Soebroto.
- d. Tidak terdapat hubungan signifikan antara status pekerjaan terhadap kejadian insomnia pada pasien COVID-19 di RSPAD Gatot Soebroto.

5.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, peneliti memberikan saran yaitu:

5.2.1 Bagi Pasien

- a. Diharapkan pasien dapat lebih paham mengenai faktor-faktor yang dapat menimbulkan kejadian insomnia pada COVID-19 dan sadar akan kemungkinan terjadinya insomnia apabila termasuk dalam yang berisiko.
- b. Pasien dapat mengetahui cara pencegahan insomnia dan melakukan tatalaksana apabila diperlukan.

5.2.2 Bagi RSPAD Gatot Soebroto

- a. Meningkatkan dan melakukan *monitoring* terhadap adanya gangguan tidur pada pasien COVID-19 untuk mengurangi risiko terjadinya perburukan pada pasien.
- b. Meningkatkan kewaspadaan dan melakukan tatalaksana terhadap gangguan tidur yang dapat terjadi pada pasien COVID-19.
- c. Memperlengkap pengisian dan meningkatkan organisir penyimpanan rekam medik untuk memudahkan dalam pengambilan data.

5.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

- a. Penelitian dapat dilakukan pada populasi yang lebih besar, dapat dilakukan dengan gabungan beberapa rumah sakit di Jakarta maupun dilakukan di wilayah lain.
- b. Dilakukan penelitian menggunakan faktor-faktor insomnia yang tidak sempat diteliti pada studi ini.
- c. Dilakukan penelitian serupa namun dengan desain studi yang berbeda sehingga bisa melihat perkembangan penyakit pada populasi yang berisiko.
- d. Dilakukan penelitian multivariat untuk mengetahui faktor yang paling berpengaruh.