

**FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAKASSAR
Skripsi, 26 Januari 2021**

Irawan Ade Triadi¹, Andi Hendra Yusa²

¹Mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Makassar angkatan 2017/ email iwawan09@gmail.com

²Pembimbing

“PENGARUH KELUHAN STRES TERHADAP KUALITAS TIDUR PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAKASSAR ANGGKATAN 2019”
(vii + 78 Halaman + 5 Tabel + 4 Gambar + 2 Lampiran)

ABSTRAK

Latar Belakang : Tidur sendiri ialah proses fisiologis berarti dalam kehidupan makhluk hidup termasuk manusi. Terjadinya hambatan tersebut pada saat siklus tidur berdampak pada kesehatan. Berkurangnya kualitas tidur sangat umum ditemui di masyarakat yang ada diseluruh dunia. Kualitas tidur yakni penimbunan penilaian dari komponen kuantitatif, semacam durasi tidur, serta komponen kualitatif, semacam latensi tidur, hambatan tidur, dan disfungsi, disaat siang hari. Berkurangnya durasi tidur atau kualitas tidur di masyarakat saat ini sangat erat kaitannya dengan gaya hidup, peningkatan konsumsi teknologi, peningkatan beban pekerjaan, dan kebutuhan social.

Tujuan : Untuk mengetahui jumlah mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar Angkatan 2019 yang memiliki keluhan stress terhadap kualitas tidur yang buruk.

Metode : Penelitian ini merupakan penelitian Observasional Analitik dengan pendekatan *cross sectional*.

Hasil : Hasil uji analisis uji statistik *Chi Square* didapatkan taraf signifikansi (α) = 0,05 dan didapatkan nilai $p = 0,049$ ($p < \alpha$)

Kesimpulan : Terdapat pengaruh keluhan stres terhadap kualitas tidur pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar Angkatan 2019.

Kata Kunci : Stres, Tidur, Penyebab Stres, Dampak Stres, Fungsi Tidur.