



STIKES BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA

SKRIPSI

**HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN TINGKAT
EMOSIONAL ANAK KELAS IV DAN V DI SEKOLAH DASAR**

BOPKRI GONDOLAYU YOGYAKARTA TAHUN 2026

MEILDA RIANI

2403012

PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BETHESDA YAKKUM

YOGYAKARTA TAHUN 2026

**HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN TINGKAT
EMOSIONAL ANAK KELAS IV DAN V DI SEKOLAH DASAR
BOPKRI GONDOLAYU YOGYAKARTA TAHUN 2026**

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana

Keperawatan

MEILDA RIANTI

2403012

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BETHESDA YAKKUM
YOGYAKARTA TAHUN 2026**

PERNYATAAN KEASLIAN

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul: “Hubungan Kualitas Tidur dengan Tingkat Emosional Anak Kelas IV dan V di SD Bopkri Gondolayu Yogyakarta Tahun 2026” yang saya kerjakan untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Keperawatan Program Studi Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta, bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari skripsi kesarjanaan di lingkungan institusi 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, 23 Februari 2026



Meilda Rianti

2403012

LEMBAR PERSETUJUAN

SKRIPSI

**HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN TINGKAT EMOSIONAL
ANAK KELAS IV DAN V DI SEKOLAH DASAR BOPKRI
GONDOLAYU YOGYAKARTA
TAHUN 2026**

Skripsi ini telah diperiksa oleh pembimbing dan disetujui

Yogyakarta, 23 Februari 2026

Pembimbing



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

LEMBAR PENGESAHAN



Skripsi ini telah dipertahankan dihadapan Tim Penguji
Sidang Pada 27 Februari 2026

Ketua penguji

: Indah Prawesti, S.Kep., Ns., M.Kep

(.....)

Penguji I

: Santahana Febrianti, S.Kep., Ns., MSN

(.....)

Penguji II

: Elic Palupi, S.Kep., Ns., MNS

(.....)

Mengesahkan ,

Ketua STIKES Bethesda Yakkum

Yogyakarta



(Nurlia Ikaningtyas, S.Kep., Ns.,
M.Kep., Sp.Kep.MB., Ph.D.NS)

Mengetahui,

Ketua Program Studi Sarjana

Keperawatan

(.....)

(Indah Prawesti, S.Kep., Ns., M.Kep)

MOTTO

Yeremia 29:11

Sebab Aku ini mengetahui rancangan-rancangan apa yang ada pada-Ku mengenai kamu, demikianlah firman TUHAN, yaitu rancangan damai sejahtera dan bukan rancangan kecelakaan, untuk memberikan kepadamu hari depan yang penuh harapan.

STIKES BETHESDA YAKKUM

HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada:

1. Kepada orang tua dan keluarga yang selalu memberi dukungan di setiap proses yang saya jalani selama ini.
2. Kepada dosen pembimbing dan dosen penguji yang telah sabar dalam memberikan bimbingan dan masukan yang membangun bagi saya didalam proses pengerjaan Skripsi ini.
3. Teman-teman yang telah mendukung dan memberi bantuan dalam proses pengerjaan penelitian ini

ABSTRAK

MEILDA RIANTI: Hubungan Kualitas Tidur dengan Tingkat Emosional Anak Kelas IV dan V di Sekolah Dasar Bopkri Gondolayu Yogyakarta Tahun 2026.

Latar Belakang: Kualitas tidur buruk pada anak usia sekolah berdampak negatif terhadap perkembangan emosional, seperti kesulitan mengelola emosi dan mudah marah. Studi pendahuluan di SD Bopkri Gondolayu Yogyakarta menunjukkan 8 dari 10 siswa mengalami masalah tidur dan 7 dari 10 siswa menunjukkan kesulitan emosional.

Tujuan: Mengetahui hubungan kualitas tidur dengan tingkat emosional anak kelas IV dan V di SD Bopkri Gondolayu Yogyakarta tahun 2026.

Metode: Desain kuantitatif korelasional dengan pendekatan *cross-sectional*. Sampel seluruh siswa kelas IV dan V berjumlah 88 orang melalui teknik total sampling. Pengumpulan data menggunakan kuesioner *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI) dan *Emotion Regulation Questionnaire* (ERQ) termodifikasi. Analisis data menggunakan uji korelasi *Spearman Rank*.

Hasil: Responden berusia 9-11 tahun, mayoritas perempuan (51,1%). Sebagian besar memiliki kualitas tidur baik (71,6%) dan tingkat emosional baik (86,4%). Analisis bivariat menunjukkan nilai $p=0,013$ ($p<0,05$) dengan koefisien korelasi 0,264, artinya terdapat hubungan signifikan dengan keeratan rendah.

Kesimpulan: Ada hubungan signifikan dengan keeratan rendah antara kualitas tidur dan tingkat emosional. Kualitas tidur baik cenderung berhubungan dengan tingkat emosional lebih stabil.

Saran: Siswa, orang tua, dan sekolah perlu meningkatkan kesadaran akan pentingnya tidur berkualitas. Peneliti selanjutnya disarankan meneliti faktor lain seperti pola asuh dan lingkungan sosial yang mempengaruhi emosional anak.

Kata Kunci: Kualitas tidur – Tingkat emosional – Anak usia sekolah – Sekolah dasar

xiv + 78 hal + 10 tabel + 2 skema + 18 lampiran

Kepustakaan: 34, 1989–2025

ABSTRACT

MEILDA RIANTI: *The Relationship Between Sleep Quality and Emotional Level Among Fourth and Fifth Grade Students at Bopkri Gondolayu Elementary School, Yogyakarta, 2026*

Background: Poor sleep quality in school-aged children negatively impacts emotional development, causing difficulty managing emotions and irritability. A preliminary study at SD Bopkri Gondolayu Yogyakarta showed 8 out of 10 students experienced sleep problems and 7 out of 10 demonstrated emotional difficulties.

Objective: This study aimed to determine the relationship between sleep quality and emotional level among fourth and fifth grade students.

Methods: This research employed a quantitative correlational design with a cross-sectional approach. The sample consisted of all fourth and fifth grade students totaling 88 respondents, selected using total sampling technique. Data were collected using the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) and a modified Emotion Regulation Questionnaire (ERQ). Data analysis used the Spearman Rank correlation test.

Results: Respondents were aged 9–11 years, with the majority being female (51.1%). Most respondents had good sleep quality (71.6%) and good emotional levels (86.4%). Bivariate analysis revealed a p-value of 0.013 ($p < 0.05$) with a correlation coefficient of 0.264, indicating a significant relationship with low correlation strength.

Conclusion: There is a significant relationship with low correlation strength between sleep quality and emotional level. Good sleep quality tends to be associated with more stable emotional levels.

Suggestion: Students, parents, and schools need to increase awareness of quality sleep. Future researchers should examine other factors influencing children's emotional levels such as parenting patterns and social environment.

Keywords: Sleep quality – Emotional level – School-aged children – Elementary school

xiv + 78 pages + 10 tables + 2 diagrams + 18 appendices

References: 34 (1989–2025)

PRAKATA

Puji dan syukur Peneliti panjatkan kepada Tuhan Yesus Kristus atas segala kasih dan berkat-Nya. Segala hormat kemuliaan yang tak terhingga ditujukan kehadiran Bapa Surgawi yang telah memberikan berkat, anugerah dan penguatan yang luar biasa selama menjalani proses pembuatan skripsi ini, sehingga Peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan Kualitas Tidur dengan Tingkat Emosional Anak di Kelas IV dan V SD Bopkri Gondelayu Yogyakarta Tahun 2026”.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat untuk melakukan penelitian.

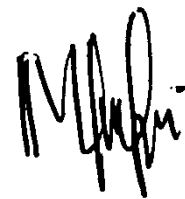
Selama proses penyusunan skripsi ini, Peneliti banyak mendapatkan bantuan dan dukungan dari berbagai pihak, untuk itu Peneliti mengucapkan terimakasih kepada yang terhormat:

1. Ibu Nurlia Ikaningtyas, S. Kep., Ns., M. Kep., Sp. Kep. MB., Ph.D.NS. selaku ketua STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta
2. Ibu Ethic Palupi, S. Kep., Ns., MNS selaku Wakil Ketua 1 Bidang Akademik STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta sekaligus dosen pembimbing saya.
3. Ibu Indah Prawesti, S. Kep., Ns., M. Kep. Selaku Ketua Prodi Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta dan sebagai ketua penguji.
4. Ibu Ignasia Yunita Sari, S. Kep., Ns., M. Kep, selaku Koordinator Skripsi Akademik STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.
5. Penguji I ibu Santahana Febrianti, S. Kep., Ns., MSN

6. Bapak dan Ibu dosen STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta yang telah memberikan bekal ilmu yang sangat berarti bagi Peneliti.
7. Seluruh Staf Perpustakaan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta yang telah membantu dalam penyediaan buku-buku dalam penyusunan skripsi.
8. Bapak FX.Suhari Irawan., SE Selaku kepala sekolah SD Bopkri Gondolayu Yogyakarta.
9. Seluruh staf guru yang mengajar di SD Bopkri Gondolayu Yogyakarta.

Peneliti menyadari dalam penyusunan ini masih banyak kekurangan. Untuk itu, Peneliti meminta saran dan kritikan yang membangun demi perbaikan selanjutnya. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi semua pihak yang membaca. Tuhan memberkati.

Yogyakarta, 23 Februari 2026



Meilda Rianti
2403012

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN KEASLIAN.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
MOTTO.....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
PRAKATA	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR SKEMA	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Manfaat Penelitian	7
E. Keaslian Penelitian.....	9
BAB II KAJIAN TEORI.....	16
A. Landasan Teori	16
B. Kerangka Teori	37
C. Kerangka Konsep	39
D. Hipotesis Penelitian	40
E. Variabel Penelitian	40
1. Definisi Konseptual.....	40
2. Definisi Operasional.....	42
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	45

A. Desain Penelitian.....	45
B. Waktu dan Tempat Penelitian	45
C. Populasi dan sampel.....	45
D. Instrumen/Alat Pengumpulan Data	47
E. Etika Penelitian	53
F. Prosedur Pengumpulan Data	55
G. Analisa data	58
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	64
A. Hasil	64
B. Pembahasan	67
C. Keterbatasan penelitian	73
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	75
DAFTAR PUSTAKA	78
Lampiran	81

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Keaslian Penelitian	8
Tabel 2 Definisi Operasional.....	43
Tabel 3 Kisi-kisi Kuesioner Kualitas Tidur.....	48
Tabel 4 Kisi-kisi Kuesioner Tingkat Emosional	50
Tabel 5 Uji Validitas	52
Tabel 6 Tabel Pedoman Interpretasi Koefisien Korelasi	63
Tabel 7 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	64
Tabel 8 Karakteristik Responden Berdasarkan Kualitas Tidur	65
Tabel 9 Karakteristik Responden Berdasarkan tingkat emosional.....	65
Tabel 10 Analisis Bivariat	66

DAFTAR SKEMA

Skema 1. Kerangka Teori	38
Skema 2. Kerangka Konsep	39

STIKES BETHESDA YAKKUM

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Pengajuan Topik Skripsi
Lampiran 2	Permohonan Studi Awal
Lampiran 3	Pergantian Judul
Lampiran 4	Surat Permohonan Uji Validitas
Lampiran 5	Surat Permohonan EC
Lampiran 6	Hasil Uji EC
Lampiran 7	Izin Penelitian
Lampiran 8	Permohonan Menjadi Responden
Lampiran 9	Pernyataan Menjadi Responden
Lampiran 10	Kuesioner Kualitas Tidur
Lampiran 11	Kuesioner Tingkat Emosional
Lampiran 12	Dokumentasi
Lampiran 13	Hasil Uji Validitas dan Reabilitas
Lampiran 14	Hasil Penelitian
Lampiran 15	Hasil Penelitian Tabel Khusus
Lampiran 16	Lembar Konsultasi Proposal
Lampiran 17	Lembar Konsultasi Skripsi
Lampiran 18	Hasil Turnitin