

## ABSTRAK

Edbert Wong (01071180196)

### **HUBUNGAN ANTARA DURASI TIDUR DAN TINGKAT STRES MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS PELITA HARAPAN DALAM MASA PANDEMI COVID-19**

(xi + 51 halaman: 1 gambar; 2 tabel; 4 lampiran)

**Latar Belakang:** Berdasarkan berbagai studi dalam beberapa tahun terakhir stres telah diketahui sebagai sebuah faktor resiko yang sangat signifikan untuk berbagai masalah kesehatan seperti hipertensi, depresi, *irritable bowel syndrome* dan lain-lain, Fakultas kedokteran universitas pelita harapan memiliki standar yang tinggi untuk para mahasiswa dan mahasiswinya yang dapat membuat pengelolaan waktu salah satunya waktu tidur sebuah tantangan, terlebih ditengah masa pandemi COVID-19 ada kemungkinan tingkat stres mahasiswa kedokteran menjadi mengkhawatirkan, oleh karena itu penentuan penyebab-penyebab stres dan beberapa cara memungkinkan untuk mengelola stres adalah sebuah hal yang menjadi sebuah kepentingan yang amat tinggi.

**Tujuan :** Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui bagaimana hubungan antara durasi tidur dan tingkat stres mahasiswafakultas kedokteran universitas pelita harapan dalam masa pademi COVID-19

**Metodologi :** Penelitian ini menggunakan studi potong lintang yang dilakukan pada 363 mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan. Pengambilan data akan dilakukan dengan cara pengisian kuesioner untuk menilai jam tidur dan tingkat stres mahasiswa. Hasil dari penelitian dianalisis dengan analisis korelasi dan regresi linear menggunakan pengolahan data SPSS 23.

**Hasil:** Penelitian ini berlangsung selama 2 bulan, terhitung dari 24 Juni 2021 sampai dengan 10 Agustus 2021 dengan total 339 mahasiswa aktif FK UPH. Dari hasil uji statistik ditemukan bahwa populasi sampel yang memiliki durasi tidur yang tidak memadai (OR 2.4 [1.5-3.9]), mahasiswa saat kepaniteraan klinik (OR 3.3 [2-5.2]), dan individu berjenis kelamin laki-laki (OR 3.5 [2.2-5.6]) memiliki kecenderungan untuk mengalami stres ( $p < 0.001$ ).

**Kata kunci:** Durasi Tidur, Tingkat Stres, Mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Pelita Harapan.

## ABSTRACT

Edbert Wong (01071180196)

*ASSOCIATION BETWEEN SLEEP DURATION AND LEVEL OF STRESS OF STUDENTS IN THE FACULTY OF MEDICINE OF PELITA HARAPAN UNIVERSITY ADMIST COVID-19 PANDEMIC*

*(xi + 51 pages: 1 figure; 2 tabels; 4 attachments)*

**Background:** *Based on various studies in the last few years stress has been identified as a very significant risk factor for various health problems such as hypertension, depression, irritable bowel syndrome and others, Pelita Harapan University Medical Faculty has extraordinary standards for students and students who can make time management, one of which is sleep time, a challenge, especially in the midst of the COVID-19 pandemic, there is a possibility that the stress level of medical students becomes worrying, therefore determining the causes of stress and several possible ways to manage stress is of interest. which is very extraordinary.*

**Purpose:** *This research was conducted with the aim of knowing the relationship between sleep duration and stress levels of students at Pelita Harapan University Medical Faculty admist COVID-19 pandemic*

**Methodology:** *This study uses a cross-sectional study conducted on 363 students of the Faculty of Medicine, University of Pelita Harapan. Data collection will be done by filling out a questionnaire to assess the hours of sleep and stress levels of students. The results of the study will be analyzed with correlation analysis and linear regression using SPSS 23 data processing.*

**Reults:** *This study conducted for 2 months, starting from June 24, 2021 to August 10, 2021, with a total of 339 active students from UPH Faculty of Medicine. From the results of statistical tests, it was found that the sample population had inadequate sleep duration (OR 2.4 [1.5-3.9]), students during clinical clerkships (OR 3.3 [2-5.2]), and male individuals (OR 3.5 [ 2.2-5.6]) had a tendency to experience stress ( $p < 0.001$ ).*

**Keywords:** *Sleep duration, stress level, Pelita Harapan University medical students.*