



STIKES BETHESDA YAKKUM YOGYAKARTA

SKRIPSI

GAMBARAN KUALITAS TIDURMAHASISWA PENDIDIKAN PROFESI

NERS ANGKATAN IX DI STIKES BETHESDA YAKKUM

YOGYAKARTA TAHUN 2019

OLVIANI SILAKA

1202112

PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN

STIKES BETHESDA YAKKUM

YOGYAKARTA

TAHUN 2020

**GAMBARAN KUALITAS TIDUR MAHASISWA PENDIDIKAN
PROFESI NERS ANGKATAN IX DI STIKES BETHESDA YAKKUM
YOGYAKARTA TAHUN 2019**

SKRIPSI

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

OLVIANI SILAKA

1202112

PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN

STIKES BETHESDA YAKKUM

YOGYAKARTA

TAHUN 2020

PERNYATAAN KEASLIAN

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul “Gambaran Kualitas Tidur Mahasiswa Pendidikan Profesi Ners Angkatan IX di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta Tahun 2019” yang saya kerjakan untuk melengkapi sebagai persyaratan menjadi Sarjana Keperawatan Program Studi Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta, bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari skripsi penelitian di lingkungan instansi maupun di Perguruan Tinggi atau Instansi manapun, kecuali bagian yang sumber informasinya dicantumkan sebagaimana mestinya.

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

Yogyakarta, Februari 2020



Olviani Silaka

1202112

LEMBAR PERSETUJUAN

SKRIPSI

**GAMBARAN KUALITAS TIDURMAHASISWA PENDIDIKAN PROFESI
NERS ANGKATAN IX DI STIKES BETHESDA YAKKUM
YOGYAKARTA TAHUN 2019**

Skripsi ini telah diperiksa oleh pembimbing dan disetujui

Yogyakarta, Februari 2020

Dosen Pembimbing:

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



.....



Skripsi ini telah dipertahankan di hadapan tim penguji sidang pada Tanggal

25 Februari 2020

Penguji I :

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


.....

Penguji II :

Widyastuti ER, APP., MPH


.....

Penguji III :

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


.....

Mengesahkan,

Ketua STIKES Bethesda Yakkum



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

Mengetahui,

Ketua Prodi Sarjana

Keperawatan



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

HALAMAN MOTTO DAN PERSEMBAHAN

“Serahkan segala kekuatiranmu kepada-Nya, sebab Ia memelihara kamu” (1 Petrus 5:7)

“Ia akan memunculkan kebenaranmu seperti terang, dan hakmu seperti siang” (Mazmur 37:6)

Ia membuat segala sesuatu indah pada waktunya (Pengkhotbah 3:11a)

Skripsi ini saya persembahkan untuk:

1. Tuhan Yesus Kristus yang senantiasa memberikan berkat, anugerah dan kasih-Nyadalam kehidupan peneliti
2. Terima kasih buat Bapak Kasman Silaka dan Mama Elizabeth yang selalu memberikan dukungan, semangat, doa dan kasih sayang dalam kehidupan peneliti
3. Untuk kaka terkasih Indriyani Silaka, kak Sendyng Moganti dan Nenek yang selalu memberikan dukungan, semangat dan doa.
4. Ibu Vivi Retno Intening, S.Kep., Ns., MAN yang member motivasi dan membimbing dalam penyusunan skripsi ini.
5. Ibu Ethic Palupi, S. Kep., Ns., MNS yang member motivasi dan masukan dalam penyusunan skripsi ini.
6. Ibu Widyastuti ER, APP., MPH yang member motivasi dan masukan dalam penyusunan skripsi ini.
7. Terimakasih buat teman Maria, Gledis, Laviana yang telah memberikan motivasi dan dukungan kepada peneliti.

PRAKATA

Puji dan syukur peneliti panjatkan kepada Tuhan Yesus Kristus atas segala kasih dan berkat-Nya, yang telah memberikan berkat, anugerah dan penguatan yang luar biasa selama menjalani proses pembuatan skripsi penelitian ini, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi penelitian dengan judul “Gambaran Kualitas Tidur Mahasiswa Pendidikan Profesi Ners Angkatan IX di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta Tahun 2019”

Selama proses penyusunan skripsi ini, peneliti banyak mendapatkan 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 yang telah memberikan izin studi awal maupun pelaksanaan penelitian dan sebagai dosen pembimbing pembuatan skripsi
2. Ibu Nurlia Ikuningtyas, S.Kep.,Ns., M.Kep.,Sp. Kep.MB selaku Wakil I Bidang Akademik STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.
3. Ibu Ethic Palupi, S. Kep., Ns., MNS selaku Ketua Prodi Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta.
4. Bapak/Ibu dosen dan karyawan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bethesda Yakkum Yogyakarta.
5. Kedua orang tua dan kakak saya yang selalu memberi doa, dukungan dan motivasi dalam penyusunan skripsi ini maupun selama studi.

6. Staf Perpustakaan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta yang telah menyediakan buku – buku sumber yang dibutuhkan.

Peneliti menyadari dalam penyusunan skripsi 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, Februari 2020

Peneliti

STIKES BETHESDA YAKKUM

ABSTRAK

OLVIANI SILAKA. Gambaran Kualitas Tidur Mahasiswa yang Mengikuti Pendidikan Profesi Ners Angkatan IX di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta tahun 2019.

Latar Belakang: Kebutuhan istirahat dan tidur setiap individu berbeda-beda sesuai tahap perkembangan dan aktivitas yang dijalani. Menurut Asmadi (2010) menyatakan bahwa 94,6% mahasiswa memiliki kualitas tidur yang buruk dan 53,4% mahasiswa memiliki durasi tidur < 5 jam. Hasil wawancara dengan tujuh Mahasiswa Pendidikan Profesi Ners di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta, tiga mahasiswa mengatakan kebutuhan tidurnya tidak terpenuhi akibat mengerjakan tugas hingga larut malam, badan terasa lelah dan susah untuk memusatkan perhatian pada saat praktek klinik di Rumah Sakit, waktu tidur hanya 3-5 jam/ hari.

Tujuan: Mengetahui gambaran kualitas tidur mahasiswa yang mengikuti pendidikan profesi Ners Angkatan IX di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta tahun 2019.

Metode: Penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul. Pengambilan sampel ini menggunakan total populasi dengan mengambil 57 mahasiswa pendidikan profesi ners. Analisa data menggunakan uji univariat.

Hasil: Hasil uji statistik menggunakan univariat menunjukkan 51 mahasiswa (89,5%) memiliki kualitas tidur buruk. Sedangkan 6 mahasiswa (10,5%) memiliki kualitas tidur baik.

Kesimpulan: Sebagian besar responden mahasiswa Pendidikan Profesi Ners dengan kualitas tidur buruk yakni 89,5%.

Saran: Hasil penelitian ini diharapkan bisa menjadi bahan untuk mengembangkan penelitian yang lebih mendalam tentang faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas tidur.

Kata kunci: Kualitas tidur – Mahasiswa

xv + 57 hal + 6 tabel + 2 skema + 10 lampiran

Kepustakaan: 38, 2010-2019

ABSTRACT

OLVIANI SILAKA. A Description of Sleep Quality of Class Ix Nurse Profession Education Student at Stikes Bethesda Yakkum Yogyakarta In 2019.

Background: Each individual's sleep and sleep needs differ according to the stage of development and activities undertaken. According to Asmadi (2010) had 94.6% of students had poor sleep quality and 53.4% of students had sleep duration <5 hours. The results of interview with seven Nurse Profession Education Students at STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta, three students said their sleep needs were not met due to finish the assignment, the body felt tired and it was difficult to focus on clinical practice at hospital, only 3-5 sleeping hours hour / day.

Objective: To know the description of quality of sleep of class IX nurse profession education students who took the ners Batch Professional Education IX at STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta in 2019.

Method: This research used descriptive research by describing or describing the data that has been collected. This sampling used a total population by taking 57 senior professional education students. Data analysis used univariate test.

Result: Univariate statistical test result shows 51 students (89.5%) have poor sleep quality, whereas 6 students (10.5%) have good sleep quality.

Conclusion: Most of the respondents of Nursing Professional Education students have poor sleep quality 89.5%.

Suggestion: The results of this study are expected to be developed into in-depth research on the factors that affect sleep quality.

Keywords: Sleep quality - Students

xv + 57 pages + 6 tables + 2 schemas + 10 appendices

Bibliografhy: 38, 2010-2019

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN KEASLIAN PENELITIAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAMAN MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	v
ABSTRAK.....	vi
ABSTRACK.....	viii
PRAKATA.....	ix
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR SKEMA.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I : PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian	6
E. KeaslianPenelitian	8
BAB II: TINJAUAN PUSTAKA.....	11
A. Landasan Teori.....	11
1. Kualitas Tidur	11
a. Pengertian Tidur.....	11

b. Fisiologi Tidur.....	11
c. Tahap Tidur.....	12
d. Fungsi Tidur.....	15
e. Kebutuhan Tidur pada Usia Dewasa	15
f. Faktor yang Mempengaruhi Tidur	16
g. Dampak Kurang Tidur.....	20
h. Komponen Kualitas Tidur	21
i. Pengukuran Kualitas Tidur	24
2. Pendidikan Keperawatan.....	25
a. Pengertian Pendidikan Keperawatan.....	25
b. Sistem Pendidikan Keperawatan.....	26
c. Kriteria Profesi.....	28
d. Tujuan Pendidikan Keperawatan	28
e. Jenis Program dan Beban Studi	29
3. Sarjana Keperawatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta	30
a. Profil Program Studi Sarjana Keperawatan.....	30
b. Visi, Misi dan Tujuan.....	31
c. Kurikulum Pendidikan Profesi Ners	32
B. Kerangka Teori.....	33
C. Kerangka Konsep	34
D. Pertanyaan Penelitian.....	35
E. Variabel Penelitian	35
1. Definisi Konseptual	35

2. Definisi Operasional	36
BAB III : METODE PENELITIAN	37
A. Desain Penelitian	37
B. Lokasi Penelitian	37
C. Populasi dan Sampel.....	37
D. Instrumen Penelitian	38
E. UjiValiditas dan Reliabilitas	40
F. Etika Penelitian.....	41
G. Pengumpulan Data.....	42
H. Analisis Data	45
BAB IV : HASIL DAN PEMBAHASAN.....	47
A. Hasil Penelitian.....	47
B. Pembahasan	49
C. Keterbatasan Penelitian.....	52
BAB V : PENUTUP.....	53
A. Kesimpulan	53
B. Saran	53
DAFTAR PUSTAKA	55
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Keaslian Penelitian.....	8
Tabel 2	Definisi Operasional	36
Tabel 3	Kisi-Kisi Umum.....	39
Tabel 4	Kisi-Kisi Khusus	40
Tabel 5	Distribusi Frekuensi Berdasarkan usia dan jenis kelamin.....	47
Tabel 6	Distribusi Frekuensi Berdasarkan kualitas tidur.....	48

STIKES BETHESDA YAKKUM

DAFTAR SKEMA

Skema 1 Kerangka Teori.....	33
Skema 2 Kerangka Konsep.....	34

STIKES BETHESDA YAKKUM

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Surat Ijin Studi Pendahuluan
Lampiran 2	Surat Keterangan Kelaikan Etik
Lampiran 3	Surat Permohonan Ijin Penelitian
Lampiran 4	Lembar <i>Inform Consent</i>
Lampiran 5	Lembar Penjelasan Penelitian
Lampiran 6	Lembar Persetujuan Menjadi Asisten
Lampiran 7	Lembar Permohonan dan Kesiediaan Menjadi Responden
Lampiran 8	Lembar Kuisisioner
Lampiran 9	<i>Dummy</i> Tabel Umum dan Khusus
Lampiran 10	Lembar Konsultasi