

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KUALITAS TIDUR
PADA MAHASISWA KEPERAWATAN SEMESTER VIII
YANG SEDANG MENYUSUN SKRIPSI DI UNIVERSITAS
JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan
Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta



Disusun oleh:

DINDA DELIA PERMATASARI

182201069

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA
2022**

HALAMAN PENGESAHAN LAPORAN SKRIPSI

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KUALITAS TIDUR PADA
MAHASISWA KEPERAWATAN SEMESTER VIII YANG SEDANG
MENYUSUN SKRIPSI DI UNIVERSITAS JENDERAL
ACHMAD YANI YOGYAKARTA**

Diajukan oleh:

DINDA DELIA PERATASARI

182201069

Telah dipertahankan di Depan Dewan Penguji dan Dinyatakan Sah Sebagai Salah
Satu Syarat Untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Keperawatan di Fakultas
Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Tanggal: 15 Agustus 2022

Mengesahkan:

Penguji

Pembimbing



Ngatoiatu Rohmani, MNS

NIDN: 05-1610-8503



Dr. Sujono Riyadi, M.Kes

NIDN: 05-0108-7601

Ketua Program Studi Keperawatan (S-1)



Dewi Utari, MNS

NPP: 2010-13-0033

PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini adalah mahasiswa Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta:

Nama : Dinda Delia Permatasari
NPM : 182201069
Program Studi : Prodi Keperawatan (S-1)
Fakultas : Kesehatan
Judul Skripsi : Hubungan Tingkat Stres Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Keperawatan Semester VIII Yang Sedang Menyusun Skripsi Di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Menyatakan bahwa hasil penelitian dengan judul diatas adalah hasil karya sendiri dan bukan hasil *plagiarism*. Dengan ini saya menyatakan untuk menyerahkan hak cipta saya kepada Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta guna kepentingan ilmiah.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya tanpa ada paksaan dari pihak manapun.

Yogyakarta, Juli 2022



Dinda Delia Permatasari
20/07/22

Dinda Delia Permatasari

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Alhamdulillah *rabbi'l'alamin*, Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal penelitian dengan judul "**Hubungan Tingkat Stres dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Keperawatan Semester VIII yang Sedang Menyusun Skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta**"

Penyusunan skripsi ini dapat diselesaikan atas bantuan, dorongan dan bimbingan dari semua pihak, baik secara langsung maupun tidak langsung, pada kesempatan ini saya menyampaikan ucapan terimakasih dan rasa hormat kepada semua pihak terutama kepada Bapak/Ibu/Saudara yang saya hormati:

1. Dr. Drs. Djoko Susilo, ST., MT. selaku Rektor Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
2. Ida Nursanti, S.Kep.,Ns.,MPH. selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
3. Dewi Utari, MNS. selaku Ketua Program Studi Keperawatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
4. Dr. Sujono Riyadi, M.Kes. Selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan bimbingan, pengarahan, dan masukan kepada saya dalam penyusunan skripsi ini.
5. Ngatoiatu Rohmani, M.N.S selaku Penguji yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk menguji, mengoreksi dan memberikan masukan kepada saya dalam menyusun skripsi ini.
6. Seluruh dosen keperawatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta yang telah memberikan ilmu pengetahuan, pengalaman dan mendidik penulis.
7. Ayah (Waldiri) dan Ibu (Satinah) yang telah memberikan dukungan, limpahan cinta dan do'anya hingga skripsi ini selesai.
8. Kakak-kakakku, Cahyo Wisnu N dan Anggita Wulandari, yang senantiasa memberikan do'a, semangat dan *mensupport* penuh agar skripsi ini selesai tepat waktu.
9. Teman-temanku Frisda, Safitri, Maryam, Yohana, Arum, Bunga, Khalimahtusa'diah, dan Putri yang senantiasa menemani masa-masa kuliah ini dan memberikan semangat agar skripsi ini dapat terselesaikan.
10. Semua mahasiswa keperawatan angkatan 2018 yang telah memberikan masukan, semangat dan dukungan kepada penulis.
11. Semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu demi satu yang dengan caranya masing-masing telah berkontribusi dalam penelitian hingga penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih banyak kekurangan dalam penyelesaiannya, oleh karena itu penulis mengharapkan masukan yang dapat membangun untuk kesempurnaan skripsi ini. Harapan dari penulis semoga skripsi ini dapat di terima dan mendapatkan persetujuan untuk melakukan penelitian. Aamiin ya Rabbal'amin

Yogyakarta, 28 Maret 2022

Penulis,



Dinda Delia Permatasari

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA
PERPUSTAKAAN

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN LAPORAN SKRIPSI	i
PERNYATAAN.....	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR.....	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
INTISARI	x
ABSTRACT	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
A. Landasan Teoritis	8
B. Kerangka Teori	27
C. Kerangka Konsep.....	28
D. Hipotesis.....	28
BAB III METODE PENELITIAN	29
A. Jenis dan Desain Penelitian.....	29
B. Tempat dan Waktu Penelitian	29
C. Populasi, Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel	30
D. Variabel.....	32
E. Definisi Operasional.....	32
F. Alat dan Metode Penelitian.....	33
G. Pengukuran Validitas dan Reliabilitas	36
H. Metode Pengolahan Data dan Analisa Data.....	37
I. Etika Penelitian	40
J. Rancangan Penelitian	42
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN.....	45
A. Hasil Penelitian	46
B. Pembahasan.....	51

C. Hambatan Penelitian	58
D. Keterbatasan Penelitian.....	58
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	59
A. Kesimpulan	59
B. Saran.....	59
DAFTAR PUSTAKA	61
LAMPIRAN.....	64

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA
PERPUSTAKAAN

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	32
Tabel 3.2 Skala Tingkat Stres	34
Tabel 3.3 Interpretasi Kuesioner Tingkat Stres.....	34
Tabel 3.4 Gambaran Kisi-kisi Kuesioner Kualitas Tidur.....	34
Tabel 3.5 Interpretasi Kuesioner Kualitas Tidur.....	36
Tabel 3.6 Interpretasi Korelasi <i>Somers' d</i>	40
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Mahasiswa	47
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Tingkat Stres.....	48
Tabel 4.3 Tabulasi Silang Karakteristik Responden Dengan Tingkat Stres	48
Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Kualitas Tidur	49
Tabel 4.5 Tabulasi Silang Karakteristik Responden Dengan Kualitas Tidur	49
Tabel 4.6 Hubungan Tingkat Stres Dengan Kualitas Tidur.....	50

DAFTAR GAMBAR

Tabel 2.1 Kerangka Teori	27
Tabel 3.1 Kerangka Konsep	28

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA
PERPUSTAKAAN

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Permohonan Menjadi Responden.....	65
Lampiran 2 Lembar <i>Informed Consent</i>	66
Lampiran 3 Kuesioner Tingkat Stres	67
Lampiran 4 Kuesioner Kualitas Tidur.....	69
Lampiran 5 Berita Acara Bimbingan Skripsi.....	71
Lampiran 6 Surat Izin Studi Pendahuluan	74
Lampiran 7 Surat Izin Penelitian.....	75
Lampiran 8 Surat Etik	76
Lampiran 9 Data Excel.....	77
Lampiran 10 Hasil Analisis Data SPSS	86
Lampiran 11 Lembar Cek Plagiarisme	90

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANUYOGYAKARTA