

**HUBUNGAN POLA TIDUR DENGAN MINAT BELAJAR SANTRI  
DI PONDOK PESANTREN NURUL AMIN SENTOLO  
KULONPROGO YOGYAKARTA**

**SKRIPSI**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan  
Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta



Disusun oleh:

**ADHE HUSNA WATI  
182201009**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN  
FAKULTAS KESEHATAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA  
2022**

**HALAMAN PENGESAHAN**

**HUBUNGAN POLA TIDUR DENGAN MINAT BELAJAR DI PONDOK  
PESANTREN NURUL AMIN SENTOLO KULON PROGO YOGYAKARTA**

Diajukan oleh:

**ADHE HUSNA WATI**

182201009

Telah Dipertahankan di Depan Dewan Penguji dan Dinyatakan Sah Sebagai Salah Satu  
Syarat Untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Keperawatan di Fakultas Kesehatan  
Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Tanggal: 23 Agustus 2022

Mengesahkan:

Mengetahui,

Penguji



Novita Nirmalasari, M. Kep

NIDN : 0501118801

Menyetujui,

Pembimbing



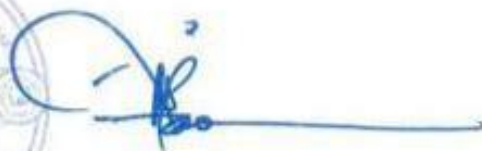
Dr. Sujono Riyadi M. Kes

NIDN : 0501087601

Menyetujui,

Ketua Program Studi Keperawatan (S-1)

Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta



Dewi Utari, S.Kep., Ns., MNS

NPP : 2010-13-0033

## PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, adalah mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta,

Nama : Adhe Husna Wati

NPM : 182201009

Program Studi : Keperawatan (S-1)

Judul Skripsi : Hubungan Pola Tidur Dengan Minat Belajar Di Pondok Pesantren Nurul Amin Sentolo Kulon Progo Yogyakarta

Menyatakan bahwa hasil penelitian dengan judul tersebut diatas adalah hasil karya saya sendiri dan bukan hasil plagiarisme. Semua referensi dan sumber terkait yang diacu dalam karya ini telah ditulis sesuai kaidah penulisan ilmiah yang berlaku. Dengan ini, saya menyatakan untuk menyerahkan hak cipta penelitian kepada Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta guna kepentingan ilmiah.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya tanpa ada paksaan dari pihak mana pun. Apabila terdapat kekeliruan atau ditemukan adanya pelanggaran akademik di kemudian hari, maka saya bersedia menerima konsekuensi yang berlaku sesuai ketentuan akademik.

Yogyakarta, 10 Agustus 2022



NPM: 182201009

## PRAKATA

*Alhamdulillah* atas segala nikmat, karunia Allah, hidayah dan rahmat-Nya, hingga akhirnya peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan lancar. Salawat dan salam selalu tercurah kepada *uswah hasanah*, Rasulullah SAW., keluarga, sahabat, tabi'in, tabi'at, dan umatnya yang senantiasa setia dan istiqomah dengan syariat dan dakwah Islam.

Teriring doa dan rasa terima kasih kepada semua pihak, khususnya dalam menyelesaikan skripsi ini. Peneliti mengucapkan terima kasih kepada :

1. Ida Nursanti, S.Kep.,Ns.,MPH, selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta yang telah memberikan ijin kepada penulis untuk usulan penelitian ini.
2. Dewi Utari, MNS, selaku Ketua Program Studi S1 Keperawatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta yang telah memberikan arahan, ijin, dan kemudahan dalam usulan penelitian ini.
3. Dr. Sujono Riyadi, S. Kep.,Ns.,M. Kes, selaku Dosen pembimbing yang telah tulus dan ikhlas dalam memberikan bimbingan, arahan serta motivasi dalam proses bimbingan sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi ini.
4. Novita Nirmalasari, M. Kep, selaku penguji Dosen Penguji atas bimbingan, saran, dan diskusinya.
5. Bapak Surono dan Ibu Ismiyati selaku kedua orang tua tercinta yang selalu mendoakan penulis, memberi semangat baik dalam bentuk moral dan material kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini
6. Teman-teman yang memberikan bantuan dan dukungan selama mengerjakan skripsi ini.
7. Semua pihak yang terlibat dalam penyelesaian skripsi ini yang tidak bisa disebutkan satu persatu. Penulis mengucapkan terima kasih dan memberikan penghargaan yang sebesar-besarnya.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini jauh dari kata sempurna. Semata-mata karna keterbatasan yang ada pada penulis baik pengalaman, pengetahuan, dan waktu yang tersedia. Oleh, karena itu penulis berharap agar skripsi ini dapat bermanfaat terutama dalam perkembangan ilmu keperawatan dimasa mendatang. Akhir kata penulis ucapkan terimakasih.

Yogyakarta, 15 Juli 2022



Adhe Husna Wati

## DAFTAR ISI

|  |     |
|--|-----|
| HUBUNGAN POLA TIDUR DENGAN MINAT BELAJAR SANTRI .....          | i   |
| HALAMAN PENGESAHAN .....                                       | ii  |
| PERNYATAAN.....  | iii |
| PRAKATA.....   | iv  |
| DAFTAR ISI.....  | v   |
| DAFTAR BAGAN.....  | xi  |
| DAFTAR TABEL.....  | ix  |
| DAFTAR LAMPIRAN.....   | x   |
| Intisari.....  | xiv |
| ABSTRACT.....  | xv  |
| BAB I PENDAHULUAN.....   | 1   |
| A. Latar Belakang Masalah.....                                 | 1   |
| B. Rumusan Masalah .....                                       | 5   |
| C. Tujuan Penelitian.....                                      | 5   |
| D. Manfaat Penelitian.....                                     | 6   |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....                                   | 7   |
| A. Pengertian Pola Tidur.....                                  | 7   |
| 1. Pengertian istirahat .....                                  | 7   |
| 2. Fisiologis tidur.....                                       | 8   |
| 3. Jenis-jenis tidur.....                                      | 9   |
| 4. Fungsi tidur.....   | 10  |
| 5. Waktu dan pola tidur berdasarkan tingkat perkembangan ..... | 10  |
| 6. Faktor pola tidur .....                                     | 11  |
| 7. Gangguan-gangguan tidur .....                               | 12  |
| 8. Skala ukur pola tidur.....                                  | 13  |
| B. Pengertian minat belajar.....                               | 14  |
| 1. Definisi minat .....  | 14  |
| 2. Definisi belajar .....                                      | 15  |

|   |           |
|---|-----------|
| 3. Definisi minat belajar .....                 | 15        |
| 4. Faktor yang mempengaruhi minat belajar ..... | 16        |
| 5. Indikator Minat Belajar .....                | 16        |
| C. Pengertian pondok pesantren.....             | 17        |
| 1. Pengertian pondok pesantren.....             | 17        |
| 2. Santri.....                                  | 17        |
| 3. Tipe pondok pesantren.....                   | 18        |
| 4. Fungsi pondok pesantren .....                | 19        |
| 5. Peran pondok pesantren.....                  | 20        |
| D. Kerangka Teori.....                          | 21        |
| E. Kerangka Konsep Penelitian .....             | 22        |
| F. Hipotesis.....                               | 22        |
| <b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>           | <b>23</b> |
| A. Desain Penelitian.....                       | 23        |
| B. Lokasi dan Waktu.....                        | 23        |
| C. Populasi dan Sampel .....                    | 23        |
| 1. Populasi .....                               | 23        |
| 2. Sampel .....                                 | 24        |
| D. Variabel .....                               | 26        |
| 1. Variabel bebas ( <i>Independent</i> ).....   | 26        |
| 2. Variabel terkait ( <i>Dependent</i> ) .....  | 26        |
| E. Definisi Operasional.....                    | 26        |
| F. Alat dan Metode Pengumpulan Data.....        | 27        |
| 1. Alat pengumpulan data.....                   | 27        |
| 2. Metode pengumpulan data.....                 | 31        |
| G. Validitas dan Reliabilitas .....             | 32        |
| 1. Uji Validitas.....                           | 32        |
| 2. Uji Reliabilitas.....                        | 33        |
| H. Metode dan Pengolahan Analisis Data.....     | 33        |
| 1. Pengolahan Data .....                        | 33        |
| 2. Analisa Data .....                           | 34        |

|   |    |
|---|----|
| I. Etika Penelitian .....               | 36 |
| J. Rencana Pelaksanaan Penelitian ..... | 37 |
| BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....        | 39 |
| A.Hasil.....                            | 39 |
| B.Pembahasa.....                        | 43 |
| BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....        | 48 |
| A. Kesimpulan.....                      | 48 |
| B. Saran .....                          | 48 |
| DAFTAR PUSTAKA.....                     | 50 |
| LAMPIRAN.....                           | 53 |

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA  
PERPUSTAKAAN

## DAFTAR BAGAN

|                                |    |
|--------------------------------|----|
| Bagan 2.1 Kerangka teori.....  | 21 |
| Bagan 2.2 Kerangka konsep..... | 22 |

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA  
PERPUSTAKAAN



## DAFTAR TABEL

|  |    |
|--|----|
| Tabel 3.1 Definisi operasional .....   | 27 |
| Tabel 3.2 Kisi-kisi instrumen pola tidur .....   | 29 |
| Tabel 3.3 Kisi-kisi instrumen minat belajar .....  | 31 |
| Tabel 3.4 Skala respon instrumen minat belajar .....                                     | 31 |
| Tabel 4.1 Distribusi frekuensi berdasarkan usia, tingkat pendidikan dan jenis kelamin... | 41 |
| Tabel 4.2 Distribusi frekuensi berdasarkan pola tidur santri.....                        | 41 |
| Tabel 4.3 Distribusi frekuensi berdasarkan minat belajar santri.....                     | 42 |
| Tabel 4.4 Hubungan pola tidur dengan minat belajar.....                                  | 42 |

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA  
PERPUSTAKAAN

## DAFTAR LAMPIRAN

|   |    |
|---|----|
| Lampiran 1. hasil cek plagiasi.....                           | 55 |
| Lampiran 2 Surat izin studi pendahuluan Dinas.....            | 58 |
| Lampiran 3. Surat izin studi pendahuluan Pondok.....          | 59 |
| Lampiran 4. Surat izin uji validitas Dinas.....               | 60 |
| Lampiran 5. Surat izin uji validitas Pondok Pesantren .....   | 61 |
| Lampiran 6. Surat izin uji reliabilitas Dinas Kesehatan.....  | 62 |
| Lampiran 7. Surat izin uji reliabilitas Pondok Pesantren..... | 63 |
| Lampiran 8. <i>Ethical Clereans</i> .....                     | 64 |
| Lampiran 9. Lembar permohonan menjadi responden .....         | 65 |
| Lampiran 10. Lembar persetujuan menjadi responden.....        | 66 |
| Lampiran 11. Kuesioner pola tidur .....                       | 67 |
| Lampiran 12. Kuesioner minat belajar.....                     | 69 |
| Lampiran 13. Hasil uji validitas minat belajar.....           | 71 |
| Lampiran 14. Hasil uji reliabilitas minat belajar.....        | 72 |
| Lampiran 15. Hasil Analisa data.....                          | 73 |
| Lampiran 16. Lembar bimbingan skripsi.....                    | 77 |