

**FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAKASSAR
Skripsi, 28 Februari 2025**

Nurul Safika¹, Zulfikar Tahir², Deddy S.Razak³, Darwis Muhdina⁴

¹ Mahasiswa Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan,
Universitas Muhammadiyah Makassar, Jl. Sultan Alauddin No. 259, Makassar
90211, Sulawesi Selatan, Indonesia

^{2,3,4} Dosen Departemen Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kedokteran dan Ilmu
Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Makassar

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN TINGKAT
INSOMNIA PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAKASSAR
ANGKATAN 2023**

Latar Belakang: Stres merupakan reaksi terhadap berbagai tuntutan yang dapat menjadi faktor pencetus maupun akibat dari gangguan kesehatan, termasuk insomnia. Mahasiswa kedokteran memiliki risiko stres yang tinggi akibat tuntutan akademik yang besar, yang dapat berkontribusi terhadap gangguan tidur seperti insomnia. Insomnia dapat berdampak negatif terhadap aktivitas akademik dan kesejahteraan mahasiswa. Oleh karena itu, penting untuk memahami hubungan antara tingkat stres dan tingkat insomnia pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar angkatan 2023.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat stres dengan tingkat insomnia pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar angkatan 2023.

Metode: Penelitian observasional cross-sectional ini melibatkan mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar angkatan 2023, dipilih dengan purposive sampling. Tingkat stres diukur dengan DASS-42, sedangkan insomnia dengan ISI. Analisis data menggunakan uji korelasi Pearson.

Hasil: Mayoritas responden adalah perempuan (81,1%). Sebanyak 55,4% mahasiswa mengalami stres sedang, 37,5% mengalami stres ringan, dan 7,1% mengalami stres berat. Sementara itu, 76,8% mahasiswa mengalami insomnia ringan, 18,8% tidak mengalami insomnia, dan 4,5% mengalami insomnia berat. Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan positif yang kuat antara tingkat stres dan tingkat insomnia dengan nilai korelasi sebesar 0,635 ($p < 0,05$). Semakin tinggi tingkat stres, semakin tinggi pula tingkat insomnia pada mahasiswa.

Kesimpulan: Terdapat hubungan signifikan antara stres dan insomnia pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar angkatan 2023. Semakin tinggi stres, semakin parah insomnia. Pengelolaan stres diperlukan untuk mencegah gangguan tidur yang berdampak pada kesehatan dan akademik.

Kata Kunci: Stres, Insomnia, Mahasiswa Kedokteran, Kesehatan Mental, Tidur

**FACULTY OF MEDICINE AND HEALTH SCIENCES
MUHAMMADIYAH UNIVERSITY OF MAKASSAR**

Thesis, February 28, 2025

Nurul Safika¹, Zulfikar Tahir², Deddy S. Razak³, Darwis Muhdina⁴

¹Medical Education Student, Faculty of Medicine and Health Sciences, Muhammadiyah University of Makassar, Jl. Sultan Alauddin No. 259, Makassar 90211, South Sulawesi, Indonesia

^{2,3,4} Lecturer, Department of Public Health, Faculty of Medicine and Health Sciences, Muhammadiyah University of Makassar

***THE RELATIONSHIP OF STRESS LEVEL AND INSOMNIA
LEVEL IN STUDENTS OF THE FACULTY OF MEDICINE,
MUHAMMADIYAH MAKASSAR UNIVERSITY, CLASS OF 2023***

Background: *Stress is a response to various demands that can act as both a trigger and a consequence of health disorders, including insomnia. Medical students are at high risk of experiencing stress due to significant academic demands, which may contribute to sleep disorders such as insomnia. Insomnia can negatively impact academic performance and overall well-being. Therefore, understanding the relationship between stress levels and insomnia among medical students at Universitas Muhammadiyah Makassar, class of 2023, is crucial.*

Objective: *This study aims to determine the relationship between stress levels and insomnia levels among medical students at Universitas Muhammadiyah Makassar, class of 2023.*

Methods: *This cross-sectional study analyzed stress (DASS-42) and insomnia (ISI) in 2023 medical students using Pearson correlation.*

Results: *The majority of respondents were female (81.1%). Among the students, 55.4% experienced moderate stress, 37.5% had mild stress, and 7.1% suffered from severe stress. Regarding insomnia levels, 76.8% had mild insomnia, 18.8% reported no insomnia, and 4.5% experienced severe insomnia. The analysis showed a strong positive correlation between stress levels and insomnia levels, with a correlation coefficient of 0.635 ($p < 0.05$). Higher stress levels were associated with more severe insomnia among students.*

Conclusion: *There is a significant relationship between stress and insomnia among Medical Faculty students at Universitas Muhammadiyah Makassar, class of 2023. Higher stress levels lead to more severe insomnia. Stress management is essential to prevent sleep disorders that affect health and academic performance..*

Keywords: *Stress, Insomnia, Medical Students, Mental Health, Sleep*