

SKENARIO 1 BLOK 9 TAHUN 2024/2025

Seorang perempuan, berusia 37 tahun, datang ke dokter umum karena sulit tidur yang dirasakan sejak 4 bulan yang lalu. Pasien sudah berusaha berbaring di tempat tidur sekitar pukul 22.00, namun hampir selalu tertidur di atas jam 1 malam. Pasien tidur paling lama 3 jam dalam sehari bahkan pernah tidak tidur sama sekali. Keesokan harinya pasien merasakan badannya lesu dan mengantuk sehingga mengganggu aktivitas sehari-hari sebagai ibu rumah tangga. Pasien mengkhawatirkan jika terus-menerus kurang tidur, pasien akan mengalami sakit. Saat menjelang sore, pasien teringat akan keluhan sulit tidurnya, dan mulai khawatir tidak dapat tidur di malam hari seperti hari-hari sebelumnya. Semakin ingin segera tertidur, pasien semakin merasa cemas dan semakin tidak bisa tidur. Terkadang pasien justru tertidur, saat berdzikir dan lupa akan kekhawatirannya. Tidak didapatkan keluhan fisik yang mendahului maupun menyertai sulit tidur. Pada enam bulan yang lalu suami pasien berpindah tugas ke luar kota, dan pasien tidak dapat mengikuti suami berpindah dikarenakan merawat ibu yang sedang sakit. Keluhan yang dirasakan **tidak** disertai: dada berdebar-debar, keringat dingin, kecemasan di berbagai hal, penurunan nafsu makan, kehilangan minat, pesimis, putus asa, rasa bersalah dan berdosa, tidak percaya diri, keinginan menyakiti diri sendiri. Pasien belum berobat dan penggunaan napza (-)