

ABSTRAK

Masa akhir studi merupakan masa kritis pada mahasiswa karena harus menyelesaikan pendidikan tepat waktu sehingga mengakibatkan pola tidur terganggu. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat stress dengan pola tidur mahasiswa D3 Kebidanan saat menyusun tugas akhir di Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya.

Desain penelitian menggunakan pendekatan survey analitik kuantitatif. Populasi adalah seluruh mahasiswa D3 Kebidanan Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya, sejumlah 49 mahasiswa. Besar sampel sebanyak 44 mahasiswa yang diambil dengan metode *simple random sampling*. Alat ukur diperoleh dari kuesioner tentang tingkat stress menggunakan PSS dan pola tidur menggunakan PSQI, menggunakan uji *rank spearman*.

Hasil penelitian menunjukkan, sebagian besar (70,5%) mahasiswa D3 Kebidanan mengalami tingkat stress sedang, dan sebagian besar (65,9%) mahasiswa D3 Kebidanan mengalami pola tidur tidak baik. Hasil uji rank spearman diperoleh $\rho = 0,05$ ($\rho < \alpha$ atau $0,000 < 0,05$) yang berarti ada hubungan antara tingkat stress dengan pola tidur pada mahasiswa D3 kebidanan saat menyusun tugas akhir di Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya.

Berdasarkan pada hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan tingkat stress dengan pola tidur mahasiswa D3 kebidanan UNUSA yang sedang menyusun tugas akhir. Mahasiswa diharapkan lebih mempersiapkan diri untuk menyusun tugas akhir, misalnya meningkatkan pengetahuan, mencari bahan-bahan dan referensi yang dibutuhkan dalam penyusunan tugas akhir.

Kata kunci : Mahasiswa, Pola Tidur, Tingkat Stress