

**HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN
KUALITAS STATUS IMUN PADA MAHASISWA
PROGRAM STUDI KEDOKTERAN UNDIKSHA
ANGKATAN 2022**



**OLEH
BIMBIM OMAR BATISTUTA
NIM 2018011017**

**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
SINGARAJA
2024**



**HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN
KUALITAS STATUS IMUN PADA MAHASISWA
PROGRAM STUDI KEDOKTERAN UNDIKSHA
ANGKATAN 2022**

SKRIPSI

Diajukan kepada

Universitas Pendidikan Ganesha

**Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam Menyelesaikan
Program Sarjana Kedokteran**

Oleh

Bimbim Omar Batistuta

NIM 2018011017



**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
SINGARAJA**

2024

SKRIPSI

**DIAJUKAN UNTUK MELENGKAPI TUGAS DAN
MEMENUHI SYARAT-SYARAT UNTUK MENCAPAI
GELAR SARJANA KEDOKTERAN**



Pembimbing I,

dr. Ni Nyoman Mestri Agustini, S.Ked.,
M.Kes., M.Biomed., Sp.N.
NIP. 198508252009122007

Pembimbing II,

Dr. dr. Ni Luh Kadek Alit Arsani,
S.Ked., M. Biomed.
NIP. 197502252005012001

Diterima oleh Panitia Ujian Fakultas Kedokteran
Universitas Pendidikan Ganesha
guna memenuhi syarat-syarat untuk mencapai gelar sarjana kedokteran

Pada:

Hari : Jum'at
Tanggal : 12 Januari 2024

Mengetahui,


Ketua Ujian,

Sekretaris Ujian,



dr. Ni Nyoman Mestri Agustini, S.Ked., M.Kes., M.
Biomed., Sp.N.
NIP. 198508252009122007

Dr. dr.Ni Luh Kadek Alit Arsani, S.Ked., M.Biomed.
NIP. 197502252005012001

 Mengesahkan
Dekan Fakultas Kedokteran



Prof. Dr. M. Ahmad Djojosingito, dr. Sp. OT(K), MHA, MBA, FICS.
NIR. 1942062720180501380

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa naskah skripsi dengan judul **“Hubungan Kualitas Tidur dengan Kualitas Status Imun pada Mahasiswa Kedokteran Program Studi Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha Angkatan 2022”** beserta seluruh isinya merupakan hasil karya sendiri. Jika terdapat bukti adanya tanda plagiat, peneliti siap menerima konsekuensi untuk dibatalkan dalam mendapat gelar sarjana dan ditindak secara peraturan hukum yang berlaku.

Singaraja, 12 Januari 2024

nyataan,

4131BAKX555647585
Elindia Citra Bastuta
NIM. 2018011017

KATA PENGANTAR

Dengan menghaturkan kalimat syukur kepada Tuhan YME yang memberikan berkat dan rahmatNya yang kemudian peneliti bisa menuntaskan skripsi yang berjudul **“Hubungan Kualitas Tidur dengan Kualitas Status Imun pada Mahasiswa Kedokteran Program Studi Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha Angkatan 2022”**, yang merupakan satu dari beberapa syarat untuk menuntaskan Program Sarjana Jurusan Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha.

Peneliti sadar jika skripsi ini mustahil selesai tanpa ada dukungan, dorongan, dan arahan baik berupa motivasi dan doa dari sejumlah kelompok selama penyusunan. Pada kesempatan kali ini peneliti menyampaikan syukur setulus-tulusnya kepada:

1. Prof. Dr. M. Ahmad Djojogugito, dr. Sp.OT(K), MHA, MBA., selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha.
2. Dr. dr. Made Kurnia Widiastuti Giri, S.Ked., M.Kes., selaku Ketua Program Studi Kedokteran atas dukungan dalam penuntasan skripsi ini.
3. dr. Ni Nyoman Mestri Agustini, S.Ked., M.Kes., M.Biomed., Sp.N., selaku Pembimbing I yang banyak memberikan motivasi, bimbingan, dukungan, dan arahan pada penulis dalam penyusunan sampai penyelesaian skripsi ini.
4. Dr. dr. Ni Luh Kadek Alit Arsani, S.Ked., M.Biomed., selaku Pembimbing II yang banyak memberikan motivasi, bimbingan, dukungan, dan arahan pada penulis dalam penyusunan sampai penyelesaian skripsi ini.
5. dr. I Gede Surya Dinata, M.Biomed., Sp.B. selaku Penguji I yang banyak memberikan motivasi, bimbingan, dukungan, dan arahan pada penulis dalam penyusunan sampai penyelesaian skripsi ini.

6. Dr. dr. Ketut Suparna, Sp.B(K)Onk., M.Si. selaku penguji II yang banyak memberikan motivasi, bimbingan, dukungan, dan arahan pada penulis dalam penyusunan sampai penyelesaian skripsi ini.
7. Seluruh rekan-rekan Mahasiswa Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha angkatan 2022 yang sudah meluangkan waktu untuk menjadi responden dan memberi data yang diperlukan dalam penyelesaian skripsi ini.
8. Staf dosen dan pegawai lingkungan Fakultas Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha yang memberi bantuan dalam administrasi skripsi ini.
9. Seluruh rekan-rekan Seluruh rekan-rekan kedokteran angkatan 2020 (*costae vera*) yang selalu memberi dukungan, bantuan dan arahan untuk kelengkapan berkas-berkas yang diperlukan dalam penyelesaian skripsi ini.
10. Kedua orang tua dan saudara-saudara yang memberi doa, semangat, dan dukungan baik berupa moral dan material dalam penyelesaian skripsi ini.

Penulis menyadari masih banyak kekurangan dalam penyusunan skripsi ini, untuk itu penulis mengharapkan saran dan masukan untuk perbaikan agar skripsi ini dapat selesai dengan maksimal. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat baik bagi penulis, penelitian selanjutnya dan bagi kemajuan ilmu kedokteran.

Singaraja, 12 Januari 2024

Bimbim Omar Batistuta
NIM. 2018011017

DAFTAR ISI

| | |
|---|-----|
| KATA PENGANTAR | i |
| ABSTRAK..... | iii |
| DAFTAR ISI..... | iv |
| BAB I PENDAHULUAN..... | 1 |
| 1.1 Latar Belakang | 1 |
| 1.2 Rumusan Masalah | 3 |
| 1.3 Tujuan Penelitian..... | 3 |
| 1.4 Manfaat Penelitian | 3 |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA | 4 |
| 2.1 Kualitas Tidur..... | 4 |
| 2.1.1 Definisi Tidur..... | 4 |
| 2.1.2 Definisi Kualitas Tidur | 5 |
| 2.1.3 Pola Tidur dan Fisiologi Normal Dewasa Awal..... | 7 |
| 2.1.4 Faktor Pengaruhi Kualitas Tidur..... | 11 |
| 2.1.5 Penilaian Kualitas Tidur..... | 12 |
| 2.2 Status Imun..... | 13 |
| 2.2.1 Definisi Sistem Imun | 13 |
| 2.2.2 Respon imun non-spesifik | 15 |
| 2.2.3 Respon Imun Spesifik | 16 |
| 2.2.4 Sitokin | 20 |
| 2.2.5 Fungsi Sistem Imun | 22 |
| 2.2.6 Faktor Mempengaruhi Sistem Imun | 23 |
| 2.2.7 Penilaian Status Imun..... | 26 |
| 2.3 Kerangka Konseptual..... | 27 |
| 2.4 Hipotesis..... | 28 |
| BAB III METODE PENELITIAN..... | 29 |
| 3.1 Tempat Dan Waktu Penelitian | 29 |
| 3.1.1 Tempat Penelitian | 29 |
| 3.1.2 Waktu Penelitian..... | 29 |
| 3.2 Desain Penelitian..... | 29 |
| 3.3 Populasi dan Sampel | 29 |
| 3.3.1 Populasi..... | 29 |
| 3.3.2 Sampel..... | 29 |

| | | |
|-----------------------------------|---|----|
| 3.4 | Variabel Penelitian | 30 |
| 3.4.1 | Variabel Independent | 30 |
| 3.4.2 | Variabel <i>Dependent</i> | 30 |
| 3.5 | Definisi Operasional..... | 31 |
| 3.6 | Alat dan Bahan Penelitian..... | 31 |
| 3.7 | Prosedur Pengambilan Data | 32 |
| 3.8 | Teknik Analisis Data..... | 33 |
| BAB IV HASIL PENELITIAN | | 35 |
| 4.1 | Deskripsi Data | 35 |
| 4.1.1 | Distribusi Sampel Berdasarkan Jenis Kelamin | 35 |
| 4.1.2 | Distribusi Sampel Berdasarkan Kualitas Tidur | 36 |
| 4.1.3 | Distribusi Sampel Berdasarkan Kualitas Status Imun | 36 |
| 4.1.4 | Hasil Uji Tabulasi Silang | 37 |
| 4.1.5 | Hubungan Kualitas Tidur dengan Kualitas Status Imun | 38 |
| BAB V PEMBAHASAN | | 40 |
| 5.1 | Kualitas Tidur pada Mahasiswa Kedokteran Undiksha Angkatan 2022... 40 | 40 |
| 5.2 | Kualitas Imun pada Mahasiswa Kedokteran Undiksha Angkatan 2022 ... 42 | 42 |
| 5.3 | Kualitas Tidur dengan Kualitas Imun pada Mahasiswa | 43 |
| BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN | | 46 |
| 6.1 | Kesimpulan | 46 |
| 6.2 | Saran | 47 |
| DAFTAR PUSTAKA | | 48 |
| Lampiran | | 51 |

DAFTAR GAMBAR

| | |
|---|----|
| Gambar 1. Komponen Imun Spesifik dan Non-spesifik | 15 |
| Kerangka Konseptual..... | 27 |



DAFTAR TABEL

| | |
|---|----|
| Definisi Operasional | 31 |
| Tabel 4.1 Distribusi Sampel Berdasarkan Jenis Kelamin | 35 |
| Tabel 4.2 Distribusi Sampel Berdasarkan Kualitas Tidur..... | 36 |
| Tabel 4.3 Distribusi Sampel Berdasarkan Kualitas Status Imun..... | 36 |
| Tabel 4.4 Hasil Uji Tabulasi Silang..... | 37 |
| Tabel 4.5 Hasil Uji Chi-Square..... | 38 |
| Tabel 4.6 Hasil Uji Korelasi..... | 39 |

