

KARYA TULIS ILMIAH

**HUBUNGAN ANTARA KUALITAS TIDUR
DENGAN DAYA TAHAN TUBUH MAHASISWA
DI MASA PANDEMI COVID-19**

Disusun untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh
Derajat Sarjana Kedokteran pada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta



Disusun oleh
NADILA YU'TI AGHNIA
20190310053

PROGRAM STUDI KEDOKTERAN
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA
2023

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini;

Nama : Nadila Yu'ti Aghnia

NIM : 20190310053

Program Studi : Kedokteran

Institusi : Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa Laporan Karya Tulis Ilmiah yang saya tulis ini merupakan hasil karya saya sendiri dan belum diajukan dalam bentuk apapun kepada perguruan tinggi manapun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam daftar pustaka di bagian akhir Laporan Karya Tulis Ilmiah ini.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan Laporan Karya Tulis Ilmiah ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Bantul, 6 Januari 2023



Nadila Yu'ti Aghnia

KATA PENGANTAR



Puji dan syukur saya panjatkan pada Allah SWT yang senantiasa telah memberikan rahmat serta hidayah-Nya, sehingga saya bisa menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini dengan baik, lancar, dan tepat waktu. Shalawat serta salam saya curahkan untuk junjungan kita, Nabi Muhammad SAW, beserta keluarga, para sahabat dan pengikutnya hingga hari akhir kelak.

Karya Tulis Ilmiah dengan judul “Hubungan Antara Kualitas Tidur Dengan Daya Tahan Tubuh Mahasiswa Di Masa Pandemi Covid-19” ini saya susun sebagai salah satu syarat memperoleh derajat sarjana kedokteran di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

Pada kesempatan ini, penulis ingin mengucapkan terima kasih pada pihak-pihak yang sudah andil dalam membantu menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini. Ucapan terima kasih penulis berikan kepada:

1. Dr. dr. Sri Sundari, M. Kes selaku Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
2. dr. Nur Hayati, Sp. Rad selaku Ketua Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta
3. dr. Oryzati Hilman, MSc.CMFM, PhD, Sp.DLP, Sp.KKLP selaku dosen pembimbing penulis yang sudah dengan teliti dan sabar memberikan

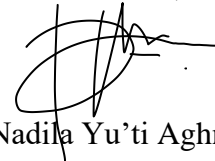
bimbingan, pengarahan, serta waktunya untuk penulis dalam menyusun penelitian ini.

4. Bapak Fajar Martanto dan Ibu Endang Purwini selaku orang tua dari penulis yang senantiasa selalu memberikan dukungan, semangat, serta do'a baiknya.
5. Teman-teman satu kelompok bimbingan Karya Tulis Ilmiah dan sahabat lainnya yang sudah bekerja sama memberikan bantuan dan dukungan selama saya menyusun penelitian ini.

Penulis sadar bahwa Karya Tulis Ilmiah ini jauh dari kata sempurna dan masih perlu banyak dikembangkan, akan tetapi penulis berharap Karya Tulis Ilmiah ini bisa bermanfaat bagi siapapun sebagai pengetahuan terutama di dunia kesehatan.

Bantul, 6 Januari 2023

Penulis,



Nadila Yu'ti Aghnia

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN KTI	i
SURAT PERNYATAAN.....	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL.....	vii
DAFTAR SINGKATAN	viii
BAB I	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian.....	5
E. Keaslian Penelitian	7
BAB II.....	9
A. Telaah Pustaka.....	9
1. Tidur	9
2. Daya Tahan Tubuh	13
3. Mahasiswa	15
4. Pandemi Covid-19	16
5. Berbagai Hasil Penelitian Yang Relevan	19
B. Kerangka Teori.....	21
C. Kerangka Konsep	21
D. Hipotesis.....	22
BAB III	23
A. Desain Penelitian.....	23
B. Populasi dan Sampel Penelitian	23
C. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	26
D. Variabel Penelitian	26
E. Definisi Operasional.....	28

F. Alat dan Bahan Penelitian	29
G. Jalannya Penelitian	31
H. Uji Validitas dan Reabilitas.....	31
I. Analisis Data	32
J. Etika Penelitian	33
BAB IV	35
A. Hasil Penelitian	35
B. Pembahasan	41
C. Keterbatasan dan Kendala Penelitian	51
BAB V.....	53
A. Kesimpulan.....	53
B. Saran.....	53
DAFTAR PUSTAKA	55
LAMPIRAN.....	63

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1. Keaslian Penelitian.....	7
Tabel 3.1. Definisi Operasional	288
Tabel 4.1. Karakteristik Responden Menurut Jenis Kelamin, Usia, dan Program Studi	36
Tabel 4.2. Gambaran Kualitas Tidur Berdasarkan Jenis Kelamin, Usia, dan Program Studi Responden.....	37
Tabel 4.3. Gambaran Daya Tahan Tubuh Berdasarkan Jenis Kelamin, Usia, dan Program Studi Responden.....	38
Tabel 4.4. Uji Normalitas.....	39
Tabel 4.5. Uji Korelasi Antara Kualitas Tidur Dengan Daya Tahan Tubuh.....	39

DAFTAR SINGKATAN

1. IFN : Interferon
2. TNF- α : Tumor Necrosis Factor-alpha
3. IL-1-beta : Interleukin-satu-beta
4. IL-6 : Interleukin-enam
5. MERS : *Middle East Respiratory Syndrome*
6. SARS : *Severe Acute Respiratory Syndrome*
7. PHEIC : *Public Health Emergency of International Concern*
8. NIAMS : *National Institute of Arthritis and Musculoskeletal and Skin Disease*
9. PSQI : *Pittsburgh Sleep Quality Index*
10. WHO : *World Health Organization*
11. ISQ : *Immune Status Questionnaire*
12. SPSS : *Statistical Package for the Social Sciences*
13. MCRI : *Murdoch Children's Research Institute*
14. NK : *Natural Killer*
15. ARVD : *Arrhythmogenic Right Ventricular Cardiomyopathy*