

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KUALITAS TIDUR
MAHASISWA KEDOKTERAN UNIVERSITAS
BAITURRAHMAH ANGKATAN 2019
SEMESTER AKHIR**

SKRIPSI



Diajukan sebagai syarat mendapatkan gelar
Sarjana Kedokteran pada Fakultas Kedokteran
Universitas Baiturrahmah

TRI KURNIATI LESTARI

1910070100028

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS BAITURRAHMAH
PADANG**

2022

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

Judul Hubungan Tingkat Stres dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Kedokteran Universitas Baiturrahmah Angkatan 2019 Semester Akhir.

Disusun Oleh

TRI KURNIATI LESTARI

1910070100028

Telah disetujui

Padang, 22 September 2022

Pembimbing 1



(dr. Wisda Widiastuti, Sp.PD)

Pembimbing 2



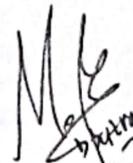
(dr. Fionaliza, MKM)

Penguji 1



(dr. Yuri Haiga, Sp.N)

Penguji 2



(Muhammad Rizki Saputra, S.Si, M.Si)

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini,

Nama : TRI KURNIATI LESTARI

NPM : 1910070100028

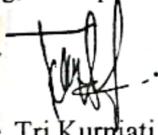
Mahasiswa : Program Pendidikan Sarjana Kedokteran Fakultas
Kedokteran Universitas Baiturrahmah, Padang.

Dengan ini menyatakan bahwa,

1. Karya tulis saya ini berupa skripsi dengan judul **“Hubungan Tingkat Stres Dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Kedokteran Universitas Baiturrahmah angkatan 2019 Semester Akhir”** adalah asli dan belum pernah dipublikasi atau diajukan untuk mendapatkan gelar akademik di Universitas Baiturrahmah maupun di perguruan tinggi lain.
2. Karya tulis ini adalah murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan orang lain, kecuali pembimbing dan pihak lain sepengetahuan pembimbing.
3. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan judul buku aslinya serta dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Apabila terdapat penyimpangan didalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lain sesuai norma dan hukum yang berlaku.

Padang, 22 September 2022




Tri Kurniati Lestari

ABSTRAK

HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KUALITAS TIDUR MAHASISWA KEDOKTERAN UNIVERSITAS BAITURRAHMAH ANGKATAN 2019 SEMESTER AKHIR

TRI KURNIATI LESTARI

Stres menyebabkan terjadi peningkatan hormone epinefrin, norepinefrin dan kortisol yang mempengaruhi susunan saraf pusat dan akan menimbulkan keadaan terjaga yang berpengaruh terhadap kualitas tidur seseorang. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan tingkat stress dengan kualitas tidur mahasiswa Kedokteran di Universitas Baiturrahmah angkatan 2019 semester akhir. Jenis penelitian adalah *analitik observasional*. Populasi pada penelitian adalah mahasiswa Kedokteran aktif Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah angkatan 2019 yang telah menyelesaikan perkuliahan dari semester 1 sampai semester 5 sebanyak 60 sampel dengan teknik *simple random sampling*. Analisa data univariat disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi, persen dan analisa bivariat menggunakan uji *spearman rho* dan pengolahan data menggunakan komputerisasi program SPSS versi 24.0. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan. Berdasarkan hasil analisis univariat terhadap variabel stress didapatkan hasil tingkat stress terbanyak adalah stress sangat berat dan tingkat stress berdasarkan jenis kelamin perempuan lebih banyak mengalami stress sangat berat. Sedangkan hasil analisis univariat terhadap variabel kualitas tidur diperoleh hasil bahwa kualitas tidur terbanyak adalah buruk dan kualitas tidur berdasarkan jenis kelamin perempuan lebih banyak mengalami kualitas tidur yang buruk. Pada analisis bivariat terdapat hubungan tingkat stress dengan kualitas tidur mahasiswa Kedokteran Universitas Baiturrahmah angkatan 2019 semester akhir.

Kata Kunci : *Tingkat stress dan kualitas tidur*