

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Hasil**

##### **1. Gambaran umum lokasi penelitian**

Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta kampus II merupakan Lembaga Pendidikan Universitas yang berlokasi di Yogyakarta tepatnya di Jalan Ring Road Barat, Gamping, Ambarketawang, Sleman Yogyakarta, yang berada dibawah naungan Yayasan Kartika Eka Paksi TNI Angkatan Darat, yang menjadikan nilai-nilai semangat, karakter, dan kepahlawanan Jenderal Achmad Yani sebagai inspirasi dan landasan moral dalam membangun bangsa, dan ikut serta dalam mencerdaskan kehidupan bangsa. Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta selalu bekerja dengan prinsip mengedepankan nilai-nilai patriotisme, kedisiplinan, dan loyalitas yang dijiwai Pancasila sebagai landasan dalam membentuk seseorang yang pandai, bijaksana, cakap dan ahli dibidangnya sesuai dengan tuntutan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi yang bersifat global. Melalui penciptaan suasana kehidupan lembaga yang damai, percaya diri, keceriaan, kesucian dan kebersihan hati, Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta bertekad terus maju, tumbuh, mekar, dan berkembang menjadi Universitas yang unggul sebagai tunas bangsa, berperan aktif memberikan kontribusi positif dalam membangun demi kemajuan dan keharuman bangsa dan Negara Indonesia.

Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta sudah dilengkapi dengan ruang kuliah yang representatif, laboratorium berstandar internasional, dan didukung berbagai fasilitas penunjang pendidikan yaitu seperti laboratorium computer, laboratorium CBT, asrama mahasiswi, masjid, tempat olahraga, hospot area, dan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta melakukan kerjasama baik dalam dan luar Negeri sehingga dapat mendukung pengembangan akademik, penelitian, dan praktik mahasiswa. Program Studi Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta Lembaga Akreditasi Mandiri Pendidikan Tinggi Kesehatan Indonesia (LAM-PTKes) dan Badan Akreditasi Nasional Perguruan Tinggi (BAN-PT), yang mana untuk institusi telah terakreditasi dengan peringkat B berdasarkan SK BAN-

PT Nomor : 394/SK/BAN-PT/Ak-PNB/PT/IX/2019. Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta mempunyai 3 fakultas yang terbagi mejadi Fakultas Kesehatan, Fakultas tehnik dan dan Teknologi informasi, dan Fakultas Ekonomi dan sosial. Dalam Fakultas Kesehatan kampus II terdapat 7 Program studi, yaitu Prodi Farmasi, Prodi Teknologi Bank Darah, Prodi Perekam dan Informasi Kesehatan Prodi D3 Kebidanan, Prodi (S1) Kebidanan, Prodi (S1) Keperawatan.

Berdasarkan surat edaran dari rektorat Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta dengan nomor SE/10/FKES/IV/2020 tentang “Perubahan Proses pembelajaran Semester Genap Tahun Akademi 2019/2020 Dalam bentuk Meyikapi Pandemi COVID-19 di Lingkungan Fakultas Kesehatan UNJAYA”. Sehingga mulai pada tanggal 31 maret 2020 sampai dengan saat ini, pembelajaran yang biasa dilakukan diruang kelas diganti menggunakan sistem pemebelajaran *online* atau (menggunakan jaringan internet) disebabkan karena adanya pandemi COVID-19. Oleh karena itu, untuk memperkecil penyebaran virus COVID-19 ini Universitas Jenderal Achamad Yani Yogyakarta mengganti proses pembelajaran dengan sistem *online* (menggunakan jaringan internet) dengan harapan dapat memperkecil penyebaran virus COVID-19. Oleh karena itu, banyak mahasiswa saat ini yang balik kerumah masing-masing agar dapat mencegah terjadinya penyebaran dari virus COVID-19. Berkaitan dengan permasalahan jaringan ketika sedang melakukan ujian, maka mahasiswa akan diberikan kesempatan untuk melakukan ujian lagi, baik sedang melakukan ujian UTS maupun UAS. Pada pembelajaran praktikum dan praktik lapangan yang tertunda disebabkan pandemi diganti dengan sistem daring dikarenakan dengan kondisi saat ini belum memungkinkan untuk melakukan praktik secara langsung kelapangan. Dan pada mahasiswa semester akhir yang sedang mengerjakan skripsi, proses bimbingan dapat dilakukan secara langsung maupun tidak langsung baik itu melalui *whatshap*, *emil*, *video call*, ataupun media lainnya, ujian tugas akhir dilaksanakan secara daring melalui *video call*, *zoom*, atau media lainnya.

Dalam Program studi ilmu Keperawatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yoyakarta memiliki visi menjadi program studi yang menghasilkan Ners yang unggul dalam pelayanan Kesehatan Primer dan memiliki nilai kejuangan Jenderal

Achamad Yani yang mampu bersaing di tingkat ASEAN pada tahun 2041. Dalam program studi ilmu Keperawatan memiliki misi yaitu :

- a. Melaksanakan pendidikan bidang keperawatan (Ners) yang berkualitas dan responsif terhadap kemajuan ilmu dan teknologi dan pelayanan kesehatan primer.

- b. Melaksanakan kegiatan penelitian yang unggul dibidang keperawatan berdasarkan ilmu pengetahuan, teknologi, dan budaya bangsa, dan menghasilkan produk-produk inovasi berbasis pelayanan kesehatan primer.
- c. Melaksanakan pengabdian kepada masyarakat di bidang keperawatan yang berdaya guna dan berhasil guna di bidang pelayanan kesehatan primer.
- d. Melakukan kerjasama yang berkelanjutan dengan *stakeholder* untuk mewujudkan daya saing global.
- e. Menyelenggarakan dan mengembangkan manajemen yang baik dan mandiri (*Good University Goernance*).
- f. Mendalami dan mengembangkan nilai-nilai kejuangan Jenderal Achmad Yani untuk diterapkan oleh sivitas akademika dan pendukungnya.

Dalam program studi ilmu keperawatan terdapat beberapa fasilitas yang dapat mendukung dalam sistem perkuliahan yaitu ruangan yang *full AC* yang terdapat di ruang kumputer dan perpustakaan, ruangan tutorial, ruangan laboratorium (Skill Lab), dan ruangan kuliah dan dilengkapi dengan jaringan internet yang dapat di akses oleh semua mahasiswa Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

## 2. Analisa hasil penelitian

Subyek penelitian ini adalah mahasiswa keperawatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta yang berjumlah 84 mahasiswa. Gambaran tentang karakteristik subjek penelitian dijelaskan dalam bentuk distribusi frekuensi berdasarkan variabel dalam penelitian.

### a. Analisa Univariat

Hasil Analisa univariat bertujuan untuk mendeskripsikan karakteristik dari subyek penelitian sehingga kumpulan data tersebut berubah menjadi informasi yang berguna. Analisis univariat dilakukan terhadap variabel jenis kelamin, angkatan, tingkat kualitas tidur, dan konsentrasi belajar secara online. Data hasil analisis karakteristik penelitian disajikan dalam tabel 4.1.

#### 1) Karakteristik responden terdiri dari jenis kelamin sebagai berikut

**Table 4.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin dan Angkatan semester**

Jenis kelamin	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Laki-laki	30	35,7 %
Perempuan	54	64,3 %
<b>Total</b>	<b>84</b>	<b>100 %</b>

  

Angkatan	Frekuensi (n)	Presentase (%)
2017	23	27,4%
2018	25	29,8%
2019	18	21,4%
2020	18	21,4%
<b>Total</b>	<b>84</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 4.1 sebagian besar mahasiswa yang menjadi responden penelitian ini berjenis kelamin perempuan sebanyak 64,3%, proporsi mahasiswa disetiap angkatan relative tidak jauh berbeda, dari 84 responden proporsi mahasiswa di masing-masing angkatan berada dalam rentang 21,4% sampai 29,8%.

## 2) Tingkat kualitas tidur

**Table4. 2 Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Kualitas Tidur**

Tingkat kualitas tidur	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Kualitas tidur baik	39	46,4%
Kualitas tidur buruk	45	53,6%
<b>Total</b>	<b>84</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 4.2 dapat dilihat bahwa Sebagian besar mahasiswa mengalami kualitas tidur yang buruk sebanyak 53,6%.

### a) Gambaran tingkat kualitas tidur berdasarkan jenis kelamin

**Table4. 3 Gambaran Tingkat Kualitas Tidur Berdasarkan Jenis Kelamin**

Jenis kelamin	Kualitas tidur baik		Kualitas tidur buruk		Total	
	N	%	N	%	N	%
Laki-laki	13	43,3%	17	56,7%	30	100,0%
Perempuan	26	48,1%	28	51,9%	54	100,0%

<b>Total</b>	<b>39</b>	<b>46,4%</b>	<b>45</b>	<b>53,6%</b>	<b>84</b>	<b>100%</b>
--------------	-----------	--------------	-----------	--------------	-----------	-------------

Berdasarkan tabel 4.3 dapat kita lihat sebagian besar mahasiswa baik laki-laki maupun perempuan mengalami kualitas tidur yang buruk sebanyak 53,6%, akan tetapi mahasiswa laki-laki lebih banyak mengalami kualitas tidur yang buruk sebanyak 56,7% dibanding dengan mahasiswa berjenis kelamin perempuan.

b) Gambaran tingkat kualitas tidur berdasarkan angkatan

**Table 4.4 Gambaran Tingkat Kualitas Tidur Berdasarkan Angkatan**

Angkatan semester	Kualitas tidur baik		Kualitas tidur buruk		Total	
	N	%	N	%	N	%
2017	8	34,8%	15	65,2%	23	100,0%
2018	14	56,0%	11	44,0%	25	100,0%
2019	7	38,9%	11	61,1%	18	100,0%
2020	10	55,6%	8	44,4%	18	100,0%
<b>Total</b>	<b>39</b>	<b>46,4%</b>	<b>45</b>	<b>53,6%</b>	<b>84</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 4.4 Sebagian besar, mahasiswa di semua angkatan mengalami kualitas tidur yang buruk sebanyak 65,2%.

3) Konsentrasi belajar

**Table 4.5 Karakteristik Responden Berdasarkan Konsentrasi Belajar online**

Tingkat konsentrasi	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Konsentrasi rendah	8	9,5%
Konsentrasi sedang	55	65,5%
Konsentrasi tinggi	21	25%
<b>Total</b>	<b>84</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 4.5 mayoritas mahasiswa mengalami tingkat konsentrasi sedang sebanyak 65,5%.

a) Gambaran konsentrasi belajar online berdasarkan jenis kelamin

**Table 4. 6 Gambaran Konsentrasi Belajar Online Berdasarkan Jenis Kelamin**

Jenis kelamin	Konsentrasi Belajar						Total	
	Konsentrasi rendah		Konsentrasi sedang		Konsentrasi tinggi		N	%
	N	%	N	%	N	%		
<b>Laki-laki</b>	5	16,7%	18	60,0%	7	23,3%	30	100,0%
<b>Perempuan</b>	3	5,6%	37	68,5%	14	25,9%	54	100,0%
<b>Total</b>	<b>8</b>	<b>9,5%</b>	<b>55</b>	<b>65,5%</b>	<b>21</b>	<b>25,0%</b>	<b>84</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 4.6 mayoritas mahasiswa mengalami konsentrasi belajar sedang sebanyak 65,5% baik laki-laki maupun perempuan.

- b) Gambaran konsentrasi belajar online berdasarkan angkatan

**Table 4.7 Gambaran Konsentrasi Belajar Berdasarkan Angkatan**

Angkatan semester	Konsentrasi Belajar						Total	
	Konsentrasi rendah		Konsentrasi sedang		Konsentrasi tinggi		N	%
	N	%	N	%	N	%		
2017	1	4,3%	17	73,9%	5	21,7%	23	100,0%
2018	4	16,0%	15	60,0%	6	24,0%	25	100,0%
2019	0	0,0%	14	77,8%	4	22,2%	18	100,0%
2020	3	16,7%	9	50,0%	6	33,3%	18	100,0%
<b>Total</b>	<b>8</b>	<b>9,5%</b>	<b>55</b>	<b>65,5%</b>	<b>21</b>	<b>25,0%</b>	<b>84</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 4.7 mayoritas mahasiswa mengalami konsentrasi belajar yang sedang sebanyak 65,5% dari semua angkatan.

- b. Analisa bivariat

Analisis ini adalah analisis yang dilakukan untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas yaitu tingkat kualitas tidur dengan variabel terikat yaitu konsentrasi belajar secara online. Uji statistik yang digunakan yaitu uji gamma yang disajikan dalam tabel 4.8.

- 1) Hubungan tingkat kualitas tidur dengan konsentrasi belajar secara online pada mahasiswa

**Table 4. 8 hubungan tingkat kualitas tidur dengan konsentrasi belajar secara online pada mahasiswa**

Tingkat Kualitas Tidur	Konsentrasi Belajar								p-value	r-sign
	Konsentrasi rendah		Konsentrasi sedang		Konsentrasi tinggi		Total			
	N	%	N	%	N	%	N	%		
<b>Kualitas tidur baik</b>	1	2,6%	17	43,6%	21	53,8%	39	100,0%	0,000	0,931
<b>Kualitas tidur buruk</b>	7	15,6%	38	84,4%	0	0,0%	45	100,0%		
<b>Total</b>	8	9,5%	55	65,5%	21	25,0%	84	100%		

Berdasarkan tabel 4.8 dapat dilihat bahwa, setelah dilakukan uji gamma dengan menggunakan SPSS didapatkan hasil bahwa nilai *p-value* sebesar 0,000 dan nilai *r* 0,931. Hal ini memiliki makna bahwa adanya hubungan yang bermakna antara tingkat kualitas tidur mahasiswa dengan konsentrasi belajar mahasiswa dengan nilai *r* korelasi sangat kuat dan arah yang negatif, dengan artian semakin tinggi presentase kualitas tidur mahasiswa, tidak terlalu mempengaruhi tingginya presentase konsentrasi belajar mahasiswa keperawatan ketika pembelajaran online dimasa pandemic covid-19 begitupun sebaliknya.

## B. Pembahasan

### 1. Tingkat kualitas tidur

Kualitas tidur berbeda arti dengan kuantitas tidur individu, kuantitas merupakan mengukur seberapa durasi individu tidur setiap malam, sedangkan kualitas tidur mengukur seberapa baiknya individu dalam tidur. Kebiasaan tidur yang tidak baik atau buruk, seperti ketidak teraturannya jadwal tidur, terlalu banyak mengkonsumsi makanan atau minuman yang berkafein dapat mempengaruhi kecenderungan dalam kesulitan tidur hingga kualitas tidur individu. Berdasarkan tabel 4.2 dapat dilihat bahwa mahasiswa keperawatan yang mengalami kualitas tidur yang buruk paling banyak dari pada mahasiswa yang mengalami kualitas tidur baik. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Bangun, (2021)



menyatakan bahwa pada mahasiswa kesehatan mayoritas mengalami kualitas tidur yang buruk sebanyak 84%, hal ini dikarenakan predictor dalam kesulitan tidur adalah stress, kemarahan, kekhawatiran, kecemasan, lingkungan yang baru dan lainnya. Penelitian yang dilakukan oleh al-bahhwi tahun, (2021) ditemukan bahwa mahasiswa keperawatan atau mahasiswa yang berkuliah di ranah kesehatan lebih berisiko tinggi mengalami kesulitan tidur hingga memiliki kualitas tidur yang baik.

Jika dilihat dari kualitas tidur mahasiswa berdasarkan jenis kelamin yang tergambar pada tabel 4.3 didapatkan bahwa, antara mahasiswa laki-laki dan perempuan sama-sama memiliki kualitas tidur buruk, akan tetapi mahasiswa dengan jenis kelamin laki-laki lebih banyak mengalaminya., pada mahasiswa yang mengalami kualitas tidur baik, perempuan lebih banyak mengalami kualitas tidur baik dari pada laki-laki . Berdasarkan teori yang ada, menyatakan bahwa perempuan lebih berisiko mengalami kualitas tidur buruk, dikarenakan peranan hormonal dan faktor lain seperti psikologis yang menyebabkan gangguan tidur dengan efek langsung maupun efek pada gangguan suasana hati. Pada penelitian ini didapatkan bahwa laki-laki lebih banyak mengalami kualitas tidur yang buruk, hal ini kemungkinan dikarenakan oleh kebiasaan, kebiasaan dalam pola tidur yang tidak teratur, kebiasaan merokok, menggunakan media sosial berlebihan, kebiasaan olah raga, mengkonsumsi kopi dan lainnya. (Bangun, 2021)

Mahasiswa keperawatan yang mengalami kualitas tidur jika dilihat dari angkatan semester, dapat di lihat pada tabel 4.4 didapatkan hasil bahwa mayoritas mahasiswa angkatan 2017 tingkat IV dan 2019 tingkat II mayoritas memiliki presentase lebih tinggi dalam kualitas tidur buruk. Mahasiswa yang mengalami kualitas tidur dikarenakan kebebasan baru yang ditemui atau kurangnya dalam pengalaman tanggung jawab yang lebih besar sebagai mahasiswa. Pada mahasiswa angkatan 2017 mengalami angka presentase tinggi dikarenakan kepadatan tugas yang didapatkan semakin bertambahnya semester dan ditambah dengan tugas akhir yang harus diselesaikan untuk melengkapi syarat kelulusan mahasiswa. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Martfandika, (2018) mahasiswa pada tingkat akhir mengalami kualitas tidur yang buruk disebabkan oleh pembelajaran yang padat serta penyelesaian pada tugas akhir sehingga mahasiswa merasa tertekan,

kelelahan, alkohol ini juga dapat mempengaruhi kualitas tidur. (Martfandika, 2018) sedangkan pada angkatan 2019 atau tingkat II, mengalami presentase kualitas tidur buruk tertinggi kedua dikarenakan ketika dilakukan wawancara lebih lanjut kualitas tidur menjadi terganggu dikarenakan kondisi pandemic covid-19 yang mengharuskan mahasiswa melaksanakan pembelajaran secara online yang membuat mahasiswa masih beradaptasi dengan lingkungan dan banyak penugasan secara tertulis maupun video yang mengharuskan mahasiswa mengerjakan dengan disampingkan mengerjakan pekerjaan rumah lainnya.

## **2. Konsentrasi belajar**

Konsentrasi merupakan pemusatan terhadap perhatian dalam mata pelajaran dengan memfokuskan perhatian tanpa menghubungkan segala hal yang tidak berkaitan dengan pelajaran. Pada mahasiswa keperawatan memiliki konsentrasi yang baik merupakan hal yang baik dalam pembelajaran maupun diarah pekerjaan, yang mana dengan konsentrasi yang baik membuat individu lebih mengurangi resiko dalam kesalahan. Pada penelitian ini diketahui gambaran konsentrasi belajar mahasiswa perawat mayoritas memiliki konsentrasi belajar pada tingkat sedang dibandingkan dengan memiliki konsentrasi tinggi dan konsentrasi rendah . Hal ini dapat diartikan bahwa mahasiswa dalam pembelajaran online masih memiliki konsentrasi yang cukup bagus dalam pembelajaran, walaupun yang memiliki konsentrasi yang lebih bagus memiliki presentase terbesar kedua. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Setiyorini, (2016) terdapat berbagai faktor-faktor yang dapat mempengaruhi tingkat konsntrasi belajar mahasiswa, seperti faktor lingkungan dan faktor psikologis. Kondisi lingkungan dapat mempengaruhi konsentrasi individu, yang mana lingkungan yang kondusif dapat memaksimalkan kemampuan konsentrasi belajar. Faktor psikologis yang kurang baik akan mempengaruhi konsentrasi individu, yang mana kondisi ini bisa disebabkan oleh stress yang akan mempengaruhi kualitas tidur yang menyebabkan konsentrasi menurun dikarenakan mengantuk (Rini, 2016)

Jika dilihat dari gambaran konsentrasi belajar online berdasarkan jenis kelamin yang tergambarkan pada tabel 4.6 didapatkan bahwa, mayoritas mahasiswa keperawatan mengalami konsentrasi belajar sedang paling banyak adalah

mahasiswa yang berjenis kelamin perempuan jika dibandingkan dengan mahasiswa laki-laki mengalami konsentrasi belajar sedang, pada mahasiswa laki-laki yang mengalami konsentrasi belajar rendah dibandingkan perempuan, sedangkan yang mengalami konsentrasi tinggi pada laki-laki lebih sedikit dari pada perempuan. Berdasarkan teori yang ada, menyatakan bahwa sebagian besar responden mengalami tingkat konsentrasi yang kurang, hal ini terjadi karena faktor internal yaitu seperti keinginan dan motivasi dalam diri, dan faktor eksternal yaitu lingkungan yang bising, pencahayaan yang tepat, ventilasi, dan metode yang dilakukan dalam pembelajaran (Syah, Asterina, & Fitri, 2020). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Zainul Arifin (2020) bahwa sebagian besar mahasiswa mengalami penurunan konsentrasi yang disebabkan oleh faktor internal yaitu faktor yang berasal dari dalam diri sendiri seperti minat belajar yang rendah dan kondisi Kesehatan yang tidak mendukung atau buruk (Arifin & Etlidawati, 2020). Dalam penelitian yang dilakukan (Caessarridha, 2021) menyatakan bahwa konsentrasi belajar mahasiswa mengalami penurunan disebabkan karena tugas dan ujian yang banyak sehingga menyebabkan mahasiswa mengalami tidur larut malam atau kualitas tidurnya menjadi buruk sehingga dapat mempengaruhi konsentrasi belajar mahasiswa, tingkat konsentrasi belajar pada mahasiswa dapat dipengaruhi oleh faktor internal yaitu kondisi fisiologisnya seperti mengantuk, mudah Lelah yang dapat menyebabkan seseorang tidak dapat berkonsentrasi.

Jika dilihat mahasiswa yang berkonsentrasi berdasarkan angkatan paling banyak mengalami konsentrasi sedang pada angkatan 2017 dan angkatan 2019 sedangkan pada angkatan 2018 dan 2020 memiliki angka konsentrasi yang sama. Pada mahasiswa keperawatan yang mengalami konsentrasi tinggi berdasarkan angkatan 2017 mahasiswa keperawatan yang memiliki konsentrasi tinggi dibandingkan pada mahasiswa angkatan 2018 yang memiliki konsentrasi tinggi (Arifin Z. & Etlidawati, 2020). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Djamililleil menyatakan bahwa mahasiswa Kesehatan yang mengalami konsentrasi rendah sebanyak 64,2% (Caessarridha, 2021).

Jika dilihat dari tabel 4.7 mahasiswa keperawatan terbanyak mengalami konsentrasi rendah adalah mahasiswa angkatan 2018 dan 2020 dikarenakan

mahasiswa mengalami kualitas tidur yang buruk. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Arifin (2020) menyatakan bahwa mahasiswa keperawatan yang mengalami kualitas tidur yang buruk disertai dengan konsentrasi yang rendah sebanyak 40,0% (Arifin & Etlidawati, 2020). Kondisi ini dapat disebabkan oleh faktor internal seperti kondisi fisiologis yaitu kualitas tidur yang buruk dapat menimbulkan gejala klinis seperti mengantuk, mudah lelah yang dapat mempengaruhi seseorang dalam berkonsentrasi (Caessarridha, 2021).

### **3. Hubungan tingkat kualitas tidur dengan konsentrasi belajar secara online pada mahasiswa keperawatan UNJAYA dimasa pandemic COVID-19**

Berdasarkan tabel 4.9 didapatkan hasil bahwa ada hubungan antara tingkat kualitas tidur mahasiswa keperawatan dengan konsentrasi belajar secara online, dengan menggunakan uji gamma pada SPSS, didapatkan hasil p-value = 0,000 atau  $p < 0,05$  dengan kata lain adanya hubungan yang bermakna antara kedua variabel independent dan dependen dengan keeratan hubungan  $r = 0,931$  (sangat kuat), dengan arah positif. Dengan artian semakin tinggi presentase kualitas tidur mahasiswa semakin tinggi pula presentase konsensentrasi belajar mahasiswa keperawatan ketika pembelajaran online dimasa pandemi COVID-19 begitupun sebaliknya.

Hal ini diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh Mulyadi M. Abdullah (2021), yaitu mahasiswa yang kualitas tidurnya buruk tidak terlalu mempengaruhi konsentrasi belajar online mahasiswa, semakin tinggi presentase kualitas tidur mahasiswa, tidak terlalu mempengaruhi tingginya presentase konsentrasi belajar mahasiswa. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Arifin (2020), ada hubungan yang cukup kuat antara tingkat kualitas tidur dengan konsentrasi belajar mahasiswa keperawatan dengan nilai p value sebesar  $0,000 < \alpha < 0,05$  (Arifin & Etlidawati, 2020). Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Djamilillei (2021) terdapat hubungan antara kualitas tidur dengan konsentrasi belajar mahasiswa fakultas kedokteran dengan nilai p value  $p = 0,034$  (Caessarridha, 2021). Hal ini disebabkan oleh kualitas tidur yang buruk akan berdampak pada terganggunya Kesehatan, seperti sakit kepala, sulit untuk berkonsentrasi, dan dapat mengganggu metabolisme tubuh dalam proses regenerasi

sel-sel yang memiliki efek terhadap tubuh kita yaitu tubuh kita mudah lemas dan rentan terhadap penyakit atau sistem imunitas tubuh menjadi menurun (Caessarridha, 2021).

Berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Delmonte (2017), menyatakan bahwa tidak ada hubungan antara kualitas tidur dengan konsentrasi belajar yang mana penelitian ini tidak sejalan dengan hasil penelitian yang didapat bahwa ada hubungan yang bermakna, hal ini dikarenakan pada penelitian ini terdapat perbedaan dari karakteristik responden serta metode yang digunakan dan responden yang digunakan yaitu pada mahasiswa fakultas kedokteran gigi. Hal ini disebabkan karena uji statistik Chi-square menunjukkan nilai  $p = 0,485 > 0,05$  (Hermano, 2017). Kualitas tidur yang kurang baik atau buruk dapat menyebabkan gangguan konsentrasi, sejalan dengan teori yang ada, dimana individu yang kurang dengan waktu tidurnya akan terjadi keadaan yang dinamakan sleep homeostat yang mana ini mengendalikan atau mengatur keinginan akan tidur yang akan membuat individu merasakan kantuk berlebih sehingga terjadinya penurunan konsentrasi dalam belajar. Selain itu terdapat juga teori tentang peran hormone terutama hormone melatonin dan serotonin yang sangat mempengaruhi tidur. Pada kondisi dimana terjadinya gangguan tidur atau menurunnya kualitas tidur individu, maka hormone ini akan meningkat yang menimbulkan respon pada tubuh seperti mengantuk, lemas, kecemasan, dan gangguan fungsi kognitif yaitu penurunan konsentrasi. Dimasa pandemic ini juga membuat mahasiswa merasakan dampak negative yang mempengaruhi kualitas tidurnya, hal ini dikarenakan adanya perubahan pada interaksi sosial, kewajiban keluarga, penumpukan kegiatan penugasan dan pembelajaran, yang dapat mengganggu kualitas tidur yang mana berimbas pada kualitas aktifitas yang dilakukan serta berpengaruh pada konsentrasi.

### **C. Kelemahan penelitian**

1. Pengambilan data atau pelaksanaan penelitian ini dilakukan ketika mahasiswa keperawatan tidak melakukan pembelajaran online, atau dilakukan ketika kegiatan pembelajaran sedang libur.