

PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN

STIKES PAYUNG NEGERI PEKANBARU

Karya Tulis Ilmiah, Juli 2023

Rinaldo

20101026

Hubungan Antara Kualitas Tidur Dengan Prestasi Belajar Mahasiswa D3 Keperawatan STIKES PAYUNG NEGERI PEKANBARU

Ix + Hal + Tabel + Gambar + Lampiran

ABSTRAK

Tidur merupakan salah satu kebutuhan dasar manusia yang termasuk dalam kebutuhan fisiologis. Kualitas tidur adalah kondisi baik atau buruk dari kebiasaan tidur seseorang. Kondisi kurang tidur banyak ditemui dikalangan dewasa muda terutama mahasiswa yang nantinya bisa menimbulkan efek, seperti gangguan kesehatan, energi, suasana hati, daya ingat, daya pikir dan berkurangnya konsentrasi belajar. Hal ini membuktikan bahwa tidur memiliki peranan penting dalam kehidupan. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara kualitas tidur dengan prestasi belajar pada mahasiswa DIII keperawatan STIKes Payung Negeri Pekanbaru. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif analitik dengan desain penelitian cross sectional. Total responden sebanyak 60 orang yang dipilih dengan menggunakan teknik total sampling. Data kualitas tidur diambil dengan menggunakan kuesioner *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI) dan prestasi belajar dari hasil prestasi akademik yaitu indeks prestasi semester (IPS) yang mengalami penurunan atau peningkatan. Pada akhir penelitian dilakukan uji statistik chi-square untuk mengetahui hubungan kedua variabel. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 15 orang (62,5%) memiliki kualitas tidur baik disertai dengan prestasi akademik yang meningkat, 9 orang (37,5%) memiliki kualitas tidur baik disertai dengan prestasi akademik yang menurun, 32 orang (65%) memiliki kualitas tidur buruk disertai dengan prestasi akademik yang meningkat dan 17 orang (35%) memiliki kualitas tidur yang buruk disertai dengan prestasi akademik yang menurun. Berdasarkan uji *chi-square* didapatkan nilai $p=0,901$ ($p>0,05$). Penelitian ini menyimpulkan tidak terdapat hubungan antara kualitas tidur dengan prestasi belajar pada mahasiswa DIII Keperawatan STIKes Payung Negeri Pekanbaru.

Kata Kunci: Kualitas Tidur, Prestasi Belajar

Daftar Pustaka: 20 Referensi (2011-2020)

DIII NURSING STUDY PROGRAM

STIKES PAYUNG NEGERI PEKANBARU

Scientific Writing, July 2023

Rinaldo

20101026

The Correlation Between Sleep Quality and Learning Achievement of D3 Nursing Students at the Stikes Payung Negeri Pekanbaru

Ix + Things + Tables + Pictures + Attachments

ABSTRACT

Sleep is one of the basic human needs which is included in physiological needs. Sleep quality is a good or bad condition of a person's sleep habits. Sleep deprivation is common among young adults, especially college students, which can later have effects, such as health problems, energy, mood, memory, thinking power and reduced concentration in learning. This proves that sleep has an important role in life. Therefore, this study was conducted to determine the relationship between sleep quality and learning achievement in DIII students of Nursing STIKes Payung Negeri Pekanbaru. This research used descriptive analytic method with cross sectional research design. A total of 60 respondents were selected using the total sampling technique. Sleep quality data were taken using the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) questionnaire and learning achievement from the results of academic achievement, namely the semester achievement index (IPS) which experienced a decrease or increase. At the end of the study, a chi-square statistical test was conducted to determine the relationship between the two variables. The results showed that as many as 15 people (62.5%) had good sleep quality accompanied by increased academic achievement, 9 people (37.5%) had good sleep quality accompanied by decreased academic achievement, 32 people (65%) had poor sleep quality is accompanied by increased academic achievement and 17 people (35%) have poor sleep quality accompanied by decreased academic achievement. Based on the chi-square test, the value of $p=0.901$ ($p<0.05$) was obtained. This study concludes that there is no relationship between sleep quality and learning achievement in DIII students of Nursing, STIKes Payung Negeri Pekanbaru.

Keyword: Sleep Quality, Learning Achievement

References: 20 References (2011-2020)