

Abstrak

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN FAKULTAS ILMU KESEHATAN

Skripsi, Juni 2025

Saiful Rizal

Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Prodi Profesi Ners Universitas Muhammadiyah Jember

82 hal+12 Tabel+9 Lampiran

Latar belakang: Masa akhir studi profesi Ners merupakan masa kritis pada mahasiswa, karena pada masa ini penuh dengan proses yang menuntut mahasiswa menyelesaikan pendidikan tepat waktu. Mahasiswa sering mengalami stres dalam menyelesaikan tugas profesi ners, baik dari dalam maupun luar diri. Stresor dari dalam diri yang dihadapi mahasiswa Skripsi seperti kesulitan mendapatkan referensi, keterbatasan waktu penelitian, proses revisi yang berulang-ulang, kesulitan dalam hal mencari tema, judul, sampel, dan alat ukur tugas akhir. Sedangkan, stresor yang berasal dari luar diri seperti keterbatasan dana, dosen pembimbing sibuk dan sulit ditemui, lamanya umpan balik dari dosen pembimbing, dan kurangnya konsultasi dengan dosen pembimbing ketika menyelesaikan program studi Ners Ilmu Keperawatan menyebabkan mahasiswa mengalami stres sehingga menyebabkan gangguan pola tidur pada mahasiswa

Metode: : Desain penelitian ini menggunakan *korelasional* dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini rata-rata 106 orang yang dirumuskan dengan rumus slovin menjadi 84 orang. *Sampling* yang digunakan yaitu *non probability sampling* dengan teknik *quota sampling*. Pengumpulan data kualitas tidur dengan tingkat stres menggunakan skala likert. Analisis data menggunakan *Spearman Rho* dengan ketentuan $\alpha \leq 0,05$. . **Hasil:** diketahui bahwa pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Jember prodi Profesi Ners terdapat 54 orang (64,3%) yang mengalami kualitas tidur cukup dan tingkat stress sedang 54 orang (64,3%). Berdasarkan uji statistic menggunakan *Spearman-Rho* didapatkan hasil *p-value*= 0,000 ($\alpha < 0,05$) dengan korelasi 0,820. Hal ini menunjukkan bahwa H_1 diterima dengan demikian ada hubungan antara variabel x dan y yang berarti ada hubungan antara kualitas tidur dengan tingkat stress mahasiswa dengan kekuatan hubungan yang kuat **Kesimpulan:** Adanya hubungan kualitas tidur dengan tingkat stress pada mahasiswa program studi profesi Ners Universitas Muhammadiyah Jember.

Kata Kunci: Kualitas tidur, Tingkat Stres, Mahasiswa Profesi Ners

Abstract

MUHAMMADDIYAH UNIVERSITY OF JEMBER

NURSING STUDY PROGRAM

FACULTY OF HEALTH SCIENCES

Thesis, June 2025

Saiful Rizal

Relationship Between Sleep Quality and Stress Levels in Nursing Profession
Study Program Students, Muhammadiyah University of Jember

82 pages + 12 Tables + 9 Attachments

Background: The final period of nursing profession study is a critical period for students, because during this period it is full of processes that require students to complete their education on time. Students often experience stress in completing nursing profession tasks, both from within and outside themselves. Internal stressors faced by Thesis students such as difficulty in obtaining references, limited research time, repeated revision processes, difficulties in finding themes, titles, samples, and measuring instruments for final assignments. Meanwhile, stressors originating from outside such as limited funds, busy and difficult to meet supervisors, long feedback from supervisors, and lack of consultation with supervisors when completing the Nursing Science study program cause students to experience stress which causes sleep pattern disorders in students. **Method:** This research design uses correlation with a cross-sectional approach. The population in this study was an average of 106 people formulated using the Slovin formula to become 84 people. The sampling used was non-probability sampling with a quota sampling technique. Data collection on sleep quality with stress levels using a Likert scale. Data analysis using Spearman Rho with the provision of $\alpha \leq 0.05$. **Results:** it is known that in the students of Universitas Muhammadiyah Jember, the Profesi Ners study program, there are 64 people (64,3%) who experience sufficient sleep quality and moderate stress levels of 54 people (64,3%). Based on the statistical test using Spearman-Rho, the results of $p\text{-value} = 0.000$ ($\alpha < 0.05$) with a correlation of 0.820. This shows that H1 is accepted, thus there is a relationship between variables x and y, which means there is a relationship between sleep quality and student stress levels with a strong relationship strength. **Conclusion:** There is a relationship between sleep quality and stress levels in students of the Nursing Profession study program at Muhammadiyah Jember University.

Keywords: Sleep Quality, Stress Level, Nursing Profession Students