

**HUBUNGAN KARAKTERISTIK MAHASISWA TERHADAP
KUALITAS TIDUR DI FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA TAHUN 2023**

SKRIPSI

Oleh

RYAN FIDEL ALDHI PRADITYA

1861050128



**PROGRAM STUDI SARJANA PENDIDIKAN DOKTER
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA
JAKARTA
2024**

**HUBUNGAN KARAKTERISTIK MAHASISWA TERHADAP
KUALITAS TIDUR DI FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA TAHUN 2023**

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi persyaratan akademik guna memperoleh gelar Sarjana Kedokteran
(S.Ked) pada Program Studi Sarjana Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Kristen
Indonesia

Oleh

RYAN FIDEL ALDHI PRADITYA

1861050128



**PROGRAM STUDI SARJANA PENDIDIKAN DOKTER
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA
JAKARTA
2024**



PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TUGAS AKHIR

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ryan Fidel Aldhi Praditya
NIM : 1861050128
Program Studi : Sarjana Pendidikan Dokter
Fakultas : Kedokteran

Dengan ini menyatakan bahwa karya tulis tugas akhir yang berjudul “Hubungan Karakteristik Mahasiswa Terhadap Kualitas Tidur di Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia Tahun 2023” adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan sendiri dengan menggunakan hasil kuliah, tinjauan lapangan, buku-buku, dan jurnal acuan yang tertera di dalam referensi pada karya tugas akhir saya.
2. Bukan merupakan duplikasi karya tulis yang sudah dipublikasi atau yang pernah dipakai untuk mendapat gelar sarjana di universitas lain, kecuali pada bagian-bagian sumber informasi yang tercantum dengan cara referensi yang semestinya.
3. Bukan merupakan karya terjemahan dari kumpulan buku atau jurnal acuan yang tertera di dalam referensi pada tugas.

Kalau terbukti saya tidak memenuhi apa yang dinyatakan di atas, maka karya tugas akhir ini dianggap batal.

Jakarta, 22 April 2024



Ryan Fidel Aldhi Praditya



**UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA
FAKULTAS KEDOKTERAN**

PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING TUGAS AKHIR

**HUBUNGAN KARAKTERISTIK MAHASISWA TERHADAP KUALITAS
TIDUR DI FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS KRISTEN
INDONESIA TAHUN 2023**

Oleh:

Nama : Ryan Fidel Aldhi Praditya
NIM : 1861050128
Program Studi : Sarjana Pendidikan Dokter
Fakultas : Kedokteran

telah diperiksa dan disetujui untuk diajukan dan dipertahankan dalam Sidang Tugas Akhir guna mencapai gelar Sarjana Strata Satu pada Program Studi Sarjana Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Kristen Indonesia.

Jakarta, 22 April 2024

Menyetujui:

Pembimbing

dr. Yusias Hikmat Diani M.Kes
NIDN: 0323057302

Ketua Program Studi
Sarjana Pendidikan Dokter

dr. Theza E. A. Pellondo'u P., Sp. KF

Dekan Fakultas Kedokteran
Universitas Kristen Indonesia



Dr. dr. Robert Sinurat, Sp.BS(K)



UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA
FAKULTAS KEDOKTERAN

PERSETUJUAN TIM PENGUJI TUGAS AKHIR

Pada 22 April 2024 telah diselenggarakan Sidang Tugas Akhir untuk memenuhi sebagai persyaratan akademik guna memperoleh gelar Sarjana Strata Satu pada Program Studi Sarjana Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Kristen Indonesia, atas nama:

Nama : Ryan Fidel Aldhi Praditya
NIM : 1861050128
Program Studi : Sarjana Pendidikan Dokter
Fakultas : Kedokteran

termasuk ujian Tugas Akhir yang berjudul “HUBUNGAN KARAKTERISTIK MAHASISWA TERHADAP KUALITAS TIDUR DI FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA TAHUN 2023” oleh tim penguji yang terdiri dari:

Nama Penguji	Jabatan dalam Tim Penguji	Tanda Tangan
dr. Vidi Posdo A. Simarmata, M.K.K	Dosen Penguji I	
dr. Yusias Hikmat Diani, M.Kes	Dosen Penguji II	

Jakarta, 22 April 2024



UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA

PERNYATAAN DAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ryan Fidel Aldhi Praditya
NIM : 1861050128
Fakultas : Kedokteran
Program Studi : Sarjana Pendidikan Dokter
Jenis Tugas Akhir : Skripsi
Judul : Hubungan Karakteristik Mahasiswa Terhadap Kualitas Tidur di Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia Tahun 2023

Menyatakan bahwa:

1. Tugas akhir tersebut adalah benar karya saya dengan arahan dari dosen pembimbing dan bukan merupakan duplikasi karya tulis yang sudah dipublikasikan atau yang pernah dipakai untuk mendapatkan gelar akademik di perguruan tinggi manapun;
2. Tugas akhir tersebut bukan merupakan plagiat dari hasil karya pihak lain dan apabila saya mengutip dari karya orang lain maka akan dicantumkan sebagai referensi sesuai dengan ketentuan yang berlaku;
3. Saya memberikan Hak Non Eksklusif Tanpa Royalti kepada Universitas Kristen Indonesia yang berhak menyimpan, mengalih media/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Apabila dikemudian hari ditemukan pelanggaran Hak Cipta dan Kekayaan Intelektual atau Peraturan Perundang-undangan Republik Indonesia lainnya dan integritas akademik dalam karya saya tersebut, maka saya bersedia menanggung secara pribadi segala bentuk tuntutan hukum dan sanksi akademis yang timbul serta membebaskan Universitas Kristen Indonesia dari segala tuntutan hukum yang berlaku.

Jakarta, 22 April 2024
Yang menyatakan

Ryan Fidel Aldhi Praditya

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas berkat, kasih dan karunia-Nya penulis data dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Karakteristik Mahasiswa Terhadap Kualitas Tidur di Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia Tahun 2023”

Penelitian ini dibuat dan disusun sebagai tugas akhir penulis, serta untuk memenuhi syarat guna menempuh Sidang Ujian Sarjana untuk mendapatkan gelar Sarjana Kedokteran (S.Ked) pada Program Studi Sarjana Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Kristen Indonesia.

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis menyadari tidak sedikit kendala dan halangan yang dihadapi agar skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik dan tepat pada waktunya. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Kepada keluarga tercinta, Bapak penulis, Bapak Trisiswanda Indra dan Ibu penulis, Ibu Corry Erlyn Reawaruw dan Kedua Adek penulis yang telah memberikan dukungan serta doa kepada penulis dari awal memasuki Fakultas Kedokteran sampai saat ini.
2. Prof. DR. Dhaniswara K. Hardjono, S.H., M.H., M.B.A. selaku Rektor Universitas Kristen Indonesia beserta jajarannya.
3. Dr. dr. Robert Sinurat, Sp.BS(K) selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia, dr. Danny E. J. Luhulima, Sp.PK., dr. Desy Ria Simanjuntak, M.Kes dan dr. Erida Manalu, Sp.PK selaku Wakil Dekan Fakultas Kedokteran, Universitas Kristen Indonesia.
4. dr. Theza E.A. Pellondo'u P., Sp.KF selaku Ketua Program Studi Sarjana Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Kristen Indonesia beserta seluruh jajaran dosen pengajar yang telah memberikan banyak ilmu pengetahuan kepada penulis.
5. Dr. Muhammad Alfarabi, S.Si., M.Si. selaku Ketua Tim Skripsi beserta anggota tim skripsi lainnya yang telah mengkoordinasikan dan memberikan

arahan dalam pembuatan skripsi dari awal hingga akhir penyelesaian skripsi.

6. dr. Yusias Hikmat Diani, M.Kes., selaku dosen pembimbing yang telah menyediakan waktunya untuk membimbing dan mengarahkan penulis dengan sabar, serta memberikan ilmu dalam penulisan skripsi ini.
7. dr. Vidi Posdo A. Simarmata, M.K.K selaku dosen penguji sidang skripsi saya yang telah menyediakan waktu untuk menguji dan mengarahkan penulis dalam sidang skripsi ini.
8. dr. Agus Yudawijaya, Sp.S., selaku dosen Pembimbing Akademik yang telah membantu saya selama proses akademik di Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia.
9. Indah Fau, Welabston Etwiory, dan Edwin Gibson yang selalu memberikan semangat dan motivasi kepada penulis agar dapat menyelesaikan skripsi ini.
10. Keluarga Besar FK UKI Angkatan 2018 yang telah memberikan dukungan dan semangat kepada penulis.
11. Keluarga besar Reawaruw dan keluarga besar Soekasno yang telah memberikan semangat dan saat teduh bagi penulis agar bisa berpikir jernih.

Penulis menyadari adanya keterbatasan di dalam penyusunan skripsi ini. Oleh karena itu, penulis mengharapkan saran dan kritik yang bersifat membangun untuk perbaikan penulisan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi banyak pihak dan berguna untuk ilmu pengetahuan. Kiranya Tuhan Yang Maha Esa senantiasa melimpahkan rahmat dan karunia-Nya kepada semua pihak yang telah membantu pelaksanaan dan penyelesaian skripsi ini.



*Jikalau engkau berbaring, engkau tidak akan terkejut, tetapi engkau akan
berbaring dan tidur nyenyak*

Amsal 3:24

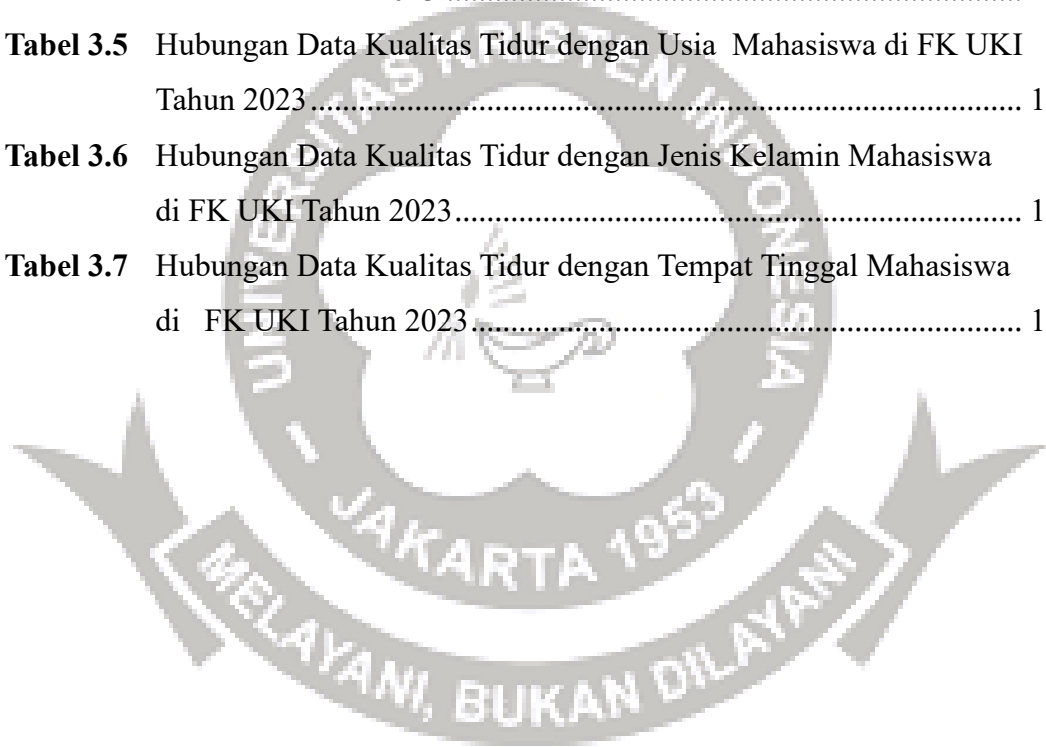
DAFTAR ISI

	HALAMAN
PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TUGAS AKHIR.....	ii
PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING TUGAS AKHIR.....	iii
PERSETUJUAN TIM PENGUJI TUGAS AKHIR	iv
PERNYATAAN DAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR SINGKATAN (urut sesuai abjad)	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
ABSTRAK	xiv
ABSTRACT	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang	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
1.4.1. Manfaat Bagi Teoritis	5
1.4.2. Manfaat Bagi Praktisi	5
1.4.3. Manfaat Bagi Institusi.....	5
BAB II METODE PENELITIAN.....	6
2.1. Jenis Penelitian.....	6
2.2. Lokasi dan Waktu penelitian	6
2.3. Populasi dan Sampel	6
2.3.1. Populasi Penelitian.....	6
2.3.2. Sampel Penelitian	6
2.4. Pengambilan sample.....	7

2.4.1 Simple Random Sampling.....	7
2.5. Kriteria Inklusi dan Eksklusi.....	7
2.5.1. Kriterion Inklusi	7
2.5.2. Kriteria Eksklusi	7
2.6. Variabel Penelitian.....	8
2.7. Definisi Operasional.....	8
2.8. Metode Pengumpulan Data	9
2.8.1. Cara Pengumpulan Data.....	9
2.9. Instrumen Penelitian.....	9
2.9.1. Kuesioner Penilaian.....	9
2.11. Metode Analisi Data	12
2.11.1. Pengolahan Data.....	12
2.11.2. Analisis Data.....	12
BAB III HASIL DAN PEMBAHASAN	13
3.1. Hasil Penelitian.....	13
3.1.1. Hasil Univariat.....	13
3.1.2 Hasil Bivariat.....	15
3.2. Pembahasan	17
3.2.1. Distribusi Usia	17
3.2.2. Distribusi Jenis Kelamin.....	17
3.2.3. Tempat Tinggal	18
3.2.4. Kualitas Tidur	18
3.2.5. Hubungan Usia Dengan Kualitas Tidur	19
3.2.6. Hubungan Jenis Kelamin Dengan Kualitas Tidur.....	19
BAB IV KESIMPULAN DAN SARAN.....	21
4.1. Kesimpulan.....	21
4.2. Saran.....	21
DAFTAR PUSTAKA.....	22
LAMPIRAN.....	26

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Definisi Operasional.....	8
Tabel 2.2	Distribusi Komponen PSQI dan Sistem Penilaian	10
Tabel 3.1	Distribusi Usia Mahasiswa FK UKI Tahun 2023.....	13
Tabel 3.2	Distribusi Jenis Kelamin Mahasiswa FK UKI Tahun 2023	13
Tabel 3.3	Distribusi Jenis Tempat Tinggal Mahasiswa FK UKI Tahun 2023	14
Tabel 3.4	Kualitas Tidur Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia Tahun 2023	14
Tabel 3.5	Hubungan Data Kualitas Tidur dengan Usia Mahasiswa di FK UKI Tahun 2023	15
Tabel 3.6	Hubungan Data Kualitas Tidur dengan Jenis Kelamin Mahasiswa di FK UKI Tahun 2023.....	15
Tabel 3.7	Hubungan Data Kualitas Tidur dengan Tempat Tinggal Mahasiswa di FK UKI Tahun 2023.....	16



DAFTAR SINGKATAN

FK	<i>Fakultas Kedokteran</i>
PSQI	<i>Piitsburgh Sleep Quality Index</i>
SPSS	<i>Statistical Product for Social Science</i>
UKI	<i>Universitas Kristen Indonesia</i>



DAFTAR LAMPIRAN

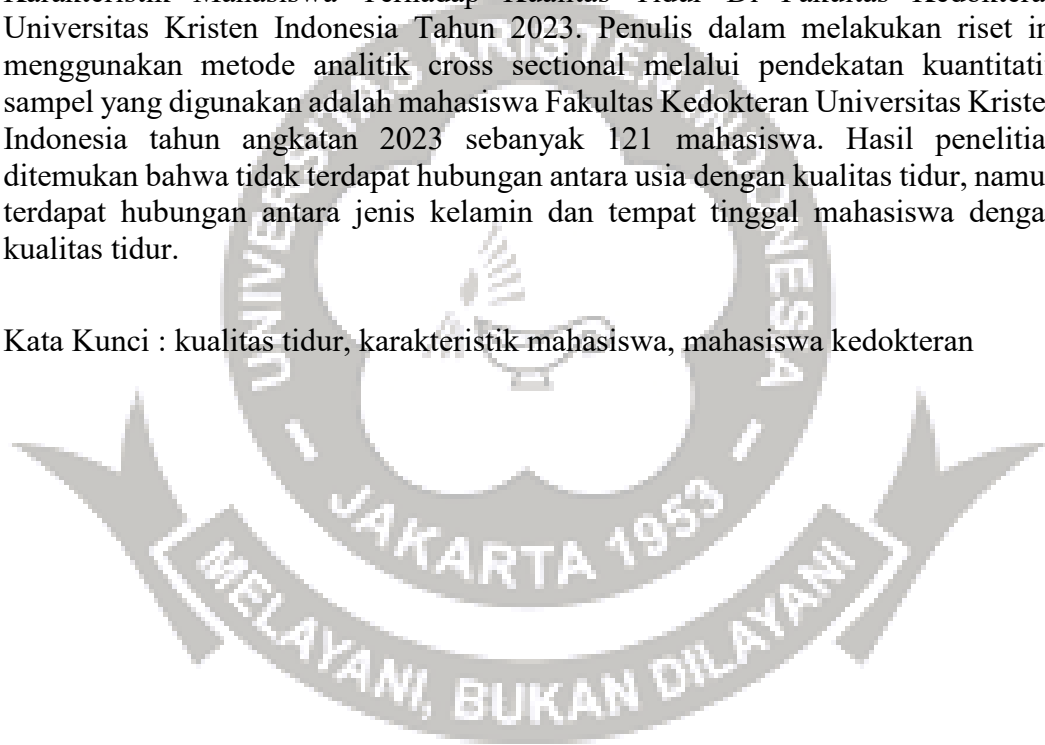
Lampiran 1	Informed Consent Kuesioner.....	26
Lampiran 2.	Kuesioner Kualitas Tidur PSQI.....	27
Lampiran 3	Surat Pengajuan Jumlah Mahasiswa	31
Lampiran 4	Hasil Analisis Data	32



ABSTRAK

Kualitas tidur adalah pengalaman tidur yang dapat memberikan kesegaran dan perasaan penuh semangat dalam menjalankan aktivitas tanpa menunjukkan perasaan lelah. Kualitas tidur yang baik sangat mempengaruhi aktivitas sehari-hari, terlebih bagi mahasiswa fakultas kedokteran yang dalam kesehariannya penuh dengan kesibukan yang memerlukan fokus yang tinggi. Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kualitas tidur, misalnya tempat kediaman dan jenis kelamin. Aktivitas keseharian bagi mahasiswa fakultas kedokteran yang dalam kesehariannya penuh dengan jadwal belajar yang padat memiliki korelasi dengan kualitas tidurnya. Penelitian yang dilakukan bertujuan untuk mengetahui Hubungan Karakteristik Mahasiswa Terhadap Kualitas Tidur Di Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia Tahun 2023. Penulis dalam melakukan riset ini menggunakan metode analitik cross sectional melalui pendekatan kuantitatif, sampel yang digunakan adalah mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia tahun angkatan 2023 sebanyak 121 mahasiswa. Hasil penelitian ditemukan bahwa tidak terdapat hubungan antara usia dengan kualitas tidur, namun terdapat hubungan antara jenis kelamin dan tempat tinggal mahasiswa dengan kualitas tidur.

Kata Kunci : kualitas tidur, karakteristik mahasiswa, mahasiswa kedokteran



ABSTRACT

Quality sleep is a sleep experience that can provide freshness and a feeling of enthusiasm in carrying out activities without showing feelings of fatigue. Good sleep quality greatly affects daily activities, especially for medical school students who are full of daily activities that require high focus. A number of variables, including gender and place of residence, might impact the quality of sleep. Poor sleep quality can affect daily activities, especially for medical school students who are full of busy study schedules in their daily lives. The purpose of the study is to ascertain how the qualities of sleep and the characteristics of the students at the Christian University of Indonesia's Faculty of Medicine in 2023 are related. The study employed a quantitative cross-sectional analytical research design with 121 students from the Christian University of Indonesia's Faculty of Medicine in the class of 2023 as the sample. The results found that there was no relationship between age and sleep quality, but there was a relationship between sex and student residence with sleep quality.

Keywords: sleep quality, characteristics of students, medical students

