

KARYA TULIS ILMIAH
HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KUALITAS TIDUR
PADA MAHASISWA KEDOKTERAN FKIK UMY
SELAMA PANDEMI *COVID-19*

Disusun untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Derajat Sarjana

Kedokteran Pada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Yogyakarta



Disusun oleh :

DELLYA CITRA SAFITRI

20190310132

PROGRAM STUDI KEDOKTERAN
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA

2023

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Peneliti yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama : Dellya Citra Safitri

NIM : 20190310132

Program Studi : Kedokteran

Fakultas : Kedokteran dan Ilmu Kesehatan

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya Tulis Ilmiah yang peneliti tulis ini benar-benar merupakan hasil karya peneliti sendiri dan belum pernah diajukan dalam bentuk apa pun kepada perguruan tinggi mana pun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari peneliti lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam Daftar Pustaka di bagian akhir Karya Tulis Ilmiah ini. Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan Karya Tulis Ilmiah ini hasil jiplakan, maka peneliti bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Yogyakarta, 17 Januari 2023

Yang Membuat Pernyataan,



Dellya Citra Safitri

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh,

Alhamdulillah, puji syukur dipanjatkan atas kehadiran Allah SWT atas segala limpahan rahmat, karunia dan hidayah-Nya sehingga Karya Tulis Ilmiah dengan judul **“Hubungan Tingkat Stres dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa Kedokteran FKIK UMY selama Pandemi Covid-19”** dapat diselesaikan.

Menyadari bahwa banyak pihak yang terkait dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini, maka diucapkan terima kasih kepada:

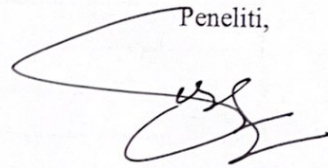
1. Dr. dr. Sri Sundari, M. Kes. selaku Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
2. dr. Nur Hayati, M.Med.Ed. Sp.Rad. selaku Kepala Program Studi Kedokteran Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
3. Dr. dr. Ikhlas Muhammad Jenie, M.Med.Sc. selaku Dosen Pembimbing Karya Tulis Ilmiah yang telah memberikan bimbingan, masukan dan inspirasi yang tak ternilai harganya.
4. Dr. Tri Pitara Mahanggoro, S. Si., M.Kes. selaku Dosen Penguji yang telah memberikan kritik dan saran untuk penulisan Karya Tulis Ilmiah.
5. Keluarga tersayang yang telah memberikan do'a dan dukungan yang tidak pernah putus.
6. Teman-teman yang membantu dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah.
7. Semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu-satu yang memberi dukungan.

Akhir kata, diharapkan semoga Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat dan menambah wawasan ilmu pengetahuan bagi masyarakat dan rekan sejawat. Terima kasih.

Wassalamu 'alaikum warahmatullahi wabarakatuh.

Yogyakarta, 17 Januari 2023

Peneliti,



Dellya Citra Safitri

DAFTAR ISI

| | |
|---|------|
| HALAMAN PENGESAHAN KTI | i |
| PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN | ii |
| KATA PENGANTAR | iii |
| DAFTAR ISI | v |
| DAFTAR TABEL | viii |
| DAFTAR GAMBAR | viii |
| INTI SARI | ix |
| ABSTRACT | x |
| BAB I PENDAHULUAN | 1 |
| A. Latar Belakang | 1 |
| B. Rumusan Masalah | 4 |
| C. Tujuan penelitian | 4 |
| D. Manfaat Penelitian | 5 |
| E. Keaslian Penelitian | 6 |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA | 7 |
| A. Tinjauan Teori | 7 |
| 1. <i>Coronavirus Disease 2019 (Covid-19)</i> | 7 |
| 2. Tidur | 13 |
| 3. Stres | 26 |
| B. Kerangka Teori | 35 |
| C. Kerangka Konsep | 36 |
| D. Hipotesis | 36 |
| BAB III METODE PENELITIAN | 37 |
| A. Desain Penelitian | 37 |
| B. Populasi dan Sampel Penelitian | 37 |
| 1. Target Populasi | 37 |
| 2. Populasi Terjangkau | 37 |
| 3. Sampel | 38 |
| 4. Besar Sampel | 38 |
| C. Lokasi dan Waktu Penelitian | 39 |
| D. Variabel Penelitian | 39 |
| E. Definisi Operasional | 39 |
| F. Alat dan Bahan Penelitian | 40 |

| | | |
|----------------------------------|--|----|
| 1. | Alat | 40 |
| 2. | Bahan | 43 |
| G. | Alur Penelitian | 44 |
| H. | Uji Validitas dan Reliabilitas | 40 |
| I. | Analisis Data | 45 |
| J. | Etika Penelitian | 45 |
| BAB IV PEMBAHASAN | | 46 |
| A. | Hasil Penelitian..... | 46 |
| 1. | Gambaran Umum Lokasi Penelitian | 46 |
| 2. | Analisis Univariat | 47 |
| 3. | Analisis Bivariat | 50 |
| B. | Pembahasan | 53 |
| 1. | Hubungan Tingkat Stres dengan Kualitas Tidur | 53 |
| 2. | Hubungan Tingkat Stres dengan Tekanan Darah | 55 |
| 3. | Hubungan Kualitas Tidur dengan Tekanan Darah | 57 |
| C. | Keterbatasan Penelitian | 59 |
| BAB V KESIMPULAN DAN SARAN | | 60 |
| A. | Kesimpulan | 60 |
| B. | Saran | 61 |
| DAFTAR PUSTAKA | | 62 |
| LAMPIRAN | | 68 |

DAFTAR TABEL

| | |
|--|----|
| Tabel 1 Keaslian Penelitian | 6 |
| Tabel 2 Perubahan Utama Hormon selama Respons Stres (Sherwood, 2013) ... | 32 |
| Tabel 3 Pilihan Pertanyaan Pengukuran <i>DASS 42</i> | 40 |
| Tabel 4 Interpretasi Nilai Tingkat Stres | 40 |
| Tabel 5 Komponen Pertanyaan Kualitas Tidur | 41 |
| Tabel 6 Interpretasi Nilai Kualitas Tidur | 41 |
| Tabel 7 Kategori Tekanan Darah | 42 |
| Tabel 8 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin dan Tahun Angkatan | 47 |
| Tabel 9 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia | 48 |
| Tabel 10 Karakteristik Responden Berdasarkan Tekanan Darah | 49 |
| Tabel 11 Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Stres | 49 |
| Tabel 12 Karakteristik Responden Berdasarkan Kualitas Tidur | 50 |
| Tabel 13 Tabulasi Silang Tingkat Stres dan Kualitas Tidur | 50 |
| Tabel 14 Tabulasi Silang Tingkat Stres dan Tekanan Darah | 52 |
| Tabel 15 Tabulasi Silang Kualitas Tidur dan Tekanan Darah | 52 |
| Tabel 16 Uji Normalitas Spearman Tingkat Stres dan Kualitas Tidur | 52 |
| Tabel 17 Uji Normalitas Spearman Tingkat Stres dan Tekanan Darah | 52 |
| Tabel 18 Uji Normalitas Spearman Kualitas Tidur dan Tekanan Darah | 53 |
| Tabel 19 Kuesioner Tingkat Stres <i>DASS 42</i> | 69 |
| Tabel 20 Kuesioner Kualitas Tidur <i>PSQI</i> | 71 |
| Tabel 21 Data Mentah Hasil Penelitian | 74 |
| Tabel 22 Hasil Olah Data Penelitian | 78 |

DAFTAR GAMBAR

| | |
|--|----|
| Gambar 1 Virus SARS-COV2 di bawah mikroskop elektron (NIAID-RML, 2020) | 9 |
| Gambar 2 Sampel gelombang otak dengan frekuensi dominan milik pita beta, alfa, theta dan delta serta gelombang gamma (Abhang dkk., 2006) | 15 |
| Gambar 3 Kerangka Teori | 34 |
| Gambar 4 Kerangka Konsep | 35 |
| Gambar 5 Alur Penelitian | 43 |
| Gambar 6 Dokumentasi Pengambilan Data Tekanan Darah | 86 |