

**FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAKASSAR**

Shalsa Anindita Laga¹, Zulfikar Tahir², Deddy S. Razak², Ya'kub³

¹Mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Makassar Angkatan 2022/email lagashalsa13@gmail.com, ²Dosen Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Makassar, ³Dosen Departemen Al-Islam Kemuhammadiyah Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Makassar.

**HUBUNGAN ANTARA KEBIASAAN KONSUMSI KOPI DAN MEROKOK
DENGAN KUALITAS TIDUR PADA ANGGOTA DETASEMEN GEGANA
SATUAN BRIMOB POLDA SULAWESI SELATAN**

ABSTRAK

Latar Belakang: Kualitas tidur merupakan salah satu faktor penting dalam menjaga kesehatan fisik, mental, dan kesiapsiagaan kerja, khususnya pada profesi dengan tuntutan kerja tinggi seperti aparat keamanan. Anggota Detasemen Gegana Satuan Brimob Polda Sulawesi Selatan cenderung mengonsumsi kopi dan merokok untuk meningkatkan kewaspadaan dan mempertahankan performa kerja. Konsumsi kopi yang mengandung kafein dan rokok yang mengandung nikotin bersifat stimulan terhadap sistem saraf pusat, apabila digunakan secara berlebihan dapat mengganggu kualitas tidur. **Tujuan:** Untuk mengetahui hubungan antara kebiasaan konsumsi kopi dan kebiasaan merokok dengan kualitas tidur pada anggota Detasemen Gegana Satuan Brimob Polda Sulawesi Selatan. **Metode:** Penelitian ini menggunakan metode analitik observasional dengan pendekatan *cross-sectional*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan jumlah responden sebanyak 94 responden. Data dikumpulkan melalui kuesioner konsumsi kopi, kebiasaan merokok berdasarkan Indeks Brinkman, serta penilaian kualitas tidur menggunakan *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI). Analisis data dilakukan menggunakan uji *Fisher Exact*. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki kualitas tidur buruk (59,6%). Terdapat hubungan signifikan antara konsumsi kopi dengan kualitas tidur ($p = 0,011$) serta antara kebiasaan merokok dengan kualitas tidur ($p = 0,031$). Namun, kombinasi konsumsi kopi dan merokok tidak menunjukkan hubungan yang signifikan ($p = 0,063$). **Kesimpulan:** Kebiasaan konsumsi kopi dan kebiasaan merokok masing-masing berhubungan dengan kualitas tidur pada anggota Detasemen Gegana Satuan Brimob Polda Sulawesi Selatan, namun kombinasi keduanya tidak menunjukkan hubungan yang signifikan.

Kata Kunci: Konsumsi kopi, merokok, kualitas tidur, Brimob

**MEDICAL FACULTY STUDENT AND HEALTH SCIENCES
MUHAMMADIYAH MAKASSAR UNIVERSITY**

Shalsa Anindita Laga¹, Zulfikar Tahir², Deddy S. Razak², Ya'kub³

¹Student of Medical Faculty and Health Science Muhammadiyah Makassar University Batch 2022/email lagashalsa13@gmail.com ²Lecturer of Medical Faculty and Health Science Muhammadiyah Makassar University ³Lecturer of Al-Islam Kemuhammadiyah Departement, Medical Faculty and Health Science Muhammadiyah Makassar University

**THE RELATIONSHIP BETWEEN COFFEE CONSUMPTION AND
SMOKING HABITS AND SLEEP QUALITY AMONG MEMBERS OF
THE DETASEMEN GEGANA SATUAN BRIMOB POLDA SULAWESI
SELATAN**

ABSTRACT

Background: Sleep quality is an essential factor in maintaining physical and mental health as well as work readiness, particularly in occupations with high job demands such as security personnel. Members of the Gegana Detachment of the Mobile Brigade Unit (Brimob) of South Sulawesi Regional Police tend to consume coffee and smoke cigarettes to increase alertness and maintain work performance. Coffee contains caffeine and cigarettes contain nicotine, both of which act as stimulants of the central nervous system and, when consumed excessively, may impair sleep quality. **Objective:** To determine the relationship between coffee consumption habits and smoking habits with sleep quality among members of the Gegana Detachment of the Mobile Brigade Unit (Brimob) of South Sulawesi Regional Police. **Methods:** This study employed an observational analytic design with a cross-sectional approach. The sampling technique used was purposive sampling, involving 94 respondents. Data were collected using a coffee consumption questionnaire, smoking habits assessed based on the Brinkman Index, and sleep quality measured using the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI). Data analysis was performed using the Fisher Exact test. **Results:** The results showed that the majority of respondents had poor sleep quality (59.6%). There was a significant relationship between coffee consumption and sleep quality ($p = 0.011$), as well as between smoking habits and sleep quality ($p = 0.031$). However, the combined exposure of coffee consumption and smoking was not significantly associated with sleep quality ($p = 0.063$). **Conclusion:** Coffee consumption habits and smoking habits are each associated with sleep quality among members of the Gegana Detachment of the Mobile Brigade Unit (Brimob) of South Sulawesi Regional Police; however, their combined exposure does not show a significant association.

Keywords: coffee consumption, smoking, sleep quality, Brimob