

**HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN PRESTASI AKADEMIK  
MAHASISWA KEPERAWATAN UNIVERSITAS JENDERAL  
ACHMAD YANI YOGYAKARTA**

**SKRIPSI**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Mencapai Gelar Sarjana Keperawatan  
Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta



Disusun Oleh :

**JONI KURNIAWAN**  
**2214054**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN FAKULTAS KESEHATAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI  
YOGYAKARTA  
2018**

**HALAMAN PENGESAHAN**

**HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN PRESTASI  
AKADEMIK MAHASISWA KEPERAWATAN UNIVERSITAS  
JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA**

**SKRIPSI**

Diajukan oleh:

**JONI KURNIAWAN**  
2214054

Telah Dipertahankan di Depan Dewan Pengaji dan Diterima sebagai Salah Satu  
Syarat untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Keperawatan di Fakultas Kesehatan  
Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Tanggal: 20 April 2018

Menyetujui:

Pengaji,

Pembimbing,

Sujono Riyadi S. Kep. Ns. M. Kes  
NIDN : 0501087601

Retno Sumiyarini, M. Med. Ed  
NIDN: 0517088302

Mengesahkan,  
a.n Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta  
Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan (S-1)

Tetra Saktika Adinugraha, M.Kep., Ns., Sp.Kep.MB  
NIDN. 05-2310-8302

### **PERNYATAAN**

Dengan ini saya menyatakan bahwa penulis skripsi yang diajukan sebagai salah satu syarat mencapai gelar sarjana keperawatan Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta, yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Joni Kurniawan

NPM : 2214054

Institusi : Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta

Penulis menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya ilmiah yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan disuatu program tinggi manapun. Sepanjang pengetahuan penulis, tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis bahkan diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Yogyakarta, April 2018



Joni Kurniawan

NPM: 2214054

## **PRAKATA**

Puji syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT atas limpahan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Kualitas Tidur dengan Prestasi Akademik Mahasiswa Keperawatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta”.

Penyusunan skripsi ini merupakan salah satu syarat mencapai gelar sarjana keperawatan di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta. Pada kesempatan ini penulis dengan rendah hati mengucapkan terimakasih dengan setulus-tulusnya kepada:

1. Kuswanto Hardjo, dr., M.Kes selaku Ketua Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
2. Tetra Saktika Adinugraha, M.Kep., Sp.Kep.MB selaku ketua prodi Ilmu Keperawatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
3. Sujono Riyadi S. Kep, M. Kes selaku dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan, pengarahan, dan masukan kepada saya dalam penyusunan Skripsi.
4. Retno Sumiyarini, M. Med., Ed sebagai dosen penguji skripsi yang telah banyak memberikan masukan pada skripsi ini.
5. Seluruh Dosen & Karyawan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta yang telah memberikan ilmu pengetahuan.
6. Samarudin (ayah), Nursehani (ibu), saudara dan seluruh keluarga yang telah memberikan dukungan, limpahan cinta, do'a dan semangat kepada penulis.
7. Semua Sahabat-sahabatku mahasiswa keperawatan angkatan 2014 di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta yang telah memberikan do'a, dorongan, dan motivasi kepada penulis
8. Kepada semua pihak yang terlibat dalam penulisan yang tidak bisa disebutkan satu persatu, terimakasih dukungan dan bantuannya.

Semoga ALLAH SWT senantiasa melimpahkan kebaikan kepada semuanya, sebagai imbalan atas segala amal kabaikan dan bantuannya. Akhirnya besar harapan penulis semoga penelitian ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan penambah ilmu pengetahuan.

Yogyakarta, April 2018

Penulis

Joni kurniawan

NPM: 2214054

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	i
<b>HALAMAN PENGESAHAN .....</b>	ii
<b>HALAMAN PERNYATAAN .....</b>	iii
<b>PRAKATA .....</b>	iv
<b>DAFTAR ISI .....</b>	vi
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	viii
<b>DAFTAR GAMBAR .....</b>	ix
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	x
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian .....	5
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Landasan Teori.....	7
1. Konsep Remaja .....	7
2. Konsep Tidur.....	14
3. Konsep Prestasi Akademik .....	23
B. Kerangka Teori.....	32
C. Kerangka Konsep .....	33
D. Hipotesis.....	33
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Desain Penelitian.....	34
B. Lokasi dan Waktu .....	34
C. Populasi dan Sampel .....	34
D. Variabel Penelitian .....	37
E. Definisi Operasional.....	37
F. Alat dan Metode Pengumpulan Data .....	38
G. Validitas dan Reliabelitas.....	41
H. Metode Pengolahan dan Analisis Data .....	42
I. Etika Penelitian .....	45
J. Pelaksanaan Penelitian .....	47
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Hasil Penelitian .....	49
1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....	49
2. Analisa Univariat .....	51

3. Analisa Bivariat .....	53
B. Pembahasan .....	54
C. Keterbatasan Penelitian .....	60

## **BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

A. Kesimpulan.....	61
B. Saran .....	62

## **DAFTAR PUSTAKA**

## **LAMPIRAN-LAMPIRAN**

## **DAFTAR TABEL**

	Halaman
Tabel 1 Definisi Operasional .....	35
Tabel 2 Kisi-Kisi Kuesioner PSQI .....	36
Tabel 3 Pedoman Nilai Koefisien Korelasi .....	45
Tabel 4 Karakteristik Responden .....	51
Tabel 5 Distribusi Frekuensi Prestasi Akademik .....	51
Tabel 6 Distribusi Frekuensi Kualitas Tidur .....	52
Tabel 7 Hubungan Kualitas Tidur dengan Prestasi Akademik .....	53

Universitas Jenderal Achmad Yani  
Perpustakaan  
Yogyakarta

## **DAFTAR GAMBAR**

	Halaman
Gambar 2.2 Kerangka Teori.....	29
Gambar 2.3 Kerangka Konsep .....	30

Universitas Jenderal Achmad Yani  
Perpustakaan  
Yogyakarta

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran 1 Jadwal pelaksanaan penelitian
- Lampiran 2 Lembar Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 3 Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 4 Kuesioner *Pittsburg Sleep Quality Index* (PSQI)
- Lampiran 5 Skoring Pittsburgh Sleep Quality Index
- Lampiran 6 Surat Ijin Studi Pendahuluan
- Lampiran 7 Surat Ijin Penelitian
- Lampiran 8 Kode etik penelitian
- Lampiran 9 Lembar Bimbingan Skripsi
- Lampiran 10 Jadwal pelaksanaan penelitian
- Lampiran 11 Lembar Hasil Olah Data