
Faktor Sosio-Ekonomi yang Mempengaruhi Kualitas Tidur Pada Individu Cerai Mati di Indonesia

^a Prasetya Rahman Salim, ^b Zahra Avia, ^c Estro Dariatno Sihaloho

^{a,b,c} Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Padjadjaran

***Korespondensi:** prasetya19001@mail.unpad.ac.id

Info Artikel

Diterima:

15 Juli 2023

Disetujui:

25 Juli 2023

Terbit daring:

5 November 2023

DOI: -

Sitasi:

Salim, Prasetya Rahman., Avia, Zahra., & Sihaloho, Estro Dariatno. (2023). Faktor Sosio-Ekonomi yang Mempengaruhi Kualitas Tidur Pada Individu Cerai Mati di Indonesia. *Ecosains: Jurnal Ilmiah Ekonomi dan Pembangunan*, 12(2), 86-92.

Abstract

Losing a spouse is one of the most stressful events in a person's life. Meanwhile, stress is one of the triggers for health problems. Using IFLS 2014 as data and logistic regression as a method, we found that depressive symptoms, smoking habits, education level, and living in urban areas have a positive correlation with the probability of widows having poor sleep quality. This can increase the probability of having diabetes and cardiovascular diseases that can lead to death. The support of the closest family is expected to help the widow have better sleep quality.

Keywords: death divorced; sleep quality; ordered logistic regression.

Abstrak

Kehilangan pasangan merupakan salah satu peristiwa yang paling membuat individu merasakan stress. Sementara stres merupakan salah satu pemicu terganggunya kesehatan. Menggunakan IFLS 2014 sebagai data dan regresi logistik ordinal sebagai metode, penelitian ini ingin melihat apakah status cerai mati berkorelasi dengan kualitas tidur yang buruk. Hasil penelitian ini menemukan bahwa individu cerai mati memiliki pengaruh positif terhadap memiliki kualitas tidur yang buruk. Selain itu penelitian ini juga menemukan bahwa gejala depresi, kebiasaan merokok, dan tempat tinggal di perkotaan meningkatkan probabilitas kualitas tidur yang buruk. Kualitas tidur yang buruk dapat meningkatkan probabilitas terkena diabetes dan penyakit kardiovaskular yang dapat menyebabkan kematian.

Kata Kunci : cerai mati; kualitas tidur; regresi logistik ordinal.

Kode Klasifikasi JEL: J12, I12, C01

PENDAHULUAN

Menikah dan memiliki pasangan merupakan salah satu bagian penting dalam kesejahteraan hidup (Schaan, 2013). Literatur menyebutkan bahwa pernikahan dianggap memiliki efek perlindungan dalam berbagai hal, salah satunya dari segi kesehatan (Waite, 1995). Oleh karena itu, kehilangan pasangan merupakan salah satu peristiwa yang paling membuat individu menderita, dikarenakan ada beberapa aspek kehidupan lainnya yang hilang pada individu (Carr et al., 2000; Holmes & Rahe, 1967; Schaan, 2013).

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa kehilangan pasangan merupakan salah satu peristiwa dengan tingkat kesedihan tertinggi dalam hidup, di mana hal ini membuat banyak individu mengalami gejala depresi (Jadhav & David Weir, 2017; Q. Li et al., 2023). Wanita yang mengalami cerai mati mengalami gejala depresi akibat tekanan finansial. Laki-laki biasanya memiliki lebih banyak sumber keuangan, sehingga kematiannya menjadi masalah bagi perempuan yang ditinggalkan (Schaan, 2013; Li et al., 2016). Perubahan status sosial ekonomi dan kurangnya dukungan yang tersedia dari masyarakat membuat individu cerai mati juga sering dikaitkan dengan penurunan kesehatan fisik dan kognitif, kualitas tidur yang buruk, risiko obesitas, dan bahkan kematian (Li et al., 2016).

TINJAUAN LITERATUR

Gejala depresi yang dialami para individu cerai mati dapat memengaruhi kualitas hidup mereka, seperti kualitas tidur, terutama bagi mereka yang telah memasuki masa lanjut usia. Hasil penelitian August (2022) menyatakan bahwa terdapat perbedaan durasi dan kualitas tidur pada individu yang menikah dan yang belum menikah. Individu yang menikah ditemukan memiliki kualitas tidur yang lebih baik daripada individu yang tidak menikah. Hubungan antara depresi dan kualitas tidur disebutkan dalam penelitian yang dilakukan Liu et al (2019), bahwa individu yang mengalami depresi ditemukan memiliki kualitas tidur yang buruk yang berbahaya bagi kesehatan individu, seperti risiko terkena diabetes dan penyakit kardiovaskular.

Salah satu faktor yang mempengaruhi kualitas hidup seseorang adalah kesehatan dari individu tersebut. Munculnya penyakit seringkali menyebabkan dampak yang katastrofik bagi kehidupan individu. Health Related Quality of Life (HRQoL) merupakan salah satu metrik yang digunakan untuk mengukur kesejahteraan rohani dan jasmani seseorang yang ditinjau dari berbagai aspek (Bullinger et al., 2008). Sebagai proxy untuk mengukur HRQoL, penulis menggunakan variabel kualitas tidur. Penggunaan ini didukung oleh penelitian Roeser (2012) yang menyebutkan bahwa terdapat hubungan positif antara variabel kualitas tidur dengan HRQoL (Roeser et al., 2012).

Populasi Asia memiliki probabilitas lebih tinggi untuk mengalami cerai mati (Li et al., 2016) dan populasi cerai mati di Indonesia adalah 11,11 juta jiwa, penelitian terkait kualitas tidur sebagai proxy dari HRQoL individu cerai mati sangat relevan untuk negara Asia seperti Indonesia. Penelitian ini ingin melihat pengaruh dari status individu cerai mati pada kualitas tidur di Indonesia.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan Indonesian Family Life Survey (IFLS) 2014 untuk melihat kualitas tidur para individu cerai mati. Regresi logistik ordinal digunakan karena variabel dependen dalam penelitian ini memiliki lebih dari dua outcome yang berurutan (Cornell Statistical Consulting Unit, 2020). Dalam kuesioner IFLS, responden ditanya bagaimana kualitas tidur mereka selama seminggu terakhir. Responden akan menjawab 1 jika merasa kualitas tidurnya sangat buruk, 2 buruk, 3 cukup, 4 baik, dan 5 sangat baik. Studi ini hanya akan melihat pengaruh status individu sebagai individu cerai mati terhadap probabilitas mereka memiliki kualitas tidur yang buruk. Variabel bebas utama dalam penelitian ini adalah status perkawinan individu sebagai cerai mati. Penelitian ini juga menggunakan variabel lain sebagai variabel kontrol, seperti umur, pendidikan, jenis kelamin, tempat tinggal, kebiasaan merokok, dan logaritma pengeluaran per kapita sebagai proksi pendapatan. Kami akan melakukan regresi dengan sampel penuh dan sampel cerai mati.

Model estimasi pada penelitian ini dapat dilihat pada persamaan berikut:

$$\Pr(\text{kualitas_tidur}_i = j \mid X_i = 1) = \beta_0 + \beta_1 \text{cerai_mati}_i + \beta_2 \text{umur}_i + \beta_3 \text{umursq}_i + \beta_4 \text{pendidikan}_i + \beta_5 \text{jenis_kelamin}_i + \beta_6 \text{urban}_i + \beta_7 \text{kebiasaan_merokok}_i + \beta_8 \text{lpce}_i + \beta_9 \text{status_bekerja}_i + \beta_{10} \text{gejala_depresi}_i + \varepsilon_i$$

Variabel umur dan umursq menggambarkan umur dan kuadrat umur individu, variabel pendidikan adalah variabel lama sekolah individu dalam bentuk tahun, variabel jenis_kelamin menggambarkan jenis kelamin individu, 1 jika individu berjenis kelamin laki-laki dan 0 jika individu berjenis kelamin perempuan. Logaritma variabel pengeluaran per kapita (lpce) merupakan proksi pendapatan, variabel urban berisi informasi tempat tinggal individu, di mana 1 jika individu tinggal di perkotaan dan 0 jika individu tinggal di pedesaan. Variabel kebiasaan_merokok merupakan variabel yang bernilai 1 jika individu pernah dan sampai saat ini masih merokok dan bernilai 0 jika individu tidak pernah atau berhenti merokok. Variabel status_bekerja bernilai 1 jika individu bekerja dan 0 jika individu tidak bekerja. Variabel gejala_depresi merupakan variabel yang digunakan untuk mengidentifikasi individu yang merasa mengalami gejala depresi. Variabel ini didapatkan dengan cara menghitung skor gejala depresi yang diolah menggunakan rasch model dan diubah menjadi skor CESD-R. Skor tersebut akan dibuat menjadi bentuk logit, sehingga dapat diidentifikasi bahwa individu dengan skor sama dengan atau lebih dari -0,52 tergolong memiliki gejala depresi berat, sedangkan individu dengan skor di bawah -0,52 tidak memiliki gejala depresi (Fahmi et al., 2019). Peneliti berhipotesis bahwa individu cerai mati akan memiliki kualitas tidur yang lebih rendah dikarenakan tingginya tingkat stress yang dialami.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Observasi dalam analisis kami berjumlah 29.360 individu. Terdapat 1.527 individu cerai mati dengan mayoritas respondennya merupakan perempuan. Seperti yang terlihat pada tabel rangkuman statistik di bawah, rata-rata usia responden secara keseluruhan adalah 37 tahun dan rata-rata responden individu cerai mati berusia 61 tahun, di mana umur tersebut sudah memasuki umur lansia. Diketahui bahwa rata-rata pendidikan sampel individu cerai mati adalah 4 tahun atau hanya setara dengan pendidikan dasar. Mayoritas individu cerai mati berdomisili di perkotaan, tidak memiliki kebiasaan merokok, dan bekerja.

Hasil marginal effect yang diperoleh dari regresi logistik ordinal dengan total sampel menunjukkan bahwa status cerai mati berpengaruh signifikan terhadap kualitas tidur seseorang. Jika individu berstatus cerai mati, maka probabilitas individu tersebut merasakan kualitas tidur yang buruk juga akan meningkat sebesar 0,70 percentage point dibandingkan dengan individu dengan status perkawinan lainnya.

Selanjutnya, kami melakukan regresi dengan menggunakan sampel cerai mati saja. Ditemukan beberapa variabel yang memengaruhi kualitas tidur individu cerai mati, seperti pendidikan, tempat tinggal, kebiasaan merokok, dan gejala depresi.

Tabel 1. Rangkuman Statistik

Variabel	Sampel Total			Sampel Cerai Mati		
	Obs	Mean	St. Dev.	Obs	Mean	Std.Dev
<i>kualitas_tidur</i>	31,428	3.28	0.81	1,608	3.42	0.83
<i>umur</i>	31,466	37.32	14.93	1,611	61.16	11.64
<i>pendidikan</i>	31,466	8.87	4.32	1,611	4.74	4.33
<i>jenis_kelamin</i>	31,466	0.46	0.49	1,611	0.15	0.36
<i>urban</i>	31,466	0.59	0.49	1,611	0.57	0.49
<i>kebiasaan_merokok</i>	31,466	0.30	0.46	1,611	0.14	0.35
<i>lpce</i>	29,390	13.68	0.65	1,530	13.67	0.69
<i>status_bekerja</i>	31,466	0.72	0.44	1,611	0.62	0.48
<i>gejala_depresi</i>	31,442	0.23	0.42	1,608	0.19	0.39

Sumber: data diolah

Hasil regresi untuk total sampel dan sampel cerai mati ada pada tabel di bawah ini.

Tabel 2. Hasil *marginal effect* dari Regresi Logistik Ordinal

VARIABEL	(Total Sampe)	(Sampel Cerai Mati)
	<i>poor</i>	<i>poor</i>
<i>cerai_mati</i>	0,00704* (0,00435)	
<i>umur</i>	0,00129*** (0,000300)	-0,00155 (0,00194)
<i>umursq</i>	-1.66e-05*** (3.53e-06)	1.46e-05 (1.61e-05)
<i>pendidikan</i>	0,00579*** (0,000256)	0,00621*** (0,000950)
<i>jenis_kelamin</i>	-0,00387 (0,00244)	-0,0166 (0,0120)

<i>lpce</i>	0,00236* (0,00141)	-0,00330 (0,00484)
<i>urban</i>	0,0233*** (0,00187)	0,0165** (0,00682)
<i>kebiasaan_merokok</i>	0,0254*** (0,00263)	0,0287** (0,0124)
<i>status_bekerja</i>	-0,00549** (0,00218)	-0,00573 (0,00709)
<i>gejala_depresi</i>	0,0561*** (0,00229)	0,0525*** (0,00911)
Obs	29.360	1.527

Keterangan: Standar error dalam tanda kurung, *** $p < 0,01$, ** $p < 0,05$, * $p < 0,1$
Sumber: data diolah

Pembahasan

Studi Becker et al. (2009) yang meneliti kualitas tidur pada mahasiswa melaporkan bahwa terdapat korelasi antara kualitas tidur yang buruk dengan berbagai perilaku beresiko seperti berkelahi, pemikiran bunuh diri (suicide ideation), merokok, dan konsumsi alkohol (Becker et al., 2008). Joao et al. (2018) pun melakukan penelitian yang melihat kualitas tidur pada populasi non-klinis. Dilaporkan juga bahwa dari 1552 subjek di Portugal, Spanyol, dan Brazil, kualitas tidur merupakan prediktor yang cukup akurat untuk kesehatan mental, terutama untuk indikator seperti depresi, anxiety, dan stres (João et al., 2018)

Hasil kami sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menemukan bahwa individu cerai mati dan kualitas tidur yang buruk memiliki korelasi positif. Kami juga menemukan bahwa probabilitas ini lebih tinggi dibandingkan dengan individu yang memiliki status perkawinan lain, seperti menikah. Hal ini karena kehilangan pasangan menyebabkan individu cerai mati kehilangan salah satu sumber yang bisa menjadi sumber kesejahteraan.

Hasil lain dari analisis kami dapat dilihat berdasarkan ringkasan statistik. Ditemukan bahwa rata-rata usia individu cerai mati di Indonesia adalah sekitar 61 tahun. Hal ini dapat memengaruhi variabel lain dalam banyak hal. Individu cerai mati yang sudah lansia memiliki kesempatan lebih rendah untuk menikah lagi, sehingga prospek untuk hidup sendiri sebagai seorang individu cerai mati tampak sangat permanen. Dengan usia rata-rata tersebut, mereka juga berada di usia pensiun. Artinya mereka mungkin sudah tidak bekerja lagi dan secara fisik tidak cukup mampu untuk bekerja. Peluang mereka untuk mandiri secara finansial pada saat itu cukup rendah, sehingga dapat menjelaskan stres tambahan yang mereka rasakan di luar kesedihan psikologis langsung karena kehilangan pasangan seumur hidup.

Individu cerai mati dalam sampel kami juga menunjukkan tingkat pendidikan yang memprihatinkan. Kami telah menunjukkan bahwa sampel cerai mati kami sebagian besar terdiri dari warga lanjut usia. Namun, mereka hanya memiliki rata-rata pendidikan hanya 4 tahun. Artinya, rata-rata dari 1.527 sampel kami bahkan tidak tamat SD. Selain kualifikasi usia dalam angkatan kerja, mereka juga tidak memiliki pendidikan yang diperlukan untuk memperoleh pekerjaan non-fisik yang baik yang sesuai dengan rentang usia mereka. Ini semakin memperkuat argumen kami tentang kesulitan yang ditemukan para individu cerai mati.

Individu cerai mati di Indonesia ditemukan berada dalam situasi yang sama dengan penelitian lain, dengan status cerai mati berkorelasi dengan gejala depresi, kebiasaan merokok, dan probabilitas kualitas tidur yang buruk. Kami juga menemukan bahwa individu cerai mati yang tinggal di perkotaan memiliki probabilitas lebih tinggi untuk memiliki kualitas tidur yang buruk daripada individu cerai mati yang tinggal di pedesaan. Hal ini bisa terjadi karena kondisi di perkotaan yang kurang kondusif dibandingkan pedesaan, sehingga individu cerai mati yang berada di perkotaan memiliki kualitas tidur yang lebih buruk dibandingkan mereka yang tinggal di pedesaan.

Buruknya kualitas tidur yang dirasakan oleh para individu cerai mati disebutkan juga karena kondisi ekonomi yang berubah. Studi kami menemukan bahwa individu cerai mati dengan pendapatan lebih tinggi cenderung tidak merasakan kualitas tidur yang buruk. Namun, hasil kami tidak menemukan bahwa pendapatan secara statistik berkorelasi signifikan dengan kualitas tidur individu cerai mati. Kualitas tidur yang buruk juga dapat menjadi ancaman bagi kesehatan mereka. Individu cerai mati secara tidak langsung memiliki probabilitas lebih tinggi terkena diabetes atau penyakit kardiovaskular yang dapat menyebabkan kematian.

Ditinjau dari struktur demografi, Indonesia sedang mengalami transisi bonus demografi. Namun, BPS pun bahkan menyebutkan bahwa Indonesia sudah berpotensi mengalami penuaan populasi. Jika dilihat dari sampel kami, banyak individu lanjut usia, terutama bagi perempuan, yang merupakan individu cerai mati. Dikarenakan faktor umur dan beban mental serta fisik yang dialami, kelompok individu tersebut sangat mungkin meningkatkan beban dependency ratio yang ditanggung oleh negara. Jumlah individu cerai mati pun sudah mencapai 11,11 juta di tahun 2022, dan jika Indonesia mengalami penuaan demografi, angka ini akan meningkat lebih tinggi lagi. Maka dari itu, penjaagaan kualitas hidup terkait kesehatan bagi individu cerai mati penting untuk diperhatikan. Selain untuk menjaga kelangsungan hidup mereka secara fisik, hal ini pun dibutuhkan untuk menjaga produktivitas. Produktivitas ini pun akan membantu mereka menjadi lebih self-sufficient, dan akan membantu negara secara makro dalam mengatasi dependency ratio.

SIMPULAN

Status cerai mati pada individu sering dikaitkan dengan gejala depresi dan kualitas tidur yang buruk. Hal ini sangat berbahaya bagi kesehatan mereka karena adanya probabilitas lebih tinggi terkena diabetes atau penyakit kardiovaskular. Studi kami meneliti kualitas tidur para individu cerai mati di Indonesia menggunakan data IFLS tahun 2014 dan menggunakan regresi logistik sebagai metode. Hasil kami menunjukkan bahwa status cerai mati berkorelasi dengan probabilitas kualitas tidur yang buruk. Kami juga menemukan bahwa individu cerai mati dengan kebiasaan merokok, gejala depresi, tinggal di perkotaan, dan berpendidikan tinggi memiliki probabilitas lebih tinggi untuk memiliki kualitas tidur yang buruk. Oleh karena itu, dukungan dan perhatian lebih dari keluarga dekat individu cerai mati dapat membantu kualitas tidur mereka lebih baik.

DAFTAR RUJUKAN

- August, K. J. (2022). Marital Status, Marital Transitions, and Sleep Quality in Mid to Late Life. *Research on Aging, 44*(3-4), 301-311. <https://doi.org/10.1177/01640275211027281>
- Carr, D., House, J., Kessler, R., Nesse, R., Sonnega, J., & Wortman Camille. (2000). Marital Quality and Psychological Adjustment to Widowhood Among Older Adults: A Longitudinal Analysis. *Journal of Gerontology: Social Sciences*.
- Fahmi, M., Panjaitan, N. A., Habibie, I., Siregar, A. Y. M., Amarullah, G., Rahma, & Sunjaya, D. K. (2019). Does your neighborhood protect you from being depressed? A study on social trust and depression in Indonesia. *BMC Public Health, 19*(1). <https://doi.org/10.1186/s12889-019-7657-5>

- Holmes, T. H., & Rahe, R. H. (1967). THE SOCIAL READJUSTMENT RATING SCALE. In *Journal of Psychosomatic Research* (Vol. 11). Pergamon Press.
- Jadhav, A., & David Weir. (2017). Widowhood and Depression in a Cross-National Perspective: Evidence from the United States, Europe, Korea, and China. *Journals of Gerontology: Social Sciences*.
- Li, C.-S., Han Lee, J., Chang, L., Liu, C., Chan, Y.-L., Wen, C., Chiu, M.-L., Tsai, M. K., Tsai, S. P., Wai, J. P., Tsao, C. K., Wu, X., & Wen, C. P. (2016). Physical activity to overcome the adversity of widowhood: Benefits beyond physical health. *Medicine*.
- Li, Q., Smith, J. P., & Zhao, Y. (2023). Understanding the effects of widowhood on health in China: Mechanisms and heterogeneity. *Journal of the Economics of Ageing*, 25. <https://doi.org/10.1016/j.jeoa.2023.100458>
- Liu, R.-Q., Bloom Id, M. S., Wu, Q.-Z., He, Z.-Z., Qian, Z., Stamatakis, K. A., Liu, E., Vaughn, M., Lawrence Id, W. R., Yang, M., Lu, T., Hu, Q.-S., & Dong, G.-H. (2019). Association between depressive symptoms and poor sleep quality among Han and Manchu ethnicities in a large, rural, Chinese population. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0226562>
- Ouyang, P., & Sun, W. (2019). Depression and sleep duration: findings from middle-aged and elderly people in China. *Public Health*, 166, 148–154. <https://doi.org/10.1016/j.puhe.2018.10.007>
- Schaan, B. (2013). Widowhood and Depression Among Older Europeans- The Role of Gender, Caregiving, Marital Quality, and Regional Context. *Journals of Gerontology*.
- Waite, L. J. (1995). *Does Marriage Matter?* (Vol. 32, Issue 4).
-