

**HUBUNGAN KARAKTERISTIK MAHASISWA DENGAN  
KUALITAS TIDUR MAHASISWA TAHAP AKADEMIK  
PROGRAM STUDI KEDOKTERAN UNIVERSITAS ANDALAS**



1. dr. Hendra Permana, Sp.S, M.Biomed
2. dr. M Zulfadli Syahrul, Sp. An

FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS ANDALAS  
PADANG

2019

**ABSTRACT**  
**The Association between Student's Characteristics with Sleep Quality**  
**among Medical Students in Program Study of Medicine**  
**Andalas University**

**By**  
**Indah Putri Hendika**

Sleep is a basic need for every individual. Sleep quality is influenced by various factors. The previous study reported high prevalence of poor sleep quality on medical student in various countries. The aim of this study was to determine the association between student's characteristic with sleep quality among medical students in Program Study of Medicine Andalas University.

This type of research is analytic cross-sectional design involved 85 students. Sampling was done by stratified propotional random sampling technique with inclusion and exclusion criterias. The instruments of this study were student's characteristics questionnaire, Medical Student Stressor Questionnaire (MSSQ), and Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI). Data analysis was performed using chi-square and logistic regression.

The study showed that most of the students have poor sleep quality (72,9%). The results of analysis obtained gender ( $p=0,879$ ), year of study ( $p=0,404$ ), habit of exercise ( $p=1,000$ ), and types of residence ( $p=0,947$ ) were not associated with sleep quality. Meanwhile, level of stress ( $p=0.007$ ,  $OR=6,839$ ) and body mass index ( $p=0.029$ ,  $OR=15,151$ ) were associated with sleep quality.

In conclusion, most of the sample have poor sleep quality. There was a relationship between level of stress and body mass index with sleep quality. This study showed increased severity of stress and BMI can increased the incidence of poor sleep quality.

**Keyword :** Sleep quality, Student's characteristic, MSSQ, PSQI

**ABSTRAK**  
**Hubungan Karakteristik Mahasiswa dengan Kualitas Tidur**  
**Mahasiswa Tahap Akademik Program Studi Kedokteran**  
**Universitas Andalas**

**Oleh**  
**Indah Putri Hendika**

Tidur merupakan kebutuhan dasar yang dibutuhkan oleh setiap individu. Kualitas tidur seseorang dipengaruhi oleh berbagai faktor. Penelitian sebelumnya melaporkan tingginya kejadian kualitas tidur yang buruk pada mahasiswa kedokteran di berbagai negara. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara karakteristik mahasiswa dengan kualitas tidur pada mahasiswa kedokteran tahap akademik program studi kedokteran Universitas Andalas.

Jenis penelitian ini adalah analitik dengan desain potong lintang pada 85 orang mahasiswa. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik stratified propotional random sampling berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Instrumen penelitian ini adalah kuesioner mengenai karakteristik mahasiswa, Medical Student Stressor Questionnaire (MSSQ) dan Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI). Data dianalisis menggunakan uji Chi-Square dan regresi logistik.

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar mahasiswa memiliki kualitas tidur yang buruk (72,6%). Berdasarkan hasil penelitian didapatkan jenis kelamin ( $p=0,879$ ), tahun angkatan ( $p=0,404$ ), kebiasaan olahraga ( $p=1,000$ ), dan tempat tinggal ( $p=0,947$ ), tidak memiliki hubungan dengan kualitas tidur. Sementara itu, tingkat stres ( $p=0.007$ ,  $OR=6,839$ ) dan indeks massa tubuh ( $p=0.029$ ,  $OR=2,547$ ) memiliki hubungan yang signifikan dengan kualitas tidur.

Dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden memiliki kualitas tidur yang buruk. Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dan indeks massa tubuh dengan kualitas tidur. Penelitian ini menunjukkan bahwa semakin berat tingkat stres dan IMT meningkatkan kejadian kualitas tidur yang buruk.

**Kata kunci :** Kualitas tidur, karakteristik mahasiswa, MSSQ, PSQI