

**HUBUNGAN TINGKAT DEPRESI DENGAN KUALITAS TIDUR
PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI KEDOKTERAN,
FAKULTAS KEDOKTERAN, UNIVERSITAS ANDALAS,
ANGKATAN 2017-2020**



Pembimbing:

Dr. dr. Yaslinda Yaunin, Sp.KJ

Dr. dr. Defrin, Sp.OG(K)-KFM

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS ANDALAS
PADANG
2021**

**RELATIONSHIP BETWEEN THE LEVEL OF DEPRESSION
AND THE QUALITY OF SLEEP IN STUDENTS OF THE
MEDICAL DOCTOR STUDY PROGRAM, FACULTY OF
MEDICINE, ANDALAS UNIVERSITY, CLASS 2017-2020**

by

Nur Fatimah Maharani

ABSTRACT

Depression is a common mental disorder that describes feelings of depression, loss of interest, lack of energy, feelings of guilt, disturbances in sleep or appetite, and poor concentration. Depression is one of the biggest causes of disability in the world because it can interfere with a person's work, social aspects, and physiological functions. Medical students are at risk of suffering from depression because of the various pressures they face during their studies. One of the most common symptoms of depression is sleep disturbance. This study aims to determine the relationship between the level of depression and sleep quality in students of the Medical Doctor Study Program, Faculty of Medicine, Andalas University, class 2017-2020.

This research is a quantitative research that is analytic and uses a cross sectional approach. The measurement of depression level and sleep quality was done using an online questionnaire. The research sample was students of the Medical Doctor Study Program, Faculty of Medicine, Andalas University, class 2017-2020. The study was conducted in April 2020 - April 2021. Data analysis used univariate and bivariate analysis with the Chi-Square test.

The results showed that from 332 study respondents, the level of depression was dominated by mild category totaling 181 people (54.5%), sleep quality was dominated by poor sleepers category totaling 215 people (64.8%), and the significance value was $p\text{value} = 0.000$ which there is a significant relationship between the level of depression and sleep quality in students of the Medical Doctor Study Program, Faculty of Medicine, Andalas University, class 2017-2020.

Keywords: *Depression level, sleep quality, college students*

**HUBUNGAN TINGKAT DEPRESI DENGAN KUALITAS
TIDUR PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI
KEDOKTERAN, FAKULTAS KEDOKTERAN,
UNIVERSITAS ANDALAS, ANGKATAN 2017-2020**

oleh

Nur Fatimah Maharani

ABSTRAK

Depresi merupakan gangguan mental umum yang memiliki gambaran perasaan tertekan, kehilangan minat, tidak ada energi, perasaan bersalah, adanya gangguan pada tidur atau selera makan, serta konsentrasi yang buruk. Depresi merupakan salah satu penyebab disabilitas terbesar di dunia karena dapat mengganggu pekerjaan, aspek sosial, dan fungsi fisiologis seseorang. Mahasiswa kedokteran berisiko dalam mengidap depresi karena terdapat berbagai tekanan yang dihadapi dalam masa studinya. Salah satu gejala depresi yang kerap ditemui adalah gangguan pada tidur. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat depresi dengan kualitas tidur pada mahasiswa Program Studi Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Andalas, angkatan 2017-2020.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang bersifat analitik dan menggunakan pendekatan cross sectional/potong lintang. Pengukuran tingkat depresi dan kualitas tidur dilakukan menggunakan kuesioner *online*. Sampel penelitian adalah mahasiswa Program Studi Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Andalas, angkatan 2017-2020. Penelitian dilakukan pada bulan April 2020 – April 2021. Analisis data menggunakan analisis univariat dan bivariat dengan uji *Chi-Square*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 332 responden penelitian, didapatkan tingkat depresi didominasi oleh kategori ringan sejumlah 181 orang (54,5%), kualitas tidur didominasi oleh kategori buruk sejumlah 215 orang (64,8%), dan nilai signifikansi yaitu $p_{value} = 0,000$ yang menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat depresi dan kualitas tidur pada mahasiswa Program Studi Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Andalas, angkatan 2017-2020.

Kata Kunci : Tingkat depresi, kualitas tidur, mahasiswa