HUBUNGAN TINGKAT STRES DAN KUALITAS TIDUR MAHASISWA TAHUN PERTAMA PROGRAM STUDI PROFESI DOKTER UNIVERSITAS KRISTEN DUTA WACANA

KARYATULIS ILMIAH

Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran Pada Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana

Disusun Oleh

RADEN RIO AL RASYID

41170111

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS KRISTEN DUTA WACANA YOGYAKARTA

2023

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI/TESIS/DISERTASI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika Universitas Kristen Duta Wacana, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama	: Raden Rio Al Rasyid
NIM	: 41170111
Program studi	: Pendidikan Dokter
Fakultas	: Kedokteran
Jenis Karya	: Skripsi

demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Kristen Duta Wacana **Hak Bebas Royalti Noneksklusif** (*None-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

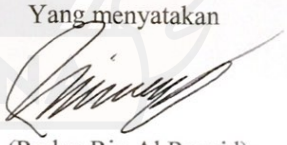
HUBUNGAN TINGKAT STRES DAN KUALITAS TIDUR MAHASISWA TAHUN PERTAMA PROGRAM STUDI PROFESI DOKTER UNIVERSITAS KRISTEN DUTA WACANA

beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti/Noneksklusif ini Universitas Kristen Duta Wacana berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama kami sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Yogyakarta
Pada Tanggal : 05 Juli 2024

Yang menyatakan



(Raden Rio Al Rasyid)
NIM: 41170111

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi dengan judul

HUBUNGAN TINGKAT STRES DAN KUALITAS TIDUR MAHASISWA TAHUN PERTAMA PROGRAM STUDI PROFESI DOKTER UNIVERSITAS KRISTEN DUTA WACANA

Telah diajukan dan dipertahankan oleh :

Raden Rio Al Rasyid

41170111

dalam Ujian Skripsi Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana dan dinyatakan DITERIMA untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Kedokteran pada tanggal 26 Juni 2024

Nama Dosen	Tanda Tangan
1. dr. Yanti Ivana Suryanto, M.Sc (Dosen Pembimbing I)	: .....
2. dr. Johan Kurniawan, Sp,KJ.,M.Biomed (Dosen Pembimbing II)	: .....
3. dr. Lucas Nando Nugraha, M. Biomed (Dosen Penguji)	: .....

Yogyakarta, 28 Juni 2024

Disahkan oleh :

Dekan,	Wakil Dekan Bidang I Akademik,
dr. The Maria Meiwati Widagdo, Ph.D	dr. Christiane Marlene Sooai, M.Biomed

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya menyatakan bahwa sesungguhnya skripsi dengan judul :

HUBUNGAN TINGKAT STRES DAN KUALITAS TIDUR MAHASISWA TAHUN PERTAMA PROGRAM STUDI PROFESI DOKTER UNIVERSITAS KRISTEN DUTA WACANA

Yang saya kerjakan untuk melengkapi sebagian syarat untuk menjadi Sarjana pada Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana Yogyakarta, adalah bukan hasil tiruan atau duplikasi dari karya pihak lain di Perguruan Tinggi atau instansi manapun, kecuali bagian yang sumber informasinya sudah dicantumkan sebagaimana mestinya.

Jika dikemudian hari didapati bahwa hasil skripsi ini adalah hasil plagiasi atau tiruan dari karya pihak lain, maka saya bersedia dikenai sanksi yakni pencabutan gelar saya.

Yogyakarta, 28 Juni 2024

(Raden Rio Al Rasyid)

41170111

DUTA WACANA

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas segala berkat, rahmat, anugerah, dan karunia yang telah diberikan sehingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah yang berjudul "HUBUNGAN TINGKAT STRES DAN KUALITAS TIDUR MAHASISWA TAHUN PERTAMA PROGRAM STUDI PROFESI DOKTER UNIVERSITAS KRISTEN DUTA WACANA" sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Kedokteran dari Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana Yogyakarta.

Selama proses penyusunan, ada berbagai kesulitan dan hambatan yang penulis hadapi. Penulis menyadari bahwa keberhasilan dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini tidak terlepas dari doa dan dukungan banyak pihak. Penulis ingin mengucapkan banyak terima kasih kepada seluruh pihak yang telah senantiasa mendoakan dan mendukung penulis. Penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. dr. Yanti Ivana Suryanto M,sc selaku dosen pembimbing 1 yang selalu senantiasa meluangkan waktu dan memberikan masukan untuk penelitian ini. Terima kasih atas saran, pengarahan, dan dukungan yang sangat bermanfaat selama penyusunan karya tulis ilmiah ini dari awal hingga akhir.
2. dr. Johan Kurniawan, Sp.KJ, M.Biomed selaku dosen pembimbing 2 yang senantiasa meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan dan sesalu memantau perkembangan penulisan. Terimakasih atas saran, pengarahan, dan dukungan selama penyusunan karya tulis ilmiah ini sehingga penulis dapat menyelesaikannya dengan baik.
3. dr. Lucas Nando Nugraha, M. Biomed selaku dosen penguji yang senantiasa meluangkan waktu dan memberikan masukan untuk penelitian ini. Terima

kasih atas saran, masukan, dan pengarahan yang diberikan sehingga dapat dapat menyempurnakan penelitian ini.

4. dr. The Maria Meiwati Widagdo, Ph.D. selaku dekan Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana Yogyakarta.
5. Kedua orang tua saya yang saya sayangi dan cintai, Raden Agus Supriyanto dan Rr Galuh Kirono Nugrahanti. Terima kasih atas doa, perhatian, dukungan, dan kasih sayang, serta pengorbanan dan banyak hal lain yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu selama ini dalam mendidik dan membersarkan saya.
6. Seluruh teman sejawat Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana Yogyakarta angkatan 2017 dan 2018 yang telah menemani seluruh proses perkuliahan selama 4 tahun ini.

Penulis menyadari bahwa pada penyusunan karya tulis ilmiah ini masih terdapat banyak kekurangan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang dapat menyempurnakan karya tulis ilmiah ini sehingga dapat menambah wawasan dan manfaat bagi semua pihak. Penulis juga menyampaikan permohonan maaf dengan tulus apabila terdapat kesalahan atau hal lainnya yang tidak berkenan dalam proses penyusunan karya tulis ilmiah ini dan selama menjalani proses pendidikan.

Yogyakarta 5 juni 2024

Raden Rio Al Rasyid

DUTA WACANA

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN ..... **ii**
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI ..... **iii**
KATA PENGANTAR ..... **iv**
DAFTAR ISI ..... **vi**
ABSTRAK ..... **x**
BAB I PENDAHULUAN **1**
1.1 Latar Belakang Masalah 1
1.2 Rumusan Masalah 4
1.3 Tujuan Penelitian 4
1.3.1 Tujuan Umum 4
1.3.2 Tujuan Khusus 4
1.4 Manfaat penelitian 5
1.5 Penelitian Terdahulu 6
BAB II **11**
TINJAUAN PUSTAKA **11**
2.1. Stres 11
2.1.1 Definisi 11
2.1.2 Tidur 18
2.1.3 Pendidikan Profesi Dokter 24
2.2. Landasan Teori 29
2.3 Kerangka Teori 31
2.4 Kerangka Konsep 32
2.5 Hipotesis 33
BAB III METODOLOGI PENELITIAN **34**
3.1. Desain Penelitian 34
3.2. Tempat dan Waktu Penelitian 34
3.3. Populasi dan Sampling 34
3.3.1 Kriteria Inklusi 34
3.3.2 Kriteria Eksklusi 34
3.4. Populasi dan Sampling 35
3.4.1 Variabel Penelitian 35

3.4.2 Definsi Operasional 35
3.5. Sample Size 38
3.6. Bahan dan Alat 39
3.6.1. Demografi responden 39
3.6.2. Kuesioner Perceived Stress Scale (PSS-10) 39
3.6.3. Kuesioner Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) 40
3.7. Pelaksanaan Penelitian 45
3.8. Analisis Data 45
3.9. Etika Penelitian 45
3.10. Jadwal Penelitian 46
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN 47
4.1 Hasil Penelitian 47
4.1.1 Demografi Responden 47
4.1.2 Jenis Kelamin 47
4.1.3 Usia 47
4.1.4 Kepaniteraan yang telah ditempuh 48
4.1.5 Kuesioner PSS-10 (*Perceived Stress Scale-10*) 48
4.1.6 Kuesioner PSQI (Pittsburgh Sleep Quality Index) 49
4.1.7 Hubungan Tingkat Stress dan Kualitas Tidur (Uji *Spearman*) 49
4.2 Pembahasan 49
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN 55
5.1 Kesimpulan 55
5.2 Saran 55

DUTA WACANA

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Hipnogram 20
Gambar 2 Rekomendasi Durasi Tidur 21
Gambar 3. Kerangka Konsep SNPPDI 2019 26
Gambar 4. Kerangka Teori 31
Gambar 5 Kerangka Konsep 32
Gambar 6. Demografi Responden (Kepaniteraan yang Telah Ditempuh) 48

DUTA WACANA

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Penelitian Terdahulu..... 10
Tabel 2 Perbedaan insufisiensi tidur dan insomnia 22
Tabel 3 Definisi Operasional..... 38
Tabel 4. Jadwal Penelitian..... 46
Tabel 5. Demografi Responden (Jenis Kelamin)..... 47
Tabel 6. Demografi Responden (Usia)..... 47
Tabel 7. Hasil Kuesioner PSS-10 (*Perceived Stress Scale-10*) 48
Tabel 8. Hasil Kuesioner PSQI (*Pittsburgh Sleep Quality Index*)..... 49
Tabel 9. Hasil Analisa Spearman antara Tingkat Stress dan Kualitas Tidur 49

HUBUNGAN TINGKAT STRES DAN KUALITAS TIDUR MAHASISWA TAHUN PERTAMA PROGRAM STUDI PROFESI DOKTER UNIVERSITAS KRISTEN DUTA WACANA

[1]Raden Rio Al Rasyid, Yanti Ivana Suryanto[2], Johan Kurniawan[3]

[1]Fakultas Kedokteran Kristen Duta wacana

Korespondensi :Raden Rio Al Rasyid, Fakultas Kedokteran

Universitas Kristen Duta Wacana, Jalan Dr. Wahidin Sudirohusodo No. 5 - 25 Yogyakarta

55224, Indonesia Telp : 0274-563929, Fax : 0274-513235, email :

penelitianfk@staff.ukdw.ac.id, website : http://www.ukdw.ac.id

ABSTRAK

Latar Belakang : Pendidikan profesi merupakan pendidikan yang ditempuh setelah program akademik sarjana. Pendidikan profesi didunia medis yaitu pendidikan profesi dokter, dimana pendidikan profesi tersebut sebagai tahap lanjut pada mahasiswa kedokteran setelah menempuh program akademik sarjana kedokteran.

Tujuan : Mengetahui hubungan tingkat stres dan kualitas tidur mahasiswa tahun pertama program studi profesi dokter Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana.

Metode Penelitian : Penelitian ini menggunakan metode deskriptif observasional dengan desain cross sectional / potong lintang dimana penelitian dilakukan dengan pengamatan dalam satu periode tertentu dan hanya dilakukan 1 kali selama pengamatan.

Hasil Penelitian : 76 responden yang masuk dalam kriteria inklusi dan eksklusi dalam penelitian ini. Hasil kuesioner PSQI, responden mayoritas mempunyai kualitas tidur baik (60,5 %), sedangkan responden yang mengalami kualitas tidur buruk (26,3 %) dan sangat buruk (2,6 %). Hasil kuesioner PSS-10 mayoritas stress sedang (90,8 %). Hanya 1 responden yang mengalami stress ringan (1,3 %). Hasil Analisa Spearman antara Tingkat Stress dan Kualitas Tidur, didapatkan hasil uji korelasi *Rank Spearman* antara tingkat stress dan kualitas tidur yaitu bernilai r = 0.098 dan nilai p = 0.402. Hal ini mnunjukkan bahwa keduanya mempunyai korelasi yang positif dan bersifat sangat lemah serta tidak berhubungan signifikan dengan nilai p > 0.05 antara tingkat stress terhadap kualitas tidur.

Kesimpulan : Berdasarkan hasil penelitian terhadap tingkat stress dan kualitas tidur, maka tidak ada hubungan yang signifikan antara tingkat stress dan kualitas tidur (r = 0,098, p = 0,402).

Kata Kunci : Kualitas tidur, Tingkat Stress, Jenis Kelamin, Usia, Kepenitraan yang ditempuh, Mahasiswa Kedokteran

EFFECT THE RELATIONSHIP OF STRESS LEVEL AND SLEEP QUALITY OF FIRST YEAR STUDENTS OF THE DOCTOR'S PROFESSIONAL STUDY PROGRAM, DUTA WACANA CHRISTIAN UNIVERSITY

[1]Raden Rio Al Rasyid, Yanti Ivana Suryanto[2], Johan Kurniawan[3]

[1]*Medical Faculty of Duta Wacana Christian University*

Correspondence : Medical Faculty of Duta Wacana Christian University, dr. Wahidin Sudirohusodo street number 5 – 25, Yogyakarta, 55224, Indonesia. Telp : 0274-563929, Fax : 0274-513235, email : penelitianfk@staff.ukdw.ac.id, website : http://www.ukdw.ac.id

ABSTRACT

Background : Professional education is education taken after an undergraduate academic program. Professional education in the medical world is professional education for doctors, where professional education is an advanced stage for medical students after taking an undergraduate medical academic program.

Objective: To determine the relationship between stress levels and sleep quality of first year students of the medical professional study program, Faculty of Medicine, Duta Wacana Christian University.

Methods: This research uses a descriptive observational method with a cross sectional design where the research is carried out by observing within a certain period and is only carried out once during the observation.

Results: 76 respondents met the inclusion and exclusion criteria in this study. The results of the PSQI questionnaire showed that the majority of respondents had good sleep quality (60.5%), while respondents experienced poor sleep quality (26.3%) and very poor sleep quality (2.6%). The majority of PSS-10 questionnaire results were moderate stress (90.8%). Only 1 respondent experienced mild stress (1.3%). The results of the Spearman analysis between stress level and sleep quality, the results of the Spearman rank correlation test between stress level and sleep quality were obtained, namely r = 0.098 and p = 0.402. This shows that both have a positive correlation and are very weak and not significantly related with a p value > 0.05 between stress levels and sleep quality.

Conclusion : Based on the results of research on stress levels and sleep quality, there is no significant relationship between stress levels and sleep quality (r = 0.098, p = 0.402).

Keywords: Sleep quality, stress level, gender, age, partnership undertaken, medical students.

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pendidikan profesi merupakan pendidikan yang ditempuh setelah program akademik sarjana. Pendidikan profesi sendiri sebagai sarana kepada para peserta didik dalam mempersiapkan keahlian khusus dalam dunia kerja. Salah satunya pendidikan profesi didunia medis yaitu pendidikan profesi dokter, dimana pendidikan profesi tersebut sebagai tahap lanjut pada mahasiswa kedokteran setelah menempuh program akademik sarjana kedokteran. Pendidikan profesi tersebut dihadapi oleh mahasiswa selama 78 minggu lamanya dengan menjalani 13 stase yang akan dihadapi dengan tempat rumah sakit pendidikan utama serta rumah sakit jejaring serta fasilitas kesehatan lainnya yang berhubungan langsung dengan pasien (Humas UKDW, 2023).

Tantangan selama pendidikan profesi dalam dunia pendidikan kedokteran yaitu dengan memindahkan mahasiswa yang terbiasa dalam pendidikan akademik ke dalam suatu praktik dokter. Hal ini memberikan suatu tekanan yang cukup tinggi bagi mahasiswa karena merasa asing dalam lingkungan rumah sakit, kurang memiliki tingkat kepercayaan diri serta tidak mempunyai pengalaman klinis yang mumpuni bila dibandingkan selama masa preklinik (Azis and Bellinawati, 2015). Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan di Mumbai, India yaitu terdapat 356 mahasiswa (79,11 %) yang mempunyai tekanan tinggi terhadap tuntutan belajar dari pendidikan profesi yang ditinjau dari faktor-faktor seperti tekanan sosial, beban tugas selama pendidikan profesi, kurangnya waktu untuk menjalankan hobi, dan kurangnya fasilitas penunjang yang mendukung (Parmeshwar Satpathy, 2021).

Stres dimasa pendidikan profesi juga dapat dilihat sebagai reaksi adaptif yang memberikan sifat secara subjektif pada masing-masing individu. Karena setiap orang mempunyai tingkat kematangan dalam emosional, berpikir, dan kemampuan adaptasi dengan lingkungan di fasilitas kesehatan (Yusoff *et al.*, 2015). Transisi pembelajaran dari pembelajaran yang bersifat teori ke dalam pembelajaran praktik merupakan hal yang tidak mudah karena dalam dunia profesi kedokteran, bahwa mahasiswa dituntut untuk cepat dan gercap dalam pembelajaran serta

mengaplikasikan ilmu-ilmu kedokteran yang telah dipelajari sebelumnya selama masa pendidikan preklinik (Maulina and Sari, 2018).

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan di Universitas Padjajaran yaitu menunjukkan bahwa 60 persen mahasiswa yang masuk dalam pendidikan profesi merasa belum dapat menyesuaikan dengan tuntutan, selain itu tuntutan untuk belajar secara cepat dan dinamis menjadi hal yang sulit dilakukan (Maulina and Sari, 2018). Penelitian lainnya yaitu dilakukan di Universitas California, Amerika yaitu mengungkapkan bahwa setidaknya terdapat 51 % mahasiswa memiliki stres akibat transisi dan tuntutan beban tugas yang diberikan di masa pendidikan profesi (Ayala *et al.*, 2018).

Kegiatan yang cukup banyak dalam menjalani stase selama dunia profesi dalam kedokteran cukup menyita waktu luang bagi mahasiswa (Masilamani *et al.*, 2020). Sehingga dalam menjalani hobi, mahasiswa kedokteran tersebut tidak mampu melaksanakan dengan baik. Selain itu, sedikitnya waktu istirahat membuat banyak mahasiswa mengalami gangguan tidur. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan di Universitas Diponegoro yaitu sebanyak 40,3 % mahasiswa mengalami gangguan tidur akibat tekanan dalam dunia profesi yang menimbulkan adanya rasa cemas, ketakutan, tekanan jiwa, serta kondisi yang tidak menunjang untuk tidur (Azis and Bellinawati, 2015).

Tekanan pada mahasiswa profesi kedokteran selain tuntutan belajar dan adaptasi yaitu mengenai biaya dari pendidikan profesi tersebut. Ini merupakan salah satu dari sekian stresor yang menjadi cukup penting, karena setiap mahasiswa kedokteran mempunyai latar belakang ekonomi dan sosial yang berbeda. Adanya faktor lainnya yaitu beban tugas yang tidak ringan, tekanan sosial serta tuntutan waktu dalam menjalani pendidikan profesi tersebut (Rahmayani, Liza and Syah, 2019). Kemudian, dalam penelitiannya yang dilakukan oleh Silva Ag, di Brazil dimana mengungkapkan bahwa kebutuhan biaya dalam sekolah kedokteran cukup tinggi sehingga sebanyak 80,7 % mahasiwsa menunjukkan bahwa mereka merasa beban selama menjalani profesi kedokteran karena tidak hanya biaya spp saja yang dikeluarkan selama masa sekolah, adapun biaya seperti pemenuhan kebutuhan hidup, tuntutan gaya hidup, serta pemenuhan fasilitas penunjang untuk belajar

selama di kedokteran (Adriano Gonçalves Silva, Ana Teresa de Abreu Ramos Cerqueira, 2014).

Stres yang dialami oleh mahasiswa kedokteran dapat mempengaruhi kesehatan fisik dan psikologis mereka. Mahasiswa yang mengalami stres berat dapat mengalami gangguan tidur, gangguan pencernaan, dan masalah psikologis seperti kecemasan dan depresi. Stres juga dapat mempengaruhi kinerja akademik mahasiswa, termasuk dalam hal kemampuan belajar dan memori. Ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Vinriani di Universitas Sam Ratulangi dimana stres dapat memunculkan kejadian stomatitis rekurensi yang berulang yaitu sebanyak 59,7 % mahasiswa memilliki kejadian stomatitis yang berulang (Atziza, 2015). Hal tersebut dikarenakan stres psikologis memunculkan kondisi mulut kering dikarenakan volume saliva yang menurun dan dapat memicu adanya kejadian stomatitis yang berulang.

Dampak dari stres salah satunya yaitu kurangnya tidur. Kebutuhan tidur merupakan kebutuhan dasar bagi setiap orag. Pada saat tidur, tubuh akan melakukan pemulihan serta mengembalikan stamina tubuh agar menjadi optimal kembali. Kebutuhan tidur ditentukan berdasarkan kuantitas dan kualitas. Kuantitas tidur tersebut ditentukan berdasarkan dari lamanya tidur tersrebut. Sedangkan kualitas tidur diukur berdasarkan kedalaman tidur pada seseorang. Kualitas tidur seseorang dapat ditimbulkan akibat adanya gangguan keseimbangan fisiologis dan psikologis.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Ajeng, dkk di Universitas Andalas, menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan signifikan antar tingkat stres terhadap kualitas tidur pada mahasiswa. Hal ini diakibatkan bahwa keadaan stres sendiri membuat individu tersebut menjadi tegang serta berdampak pada mimpi buruk yang dialami (Kartika *et al.*, 2021). Selain itu, hormon seperti epinferin, norepinefrin, serta kortisol menyebabkan peningkatan sistem saraf pusat dan menyebabkan kualitas tidur menurun (Sherwood, 2020).

Penelitian yang dilakukan oleh Ratnaningtyas, dkk menunjukkan bahwa responden yang mengalami stres berat mengalami kualitas tidur yang buruk (94,3 %). Gejala yang dialami ketika seseorang mengalami kualitas tidur yang tidak baik yaitu berdampak pada berkurangnya konsentrasi ketika menjalani aktivitas, serta

adanya stres yang meningkat. Kemudian, ketika dalam menjalani aktivitas di pagi-siang, akan mengalami kelelehan sepanjang harinya, dan mengalami pusing akibat kurang tidur (Oktaviani *et al.*, 2021).

Dalam hal ini, secara umum tingkat stres yang dialami oleh mahasiswa profesi kedokteran yaitu mayoritas dalam tingkat stres yang tergolong sedang dan berat. Penyebab secara keseluruhan yaitu karena tekanan dan tuntutan kepada mahasiswa profesi kedokteran untuk melakukan pembelajaran berbasis praktik klinis berdasarkan stase-stase di rumah sakit pendidikan dan rumah sakit jejaring. Faktor-faktor yang dialami oleh mahasiswa profesi kedokteran seperti faktor dari akademik, faktor dari hubungan antar profesi, faktor dari aktivitas sosial, dan faktor lainnya. Selain itu, dari faktor-faktor stres tersebut dapat memberikan dampak secara fisik dan psikologis pada mahasiswa profesi kedokteran. Semua hal-hal yang disampaikan tersebut dapat berkaitan dengan kejadian stres di kalangan mahasiswa profesi kedokteran. Maka, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan tingkat stres dan kualitas tidur mahasiswa tahun pertama program studi profesi dokter Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka dapat dirumuskan masalah penelitian yaitu “Bagaimana hubungan tingkat stres dan kualitas tidur mahasiswa tahun pertama program studi profesi dokter Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana ?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan tingkat stres dan kualitas tidur mahasiswa tahun pertama program studi profesi dokter Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi karakteristik responden yaitu mahasiswa pendidikan profesi Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana Yogyakarta tahun pertama berdasarkan usia, jenis kelamin, dan stase yang telah dilewati.

2. Mengidentifikasi gambaran tingkat stres mahasiswa pendidikan profesi Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana Yogyakarta tahun pertama menggunakan kuesioner PSS-10 (*Perceived Stress Scale*).

3. Mengidentifiaksi kualitas tidur mahasiswa pendidikan profesi Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana tahun pertama mengguanakan kuesioner PSQI (*The Pittsburgh Sleep Quality Index*).

1.4 Manfaat penelitian

a) Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini dapat memberikan sumbangan ilmiah, informasi serta memberikan pengetahuan dan pengalaman dalam menjalankan penelitian

b) Bagi Masyarakat

Hasil penelitian dapat memberikan manfaat serta informasi mengenai hubungan tingkat stres terhadap kualitas tidur pada mahasiswa pendidikan profesi Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana pada tahun pertama

c) Bagi Instansi Terkait

Hasil penelitian menjadi bahan masukan dalam menilai tingkat stres terhadap kualitas tidur pada mahasiswa pendidikan profesi Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana pada tahun pertama.

d) Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian dapat menjadi informasi tambahan pada peneliti selanjutnya untuk mengetahui lebih lanjut mengenai pengaruh tingkat stres terhadap kualitas tidur pada mahasiswa pendidikan profesi Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana

1.5 Penelitian Terdahulu

Peneliti	Judul	Metode	Sampel	Hasil	Perbedaan
Rizkia Dwina Rahmayani, dkk (2019)	Gambaran Tingkat Stres berdasarkan Stresor pada Mahasiswa Kedokteran Tahun Pertama Program Studi Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Andalas Universitas Andalas Angkatan 2017	Studi Deskriptif desain *Cross Sectional*	Menggunakan teknik *simple random sampling*. Sampel sebanyak 188 responden dari prodi profesi FK Universitas Andalas	Didapatkan hasil berdasarkan tingkat stres : - Stres ringan (11,2 %) - Stres Sedang (48,4 %) - Stres Berat (40,4 %) - Stres sangat Berat (0)	Lokasi, variabel penelitian
Retneswari Masilamani, dkk (2020)	Stres, Stressors, and Coping Strategies Between Pre-Clinical and Clinical Medical Students at Universiti	Studi Deskriptif dengan desain *cross sectional*	Sampel diambil sebanyak 223 mahasiswa berasal dari Universitas Tunku Abdul Rahman (UTAR), Malaysia	Didapatkan hasil penelitian berdasarkan stresor-nya yaitu : - Stresor terkait akademik (ARS)	Lokasi, variabel penelitian

Tunku Abdul Rahman	- Stresor terkait hubungan intrapersonal dan interpersonal (IRS) - Stresor terkait hubungan belajar-mengajar (TLRS) - Stresor terkait hubungan sosial (SRS) - Stresor terkait keinginan dan pengendalian (DRS) - Stressor terkait aktivitas kelompok (GARS) Stresor yang memicu

				tingkat stres paling tinggi yaitu stres terkait akademik (ARS).	
Bania Maulina, dkk (2018)	Derajat Stres Mahasiswa baru Fakultas Kedokteran Ditinjau dari Tingkat Penyesuaian Diri Terhadap Tuntutan Akademik	Menggunakan pendekatan kuantitatif yang bersifat korelasional	Teknik sampling menggunakan *total sampling* yaitu sebanyak 49 mahasiswa dari FK Universitas Islam Sumatera Utara T.A 2016 / 2017	Didapatkan hasil tingkat derajat stres pada mahasiswa yaitu : - Derajat tinggi (41 %) - Derajat rendah (59 %) Korelasi antara tingkat penyesuaian diri dengan tuntuan akademik menunjukkan hubungan yang negatif dengan nilai p = 0,001 (p < 0,005) dan	Lokasi, metode penelitian, variabel penelitian

				nilai r = -0,697	
Tri Okta Ratnaningtyas, dkk (2019)	Hubungan Stres dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa Tingkat Akhir	Menggunakan metode analitik observasional dengan pendekatan kuantitatif dan *cross sectional*	Teknik sampling menggunakan *simple random sampling* sebanyak 133 mahasiswa STIKes Kharisma Persada	Didapatkan hasil yang menunjukkan bahwa : -Mayoritas responden memiliki tingkat stres ringan (48,1 %) dan sedang (39,9 %) -Sebagian besar responden memiliki kualitas tidur yang baik baik baik dari latensi tidur (72,9 %), durasi tidur baik (45,1 %), dan efisiensi tidur yang baik (63,2 %). -Hasil bivariat menunjukkan bahwa terdapat	Lokasi, variabel penelitian

			hubungan stres dengan kualitas tidur dengan *p value* = 0,016.

Tabel 1. Penelitian Terdahulu

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian terhadap tingkat stress dan kualitas tidur, maka dapat diambil kesimpulan yaitu bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara tingkat stress dan kualitas tidur ($r = 0,098$, $p = 0,402$).

5.2 Saran

1. Perlunya pengujian penelitian secara kualitatif terhadap responden mengenai hal-hal yang membuat stress dan mengalami gangguan tidur.
2. Perlunya penilaian tidak dari 1 waktu saja sehingga dapat menilai dari perkembangan selanjut nya.
3. Perlunya penggalian mekanisme koping dalam menghadapi stress tersebut
4. Perlunya keterlibatan dari institusi pendidikan untuk selalu memberikan dukungan kesehatan mental terhadap mahasiswa profesi kedokteran.

DUTA WACANA

Instrumen Penelitian

Pertanyaan kuesioner PSS-10

No.	**Pertanyaan**	**0**	**1**	**2**	**3**	**4**
1.	Dalam sebulan terkhir, seberapa anda sering marah karena sesuatu tidak terduga					
2	Dalam sebulan terkhir seberapa seirng merasakan tidak mampu menngontrol hal-hal yang penting di kehidupan					
3	Dalam sebulan terakhir, seberapa sering merasa gelisah dan tertekan					
4	Dalam sebulan					

	terakhir, seberapa sering merasa yakin pada kemampuan diri dalam mengetahui masalah sendiri					
5	Dalam sebulan terakhir, seberapa sering bahwa sesuatu yang terjadi sesuai harapan					
6	Dalam sebulan terakhir, seberapa sering bahwa pribadi tidak dapat menyelasaikan hal-hal yang dikerjakan					
7	Dalam sebulan terkhir,					

	seberapa sering bahwa dapat diri sendiri dapat mengontrol rasa mudah tersinggung dalam kehidupan					
8	Dalam sebulan terkhir, seberapa sering bahwa pribadi dapat mengatasi masalah bila dibandingkan dengan orang lain					
9	Dalam sebulan terakhir, seberapa sering bahwa diri sendiri marah akibat masalah yang tidak dapat kendalikan					

10	Dalam sebulan terkhir, seberapa sering diri sendiri merasa kesulitan yang menumpuk sehinggat tidak mampu mengatasi masalah					

Untuk pertanyaan negatif yaitu : 1,2,3,6,9,10 (6 pertanyaan) .

Untuk pertanyaan positif yaitu : 4,5,7,8 (4 pertanyaan) yang bernilai kebalikan .

Pertanyaan PSQI

PETUNJUK: Pertanyaan-pertanyaan berikut berhubungan dengan kebiasaan tidur Anda selama sebulan terakhir *saja* . Jawaban Anda harus menunjukkan jawaban yang paling akurat untuk sebagian *besar* hari dan malam dalam sebulan terakhir. Harap jawab semua pertanyaan.				
1. Selama sebulan terakhir, kapan biasanya Anda tidur pada malam hari?				
2. Selama sebulan terakhir, berapa lama (dalam menit) biasanya Anda tertidur setiap malam?				
3. Selama sebulan terakhir, jam berapa Anda bangun tidur ?				
4. Selama sebulan terakhir, berapa jam Anda merasa tidur di malam hari ?				
PETUNJUK: Untuk setiap pertanyaan yang tersisa, centang satu jawaban terbaik. Harap jawab *semua* pertanyaan.				
5. Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda terganggu dari permasalahan berupa :	**Tidak selama sebulan terakhir**	**Kurang dari sekali seminggu**	**Sekali atau dua kali seminggu**	**Tiga kali atau lebih dalam seminggu**
(a) Tidak dapat tidur dalam 30 menit				
(b) Terbangun di tengah malam atau dini hari				
(c) Terbangun untuk ke toilet				
(d) Memiliki gangguan				

pernapasan ketika tidur				
(e) Batuk atau dengkuran keras				
(f) Merasa terlalu dingin				
(g) Merasa panas				
(h) Mengalami mimpi buruk				
(i) Merasa sakit				
(j) Alasan lain:				
Berapa kali dalam satu bulan terakhir ini Anda mengalami kesulitan tidur karena hal tersebut?				
	Sangat bagus	**Cukup baik**	**Cukup buruk**	**Sangat buruk**
6. Selama satu bulan terakhir, bagaimana Anda menilai kualitas tidur Anda secara keseluruhan?				
	Tidak selama sebulan terakhir	**Kurang dari sekali seminggu**	**Sekali atau dua kali seminggu**	**Tiga kali atau lebih dalam seminggu**

7. Selama satu bulan terakhir, seberapa sering Anda minum obat untuk membantu tidur ?				
8. Selama satu bulan terakhir, seberapa sering Anda mengalami kesulitan untuk tetap terjaga ketika beraktivitas, mengemudi, makan ?				
	Tidak ada masalah sama sekali	**Hanya masalah yang sangat kecil**	**Agak bermasalah**	**Masalah yang sangat besar**
9. Selama satu bulan terakhir, seberapa besar masalah bagi Anda ingin untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi ?				

Hasil Penelitian

Analisa Univariat

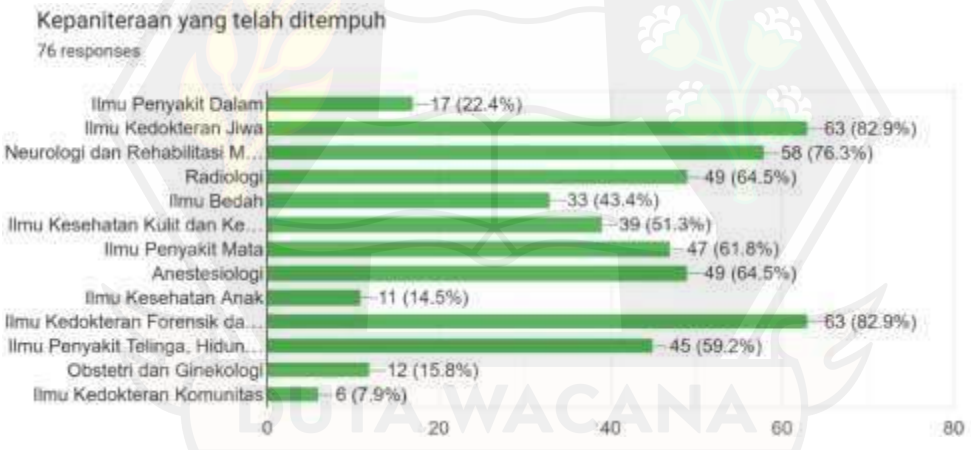
- Demografi Responden

Jenis Kelamin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-laki	32	42.1	42.1	42.1
	Perempuan	44	57.9	57.9	100.0
	Total	76	100.0	100.0	

Usia

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	22 tahun	14	18.4	18.4	18.4
	23 tahun	43	56.6	56.6	75.0
	24 tahun	17	22.4	22.4	96.1
	26 tahun	1	1.3	1.3	97.4
	27 tahun	1	1.3	1.3	100.0
	Total	76	100.0	100.0	



- Kuesioner PSS-10

PSS_1

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak pernah	5	6.6	6.6	6.6
	Hampir tidak pernah	14	18.4	18.4	25.0

	Kadang-kadang	42	55.3	55.3	80.3
	Sering	11	14.5	14.5	94.7
	Sangat sering	4	5.3	5.3	100.0
	Total	76	100.0	100.0	

PSS_2

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak pernah	8	10.5	10.5	10.5
	Hampir tidak pernah	27	35.5	35.5	46.1
	Kadang-kadang	26	34.2	34.2	80.3
	Sering	10	13.2	13.2	93.4
	Sangat sering	5	6.6	6.6	100.0
	Total	76	100.0	100.0	

PSS_3

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak pernah	4	5.3	5.3	5.3
	Hampir tidak pernah	15	19.7	19.7	25.0
	Kadang-kadang	29	38.2	38.2	63.2
	Sering	19	25.0	25.0	88.2
	Sangat sering	9	11.8	11.8	100.0
	Total	76	100.0	100.0	

PSS_4

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sering	3	3.9	3.9	3.9
	Kadang-kadang	21	27.6	27.6	31.6
	Sering	38	50.0	50.0	81.6
	Sangat sering	14	18.4	18.4	100.0
	Total	76	100.0	100.0	

PSS_5

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat sering	1	1.3	1.3	1.3
	Sering	6	7.9	7.9	9.2
	Kadang-kadang	22	28.9	28.9	38.2
	Sering	38	50.0	50.0	88.2
	Sangat sering	9	11.8	11.8	100.0

DUTA WACANA

	Total	76	100.0	100.0	

PSS_6

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak pernah	16	21.1	21.1	21.1
	Hampir tidak pernah	32	42.1	42.1	63.2
	Kadang-kadang	23	30.3	30.3	93.4
	Sering	3	3.9	3.9	97.4
	Sangat sering	2	2.6	2.6	100.0
	Total	76	100.0	100.0	

PSS_7

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat sering	1	1.3	1.3	1.3
	Sering	14	18.4	18.4	19.7
	Kadang-kadang	29	38.2	38.2	57.9
	Sering	20	26.3	26.3	84.2
	Sangat sering	12	15.8	15.8	100.0
	Total	76	100.0	100.0	

PSS_8

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat sering	2	2.6	2.6	2.6
	Sering	8	10.5	10.5	13.2
	Kadang-kadang	18	23.7	23.7	36.8
	Sering	38	50.0	50.0	86.8
	Sangat sering	10	13.2	13.2	100.0
	Total	76	100.0	100.0	

PSS_9

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak pernah	5	6.6	6.6	6.6
	Hampir tidak pernah	21	27.6	27.6	34.2
	Kadang-kadang	31	40.8	40.8	75.0
	Sering	17	22.4	22.4	97.4
	Sangat sering	2	2.6	2.6	100.0
	Total	76	100.0	100.0	

PSS_10

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak pernah	13	17.1	17.1	17.1
	Hampir tidak pernah	34	44.7	44.7	61.8
	Kadang-kadang	18	23.7	23.7	85.5
	Sering	8	10.5	10.5	96.1
	Sangat sering	3	3.9	3.9	100.0
	Total	76	100.0	100.0	

Tingkat Stress berdasarkan total skor PSS-10

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Stress Ringan	1	1.3	1.3	1.3
	Stress Sedang	69	90.8	90.8	92.1
	Stress Berat	6	7.9	7.9	100.0
	Total	76	100.0	100.0	

- Kuesioner PSQI

Komponen 1 : Kualitas tidur subjektif

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat bagus	7	9.2	9.2	9.2
	Cukup baik	50	65.8	65.8	75.0
	Cukup buruk	18	23.7	23.7	98.7
	Sangat buruk	1	1.3	1.3	100.0
	Total	76	100.0	100.0	

Komponen 2 : Latensi tidur

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Skor 0	7	9.2	9.2	9.2
	Skor 1-2	15	19.7	19.7	28.9
	Skor 3-4	16	21.1	21.1	50.0
	Skor 5-6	18	23.7	23.7	73.7
	4.00	16	21.1	21.1	94.7
	5.00	4	5.3	5.3	100.0
	Total	76	100.0	100.0	

Komponen 3 : Durasi tidur

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	> 7 jam	8	10.5	10.5	10.5
	6 - 7 jam	8	10.5	10.5	21.1
	5 - 6 jam	48	63.2	63.2	84.2
	< 5 jam	12	15.8	15.8	100.0
	Total	76	100.0	100.0	

Komponen 4 : Efisiensi tidur kebiasaan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	> 85 %	63	82.9	82.9	82.9
	75 - 84 %	6	7.9	7.9	90.8
	< 65 %	7	9.2	9.2	100.0
	Total	76	100.0	100.0	

Komponen 5 : Gangguan tidur

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Skor 0	10	13.2	13.2	13.2
	Skor 1 - 9	56	73.7	73.7	86.8
	Skor 10 - 18	10	13.2	13.2	100.0
	Total	76	100.0	100.0	

Komponen 6 : Penggunaan obat tidur

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak selama sebulan terakhir	67	88.2	88.2	88.2
	Kurang dari sekali seminggu	4	5.3	5.3	93.4
	Sekali atau dua kali seminggu	4	5.3	5.3	98.7
	Tiga kali atau lebih dalam seminggu	1	1.3	1.3	100.0
	Total	76	100.0	100.0	

Komponen 7 : Disfungsi siang hari

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Skor 0	16	21.1	21.1	21.1
	SKor 1 - 2	25	32.9	32.9	53.9
	Skor 3 - 4	21	27.6	27.6	81.6
	Skor 5 - 6	8	10.5	10.5	92.1
	4.00	5	6.6	6.6	98.7
	6.00	1	1.3	1.3	100.0
	Total	76	100.0	100.0	

Skor pertanyaan 10

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak ada teman sekamar	69	90.8	90.8	90.8
	Teman sekamar di kamar lain	3	3.9	3.9	94.7
	Di kamar yang sama, namun tidak di ranjang sama	3	3.9	3.9	98.7
	Di kamar sama dengan ranjang yang sama	1	1.3	1.3	100.0
	Total	76	100.0	100.0	

Komponen skor keseluruhan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Kualitas tidur sangat baik	8	10.5	10.5	10.5
	Kualitas tidur yang baik	46	60.5	60.5	71.1
	Kualitas tidur yang buruk	20	26.3	26.3	97.4
	Kualitas tidur yang sangat buruk	2	2.6	2.6	100.0
	Total	76	100.0	100.0	

- Hubungan Tingkat Stress dan Kualitas Tidur (Uji Spearman)

Correlations

			Tingkat Stress berdasarkan total skor PSS-10	Komponen skor keseluruhan
Spearman's rho	Tingkat Stress berdasarkan total skor PSS-10	Correlation Coefficient	1.000	.098
		Sig. (2-tailed)	.	.402
		N	76	76
	Komponen skor keseluruhan	Correlation Coefficient	.098	1.000
		Sig. (2-tailed)	.402	.
		N	76	76

DUTA WACANA

Daftar Pustaka

Adriano Gonçalves Silva, Ana Teresa de Abreu Ramos Cerqueira, M. C. P. L. (2014) 'Social support and common mental disorder among medical students', *Brazilian Journal of Epidemiology*. Available at: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24896795/.

Ainida, H. F., Dhian Ririn Lestari and Rizany, I. (2020) 'Hubungan Penggunaan Media Sosial Dengan Kualip Between the Use of Media Social and Sleep Quality on Adolescent of Madrasah Aliyah Negeri 4 Banjar', *Ejuenal Keperawatan*, 4(2), pp. 47–53.

Amiruddin (2017) 'Analisis Faktor - Faktor Penyebab Tingkat Kejadian Stres Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin Angkatan 2015', *Universitas Hasanuddin*, pp. 1–114.

Anjani, R. (2022) *TINGKAT STRES MAHASISWA PROFESI NERS MENJALANKAN PRAKTIK KLINIK DALAM KONDISI PANDEMI COVID 19 (Studi*.

Atziza, R. (2015) 'Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Stres dalam Pendidikan Kedokteran', *J Agromed Unila*, 2(3), pp. 317–320. Available at: https://juke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/agro/article/view/1367.

Avidan, A. Y. (2023) 'Sleep and Its Disorders', in *Bradley and Daroff's Neurology in Clinical Practice, 2-Volume Set*. Eighth Edi. Elsevier Inc., pp. 1664-1744.e9. doi: 10.1016/B978-0-323-64261-3.00101-7.

Ayala, E. E. *et al.* (2018) 'U.S. medical students who engage in self-care report less stress and higher quality of life', *BMC Medical Education*, 18(1), pp. 1–9. doi: 10.1186/s12909-018-1296-x.

Azis, M. Z. and Bellinawati, N. (2015) 'Faktor Risiko Stres dan Perbedaannya pada Mahasiswa Berbagai Angkatan di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang', 2(2), pp. 197–202. doi: 10.1063/1.3106611.

Badan Pengembangan Bahasa dan Perbukuan. (2023) *KBBI Indonesia*, *Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Republik Indonesia*. Available at: https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/stres (Accessed: 16 March 2023).

Brooke G Judd, M. J. S. (2021) *Classification of sleep disorders*, *Up To Date*. Available at: https://www.uptodate.com/contents/classification-of-sleep-disorders?search=sleep wake disorder&source=search_result&selectedTitle=3~150&usage_type=default&display_rank=3 (Accessed: 31 March 2023).

Cirelli, C. (2022) *Insufficient sleep: Definition, epidemiology, and adverse outcomes, Up To Date*. Available at: https://www.uptodate.com/contents/insufficient-sleep-definition-epidemiology-and-adverse-outcomes?search=sleep&source=search_result&selectedTitle=5~150&usage_type=default&display_rank=5# (Accessed: 31 March 2023).

Diponegoro, D. (2020) *Memahami Tidur dan Irama Srikardian, Fakiltas Psikologi Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta*. Available at: https://uad.ac.id/id/memahami-tidur-dan-irama-sirkadian/ (Accessed: 31 March 2023).

Douglas Kirsch (2022) *Stages and architecture of normal sleep*, *Up To Date*. Available at: https://www.uptodate.com/contents/stages-and-architecture-of-normal-sleep?search=sleep&source=search_result&selectedTitle=3~150&usage_type=default&display_rank=3#H630021532 (Accessed: 31 March 2023).

drg. Widyawati, M. (2021) *Kemenkes Beberkan Masalah Permasalahan Kesehatan Jiwa di Indonesia*, *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*. Available at: https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilis-media/20211007/1338675/kemenkes-beberkan-masalah-permasalahan-kesehatan-jiwa-di-indonesia/ (Accessed: 15 March 2023).

Fakultas Kedokteran UKDW (2019) *Peraturan Akademik FK UKDW*. 7th edn.

Yogyakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana.

Humas UKDW (2023) *Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Duta Wacana*. Available at: https://www.ukdw.ac.id/akademik/fakultas-kedokteran/profesi-dokter/ (Accessed: 10 March 2023).

Ishmah Rosyidah *et al.* (2020) 'Gambaran Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Keperawatan Unhas', *Abdi*, 2(1), pp. 33–39. Available at: https://core.ac.uk/display/287297367?msclkid=547abde7a93211ec9abc57c66c7fa12a.

Jessiman, P. *et al.* (2022) 'School culture and student mental health: a qualitative study in UK secondary schools', *BMC Public Health*, 22(1), pp. 1–18. doi: 10.1186/s12889-022-13034-x.

Kartika, A. A. *et al.* (2021) 'Hubungan Tingkat Stres Dengan Kualitas Tidur Mahasiswa / I Fakultas Kedokteran Universitas Prima Indonesia Pada Saat Pandemi Covid-19', *Majalah Kedokteran Andalas*, 44(6), pp. 378–389.

Kemenristek-Dikti (2018) *Permenristek-Dikti Nomor 18 Tahun 2018 Tentang Standar Nasional Pendidikan Kedokteran*.

Konsil Kedokteran Indonesia (2019) *Standar Pendidikan Profesi Dokter Indonesia*, *Konsil Kedokteran Indonesia*.

Maramis, W. F. (2009) 'Buku Ajar Ilmu Kedokteran Jiwa', p. 783.

Masilamani, R. *et al.* (2020) 'Stress, stressors, and coping strategies between pre-clinical and clinical medical students at universiti Tunku Abdul Rahman', *Malaysian Journal of Public Health Medicine*, 20(1), pp. 175–183. doi: 10.37268/mjphm/vol.20/no.1/art.503.

Maski, K. (2022) *Insufficient sleep: Evaluation and management*, *Up To Date*. Available at: https://www.uptodate.com/contents/insufficient-sleep-evaluation-and-

management?search=PSQI&source=search_result&selectedTitle=1~5&usage_type=default&display_rank=1#H2140453186 (Accessed: 1 April 2023).

Maulina, B. and Sari, D. R. (2018) 'Derajat Stres Mahasiswa Baru Fakultas Kedokteran Ditinjau Dari Tingkat Penyesuaian Diri Terhadap Tuntutan Akademik', *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling: Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Konseling*, 4(1), p. 1. doi: 10.26858/jpkk.v4i1.4753.

Mudhmainnah, N., Martina and Harahap, I. M. (2022) 'Hubungan Stres Akademik dengan Kualitas Tidur Selama Pembelajaran Daring pada Mahasiswa Keguruna dan Ilmu Pendidikan Universitas Syiah Kuala', *Idea Nursing Journal*, 8(1), pp. 48–53. Available at: http://www.jurnal.unsyiah.ac.id/INJ/article/view/22803.

Mutia Sastra, C. I. (2021) 'Gambaran tingkat stres dan nyeri kepala mahasiswa fakultas kedokteran universitas muhammadiyah sumatera utara', *Jurnal Kedokteran UMSU*, (1808260136).

Muttaqin, M. R., Rotinsulu, D. J. and Sulistiawati, S. (2021) 'Hubungan antara Kualitas Tidur dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Mulawarman', *Jurnal Sains dan Kesehatan*, 3(4), pp. 586–592. doi: 10.25026/jsk.v3i4.618.

Oktaviani, lani T. *et al.* (2021) 'Hubungan Tingkat Stres dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa Tingkat Akhir Dimasa Pandemi Penyakit COVID-19 di Universitas Harapan Bangsa, Purwokerto', *Health Information: Jurnal Penelitian*, 13(2), pp. 54–60.

Oku, A. *et al.* (2015) 'Prevalence of stress, stressors and coping strategies among medical students in a Nigerian medical school', *African Journal of Medical and Health Sciences*, 14(1), p. 29. doi: 10.4103/2384-5589.153384.

Parmeshwar Satpathy, dkk (2021) 'Prevalence of stress, stressors, and coping strategies among medical undergraduate students in a medical college of Mumbai', (January), pp. 1–6. doi: 10.4103/jehp.jehp.

Prasetyo, J. (2018) *Buku Ajar Psikiatri FK UI*. 3rd edn. Jakarta: Fakultas

Kedokteran Universitas Indonesia.

Program State of New Hampshire Employee Assistance (2020) 'Perceived Stress Scale Score Cut Off', *State of New Hampshire Employee Assistance Program*, p. 2.

Puri, B.K., Laking, P.J., & Treasaden, I. H. . (2018) *Buku Ajar Psikiatri*. Jakarta: EDC.

Rahmayani, R. D., Liza, R. G. and Syah, N. A. (2019) 'Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Stressor pada Mahasiswa Kedokteran Tahun Pertama Program Studi Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Angkatan 2017', *Jurnal Kesehatan Andalas*, 8(1), p. 103. doi: 10.25077/jka.v8i1.977.

Sekh, H. hadistya, Novitasari, A. and Romadhoni (2020) 'Gambaran stres pada mahasiswa tahun pertama di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang', *Universitas Muhammadiyah Semarang*. Available at: http://repository.unimus.ac.id/4832/1/Artikel Penelitian Harvard.pdf.

Sherwood (2020) *Fisiologi Manusia : dari sel ke sistem*. 8th edn. Jakarta: EGC.

Suikkala, A. *et al.* (2021) 'Healthcare student-patient relationship and the quality of the clinical learning environment – a cross-sectional study', *BMC Medical Education*, 21(1), pp. 1–11. doi: 10.1186/s12909-021-02676-x.

Sulana, I. O. P., Sekeon, S. A. S. and Mantjoro, E. M. (2020) 'Hubungan Tingkat Stres dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Samratulangi', *Jurnal KESMAS*, 9(7), pp. 37–45.

Tanto, C. *et al.* (2014) *Kapita Selekta Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia Edisi IV*. Edited by C. ; L. F. ; H. S. ; P. A. E. Tanto. Jakarta: Media Aesculapius.

Ulfa, L. and Fahzira, M. R. (2019) 'Faktor Penyebab Stress dan Dampaknya Bagi Kesehatan', *Psikologi Kesehatan*, pp. 1–5. Available at: https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwjQq_zCudH4AhVRWHwKHSNpAO8QFnoECAgQAQ&url=https%3A%2F%2Fosf.io%2Fh4cnv%2Fdownload%2F%3Fformat%3Dpdf

&usg=AOvVaw0WhbNEp_fWM5n6Ydd6R_dU.

Yusoff, M. S. B. *et al.* (2015) ‘A study on stress, stressors and coping strategies among Malaysian medical students.’, *International Journal of Students’ Research*, 1(2), pp. 45–50. doi: 10.5549/ijsr.1.2.45-50.

Zulfiqar, A. M. and Martha, E. (2021) ‘Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Stres Mahasiswa Pascasarjana Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia Dalam Menyusun Tesis’, *The Indonesian Journal of Health Promotion*, 5(3), pp. 56–61.

DUTA WACANA