

**HUBUNGAN ANTARA KUALITAS TIDUR DENGAN
PRESTASI BELAJAR SISWA DI SMPN 2 BANTUL
DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA**

SKRIPSI

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



Disusun oleh:

ARIA AHDI WINARA

2212104

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA
2016**

HALAMAN PENGESAHAN

**HUBUNGAN ANTARA KUALITAS TIDUR DENGAN PRESTASI BELAJAR SISWA
DI SMP NEGERI 2 BANTUL
DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA**

SKRIPSI

Diajukan oleh:

ARIA AHDI WINARA
2212104

**Telah Dipertahankan di Depan Dewan Penguji dan Diterima Sebagai Salah Satu Syarat
Untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Keperawatan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Jenderal
Achmad Yani Yogyakarta**

Tanggal: 22 Agustus 2016.

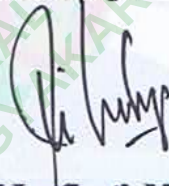
Menyetujui:

Penguji,



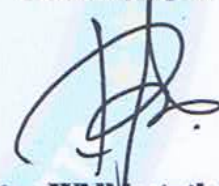
Dr. Atik Badi'ah, S.Pd, S.Kp, M.Kes
NIP 196512301988032001

Pembimbing I,



Afi Lutfiyati, M.Kep
NPP 201513185

Pembimbing II,



Ratna Widhiastuti, M.Kep
NIDN 0516028802

Mengesahkan,

**a.n Ketua Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta
Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan**



Tetra Saktika Adinagraha, M.Kep., Sp.Kep.MB
NIDN 0523108302

HALAMAN PERNYATAN

Dengan ini saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul:

HUBUNGAN ANTARA KUALITAS TIDUR DENGAN PRESTASI BELAJAR SISWA DI SMPN 2 BANTUL DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA

Dibuat untuk memenuhi persyaratan menjadi Sarjana Keperawatan pada Program Studi Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Jenderal Achmad Yani Yogyakarta. Sejauh yang saya ketahui penelitian ini bukan tiruan atau duplikasi dari skripsi yang telah dipublikasikan atau pernah digunakan untuk mendapatkan gelar sarjana di lingkungan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Jenderal Achmad Yani Yogyakarta maupun Perguruan Tinggi atau Institusi manapun, kecuali bagian sumber informasinya dicantumkan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 20 Agustus 2016



KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kehadirat Allah SWT., atas limpahan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul “Hubungan antara Kualitas Tidur dengan Prestasi Belajar Siswa di SMPN 2 Bantul Daerah Istimewa Yogyakarta”. Penyusunan Skripsi ini merupakan salah satu syarat mencapai gelar sarjana keperawatan di Stikes 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 Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
2. Tetra Saktika Adinugraha, M.Kep., Sp.Kep.MB selaku ketua prodi Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
3. Dr. Atik Badi'ah, S.Pd, S.Kp, M.Kes sebagai dosen penguji skripsi yang telah banyak memberikan masukan pada skripsi ini.
4. Afi Lutfiyanti, M.Kep selaku dosen pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, pengarahan, dan masukan kepada saya dalam penyusunan Skripsi.
5. Ratna Widhiastuti, M.Kep selaku dosen pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, pengarahan, dan masukan kepada saya dalam penyusunan Skripsi.
6. Seluruh Dosen & Karyawan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Jenderal Achmad Yani Yogyakarta yang telah memberikan ilmu pengetahuan.
7. Kepala Sekolah Beserta Bapak Ibu Guru di SMPN 2 Bantul Daerah Istimewa Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan untuk melakukan penelitian ini.
8. Siswa-siswi di SMPN 2 Bantul Daerah Istimewa Yogyakarta yang telah bersedia menjadi responden demi kesuksesan penelitian ini.
9. Ayah, Ibu, Adik, dan seluruh keluarga yang telah memberikan limpahan cinta, do'a dan semangat kepada penulis.

10. Semua Sahabatku tercinta di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Jenderal Achmad Yani Yogyakarta yang telah memberikan do'a, dorongan, dan motivasi hingga terselesaikannya penyusunan skripsi ini.

Semoga bantuan dan dukungan yang telah diberikan dapat bermanfaat dan mendapat balasan kebaikan dari Allah SWT.

Yogyakarta, 20 Agustus 2016

Penulis

(Aria Ahdi Winara)

PERPUSTAKAAN
JENDERAL ACHMAD YANI
STIKES JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR LAMPIRAN.....	x
INTISARI.....	xi
ABSTRACT.....	xii

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	5
E. Keaslian Penelitian.....	6

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Konsep Remaja	8
1. Pengertian Remaja	8
2. Perubahan Pada Remaja.....	8
3. Permasalahan Masa Remaja.....	11
B. Konsep Tidur.....	12
1. Pengertian Tidur.....	12
2. Fisiologi Tidur.....	13
3. Tahapan Tidur	13
4. Irama Sirkadian	15
5. Fungsi Tidur	16
6. Kebutuhan dan Pola Tidur Normal	16
7. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pola Tidur	18
C. Prestasi Belajar.....	20
1. Pengertian Prestasi Belajar.....	20
2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Prestasi Belajar	20
3. Faktor Internal.....	21
4. Faktor Eksternal	23
D. Kerangka Teori.....	25
E. Kerangka Konsep	26
F. Hipotesis.....	26

BAB III METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian	27
B. Lokasi dan Waktu	27
C. Populasi dan Sampel	27

D. Variabel Penelitian	30
E. Definisi Operasional.....	31
F. Alat dan Metode Pengumpulan Data	32
G. Validitas dan Reliabilitas	33
H. Metode Pengolahan dan Analisis Data	34
I. Etika Penelitian	36
J. Pelaksanaan Penelitian	37

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. hasil Penelitian	40
1. Gambaran Lokasi Penelitian	40
2. Gambaran Karakteristik Responden	42
3. Prestasi Belajar Siswa	42
4. Kualitas Tidur Siswa	43
5. Hubungan antara Kualitas Tidur dengan Prestasi Belajar Siswa	43
B. Pembahasan.....	44
1. Prestasi Belajar Siswa	44
2. Kualitas Tidur.....	45
3. Keeratan Hubungan antara Kualitas Tidur dengan Prestasi Belajar Siswa	47
C. Keterbatasan Penelitian	49

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	50
B. Saran.....	50

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian.....	6
Tabel 3.1 Definisi Operasional	31
Tabel 3.2 Pedoman Pemberian Interpretasi <i>Coefficien Contingency</i>	36
Tabel 4.1 Gambaran Karakteristik Responden	41
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Prestasi Belajar Siswa.....	42
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Kualitas Tidur	42
Tabel 4.4 Tabulasi Silang dan Hasil Uji <i>Kendall's tau-c</i> Hubungan antara Kualitas Tidur dengan Prestasi Belajar Siswa	42

PERPUSTAKAAN
STIKES JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Tahapan Tidur	15
Gambar 2.2 Kerangka Teori.....	25
Gambar 2.3 Kerangka Konsep	26
Gambar 4.1 Denah Lokasi Penelitian	41

PERPUSTAKAAN
STIKES JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Jadwal Penyusunan Skripsi
- Lampiran 2. Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 3. *Informed Consent*
- Lampiran 4. Kuesioner Kualitas Tidur
- Lampiran 5. Hasil Uji Statistik menggunakan Aplikasi SPSS
- Lampiran 6. Jadwal Bimbingan
- Lampiran 7. Surat Izin SLatudi Pendahuluan
- Lampiran 8. Surat Izin Penelitian

PERPUSTAKAAN
STIKES JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA