

## **BAB IV**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Hasil Penelitian**

##### **1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian**

Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta adalah kampus yang berada dalam naungan Yayasan Kartika Eka Paksi (YKEP) yang terbagi menjadi dua kampus yaitu, Kampus satu yang beralamat di Jl. Siliwangi, Ringroad Barat, Banyuraden, Gamping, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta, sedangkan untuk Kampus dua beralamat di Jl. Brawijaya, Ringroad Barat, Ambarketawang, Gamping, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta. Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta awalnya memiliki nama Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta dan Stimik Jenderal Achmad Yani Yogyakarta, pada tanggal 26 Februari 2018 kedua kampus secara resmi mengalami penggabungan menjadi Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta, yang berdasarkan izin Kementerian Riset, Teknologi, dan Pendidikan Republik Indonesia (PERMENRISTEKDIKTI) pada tahun 2018 dengan nomor 166/KKP/I/2018.

Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta memiliki tiga Fakultas diantaranya, Fakultas Kesehatan yang berada di Kampus dua yang memiliki tujuh Program Studi, yaitu Prodi Keperawatan (S-1), Prodi Kebidanan (D-3), Prodi Kebidanan (S-1), Prodi Farmasi (S-1), Prodi Teknologi Bank Darah (D-3), Prodi Rekam Medis dan Informasi Kesehatan (D-3), Prodi Pendidikan Profesi Ners, dan Prodi Pendidikan Profesi Bidan. Fakultas Teknik dan Teknologi Informasi memiliki enam Program Studi dan Fakultas Ekonomi dan Sosial memiliki empat Program Studi, kedua Fakultas ini berada di Kampus satu.

Program Studi Ilmu Keperawatan (S-1) Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta memiliki Visi “Menjadi Program Studi yang menghasilkan Ners yang unggul dalam pelayanan kesehatan primer dan memiliki nilai juang Jenderal Achmad Yani yang mampu bersaing di

tingkat ASEAN tahun 2041". Program Studi Keperawatan (S-1) disini memiliki beberapa fasilitas diantaranya, Fasilitas ruangan kuliah, Laboratorium keperawatan (*Skill Lab*), ruang *Computer Based Test* (CBT), ruang tutorial, dan ruang komputer, dan juga memiliki Asrama yang dikhususkan untuk Mahasiswa Fakultas Kesehatan yang dimana semua ruangan di kampus dua sudah memiliki fasilitas *full AC* dan memiliki proyektor sebagai fasilitas pelengkap pembelajaran. Semua mahasiswa keperawatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta yang ingin mendapatkan gelar sarjana keperawatan (S.Kep) ini harus melalui beberapa metode pembelajaran diantaranya, *Problem Based Learning* (PBL), *Studi Center Learning* (SCL), *Objective Structured Clinical Examination* (OSCE). Laboratorium Keperawatan di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta yang sudah didesain seperti *Mini Hospital* yang terbagi dalam beberapa ruangan diantaranya keperawatan dasar, keperawatan jiwa, keperawatan maternitas, keperawatan anak, keperawatan kegawatdaruratan, keperawatan gerontik, dan keperawatan komunitas.

Mahasiswa semester VIII di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta ada dua mata kuliah yang harus diikuti, yaitu ada Bahasa Inggris dengan dua SKS dan Skripsi dengan empat SKS, ada 25 dosen pembimbing yang masing-masing dosen pembimbing rata-rata memegang empat sampai lima mahasiswa semester VIII.

## **2. Analisis Hasil**

Penelitian dilakukan pada mahasiswa Keperawatan semester VIII yang sedang menyusun skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta yang berjumlah 102 mahasiswa.

### **a. Analisis Univariat**

Berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan, karakter responden dalam penelitian ini yaitu, jenis kelamin, usia, tingkat stres

dan tingkat kualitas tidur yang dikelompokkan menggunakan frekuensi dan persentase.

### 1) Karakteristik Responden

Distribusi frekuensi karakteristik responden mahasiswa keperawatan semester VIII yang sedang menyusun skripsi dapat dilihat pada table 4.1 dibawah ini:

**Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Mahasiswa Keperawatan Semester VIII Yang Sedang Menyusun Skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta**

Karakteristik	Frekuensi (n)	Persentase (%)
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-laki	21	20,6
Perempuan	81	79,4
Total	102	100
<b>Usia</b>		
21	16	15,7
22	60	58,8
23	11	10,8
24	15	14,7
Total	102	100

Sumber: Data Primer tahun 2022

Berdasarkan pada table 4.1 diatas menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa keperawatan semester VIII yang sedang menyusun skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta berjenis kelamin Perempuan sebanyak 81 mahasiswa (79,4%) dan rata-rata mahasiswa berusia 22 tahun sebanyak 60 mahasiswa (58,8%).

### 2) Tingkat Stres Mahasiswa Keperawatan (S-1) Semester VII Yang Sedang Menyusun Skripsi

Distribusi frekuensi tingkat stres pada mahasiswa keperawatan semester VIII yang sedang menyusun skripsi dapat dilihat pada table 4.2 dibawah ini:

**Table 4.2 Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Pada Mahasiswa Keperawatan Semester VIII Yang Sedang Menyusun Skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta (N=102)**

Tingkat Stres	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Normal	35	34,3
Ringan	12	11,8
Sedang	30	29,4
Berat	25	24,5
Total	102	100

Sumber: Data Primer tahun 2022

Berdasarkan data dalam tabel 4.2 diatas, menunjukkan bahwa 30 mahasiswa (29,4%) mengalami tingkat stres sedang dan 25 mahasiswa (24,5%) mengalami tingkat stres berat.

**Tabel 4.3 Tabulasi Silang Karakteristik Responden Dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Keperawatan Semester VIII yang sedang Menyusun Skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta (N=102)**

Karakteristik	Tingkat stres								TOTAL	
	Normal		Ringan		Sedang		Berat		F	%
	F	%	F	%	F	%	F	%		
<b>Jenis Kelamin</b>										
Laki-laki	9	8,8	5	4,9	2	2,0	5	4,9	21	20,6
Perempuan	26	25,5	7	6,9	28	27,5	20	19,6	81	79,4
Total	35	34,3	12	11,8	30	29,4	25	24,5	102	100

Sumber: Data Primer tahun 2022

Berdasarkan data yang terdapat dalam tabel 4.3 menunjukkan bahwa dari 102 mahasiswa (100%) yang berjenis kelamin perempuan dengan tingkat stres sedang sebanyak 28 mahasiswa (27,5%) dan mahasiswa yang berjenis kelamin laki-laki dengan tingkat stres normal sebanyak 9 mahasiswa (8,8%).

### 3) Kualitas Tidur Mahasiswa Keperawatan Semester VII yang sedang Menyusun Skripsi

Distribusi frekuensi kualitas tidur mahasiswa keperawatan semester VIII yang sedang menyusun skripsi dapat dilihat pada tabel 4.4 dibawah ini:

**Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Kualitas Tidur Mahasiswa Keperawatan Semester VIII yang sedang Menyusun Skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta (N=102)**

Kualitas Tidur	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Baik	18	17,6
Ringan	21	20,6
Sedang	51	50,0
Buruk	12	11,8
Total	102	100

Sumber: Data Primer tahun 2022

Berdasarkan data dalam tabel 4.4 diatas menunjukkan bahwa dari 102 mahasiswa keperawatan semester VIII yang sedang menyusun skripsi terdapat 51 mahasiswa (50,0%) dengan kualitas tidur sedang dan 12 mahasiswa (11,8%) dengan kualitas tidur buruk.

**Tabel 4.5 Tabulasi Silang Karakteristik dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Keperawatan Semester VIII yang sedang Menyusun Skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta (N=102)**

Karakteristik	Kualitas Tidur								TOTAL	
	Baik		Ringan		Sedang		Buruk		F	%
	F	%	F	%	F	%	F	%		
<b>Jenis Kelamin</b>										
Laki-laki	1	1,0	8	7,8	12	11,8	0	0,0	21	20,6
Perempuan	17	16,7	13	12,7	39	38,2	12	11,8	81	79,4
Total	18	17,6	21	20,6	51	50,0	12	11,8	102	100

Sumber: Data Primer tahun 2022

Berdasarkan data pada tabel 4.5 diatas menunjukkan bahwa dari 102 mahasiswa terdapat mahasiswa berjenis kelamin perempuan

dengan kualitas tidur sedang sampai berat sebanyak 51 mahasiswa (50,0%) dan mahasiswa berjenis kelamin laki-laki dengan kualitas tidur sedang sebanyak 12 mahasiswa (11,8).

## b. Analisa Bivariat

Analisa bivariat adalah analisa yang dilakukan untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas yaitu tingkat stres dengan variabel terikat yaitu kualitas tidur pada mahasiswa keperawatan semester VIII yang sedang menyusun skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

### 1) Hubungan Tingkat Stres dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa Keperawatan Semester VIII yang sedang Menyusun Skripsi

Hubungan tingkat stres dengan kualitas tidur pada mahasiswa keperawatan semester VIII yang sedang menyusun skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta menggunakan uji *Somers'd* dapat dilihat dalam tabel 4.6 dibawah ini

**Tabel 4.6 Hubungan Tingkat Stres dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa Keperawatan Semester VIII yang sedang Menyusun Skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta**

(N=102)

Tingkat Stres	Kualitas Tidur								TOTAL		r	p-value
	Baik		Ringan		Sedang		Buruk		F	%		
	F	%	F	%	F	%	F	%				
Normal	14	13,7	14	13,7	7	6,9	0	0,0	35	34,3	0,583	0,000
Ringan	3	2,9	3	2,9	6	5,9	0	0,0	12	11,8		
Sedang	1	1,0	3	2,9	21	20,6	5	4,9	30	29,4		
Berat	0	0,0	1	1,0	17	16,7	7	6,9	25	24,5		
Total	18	17,6	21	20,6	51	50,0	12	11,8	102	100		

Sumber: Data Primer tahun 2022

Berdasarkan data dalam tabel 4.6 menunjukkan hasil bahwa terdapat mahasiswa dengan tingkat stres sedang mengalami kualitas tidur sedang sebanyak 21 mahasiswa (20,6%), mahasiswa dengan tingkat stres berat mengalami kualitas tidur sedang sebanyak 17 mahasiswa (16,7%) dan mahasiswa dengan tingkat stres berat mengalami kualitas tidur buruk sebanyak 7 mahasiswa (6,9%).

Berdasarkan uji korelasi *Somers' d* didapatkan hasil *p*-value sebesar 0,000 yang berarti lebih rendah dari taraf signifikan (*p*-value <0,05) bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  di terima, yang memiliki arti bahwa terdapat hubungan signifikan antara tingkat stres dengan kualitas tidur pada mahasiswa keperawatan semester VIII yang sedang menyusun skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta. Nilai keeratan berdasarkan *Somers' d* tingkat stres dengan kualitas tidur didapatkan nilai  $r = 0,583$  yang menunjukkan korelasi positif dengan kekuatan korelasi sedang (0,40-0,599), yang artinya semakin berat tingkat stres semakin buruk juga kualitas tidur pada mahasiswa keperawatan semester VIII yang sedang menyusun skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

## **B. Pembahasan**

### **1. Karakteristik Mahasiswa Keperawatan Semester VIII yang sedang Menyusun Skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta**

Berdasarkan data penelitian yang diperoleh, dihasilkan bahwa mayoritas mahasiswa berjenis kelamin perempuan sebanyak 81 mahasiswa (79,4%). Hal tersebut dikarenakan mahasiswa yang berkuliah di keperawatan lebih banyak perempuan dibandingkan dengan laki-laki. Hasil penelitian tersebut sejalan dengan penelitian yang sudah dilakukan oleh Rahmawati, dkk (2021) menyatakan bahwa mahasiswa yang masuk kuliah di program studi keperawatan di Universitas Harapan Bangsa

lebih banyak perempuan dibandingkan laki-laki, dengan jumlah mahasiswa perempuan sebanyak 113 orang, sedangkan mahasiswa laki-laki hanya 40 orang, dengan total populasi mahasiswa keperawatan sebanyak 153 mahasiswa. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Arisandi & Pradana (2021), dengan total mahasiswa yang kuliah di prodi keperawatan sebanyak 185 mahasiswa, yang berjenis kelamin perempuan sebanyak 130 mahasiswa dan 55 mahasiswa lainnya berjenis kelamin laki-laki. Dalam Lestari, dkk (2020) menjelaskan bahwa perawat dituntut untuk memiliki sifat caring yang diantaranya meliputi sikap jujur, sabar, rendah hati, sikap saling menghormati, memiliki rasa peduli, yang mana sifat-sifat tersebut identik dengan kaum perempuan, yang menyebabkan orang lain beranggapan bahwa profesi keperawatan identik dan sesuai dengan kaum perempuan. Perempuan memiliki kelebihan dimana perempuan lebih peka dibandingkan laki-laki, dikarenakan itu profesi keperawatan yang didasari oleh naluri didominasi oleh perempuan dibandingkan laki-laki.

Mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di prodi Keperawatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta memiliki usia 21 tahun sebanyak 16 mahasiswa (15,7%), usia 22 tahun sebanyak 60 mahasiswa (58,8%) dan usia 23 tahun sebanyak 11 mahasiswa (10,8%) dan dengan usia 24 tahun sebanyak 15 mahasiswa (14,7%), usia tersebut termasuk dewasa awal. Rentang usia yang termasuk dalam dewasa awal adalah usia 18-25 tahun, yang sudah diharuskan untuk menentukan tanggungjawab seperti mencapai kestabilan dalam menentukan masa depan (Lestari, dkk, 2020).

## **2. Tingkat stres Pada Mahasiswa Keperawatan Semester VIII yang sedang Menyusun Skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta**

Berdasarkan pada data di Tabel 4.2 didapatkan hasil bahwa dari 102 mahasiswa semester VIII yang sedang menyusun skripsi di

Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta , terdapat 30 mahasiswa (29,4%) mengalami tingkat stres sedang dan 25 mahasiswa (24,5%) mengalami tingkat stres berat. Menurut Padila, dkk (2021) stres adalah suatu stimulus yang dapat menimbulkan *distress* sehingga dapat menimbulkan tuntutan baik itu secara fisik maupun psikis, dari pernyataan tersebut dapat dikatakan bahwa jika seseorang mengalami stres adalah ketika seseorang tersebut mendapatkan suatu kondisi dimana merasakan tekanan dari dalam diri maupun dari lingkungan disekitarnya. Contoh perilaku yang menunjukkan stres diantaranya, menjadi tidak nafsu makan, mengalami pola tidur, malas beraktivitas seperti biasanya, menarik diri dari lingkungan sekitarnya, mudah menangis, perubahan *mood* yang drastis dan mudah tersinggung (Mayah, Mahmudah, & Ramadhan, 2020).

Penelitian yang dilakukan oleh Fradisa, dkk (2022) menyatakan bahwa mahasiswa keperawatan yang sedang menyusun skripsi di Universitas Perintis Indonesia dari 25 responden, 21 mahasiswa mengalami stres sedang (84%), yang disebabkan oleh banyaknya revisian, sulitnya untuk dapat menghubungi dosen pembimbing, yang menyebabkan mahasiswa mengalami sulit tidur, rasa cemas yang berlebihan, dan tidak nafsu makan. Penelitian tersebut tidak jauh berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Gamayanti, dkk (2018) dari 49 responden penelitian didapatkan 34 mahasiswa mengalami tingkat stres sedang (69,39%) , mahasiswa mengeluhkan pengerjaan skripsi yang tidak kunjung selesai, susahny mencari referensi yang sesuai.

### **3. Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Jenis Kelamin Pada Mahasiswa Keperawatan Semester VIII yang sedang Menyusun Skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta**

Hasil dari analisis tabulasi silang jenis kelamin dengan tingkat stres pada tabel 4.3, didapatkan hasil bahwa perempuan mengalami tingkat

stres lebih tinggi dibandingkan laki-laki dengan hasil 28 mahasiswa perempuan mengalami tingkat stres sedang (27,5%) dan 20 mahasiswa perempuan mengalami stres berat (19,6%). Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Arisandi & Pradana (2021) menunjukkan dari 126 responden, sebanyak 76 mahasiswa (61,9%) adalah perempuan, diantaranya 47 mahasiswa perempuan mengalami tingkat stres sedang. Sedangkan dari 48 mahasiswa laki-laki (38,1%), 20 mahasiswa diantaranya mengalami stres rendah sebanyak 20 mahasiswa (20,7%). Penelitian tersebut juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Yoga, dkk (2018) menunjukkan bahwa mahasiswa laki-laki tidak mudah mengalami stres dibandingkan mahasiswa perempuan, hal tersebut dikarenakan laki-laki dituntut untuk lebih kuat dari pada wanita, sehingga laki-laki lebih menggunakan akalinya daripada perasaannya, sedangkan untuk wanita lebih menggunakan perasaannya saat menghadapi suatu masalah.

#### **4. Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Keperawatan Semester VIII Yang Sedang Menyusun Skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta**

Berdasarkan hasil kualitas tidur pada mahasiswa keperawatan semester VIII yang sedang menyusun skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta dari 102 responden didapatkan 51 mahasiswa mengalami kualitas tidur sedang (50,0%) dan 12 mahasiswa mengalami kualitas tidur buruk (11,8%). Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan mahasiswa mengalami kesulitan untuk dapat memulai tidur, kebanyakan mahasiswa membutuhkan waktu lebih dari 1 jam untuk dapat tertidur. Kualitas tidur adalah kepuasan seseorang dengan tidurnya yang sedemikian rupa sehingga tidak menunjukkan perasaan lelah, mudah bersemangat, tidak gelisah, tidak lesu dan tidak sering menguap atau mengantuk di keesokan paginya (Kasiati & Rosmalawati, 2016). Kualitas tidur yang buruk memiliki dampak, diantaranya dapat mengalami

penurunan aktivitas sehari-hari, mengalami kelelahan, penurunan stamina dan juga dapat meningkatkan tingkat stres.

Tingginya kualitas tidur sedang dan kualitas tidur buruk pada mahasiswa keperawatan semester VIII yang sedang menyusun skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta disebabkan oleh mahasiswa memikirkan masalah skripsi sebelum menjelang tidurnya dan rasa cemas yang dirasakan oleh mahasiswa sebelum menjelang tidur. Rata-rata waktu yang dibutuhkan oleh mahasiswa untuk dapat tertidur adalah 30 menit - 1 jam di tempat tidur sebelum akhirnya dapat tertidur. Dan mahasiswa memiliki rata-rata jam tidur malam 4-5 jam per harinya yang mengakibatkan mahasiswa mengalami kantuk di keesokan harinya. Penelitian ini tidak jauh berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Martfandika (2018) yang menyatakan dari 160 responden mahasiswa keperawatan yang sedang menyusun skripsi di Universitas Aisyiah Yogyakarta 138 mahasiswa (86,3%) mengalami kualitas tidur buruk yang memiliki rata-rata waktu tidur 6 jam perhari.

#### **5. Gambaran Kualitas Tidur Berdasarkan Jenis Kelamin Pada Mahasiswa Keperawatan Semester VIII yang sedang Menyusun Skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta**

Hasil analisis tabulasi silang antara jenis kelamin dengan kualitas tidur pada mahasiswa keperawatan semester VIII yang sedang menyusun skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta memiliki hasil bahwa mahasiswa perempuan yang mengalami kualitas tidur sedang sebanyak 39 mahasiswa (38,2%) dan 12 mahasiswa mengalami kualitas tidur buruk (11,8%). Penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Tantri & Sundari (2019) dari 87 responden, mahasiswa perempuan yang mengalami kualitas tidur buruk sebanyak 42 mahasiswa (76,4%) dengan rentang jam mulai tidur antara jam 10-12 malam sebanyak 43 mahasiswa dengan kualitas tidur buruk (72,9%). Berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan, peneliti mendapatkan

bahwa responden perempuan lebih banyak mengeluh susah untuk memulai tidur dikarenakan memikirkan tentang skripsi dan kecemasan yang dimilikinya, dibandingkan dengan laki-laki.

#### **6. Hubungan Tingkat Stres dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Keperawatan Semester VIII Yang Sedang Menyusun Skripsi Di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta**

Berdasarkan hasil perhitungan menggunakan uji *Somers'd* yang sudah dilakukan pada tabel 4.6 diperoleh  $p$ -value = 0,000 yang memiliki arti bahwa ada hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan kualitas tidur pada mahasiswa keperawatan semester VIII yang sedang menyusun skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta, dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,583 yang menunjukkan keeratan hubungan tingkat stres dengan kualitas tidur pada mahasiswa keperawatan semester VIII yang sedang menyusun skripsi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta yang termasuk interpretasi sedang yang terletak antara rentang koefisien 0,40 – 0,599.

Pada data di tabel 4.6 diatas dapat dilihat mahasiswa dengan tingkat stres sedang yang mengalami kualitas tidur sedang sebanyak 21 mahasiswa (20,6%), mahasiswa dengan tingkat stres sedang yang mengalami kualitas tidur buruk sebanyak 5 mahasiswa (4,9%), mahasiswa dengan tingkat stres berat yang mengalami kualitas tidur sedang sebanyak 17 mahasiswa (16,7%) dan mahasiswa dengan tingkat stres berat yang mengalami kualitas tidur buruk sebanyak 7 mahasiswa (6,7%). Hal ini sejalan dengan penelitian yang sudah dilakukan oleh Wahyuni (2018) yang mendapatkan  $p$ -value= 0,001 yang artinya memiliki hubungan yang bermakna antara tingkat stres dengan kualitas tidur pada mahasiswa profesi S-1 Keperawatan di STIKes Ranah Minang Padang.

Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Ratnaningtyas & Fitriani (2019) tentang hubungan stres dengan kualitas tidur pada mahasiswa tingkat akhir, yang didapatkan hasil uji  $p$ -

*value* sebesar 0,016 dimana nilai tersebut kurang dari  $\alpha = 0,05$  yang menunjukkan ada hubungan bermakna antara stres dengan kualitas tidur pada mahasiswa tingkat akhir. Penelitian yang sudah dilakukan oleh Fera (2019) tentang hubungan tingkat stres dengan kualitas tidur pada mahasiswa keperawatan semester VIII di Unjaya, didapatkan hasil *p-value*= 0,000 yang memiliki hubungan signifikan dengan nilai korelasi sedang, 40% mahasiswa mengalami stres rendah terdapat 21% mahasiswa mengalami kualitas tidur baik dan 60% mahasiswa mengalami tingkat stres sedang dengan 57,1% mahasiswa mengalami kualitas tidur buruk. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Hartiningsih, dkk (2021) juga mendapatkan hasil dari 80 responden, 43 responden (52,5%) memiliki tingkat stres berat dengan kualitas tidur yang buruk dengan *p-value* sebesar 0,000.

Penelitian ini berbanding terbalik dengan penelitian yang sudah dilakukan oleh Fradisa, dkk (2022) tentang hubungan stres dengan kualitas tidur pada mahasiswa keperawatan dalam menyusun skripsi di Universitas Perintis Indonesia yang mendapatkan hasil *p-value*=0,860 ( $p>0,05$ ) yang menyatakan bahwa tidak ada hubungan tingkat stres dengan kualitas tidur pada mahasiswa keperawatan yang sedang menyusun skripsi di Universitas Perintis Indonesia.

Berdasarkan hasil penelitian ini didapatkan bahwa arah penelitian adalah positif, yaitu semakin rendah tingkat stres maka kualitas tidur pada mahasiswa semakin baik juga begitupun sebaliknya. Mahasiswa yang sedang menyusun skripsi pasti dihadapkan dengan berbagai kendala yang dapat menjadi faktor mahasiswa mengalami stres. Mahasiswa yang mengalami stres maka terganggunya kualitas tidur mahasiswa tersebut. Dalam Wahyuni (2018) mahasiswa yang terlalu keras untuk berpikir dapat menjadi salah satu faktor penyebab stres, dalam hal ini mahasiswa sulit untuk dapat mengontrol emosi yang memiliki dampak terjadinya peningkatan ketegangan dan kesulitan dalam memulai tidur di malam hari. Kesulitan untuk memulai tidur pada mahasiswa mengganggu

mahasiswa mendapatkan kualitas tidur yang sesuai dengan kebutuhan tubuhnya.

### **C. Hambatan Penelitian**

Lamanya responden dalam mengisi kuesioner dan beberapa responden tidak merespon terkait kuesioner dari waktu yang sudah ditentukan tersebut yang menyebabkan terhambatnya pengambilan data penelitian.

### **D. Keterbatasan Penelitian**

Dikarenakan pengambilan data menggunakan *google form*, peneliti tidak dapat mengamati secara langsung saat responden mengisi kuesioner, sehingga tidak dapat dipastikan bahwa yang mengisi kuesioner adalah responden sendiri.

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANING SYAKARTHA  
PERPUSTAKAAN