

INTISARI

Insomnia merupakan ketidakmampuan untuk memulai (inisiasi) tidur atau mempertahankan keadaan tidur. Stres akademi dan nonakademik menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi tingginya kejadian insomnia pada mahasiswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat stres dengan kejadian insomnia.

Penelitian ini menggunakan metode analitik observasional dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian ini adalah mahasiswa/mahasiswi fakultas kedokteran UNISSULA angkatan 2013 dan diambil sebanyak 189 mahasiswa yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi, dengan teknik pengambilan *total sampling*. Pengambilan data menggunakan kuesioner pengukuran tingkat stres dengan kuesioner *Holmes and Rahe Stres Scale* dan kuesioner pengukuran kejadian insomnia dengan kuesioner instrumen Kelompok Study Psikiatri Biologi Jakarta (KSPBJ-IRS) yang diisi oleh sampel sendiri, kemudian data dianalisis menggunakan SPSS dengan *rank spearman*.

Dari 189 mahasiswa nilai tertinggi didapatkan 78 mahasiswa mengalami stres ringan dengan diikuti insomnia ringan. Tidak satupun mahasiswa tidak mengalami stres dan insomnia. Hasil uji *rank spearman* didapatkan $p=0,022$.

Kesimpulannya adalah ada hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan kejadian insomnia pada mahasiswa tingkat awal.

Kata kunci : tingkat stres, kejadian insomnia, mahasiswa