

SKRIPSI

**HUBUNGAN ANTARA KUALITAS TIDUR DENGAN *BURNOUT* PADA
MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH SURABAYA**



ANNISA DEWI MAHARANI

NIM: 20191880036

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA
SURABAYA
2023**

SKRIPSI

**HUBUNGAN ANTARA KUALITAS TIDUR DENGAN *BURNOUT* PADA
MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH SURABAYA**



ANNISA DEWI MAHARANI

NIM: 20191880036

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA**

SURABAYA

2023

**HUBUNGAN ANTARA KUALITAS TIDUR DENGAN *BURNOUT* PADA
MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH SURABAYA**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surabaya
untuk Memenuhi Kewajiban Persyaratan Kelulusan
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran

OLEH:

ANNISA DEWI MAHARANI

NIM: 20191880036

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA
SURABAYA**

2023

PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PLAGIASI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Annisa Dewi Maharani

NIM : 20191880036

Fakultas : Kedokteran

Program Studi : S1 Pendidikan Dokter

Menyatakan bahwa Tugas Akhir dengan judul “**HUBUNGAN ANTARA KUALITAS TIDUR DENGAN *BURNOUT* PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA**” yang saya tulis ini benar-benar tulisan karya sendiri bukan hasil plagiasi, baik sebagian atau keseluruhan. Bila di kemudian hari terbukti hasil plagiasi, maka saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Universitas Muhammadiyah Surabaya.

Surabaya, 2 Februari 2023

Yang membuat pernyataan



ANNISA DEWI MAHARANI

NIM 20191880036



PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul “**HUBUNGAN ANTARA KUALITAS TIDUR DENGAN BURNOUT PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA**” yang diajukan oleh mahasiswa atas nama **ANNISA DEWI MAHARANI (NIM 20191880036)**, telah diperiksa dan disetujui isi serta susunannya, sehingga diajukan dalam ujian sidang tugas akhir pada program S1 Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surabaya.

Surabaya, 2 Februari 2023

Menyetujui,

Pembimbing I



dr. Syafarinah Nur Hidayah Akil, M.Si

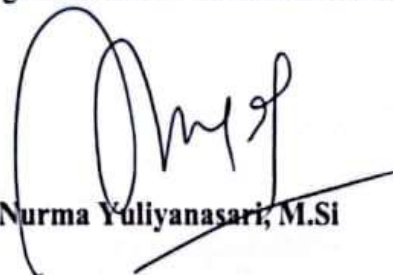
Pembimbing II



dr. Nurma Yuliyanasari, M.Si

Mengetahui,

Ketua Program Studi S1 Pendidikan Dokter



dr. Nurma Yuliyanasari, M.Si

PENGESAHAN PENGUJI

Skripsi dengan judul "**HUBUNGAN ANTARA KUALITAS TIDUR DENGAN BURNOUT PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA**" telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji pada tanggal 15 Februari 2023 oleh mahasiswa atas nama **ANNISA DEWI MAHARANI (NIM 20191880036)**, Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surabaya.

TIM PENGUJI

Penguji Ketiga : dr. Roni Subagyo, Sp.KJ (K)
Pembimbing I : dr. Syafarinah Nur Hidayah Akil, M.Si
Pembimbing II : dr. Nurma Yulianasari, M.Si

(.....)
(Susi.....)
(Nurma.....)

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Kedokteran



dr. H. M. Jusuf Wibisono, Sp.P (K), FCCP, FIRS

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas berkat, rahmat, taufik, dan hidayah-Nya sehingga penyusunan skripsi yang berjudul “Hubungan Antara Kualitas Tidur dengan *Burnout* pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surabaya” ini dapat terselesaikan dengan baik.

Penulis menyadari bahwa dalam tiap proses penulisan skripsi ini banyak mengalami kesulitan dan hambatan, namun berkat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak maka penelitian ini dapat terselesaikan. Maka dari itu penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dr. dr. Sukadiono, M.M. Selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Surabaya.
2. dr. H. M. Jusuf Wibisono, Sp.P (K), FCCP, FIRS. Selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surabaya.
3. dr. Syafarinah Nur Hidayah Akil, M. Si. Selaku dosen pembimbing I penulis yang telah banyak membantu dan memberikan masukan penulis dalam penyelesaian skripsi ini.
4. dr. Nurma Yuliyanasari, M.Si. Selaku dosen pembimbing II penulis yang telah banyak membantu dan memberikan masukan penulis dalam penyelesaian skripsi ini.
5. dr. Roni Subagyo, Sp.KJ (K). Selaku penguji III yang telah memberikan dukungan dan masukan dalam melakukan penelitian.
6. Seluruh dosen serta *staff* Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surabaya yang telah membantu penulis dalam urusan administrasi dan alur penelitian sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
7. Bapak Dr. A. Basuki Babussalam, S.H., M.H. dan Ibu Ratna Eni S. Selaku kedua orang tua penulis yang senantiasa memberikan dukungan, motivasi, dan doa sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini tepat waktu.

8. Dimas Bayu Arya Putra, Dinda Putri Damayanti, Ayunda Basuki Azzahra, Aisyah Ramadhani Basuki. Selaku saudara kandung penulis yang senantiasa memberikan dukungan dan semangat di saat pengerjaan skripsi.
9. Gusti Ayu, Anggita Putri Hartanti, Sulistyawati Tamsil, Dwi Wulandari, Farah Sabrina, Nasya Septa Kania, Tiffany Lovenlya, Ardita Da'imah, Selma Karomy, Sopia Sapitri, Nandana Rangga, Faishal Fahmi, Rico Solida. Selaku teman sejawat penulis yang kebersamai dalam pengerjaan skripsi dan memberikan banyak arahan sehingga dalam pengerjaannya penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan banyak bantuan dari sekitar.
10. Seluruh pihak yang tidak bisa penulis sebut satu-persatu namanya, yang berjasa dalam hal kecil – besar dan memberikan banyak sekali arti serta bantuan dalam proses pengerjaan skripsi.
11. Diri sendiri. Karena telah berusaha untuk bertahan hingga sejauh ini meskipun dalam perjalanan yang dilalui banyak hal yang dirasa tidak mudah.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan penulisan naskah skripsi ini masih jauh dari kata sempurna dan tak luput cela, oleh karena itu penulis mengharapkan segala masukan berupa saran dan kritik yang membangun demi kesempurnaan skripsi penulis.

Akhir kata, penulis berharap semoga skripsi yang dirampungkan ini dapat bermanfaat bagi berbagai pihak yang terkait.

Surabaya, 1 Februari 2023

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
SKRIPSI.....	i
SKRIPSI.....	ii
PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PLAGIAS	iii
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	iv
PENGESAHAN PENGUJI.....	v
UCAPAN TERIMA KASIH.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
DAFTAR SINGKATAN DAN ISTILAH	xiii
ABSTRAK.....	xv
ABSTRACT.....	xvi
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	2
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan	4
1.3.1 Tujuan umum	4
1.3.2 Tujuan khusus.....	4
1.4 Manfaat	5
1.4.1 Manfaat teoritis.....	5
1.4.2 Manfaat praktis.....	5
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	6
2.1 Kualitas Tidur.....	7
2.1.1 Definisi tidur.....	7
2.1.2 Faktor yang mempengaruhi kualitas tidur.....	8
2.1.3 Penilaian kualitas tidur	10
2.2 <i>Burnout</i>	10
2.2.1 Definisi <i>burnout</i>	10
2.2.2 Dimensi <i>burnout</i>	11
2.2.3 Faktor risiko <i>burnout</i>	11
2.2.4 Penilaian <i>burnout</i>	12
2.3 Hubungan Kualitas Tidur dengan <i>Burnout</i>	12
BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS	14
3.1 Kerangka Konseptual	15
3.2 Penjelasan Kerangka Konseptual.....	16
3.3 Hipotesis Penelitian	16
BAB 4 METODE PENELITIAN.....	17
4.1 Jenis dan Rancangan Penelitian	18
4.2 Populasi, Sampel, Besar Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel	18

4.2.1	Populasi	18
4.2.2	Sampel	18
4.2.3	Besar sampel	19
4.2.4	Teknik pengambilan sampel	19
4.3	Variabel Penelitian dan Definisi Operasional Variabel	20
4.3.1	Variabel penelitian	20
4.3.2	Definisi operasional variabel	20
4.4	Instrumen Penelitian	20
4.5	Lokasi dan Waktu Penelitian	22
4.6	Prosedur Pengambilan dan Pengumpulan Data	22
4.6.1	Bagan alur penelitian	23
4.7	Cara Analisis Data	23
4.7.1	Pengolahan data	23
4.7.2	Analisis data	23
BAB 5	HASIL PENELITIAN	24
5.1	Validitas dan Reliabilitas	25
5.2	Gambaran Karakteristik Responden Penelitian	25
5.3	Kualitas Tidur	28
5.4	<i>Burnout</i>	30
5.5	Hubungan antara Kualitas Tidur dengan <i>Burnout</i>	32
BAB 6	PEMBAHASAN	34
6.1	Kualitas Tidur	35
6.1.1	Faktor yang mempengaruhi kualitas tidur	36
6.2.2	Karakteristik responden kualitas tidur	39
6.2.3	Kuesioner PSQI	40
6.2	<i>Burnout</i>	41
6.2.1	Dimensi <i>exhaustion</i>	43
6.2.2	Dimensi <i>cynism</i>	44
6.2.2	Dimensi <i>low professional efficacy</i>	45
6.3	Hubungan Kualitas Tidur dengan <i>Burnout</i>	45
6.4	Kekurangan Penelitian	47
BAB 7	PENUTUP	49
7.1	Kesimpulan	50
7.2	Saran	50
	DAFTAR PUSTAKA	52
	LAMPIRAN	59

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Definisi operasional variabel.....	21
Tabel 5.1 Gambaran karakteristik subjek.....	26
Tabel 5.2 Frekuensi kualitas tidur	28
Tabel 5.3 Tabulasi silang karakteristik demografi kualitas tidur	28
Tabel 5.4 Data distribusi komponen kuesioner PSQI	29
Tabel 5.5 Frekuensi dimensi <i>burnout</i>	31
Tabel 5.6 Tabulasi silang karakteristik demografi burnout.....	31
Tabel 5.7 Tabulasi silang kualitas tidur dengan burnout.....	32
Tabel 5.8 Analisis uji korelasi	33

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Kerangka konseptual	15
Gambar 4.1 Bagan alur penelitian	23
Gambar 5.1 Faktor risiko yang memengaruhi kualitas tidur dan <i>burnout</i>	27

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN 1 <i>Ethical Clearance</i>	60
LAMPIRAN 2 Persyaratan Persetujuan Publikasi.....	61
LAMPIRAN 3 Surat Izin Penelitian	62
LAMPIRAN 4 Surat Pemberian Izin	63
LAMPIRAN 5 <i>Informed Consent</i>	64
LAMPIRAN 6 Kuesioner	65
LAMPIRAN 7 Dokumentasi	69
LAMPIRAN 8 Hasil Jawaban Responden.....	70
LAMPIRAN 9 Hasil Analisis Statistik	96
LAMPIRAN 10 Kartu Bimbingan <i>Cyber</i>	103

DAFTAR SINGKATAN DAN ISTILAH

ACTH	: <i>Adrenocorticotrophic</i>
CRF	: <i>Corticotropin releasing factor</i>
HPA	: Hipotalamo-hiposisis adrenal
MBI	: <i>Maslach Burnout Inventory</i>
MBI-SS	: <i>Maslach Burnout Inventory-Student Survey</i>
NREM	: <i>Non rapid eye movement</i>
PSQI	: <i>Pittsburgh Sleep Quality Index</i>
REM	: <i>Rapid eye movement</i>
SPSS	: <i>Statistical Package for the Social Science</i>

DAFTAR PUSTAKA

- A'yuni Rasyidah, Q., Fitryasari, R., & Wahyudi, A. S. (2020). *A Relationship Between Stress Level and Burnout Syndrome With Sleep Quality On Clinical Nursing Students In Faculty Of Nursing Universitas Airlangga*. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 2(1), 16–25. <http://e-journal.unair.ac.id/PNJ>
- Aini, L. (2023). *Bimbingan dan Konseling Islam dengan Terapi Self Management dalam Mengatasi Insomnia Mahasiswa (Studi Kasus di Universitas Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten)*.
- Alfi, W. N., & Yuliwar, R. (2018). Hubungan Kualitas Tidur dengan Tekanan Darah Pasien Hipertensi. *Jurnal Berkala Epidemiologi*, 6(1), 18. <https://doi.org/10.20473/jbe.v6i12018.18-26>
- Almojali, A., Almalki, S., Alothman, A., Masuadi, E., & Alaqeel, M. (2017). *The Prevalence and Association of Stress With Sleep Quality among Medical Students Medical Students*. *Journal of Epidemiology and Global Health*, 7(April), 169–174. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.jegh.2017.04.005>
- Alotaibi, A. D., Alosaimi, F. M., Alajlan, A. A., & Bin, K. A. (2020). *The Relationship between Sleep Quality, Stress, and Academic Performance among Medical Students*. *Journal of Family and Community Medicine*, 27(1), 23–28. https://doi.org/10.4103/jfcm.JFCM_132_19
- Ambarwati, R. (2017). Tidur, Irama Sirkadian, dan Metabolisme Tubuh. *Jurnal Keperawatan*, X(1), 42–46. <http://www.litbang.kemkes.go.id:8080/handle/123456789/33428>
- Amelia, R., Handoyo, B., & Siana, Y. (2022). Hubungan Durasi Penggunaan Gadget dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa Kedokteran Universitas Baiturrahmah. *JURNAL KESEHATAN*, 13(1), 72–80. <https://doi.org/10.38165/jk.v13i1.277>
- Anindiba, I. F., Widyastuti, N., Purwanti, R., & Dieny, F. F. (2022). Hubungan Durasi Tidur , Kualitas Tidur , Faktor Stress , dan *Night Eating Syndrome* dengan Preferensi Makanan pada Mahasiswa Universitas Diponegoro. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 21(1), 53–62. <https://doi.org/10.14710/mkmi.21.1.53-62>
- Arlinkasari, F., & Rauf, N. (2020). *Alat Ukur Academic Burnout*. *April*, 2–4. <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.10807.68006>
- Asrita, N., Tharida, M., & Masthura, S. (2021). Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Kualitas Tidur Pada Penderita Asma. *Idea Nursing Journal*, 12(2), 1–5. <https://doi.org/10.33867/jka.v6i2.141>
- Attal, B. A., Bezdan, M., & Abdulqader, A. (2021). *Quality of Sleep and Its*

- Correlates among Yemeni Medical Students: A Cross-Sectional Study. Hindawi, 2021, 1–10. <https://doi.org/10.1155/2021/8887870>*
- Bachtiar, V., & Sebong, P. (2022). Profil dan Probabilitas Kejadian Gangguan Durasi Tidur-Persepsi Kualitas Tidur Mahasiswa Kedokteran: Studi Formatif. *Jurnal Pranata Biomedika, 1*(1), 51–58.
- Brubaker, J. R., Swan, A., & Beverly, E. A. (2020). *A Brief Intervention to Reduce Burnout and Improve Sleep Quality in Medical Students. BMC Medical Education, 20*(1), 1–9. <https://doi.org/10.1186/s12909-020-02263-6>
- Caesarridha, D. (2021). Hubungan Kualitas Tidur dengan Konsentrasi Belajar pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran di Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal Medika Utama, 2*(4), 1213–1217. <http://jurnalmedikahutama.com>
- Chaput, J. P., Dutil, C., & Sampasa-Kanyinga, H. (2018). *Sleeping Hours: What is The Ideal Number and How Does Age Impact This? Nature and Science of Sleep, 10*, 421–430. <https://doi.org/10.2147/NSS.S163071>
- Dianti, N. A., & Findyartini, A. (2019). Hubungan Tipe Motivasi terhadap Kejadian Burnout pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia pada Masa Transisi dari Pendidikan Preklinik ke Klinik Tahun 2018 The Relationship between Type of Motivation and Burnout in Medical Student during T. *EJKI, 7*(2). <https://doi.org/10.23886/ejki.7.10771>. Abstrak
- Edwin, E., & Widjaja, Y. (2020). Hubungan *Self Efficacy* dengan Pencapaian Akademik Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara. *Tarumanagara Medical Journal, 2*(2), 234–243.
- Efendi, H., Lisiswanti, R., Sari, M. I., & Kurniawani, B. (2020). Hubungan Keaktifan Berorganisasi dengan Manajemen Waktu dan Indeks Prestasi Kumulatif pada Mahasiswa Angkatan tahun 2013 di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. *Medula, 10*(April), 5–10.
- Eleftheriou, A., Rokou, A., Arvaniti, A., Nena, E., & Steiropoulos, P. (2021). *Sleep Quality and Mental Health of Medical Students in Greece During the COVID-19 Pandemic. Front. Public Health, 9*, 1–8. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2021.775374>
- Fares, J., Tabosh, H. Al, Saadeddin, Z., Mouhayyar, C. El, & Aridi, H. (2016). *Stress, Burnout and Coping Strategies in Preclinical Medical Students. North American Journal of Medical Science, 75–81. <https://doi.org/10.4103/1947-2714.177299>*
- Firdaus, A., Yuliyanasari, N., Djalillah, G. N., & Utama, M. R. (2021). Potensi Kejadian Burnout pada Mahasiswa Kedokteran di Masa Pandemi Covid-19. *Hang Tuah Medical Journal, 18*(2), 114–135.
- Gangwar, A., Tiwari, S., Rawat, A., Verma, A., Singh, K., Kant, S., Garg, R. K., &

- Singh, P. K. (2018). *Circadian Preference, Sleep Quality, and Health-impairing Lifestyles Among Undergraduates of Medical University*. *Cureus*, *10*(6). <https://doi.org/10.7759/cureus.2856>
- Haryati, & Yunaningsi, S. P. (2020). Faktor yang Mempengaruhi Kualitas Tidur Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Halu Oleo. *Jurnal Medika Hutama*, *01*(03), 146–156. <http://jurnalmedikahutama.com>
- Hotijah, S., Ikhtiarini Dewi, E., & Hadi Kurniyawan, E. (2021). Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa Baru Luar Pulau Jawa Universitas Jember. *E-Journal Pustaka Kesehatan*, *9*(2), 111–115.
- Howie, E. K., Cannady, N., Messias, E. L., Mcnatt, A., & Walter, C. S. (2022). *Associations between Physical Activity, Sleep, and Self-Reported Health with Burnout of Medical Students, Faculty and Staff in An Academic Health Center*. *Sport Sciences for Health*, 1–9. <https://doi.org/10.1007/s11332-022-00902-7>
- Ikraam, B., & Wati, D. L. (2023). Hubungan Kebiasaan Tidur dengan Pencapaian Akademik Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Angkatan 2019-2021. *Malahayati Nursing Jurnal*, *5*(3), 739–747.
- Khurshid, K. A. (2018). *Comorbid Insomnia and Psychiatric Disorders: An Update*. *Innovations in Clinical Neuroscience*, *15*(3), 28–32.
- Kumar, A., Rinwa, P., Kaur, G., & Machawal, L. (2013). *Stress: Neurobiology, Consequences and Management*. *J Pharm Bioallied Sci*, *5*(2), 91–97. <https://doi.org/10.4103/0975-7406.111818>
- Magribi, A., Jumaini, & Agrina. (2022). Gambaran Academic Burnout pada Mahasiswa Keperawatan. *JOM FKp*, *9*(2), 69–74.
- Maheshwari, G., & Shaukat, F. (2019). *Impact of Poor Sleep Quality on the Academic Performance of Medical Students*. *Cureus*, *11*(4), 3–8. <https://doi.org/10.7759/cureus.4357>
- Mohammadbeigi, A., Absaei, R., Valizadeh, F., Saadati, M., Sharifimoghadam, S., Ahmadi, A., Mokhtari, M., & Ansari, H. (2016). *Sleep Quality in Medical Students; the Impact of Over-Use of Mobile Cell- Phone and Social Networks*. *JRHS*, *16*(1), 46–50.
- Muralidhar, M., D.U, A., Aiswarya, E., Anupriya, J., Nayana, D., Paul, K. M., Thomas, T., & Hussain, R. (2019). *Sleep Quality, its Determinants and its Association with Academic Performance among the Students of a Medical College in Kerala*. *Annals of Community Health*, *7*(1), 5–8. <https://www.researchgate.net/publication/332556197>
- Muttaqin, M., Rotinsulu, D., & Sulistiawati. (2021). Hubungan Antara Kualitas Tidur dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Mulawarman. *Jurnal Sains Dan Kesehatan*, *3*(4), 586–592.

- Nadya, B., I, B., & Dewa, S. (2021). Gambaran Kualitas Tidur Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Udayana Pada Tahap Preklinik dan Klinik. *Jurnal Medika Udayana*, 10(12), 1–5. <https://fk.unud.ac.id/>
- Nene, Y., & Tadi, P. (2022). *Resident Burnout*. StatPearls Publishing.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Pagnin, D., Queiroz, V. De, Sergio, A., Dutra, S., & Amaral, M. B. (2014). *The Relation Between Burnout and Sleep Disorders in Medical Students*. *Acad Psychiatry*. <https://doi.org/10.1007/s40596-014-0093-z>
- Puspitaningrum, K. (2018). Pengaruh Dukungan Sosial Orang Tua Terhadap *Burnout* pada Mahasiswa dalam Mengerjakan Skripsi. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, 4(10), 615–625.
- Putri, B., Amalia, E., & Sari, D. (2021). Hubungan Antara *Burnout* dan Kualitas Tidur dengan Prestasi Akademik Mahasiswa Kedokteran Universitas Mataram. *Prosiding SAINTEK*, 3.
- Rahman, D. H. (2020). Validasi *School Burnout Inventory* versi Bahasa Indonesia. *Jurnal Penelitian Ilmu Pendidikan*, 13(2), 85–93. <https://doi.org/https://doi.org/10.21831/jpipfip.v13i2.32579>
- Rahmatpour, P., Chehrzad, M., & Ghanbari, A. (2019). *Academic Burnout as an Educational Complication and Promotion Barrier among Undergraduate Students : A cross - Sectional Study*. *Journal of Education and Health Promotion*, 8, 1–5. <https://doi.org/10.4103/jehp.jehp>
- Reza, R. R., Berawi, K., Karima, N., & Budiarto, A. (2019). *Fungsi Tidur dalam Manajemen Kesehatan*. 8(2), 247–253.
- Rifai, C., Utami, D., Supriyati, & Farich, A. (2020). Kualitas Tidur dan Kestabilan Emosi dengan Hasil Prestasi Belajar pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 9(1), 72–77. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.223>
- Rizal, N. S., & Afriandi, D. (2022). Hubungan Konsumsi Kopi Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara. *Ibnu Sina: Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 21(2), 233–239.
- Rodrigues, H., Cobucci, R., Oliveira, A., Cabral, J. V., Medeiros, L., Gurgel, K., Souza, T., & Gonçalves, A. K. (2018). *Burnout Syndrome among Medical Residents: A Systematic Review and Meta-Analysis*. *PLoS ONE*, 13(11), 1–17. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0206840>
- Salikunna, N. A., Astiawan, W. D., Handayani, F., & Ramadhan, M. Z. (2022). Hubungan Antara Kualitas Tidur dengan Tingkat Konsentrasi pada

- Mahasiswa. *Healthy Tadulako Jurnal*, 8(3), 157–163.
- Santi, K. (2019). Pengaruh *Big Five Personality* dengan Kejadian Burnout pada Mahasiswa Kedokteran. *JIMKI*, 8(1), 64–70.
- Schmickler, J. M., Blaschke, S., Robbins, R., & Mess, F. (2023). *Determinants of Sleep Quality : A Cross-Sectional Study in University Students*. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20, 1–17. <https://doi.org/https://doi.org/10.3390/ijerph20032019>
- Schwartz, W. J., & Klerman, E. B. (2019). *Circadian Neurobiology and the Physiological Regulation of Sleep and Wakefulness*. *Neurol Clin*, 37(3), 475–486. <https://doi.org/doi:10.1016/j.ncl.2019.03.001>.
- Sedgwick, P. (2014). *Cluster sampling*. *BMJ (Online)*, 348, 1–2. <https://doi.org/10.1136/bmj.g1215>
- Setyowati, A., & Chung, M.-H. (2020). *Validity and Reliability of The Indonesian Version of The Pittsburgh Sleep Quality Index in Adolescents*. *International Journal of Nursing Practice*, October 2018, 1–7. <https://doi.org/10.1111/ijn.12856>
- Sukmawati, N. M. H., & Putra, I. G. S. W. (2019). Reliabilitas Kuesioner *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI) Versi Bahasa Indonesia dalam Mengukur Kualitas Tidur Lansia. *Jurnal Lingkungan & Pembangunan*, 3(2), 30–38. <https://ejournal.warmadewa.ac.id/index.php/wicaksana>
- Tentero, I. N., Pangemanan, D. H. C., & Polii, H. (2016). Hubungan Diabetes Melitus dengan Kualitas Tidur. *Jurnal E-Biomedik*, 4(2). <https://doi.org/10.35790/ebm.4.2.2016.14626>
- Thaipisuttikul, P., Theansukont, T., Boonmueng, R., & Wisajun, P. (2022). *Sleep Quality Problems in Thai Medical Students*. *Sleep Science*, 15(Special 1), 244–248. <https://doi.org/10.5935/1984-0063.20220023>
- Ursula, F., Sunjaya, A. P., & Chris, A. (2021). *Anxiety and Sleep Quality Among Medical Students in Indonesia During the COVID – 19 Pandemic*. *Advances in Health Sciences Research*, 41, 78–82.
- Vandekerckhove, M., & Wang, Y. (2018). *Emotion, Emotion Regulation and Sleep: An Intimate Relationship*. *AIMS Neuroscience*, 5(1), 1–17. <https://doi.org/10.3934/Neuroscience.2018.1.1>
- Walker, M. (2017). *Why We Sleep*. PT Gramedia Pustaka Utama.
- Watson, N. F., Badr, M. S., Belenky, G., Bliwise, D. L., Buxton, O. M., et al. (2015). *Recommended Amount of Sleep for A Healthy Adult: A Joint Consensus Statement of The American Academy of Sleep Medicine and Sleep Research Society*. *Sleep*, 38(6), 843–844. <https://doi.org/10.5665/sleep.4716>

- Wondie, T., Molla, A., Mulat, H., Damene, W., Bekele, M., Madoro, D., & Yohannes, K. (2021). *Magnitude and Correlates of Sleep Quality among Undergraduate Medical Students in Ethiopia: Cross-Sectional Study*. *Sleep Science and Practice*, 5(7), 1–8. <https://doi.org/10.1186/s41606-021-00058-2>
- Yavuz, G., & Dogan, N. (2014). *Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS): A Validity Study*. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 116, 2453–2457. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.01.590>
- Zis, P., Artemiadis, A., Bargiotas, P., Nteveros, A., & Hadjigeorgiou, G. M. (2021). *Medical Studies during The COVID-19 Pandemic: The Impact of Digital Learning on Medical Students' Burnout and Mental Health*. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(349), 1–8. <https://doi.org/10.3390/ijerph18010349>

