BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Gambaran Lokasi Penelitian

Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta terletak di Jalan Brawijaya, Ring Road Barat, Ambarketawang, Gamping, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta. Pada tanggal 26 Februari 2018 Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta dan Stimik Jenderal Achmad Yani Yogyakarta secara resmi bergabung menjadi Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta. Keputusan penggabungan Stikes Jendral Achmad Yani Yogyakarta dengan Stimik Achmad Yani Yogyakarta berdiri atas izin Kementerian Riset, Teknologi, dan Pendidikan RI (Permenristekdikti) tahun 2018 Nomor 166/KKP/I/2018.

Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta memiliki tiga fakultas, yaitu fakultas kesehatan yang memiliki enam prodi, yaitu prodi keperawatan, prodi kebidanan, prodi teknologi bank darah, prodi farmasi, prodi profesi ners, dan prodi rekam medis dan informasi kesehatan. Selanjutnya ada fakultas teknik dan teknologi informasi yang memiliki enam prodi, dan fakultas ekonomi dan sosial yang memiliki empat prodi.

Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta mempunyai visi menjadi Program Studi ners yang menghasilkan ners profesional yang unggul dalam bidang gerontik dan komunitas, berjiwa pemimpin dan patriot, serta mampu bersaing di era global pada tahun 2020. Misi Program studi Ilmu Keperawatan yaitu untuk meningkatkan kualitas pendidikan keperawatan melalui penyediaan tenaga pengajar yang profesional, penyelenggaraan proses pendidikan yang bermutu dan ditunjang dengan fasilitas pendidikan yang sesuai standar

Perpustakaan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

pendidikan tinggi keperawatan, mendorong mahasiswa dan dosen untuk melakukan kegiatan penelitian dan pengabdian masyarakat dalam mengembangkan ilmu keperawatan terutama di bidang komunitas dan gerontik, membekali calon perawat profesional dengan ilmu dan keterampilan di bidang komunitas dan gerontik serta pengembangan jiwa kepemimpinan dan patriotisme, mengembangkan kerjasama dibidang pendidikan, penelitian, dan pengabdian masyarakat dengan institusi pemerintah dan pendidikan yang bertaraf nasional dan internasional.

Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta mempunyai fasilitas ruangan *full AC* seperti ruangan kuliah, ruangan keperawatan (skill lab), ruangan tutorial, ruangan komputer dan perpustakaan dilengkapi dengan internet yang dapat diakses oleh setiap mahasiswa. Selama mengikuti pendidikan sarjana keperawatan di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta metode perkuliahan yang digunakan adalah *Problem Based Learning* (PBL), *Study Center Learning* (SCL), dan *Objective Structured Structured Clinical* (OSCE). *Problem Based Learning* (PBL) adalah metode pembelajaran yang membicarakan adanya permasalah nyata sebagai konteks untuk para peserta didik belajar berfikir kritis dan keterampilan memecahkan masalah. S*tudy Center Learning* (SCL) adalah sistem pembelajaran yang berpusat pada mahasiswa tanpa harus mengandalkan pembelajaran dari dosen. Sedangkan *Objective Structured Structured Clinical* (OSCE) adalah ujian klinis yang struktur dan dinilai secara objektif yang bertujuan untuk mengetahui seberapa jauh kemampuan skil mahasiswa selama mengikuti proses pembelajaran. Adapun kegiatan ekstrakurikuler mahasiswa keperawatan selama mengikuti proses pembelajaran di Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta diantaranya adalah Himika, Bem, dan kegiatan Ukm lainnya.

Perpustakaan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

2. Analisa Univariat

a. Karakteristik responden

Penelitian ini menguji hubungan kualitas tidur dengan prestasi akademik mahasiswa Keperawatan Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta yang berjumlah 205 responden.

Tabel 4.1 Karakteristik Responden Mahasiswa Keperawatan Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta Tahun 2018 (n=205)

Karakteristik	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	59	28,8
Perempuan	146	71,2
Total	**205**	**100,0**
Umur		
18	42	20,5
19	49	23.9
20	47	22,9
21	43	21.0
22	20	9,8
23	4	2,0
Total	**205**	**100,0**
Semester		
Semester 1	59	28,8
Semester 3	45	22,0
Semester 5	52	25,4
Semester 7	49	23,9
Total	**205**	**100,0**
Kelas		
A	109	53,2
B	96	46,8
Total	**205**	**100,0**

Sumber: Data Primer Tahun 2018

Perpustakaan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Berdasarkan tabel 4.1 diatas menunjukkan bahwa responden yang paling banyak yaitu perempuan dengan jumlah 147 orang (71,2%) dan laki-laki 59 orang (28,2%). Umur mahasiswa sebagian besar 19 tahun yang berjumlah 49 (23,9%) dan umur mahsiswa paling sedikit adalah 23 tahun (2,0%). Jumlah responden paling banyak adalah mahasiswa

semester 1 yaitu 59 mahasiswa (28,8%) dan mahasiswa paling sedikit adalah semester 3 yaitu 45 mahasiswa (22,0%).

b. Prestasi Akademik

Hasil penelitian terhadap indeks prestasi akademik mahasiswa Keperawatan Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta disajikan pada tabel berikut:

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Prestasi Akademik Mahasiswa Keperawatan Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta Tahun 2018 n=(205)

Karakteristik	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Tanpa predikat	35	17,1
Memuaskan	31	15,1
Sangat memuaskan	105	51,2
Pujian	34	16,6
Total	**205**	**100,0**

Sumber: Data Primer Tahun 2018

Berdasarkan tabel 4.2 diatas menunjukkan hasil bahwa sebagian besar mahasiswa Keperawatan Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta memiliki prestasi akademik yaitu sangat memuaskan sebanyak 105 mahasiswa (51,2%), ada 31 mahasiswa (15,1%) dengan prestasi akademik memuaskan, ada 34 mahasiswa (16,6%) dengan prestasi akademik pujian dan ada 35 mahasiswa (17,1%) dengan prestasi akademik tanpa predikat.

c. Gambaran Kualitas Tidur Mahasiswa

Hasil penelitian terhadap kualitas tidur mahasiswa Keperawatan Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarata disajikan pada tabel berikut:

Perpustakaan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi kualitas tidur Mahasiswa Keperawatan Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta Tahun 2018 n=(205)

Kualitas Tidur	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Kualitas tidur buruk	153	74,6
Kualitas tidur baik	52	25,4
Total	**205**	**100,0**

Sumber: Data Primer Tahun 2018

Berdasarkan tabel 4.3 diatas menunjukkan sebagian besar mahasiswa Keperawatan Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta memiliki kualitas tidur buruk yaitu 153 mahasiswa (74,6%) dan mahasiswa dengan kualitas baik sebesar 52 mahasiswa (25,4%).

3. Analisa Bivariat

Hubungan antara Kualitas Tidur dengan Prestasi Akademik mahasiswa Keperawatan Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta menggunakan uji *Spearman Rank* yang disajikan pada tabel 4.4

Tabel 4.4 Tabulasi Silang Hasil Uji Statistik *Spearman rank* antara Kualitas Tidur dengan Prestasi Akademik Mahasiswa Keperawatan Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta Tahun 2018

Kualitas Tidur	**Indeks Prestasi Semester**								**Total**	**r**	***p-value***
	Tanpa predikat		Memuaskan		Sangat memuaskan		Pujian			0,318	0,000
	N	%	n	%	n	%	n	%			
Kualitas tdur buruk	31	15,1	25	12,2	85	41,5	12	5,9	153		
Kualitas tidur baik	4	2,0	6	2,9	20	9,8	22	10,7	52		
Total	**35**		**31**		**105**		**34**		**205**		

Sumber: Data Primer Tahun 2018

Perpustakaan Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta

Berdasarkan tabel 4.4 menunjukkan hasil bahwa mahasiswa Keperawatan Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta dengan kualitas tidur baik sebagian besar memiliki prestasi akademik yaitu pujian sebanyak 22 mahasiswa (10,7%), mahasiswa dengan kualitas tidur baik ternyata memiliki prestasi akademik tanpa predikat yaitu 4 mahasiswa (2,0%). Selanjutnya mahasiswa dengan kualitas tidur buruk sebagian besar memiliki prestasi akademik yaitu sangat memuaskan sebanyak 85 mahasiswa (41,5%), adapun mahasiswa dengan kualitas tidur buruk memiliki prestasi akademik pujian yaitu 12 mahasiswa (5,9%).

Hasil perhitungan statistic menggunakan uji *spearman Rank* seperti yang disajikan pada tabel 4.4 diperoleh *p-value* sebesar =0,000 ($p < 0,05$) yang berarti bahwa ada hubungan antara kualitas tidur dengan prestasi akademik mahasiswa Keperawatan Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta. Untuk mengetahui keeratan hubungan tersebut dilakukan dengan melihat nilai koefesien korelasi yaitu sebesar 0,318 yang menunjukkan keeratan hubungan antara kualitas tidur dengan prestasi akademik mahasiswa Keperawatan Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta adalah rendah karena terletak pada rentang koefesien korelasi 0,200- 0,399.

Perpustakaan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

B. Pembahasan

1. Prestasi Akademik Mahasiswa

Hasil penelitian menunjukkan bahwa prestasi akademik mahasiswa keperawatan Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta sebagian besar adalah sangat memuaskan sebanyak 105 mahasiswa (51,2%). Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Nilifda *et al.* (2016), yang menunjukkan bahwa sebagian besar prestasi akademik mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Angkatan 2010 FK Universitas Andalas

yaitu baik sebanyak 94 mahasiswa (53%). Penelitian ini juga hasilnya tidak jauh berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Putri. A. (2012), yang menunjukkan bahwa sebagian besar prestasi akademik mahasiswa Stikes Aisyah DIII Kebidanan adalah baik sebanyak 152 mahasiswa (96,8%).

Prestasi belajar dapat dipengaruhi oleh faktor internal dan ekternal (Slameto, 2013). Faktor internal adalah faktor yang berasal dari dalam individu tersebut yang terdiri dari faktor jasmaniah, psikologis, gangguan tidur, dan kelelahan. Kelelahan merupakan salah satu faktor kesehatan. Kelelahan dapat dibagi menjadi tiga faktor, yaitu kelelahan indra, mental, dan fisik. Dari ketiga faktor tersebut dapat diatasi dengan mengkonsumsi makanan dan minuman yang bergizi, pola makan yang teratur, istirahat yang cukup, dan tidur yang optimal. Sedangkan faktor ekternal adalah faktor yang berasal dari luar individu tersebut yang terdiri dari faktor keluarga, sekolah, dan lingkungan. Menurut Slameto (2013), kondisi lingkungan keluarga sangat menentukan keberhasilan belajar seseorang, diantaranya adalah adanya hubungan yang harmonis dari anggota keluarga, adanya perhatian yang besar dari keluarga terhadap perkembangan proses belajar dan pendidikan anak-anaknya, suasana lingkungan rumah yang cukup tenang, dan tersedianya fasilitas tempat belajar. Hal ini sesuai dengan hasil wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti kepada mahasiswa keperawatan Universitas Jendral Achamad Yani Yogyakarta bahwa sebagian besar mahasiswa keperawatan mengatakan adanya dukungan dari keluarga dan tersedianya fasilitas sangat mempengaruhi dalam mencapai prestasi akademik yang baik.

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan peneliti pada 13 mahasiswa, didapatkan hasil bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi prestasi akademik mahasiswa keperawatan Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta adalah lingkungan dan gangguan tidur. Pada saat melakukan wawancara kepada 13 mahasiswa ada delapan

Perpustakaan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

mahasiswa mengatakan sulit untuk memulai tidur dan sering terbangun pada malam hari. Kondisi ini disebabkan karena faktor lingkungan yang bising sehingga menyebabkan terjadinya gangguan tidur. Hal ini sesuai dengan penelitian Marpaung *et al* (2013), menjelaskan bahwa faktor lingkungan berperan penting untuk mendapatkan kualitas tidur yang optimal.

Pada penelitian ini kesehatan dapat dilihat dari kualitas tidur mahasiswa, karena dengan adanya gangguan tidur dapat mempengaruhi suasana hati, energi, dan kosentrasi. Hal ini sesuai dengan teori Slameto (2013), sehat berarti dalam keadaan baik segenap badan dan beserta bagian-bagiannya atau bebas dari penyakit. Proses belajar seseorang akan terganggu jika kondisi seseorang tersebut dalam keadaan kurang baik. Selain itu, jika kondisi seseorang tersebut dalam kondisi kurang baik akan menyebabkan kurang bersemangat, cepat lelah, mudah pusing, mengantuk, stress, ataupun ada gangguan-gangguan kelainan fungsi alat indra serta tubuhnya sehingga akan mempengaruhi cara berfikir seseorang dalam meningkatkan prestasi belajarnya. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Kusumaningrum (2013), bahwa stressor dan cara belajar siswa memiliki peran yang penting dalam meningkatkan prestasi belajar seseorang.

2. Kualitas Tidur

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa keperawatan Unversitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta memiliki kualitas tidur buruk yaitu sebanyak 153 mahasiswa (74,6%). Sedangkan mahasiswa dengan kualitas tidur baik yaitu sebanyak 52 mahasiswa (25,4%). Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Nilifda *et al*. (2016), bahwa sebagian besar kualitas tidur mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Angkatan 2010 FK Universitas Andalas yaitu buruk sebanyak 99 mahasiswa (56%). Penelitian ini juga hasilnya tidak jauh berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Fenny *et al.* (2016), bahwa sebagian besar

Perpustakaan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

mahasiswa Fakultas Kedokteran memiliki kualitas tidur buruk yaitu sebanyak 185 mahasiswa (61,7%) dan penelitian yang dilakukan oleh Putri. *et al*. (2012), bahwa sebagian besar mahasiswa DIII Kebidanan Stikes Aisyah Yogyakarta memiliki kualitas tidur buruk yaitu sebanyak 87 mahasiswa (55,4%). Menurut Nashori dan Diana (2005), tidur adalah aktivitas terpenting manusia, jika aktivitas ini dapat dijalani dengan baik, maka efeknya akan mengenai berbagai dimensi kehidupan diwaktu terjaga. Tidur memiliki pengaruh terhadap kewaspadaan, energi, kosentrasi, kecekatan reaksi, mempengaruhi suasana hati, dan kesehatan yang prima.

Hasil penelitian yang dilakukan pada mahasiswa keperawatan Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta, sebanyak 153 mahasiswa (74,6%) memiliki kualitas tidur buruk dengan rata-rata usia remaja yaitu 18-21 tahun dan kualitas tidur kurang dari enam jam. Hal tersebut menandakan bahwa mahasiswa keperawatan Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta belum bisa memperhatikan kualitas tidurnya. Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan peneliti pada 13 mahasiswa, didapatkan hasil bahawa salah satu faktor yang mempengaruhi kualitas tidur mahasiswa keperawatan Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta adalah lingkungan, stres karena adanya tuntunan tugas dari kampus dan gaya hidup yang kurang baik, seperti merokok, mengkonsumsi alkohol, dan begadang. Hal ini sesuai dengan teori Kozier (2004), yang menyatakan bahwa merokok dan gaya hidup yang tidak sehat merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kualitas tidur.

Menurut Potter & Perry (2009), sebagian besar umat manusia mengalami kualitas tidur yang kurang optimal, terutama pada masa remaja. Masa remaja merupakan masa periode perkembangan dimana individu mengalami perubahan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa awal. Teori tersebut sejalan dengan penelitian Marpaung *et al.* (2013), yang menyatakan bahwa pada masa remaja terjadi perubahan pergeseran irama

Perpustakaan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

sirkadian sehingga jam tidur pun bergeser akibat perubahan hormonal tersebut.

3. Keeratan Hubungan antara Kualitas Tidur dengan Prestasi Akademik Mahasiswa Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta

Hasil uji korelasi *Spearman Rank* diperoleh p-*value*=0,000 (p<0,05) yang berarti bahwa ada hubungan yang signifikan antara kualitas tidur dengan prestasi akademik mahasiswa keperawatan Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta. Nilai Koefisien korelasi sebesar 0,318 yang menunjukkan keeratan hubungan antara kualitas tidur dengan prestasi akademik mahasiswa keperawatan Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta adalah rendah yang terletak direntang koefisien korelasi 0,200-0,399. Adanya hubungan yang rendah anatar kualitas tidur dengan prestasi akademik mahasiswa keperawatan Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta disebabkan karena gangguan tidur bukan merupakan faktor satu-satunya yang mempengaruhi prestasi akademik melainkan masih banyak faktor yang mempengaruhinya.

Pada tabel 4.4 dapat dilihat bahwa hubungan antrara kualitas tidur dengan prestasi akademik mahasiswa keperawatan Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta didapatkan hasil bahawa, mahasiswa yang mempunyai kualitas tidur baik dan memiliki prestasi akademik pujian yaitu sebanyak 22 mahasiswa (10,7%). Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Nilifda *et al.* (2016), yang menunjukkan bahwa ada hubungan antara kualitas tidur dengan prestasi akademik mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Angkatan 2010 FK Universitas Andalas dengan nilai *p-value*=0,004 (p<0,05). Penelitian ini juga hasilnya tidak jauh berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Fenny *et al.* (2016), yang menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara Kualitas dan Kuantitas Tidur dengan Prestasi Belajar pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran dengan nilai *p-value*=0,001 (p<0,05). Selanjutnya penelitian

Perpustakaan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

yang dilakukan oleh Putri, A. (2012), yang menunjukkan bahwa ada hubungan antara kualitas tidur dengan kosentrasi belajar dan indeks prestasi mahasiswa program DIII Kebidanan Stikes Aisyah Yogyakarta dengan nilai *v-value*=0.042 (p<0,05).

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahawa, arah hubungan dalam penelitian ini adalah positif, yaitu semakin baik kualitas tidur mahasiswa maka prestasi akademik mereka juga semakin baik. Hal ini sejalan dengan fungsi tidur yaitu kualitas tidur yang baik dapat menjaga kesehatan mental, emosional, kosentrasi yang baik, mengurangi stress, dan menjaga kesehatan jantung. Kebutuhan tidur yang optimal akan membawa kembali aktivitas dan keseimbangan tubuh menuju level normal, dimana pada seseorang pada dewasa yang sehat denyut jantung normalnya berkisar antara 70-80 kali per menit, akan tetapi pada saat sedang tertidur denyut jantung turun 60 kali permenit atau bahkan lebih rendah. Hal ini menunjukkan bahwa dalam kondisi tidur kerja jantung lebih ringan 10-20 kali lebih sedikit setiap menitnya. Selama dalam kondisi tidur, otot skelet akan berelaksasi secara progosif sehingga akan menyimpan energi lebih banyak untuk proses seluler yang penting (Potter and Perry, 2009).

Pada tabel 4.4 mahasiswa dengan kualitas tidur buruk sebagian besar memiliki prestasi sangat memuaskan yaitu sebanyak 85 mahasiswa (41,5%). Keeratan hubungan yang rendah antara kualitas tidur dengan prestasi akademik disebabkan kualitas tidur bukan merupakan faktor satu-satunya yang mempengaruhi prestasi akademik seseorang, melainkan masih ada faktor lain yang mempengaruhi prestasi akademik, seperti faktor internal dan ekternal. Faktor internal yaitu faktor jasmaniah (kesehatan, cacat tubuh), faktor psikologis (intelegasi, perhatian, minat, bakat, motif, kematangan, dan kesiapan), gangguan tidur, dan faktor kelelahan. Sedangkan faktor eksternal yaitu faktor keluarga (cara orang tua mendidik, budaya, dan keadaan ekonomi keluarga), faktor sekolah, dan faktor

Perpustakaan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

lingkungan sosial (teman bergaul, kegiatan diluar sekolah, dan cara hidup di lingkungan (Slameto, 2013).

C. Keterbatasan Penelitian

1. Pada penelitian ini peneliti hanya melihat kualitas tidur responden berdasarkan kuesioner yang telah diberikan tanpa melakukan intervensi apapun kepada responden.
2. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan nilai indeks prestasi semester (IPS) mahasiswa saja, sehingga penelitian ini tidak mencerminkan prestasi akademik dalam setiap tahun, melainkan hanya dalam satu semester tersebut.
3. Pada saat pengambilan data banyak mahasiswa tidak mengisi pertanyaan-pertanyaan dalam kuesioner sehingga peneliti meminta responden untuk melengkapi kembali kuesioner tersebut.
4. Jumlah responden dalam penelitian ini terlalu banyak, sehingga dalam pengambilan data peneliti sedikit kesulitan.

Perpustakaan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta