



STIKES BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA

SKRIPSI

STUDI DESKRIPTIF KUALITAS TIDUR MAHASISWA PROGRAM

STUDI SARJANA KEPERAWATAN TINGKAT II DAN III

SELAMA *E-LEARNING* DI STIKES BETHESDA

YAKKUM YOGYAKARTA

TAHUN 2021

MILDRED JEAN AMAHORSEJA

1502035

PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN SEKOLAH TINGGI

ILMU KESEHATAN BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA

TAHUN 2021

**STUDI DESKRIPTIF KUALITAS TIDUR MAHASISWA PROGRAM
STUDI SARJANA KEPERAWATAN TINGKAT II DAN III
SELAMA *E-LEARNING* DI STIKES BETHESDA
YAKKUM YOGYAKARTA
TAHUN 2021**

SKRIPSI

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Keperawatan**

MILDRED JEAN AMAHORSEJA

1502035

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BETHESDA YAKKUM
YOGYAKARTA TAHUN 2021**

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul “Studi Deskriptif Kualitas Tidur Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan Tingkat II dan III selama *E-Learning* di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta tahun 2021” yang saya kerjakan untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Keperawatan Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta, bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari skripsi kesarjanaan di lingkungan isntitusi maupun di perguruan Tinggi atau instansi manapun, kecuali bagian yang sumber informasinya dicantumkan sebagaimana mestinya.

Jika dikemudian hari didapati bahwa hasil skripsi ini adalah hasil tiruan dari skripsi lain, saya bersedia dikenai sanksi yaitu pencabutan gelar kesarjanaan saya.

Yogyakarta, 25 April 2021



Mildred Jean Amahorseja

(1502035)

PERNYATAAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

STUDI DESKRIPTIF KUALITAS TIDUR MAHASISWA PROGRAM

STUDI SARJANA KEPERAWATAN TINGKAT II DAN III

SELAMA *E-LEARNING* DI STIKES BETHESDA

YAKKUM YOGYAKARTA

TAHUN 2021

Yogyakarta, 29 Juli 2021

Pembimbing:



Ignasia Yunita Sari, S.Kep., Ns. M.Kep.



**Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji Sidang
pada bulan Agustus 2021**

Ketua Penguji : Ethic Palupi, S.Kep., Ns., MNS

Penguji I : Nimsi Melati, S.Kep., Ns., MAN

Penguji II : Ignasia Yunita Sari, S.Kep., Ns. M.Kep.

Mengesahkan,

**Ketua STIKES Bethesda
Yakkum Yogyakarta**



(Vivi Retno Intening, S.Kep., Ns., MAN)

Mengetahui

**Ketua Program Studi
Sarjana Keperawatan**

(Ethic Palupi, S.Kep., Ns., MNS)

MOTTO

**KERJAKANLAH APA YANG MENURUTMU BAIK, BUKAN DIMATA
ORANG NAMUN YANG TERPENTING KOREKSI SETIAP
KESALAHANMU**

**WAKTU ITU PENTING JANGAN SIA-SIAKAN KARENA TIDAK AKAN
KEMBALI TETAPI ADA YANG SESUATU YANG DIKEJAR,
TETAPLAH KONSISTEN DENGAN WAKTU DAN
YAKINLAH ADA KEBERHASILAN YANG AKAN DICAPAI**

By: Ibu Nimsi Melati, S.Kep., Ns., MAN

&

Karena itu, saudara-saudaraku yang kekasih, berdirilah teguh, jangan
goyah, dan giatlah selalu dalam pekerjaan Tuhan!

Sebab kamu tahu, bahwa dalam persekutuan dengan Tuhan jerih
payahmu tidak sia-sia.

(1 Korintus 15 : 58)

Persembahan

Lembar Persembahan ini saya persembahkan:

1. Kepada Tuhan Yesus Kristus, saya yakini bahwa selalu memberikan jalan terbaik, lawatan bagi jiwa yang lemah ini untuk tetap kuat dalam menghadapi kencangnya badai kehidupan.
2. Kepada orang tua saya Papa Erwino M Amahorseja dan Mama Joyce Malaihollo yang telah mendidik saya dari kecil, selalu memberikan penguatan dan penopang bagi saya, tidak hanya dalam finansial tetapi juga menjadi tempat untuk menyuarakan rumitnya masalah kehidupan dan terimakasih selalu menghadirkan hal baru dalam kehidupan saya.
Untuk kedua adik saya, Juan dan Clay yang selalu menghadirkan semangat dan dukungan tak terhingga untuk saya.
3. Terimakasih juga untuk Opa Nootje H Amahorseja, Oma Esther Nirahua dan keluarga besar yang ada di Ambon, Jakarta, Malang, Yogyakarta yang selalu memberikan dukungan motivasi dan doa kepada saya.
4. Kepada Ibu Ignasia Yunita Sari, S.kep.,Ns.,M.Kep yang selalu membimbing, sabar, memberikan semangat, perhatian dan dukungan selama proses perkuliahan hingga penyusunan skripsi.
5. Kepada kakak laviana, kakak Inka Rizky Soladella, kakak Yana Olivia, adik Nirta, adik Rosmawati Hio, terimakasih karena telah membantu saya dari awal pengerjaan proposal, hingga proses penyusunan skripsi.
6. Kepada Putri Korlianda Indri Manna dan keluarga besar GBI The Seed yang telah membantu mendoakan, memberi semangat, dan menjadi tempat curahan hati saya baik suka dan duka dalam kehidupan yang saja jalani.
7. Kepada teman teman seperjuangan lainnya (Ermitha Handayani, Yeni Iyanleba, Clarita Holo, Devita, Kartika C Sitohang, Mondang Marbun) yang turut mewarnai kehidupan saya di Yogyakarta.

**STUDI DESKRIPTIF KUALITAS TIDUR MAHASISWA PROGRAM
STUDI SARJANA KEPERAWATAN TINGKAT II DAN III SELAMA E-
LEARNING DI STIKES BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA TAHUN
2021**

Mildred Jean Amahorseja¹, Ignasia Yunita Sari², Ethic Palupi³, Nimsi Melati⁴

ABSTRAK

MILDRED JEAN AMAHORSEJA. “Studi Deskriptif Kualitas Tidur Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan Tingkat II dan III selama *E-Learning* di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta tahun 2021”

Latar belakang: Penyebaran virus corona yang menjadi pandemik mengharuskan untuk mengerjakan segalanya dari rumah. Hal ini sudah berlangsung lama akibatnya mahasiswa mulai jenuh dan mengeluh karena banyaknya tugas. Mahasiswa kurang fokus dan merasa bosan karena berjam-jam duduk didepan komputer atau handphone untuk melakukan pembelajaran. Hal ini juga mempengaruhi pola istirahat atau tidur mahasiswa.

Tujuan: Mengetahui gambaran kualitas tidur mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan tingkat II dan III selama *e-learning* di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta tahun 2021.

Metode Penelitian: Desain pada penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Populasi adalah mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan tingkat II dan III di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta sebanyak 260 mahasiswa. Sampel menggunakan 35% dari total populasi, sehingga jumlah sampel 93 mahasiswa.

Hasil: mayoritas gambaran kualitas tidur pada mahasiswa tingkat II dan III prodi Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta yaitu buruk sejumlah 88 orang (94,6%) dan yang paling sedikit berjumlah 5 orang (5,3%).

Kesimpulan: Kualitas Tidur Mahasiswa di Program Studi Sarjana Keperawatan Tingkat II dan III terbanyak adalah kategori buruk selama *E-Learning* di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta tahun 2021.

Saran: Bagi peneliti lain diharapkan bisa menjadi bahan untuk mengembangkan penelitian yang lebih mendalam tentang manajemen waktu dalam memenuhi kebutuhan istirahat dan tidur pada mahasiswa.

Kata kunci: kualitas tidur-mahasiswa-*e-learning*

xvi + 104 + 6 tabel + 2 skema + 11 lampiran

Kepustakaan: 46, 2011-2020

**DESCRIPTIVE STUDY ON SLEEP QUALITY OF THE SECOND AND
THE SECOND AND THIRD YEAR UNDERGRADUATE NURSING
STUDY PROGRAM STUDENTS DURING E-LEARNING
AT STIKES BETHESDA YAKKUM
YOGYAKARTA IN 2021**

Mildred Jean Amahorseja¹, Ignasia Yunita Sari², Ethic Palupi³, Nimsi Melati⁴

ABSTRACT

MILDRED JEAN AMAHORSEJA “Descriptive Study on Sleep Quality of The Second and Third Year Undergraduate Nursing Study Program Students during E-Learning at STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta in 2021”.

Background: The spread of corona virus which has become a pandemic requires people to do everything from home. This has been going for a long time, resulting in students getting bored and complaining because of many assignments. Students are less focused and feel bored for sitting in front of a computer or mobile phone for hours to learn. This also affects students' rest or sleep patterns.

Objective: This study aims to know the description of sleep quality of the second and third year Undergraduate Nursing Study Program students during e-learning at STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta in 2021.

Method: This was descriptive research. The population was 260 students of the second and third year Undergraduate Nursing Study Program at STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta. The sample was 35% of total population, so total sample was 93 students.

Result: The majority of sleep quality descriptions of the second and third year of Bachelor of Nursing study program at STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta was bad, 88 people (94.6%) and the minority was 5 people (5.3%).

Conclusion: The sleep quality of the second and third year Undergraduate Nursing Study Program students during E-Learning at STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta is mostly in bad category.

Suggestion: Further researchers are suggested to develop in-depth research on time management in meeting the students' rest and sleep needs.

Keywords: sleep quality-student-e-learning
xvi + 104 + 6 tables + 2 schemas + 11 appendices

Bibliography: 46, 2011-2020

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas berkat, kesehatan, dan rahmat-Nya sehingga dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Studi Deskriptif Kualitas Tidur Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan Tingkat II dan III selama *E-Learning* di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta tahun 2021”. Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta. Selama penyusunan skripsi ini peneliti mendapat bantuan dan dukungan dari berbagai pihak, untuk itu peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Vivi Retno Intening, S.Kep., Ns., MAN, selaku Ketua STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta, dan pendukung tersusunnya skripsi.
2. Ibu Nurlia Ikaningtyas, S.Kep.,Ns., M.Kep., Sp.Kep.MB, selaku Wakil Ketua I Bidang Akademik STIKES Bethesda Yakkum.
3. Ibu Ethic Palupi, S.Kep., Ns., MNS, selaku Kaprodi Sarjana Keperawatan yang mendukung terlaksananya penyusunan skripsi dan yang telah mengizinkan studi awal dan penelitian.
4. Ibu Nimsi Melati, S.Kep.,Ns.,MAN, selaku penguji yang mendukung untuk terlaksananya penyusunan skripsi.
5. Ibu Ignasia Yunita Sari, S.Kep., Ns. M.Kep., selaku pembimbing skripsi yang telah mendampingi dan memberi masukan selama proses pengerjaan skripsi dan sebagai koordinator skripsi yang menyetujui terlaksananya sidang skripsi.
6. Bapak dan Ibu dosen STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta yang telah memberikan bekal yang berarti bagi peneliti

7. Seluruh Karyawan dan Karyawati STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta yang telah memfasilitasi peneliti dalam proses penyusunan skripsi.
8. Teman-teman prodi Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta yang tidak dapat ditulis satu persatu yang telah mendukung semua proses penyusunan skripsi.
9. Adik-adik mahasiswa tingkat II dan III yang telah bersedia menjadi responden dalam berlangsungnya penelitian.
10. Orangtua dan keluarga yang telah memberikan semangat dan dukungan doa dari awal perkuliahan sampai tahap akhir,

Dalam penyusunan skripsi penelitian ini, peneliti menyadari bahwa masih belum sempurna. Oleh karena itu, peneliti mengharapkan saran dan kritik yang membangun demi perbaikan selanjutnya. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi semua pihak yang membaca. Tuhan memberkati.

Yogyakarta, Juli 2021



Peneliti

DAFTAR ISI

	Hal
HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
MOTTO	vi
PERSEMBAHAN	vii
ABSTRAK	viii
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR SKEMA	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
BAB I : PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	7
E. Keaslian Penelitian	9
BAB II : TINJAUAN PUSTAKA	13
A. Landasan Teori	13

1. Virus Corona (COVID-19)	13
a. Definisi Corona (Covid-19)	13
b. Etiologi Corona (Covid-19)	13
c. Epidemiologi Corona (Covid-19)	13
d. Faktor Resiko Corona (Covid-19).....	14
e. Manifestasi Klinis Corona (Covid-19).....	16
f. Pathofisiologi Corona (Covid-19).....	18
g. Pemeriksaan Diagnostik Corona (Covid-19)	20
h. Penatalaksanaan Corona (Covid-19).....	24
i. Pencegahan Corona (Covid-19).....	25
j. Komplikasi Corona (Covid-19).....	29
k. Prognosis Corona (Covid-19)	31
2. Kualitas Tidur.....	31
a. Pengertian Tidur.....	31
b. Fisiologi Tidur.....	32
c. Tahap Tidur	33
d. Fungsi Tidur	35
e. Kebutuhan Tidur pada Usia Dewasa.....	36
f. Faktor yang Mempengaruhi Tidur	37
g. Dampak Kurang Tidur	40
h. Komponen Kualitas Tidur.....	42
i. Pengukuran Kualitas Tidur	44
3. <i>E-Learning</i>	46

a.	Pengertian <i>E-Learning</i>	46
b.	Karakteristik E-Learning.....	47
c.	Kelebihan dan Kekurangan <i>E-Learning</i>	47
d.	Keuntungan <i>E-Learning</i>	49
e.	Implementasi <i>E-Learning</i>	50
f.	Model <i>E-Learning</i>	53
g.	Model Pengembangan <i>E-Learning</i>	56
h.	Tahap Pengembangan <i>E-Learning</i>	61
4.	Pendidikan Keperawatan	63
a.	Pengertian Pendidikan Keperawatan.....	63
b.	Sistem Pendidikan Keperawatan.....	64
c.	Kriteria Profesi	66
d.	Tujuan Pendidikan Keperawatan	67
e.	Jenis Program dan Beban Studi.....	67
B.	Kerangka Teori.....	72
C.	Kerangka Konsep	73
D.	Pertanyaan penelitian	74
E.	Variabel Penelitian	74
1.	Definisi Konseptual.....	74
2.	Definisi Operasional.....	75
BAB III :	METODE PENELITIAN	76
A.	Desain Penelitian.....	76
B.	Lokasi Penelitian.....	76

C. Populasi dan Sampel	77
D. Instrumen Penelitian.....	78
E. Uji Validitas dan Reliabilitas	80
F. Etika Penelitian	81
G. Pengumpulan Data	83
H. Analisis Data	85
BAB IV : HASIL DAN PEMBAHASAN	88
A. Hasil Penelitian	88
B. Pembahasan.....	91
C. Keterbatasan Penelitian.....	95
BAB V : PENUTUP	96
A. Kesimpulan	96
B. Saran.....	97
DAFTAR PUSTAKA	99

DAFTAR TABEL

	Hal
Tabel 1 Keaslian Penelitian.....	9
Tabel 2 Kisi-kisi Umum.....	79
Tabel 3 Kisi-Kisi Khusus	80
Tabel 4 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden	88
Tabel 5 Distribusi Frekuensi Kualitas Tidur.....	89
Tabel 6 Cross Tabulasi Kualitas Tidur.....	90

STIKES BETHESDA YAKKUM

DAFTAR SKEMA

	Hal
Skema 1 Kerangka Teori.....	72
Skema 2 Kerangka Konsep	73

STIKES BETHESDA YAKKUM

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Surat Ijin Studi Awal
Lampiran 2	Surat Permohonan <i>Ethical Clearance</i>
Lampiran 3	Surat Keterangan Layak Etik
Lampiran 4	Surat Persetujuan Penelitian
Lampiran 5	Data Mahasiswa Aktif Semester Genap
Lampiran 6	Surat Permohonan Menjadi Responden
Lampiran 7	Surat Persetujuan Menjadi Responden
Lampiran 8	Surat Persetujuan Menjadi Asisten
Lampiran 9	Kuesioner Penelitian
Lampiran 10	Tabel Umum dan Khusus
Lampiran 11	Bukti Telah Lolos Cek <i>Similarity</i>
Lampiran 12	Lembaran Konsultasi

STIKES BETHESDA YAKKUM

STIKES BETHESDA YAKKUM