

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KEJADIAN INSOMNIA
PADA MAHASISWA YANG SEDANG MENYUSUN
SKRIPSI DI FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIKA DE LA SALLE MANADO**

SKRIPSI

SANTA AGNES BATMOMOLIN

17061105



**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS KATOLIK DE LA SALLE
MANADO**

2021

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KEJADIAN INSOMNIA
PADA MAHASISWA YANG SEDANG MENYUSUN
SKRIPSI DI FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIKA DE LA SALLE MANADO**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Keperawatan Pada Program Studi Ilmu Keperawatan
Universitas Katolik De La Sale Manado**

SANTA AGNES BATMOMOLIN

17061105



**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS KATOLIK DE LA SALLE
MANADO**

2021

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KEJADIAN INSOMNIA PADA
MAHASISWA YANG SEDANG MENYUSUN SKRIPSI DI FAKULTAS
KEPERAWATAN UNIKA DE LA SALLE MANADO

Nama Mahasiswa : Santa Agnes Batmomolin ,
NIM : 17061105
Fakultas : Keperawatan
Program Studi : Ilmu Keperawatan

Menyetujui,

Manado, 28 Juli 2021

Pembimbing I



Dr. M. Vonny H. Rumampuk, SKp., M.Kep

Pembimbing II



Angela A.M.L. Laka, S.Kep., Ns., M.Kep

Mengetahui,

Dekan




Wahyuni Lango, BSN., M.Kes

Ketua Program Studi

Ilmu Keperawatan



Helly Budiawan, S.Kep., Ns., M.Kes

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KEJADIAN INSOMNIA PADA
MAHASISWA YANG SEDANG MENYUSUN SKRIPSI DI FAKULTAS
KEPERAWATAN UNIKA DE LA SALLE MANADO**

Yang disusun dan diajukan oleh:

SANTA AGNES BATMOMOLIN

17061105

Telah dipertahankan didepan TIM penguji Ujian Skripsi

pada tanggal 28 Juli 2021

dan dinyatakan telah memenuhi syarat

TIM PENGUJI

Dosen Penguji 1

: Natalia Rakinaung, S.Kep., Ns., MNS.

Dosen Penguji 2

: Dr. M. Vonny H. Rumampuk, SKp., M.Kep.

Dosen Penguji 3

: Angela A.M.L. Laka, S.Kep., Ns., M.Kep.

MENGETAHUI,

Dekan Fakultas Keperawatan
Unika De La Salle Manado



Wahyuni Langelo, BSN., M.Kes

Ketua Program Studi
Ilmu Keperawatan

Helly Budiawan, S.Kep., Ns., M.Kes

PERNYATAAN ORISINALITAS SKRIPSI

Saya menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa sepanjang pengetahuan saya, didalam naskah SKRIPSI ini tidak terdapat karya ilmiah yang pernah diajukan oleh orang lain untuk memperoleh gelar akademik disuatu Perguruan Tinggi, dan tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis dikutip dalam naskah ini dan disebutkan dalam sumber kutipan dan daftar pustaka.

Apabila ternyata di dalam naskah tesis dapat dibuktikan terdapat unsur-unsur PLAGIASI, saya bersedia SKRIPSI ini digugurkan dan gelar akademik yang telah saya peroleh (SARJANA) dibatalkan, serta diproses sesuai peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Manado, 9 Agustus 2021

Mahasiswa,



Nama : Santa Agnes Batmomolin
NIM : 17061105
PS : Sarjana Keperawatan
Prog : Ilmu Keperawatan
Fak : Keperawatan Unika DLSM

KATA PENGANTAR

Puji Syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa karena atas Berkat-Nya, saya dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul “Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Insomnia pada Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi di Fakultas Keperawatan Unika De La Salle Manado” tepat pada waktunya.

Adapun tujuan dari skripsi ini adalah untuk memenuhi proses agar dapat memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan di Fakultas Keperawatan Universitas Katolik De La Salle Manado.

Dengan rasa hormat peneliti mengucapkan Terima Kasih kepada:

1. Prof. Dr. Johanis Ohoitumur selaku Rektor Universitas Katolik De La Salle Manado
2. Wahyuny Langelo, BSN., M.Kes selaku Dekan Fakultas Keperawatan Universitas Katolik De La Salle Manado
3. Natalia E. Rakinaung, S. Kep., Ns., MNS selaku Wakil Dekan Fakultas Keperawatan Universitas Katolik De La Salle Manado
4. Helly Budiawan, S. Kep., Ns., M. Kes selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Katolik De La Salle Manado
5. Dr. M. Vonny H. Rumampuk, S. Kp., M. Kep selaku Dosen Pembimbing I yang telah membimbing dan membantu peneliti selama penyusunan skripsi.
6. Angela A. M. L. Laka, S. Kep., Ns., M. Kep selaku Dosen Pembimbing II yang telah membimbing dan membantu peneliti selama penyusunan skripsi.
7. Seluruh Dosen dan Staff Keperawatan Universitas Katolik De La Salle Manado
8. Fakultas Keperawatan sebagai tempat untuk dilakukan Penelitian
9. Papa, Mama, kedua kakak serta keponakan yang selalu memberikan semangat dan motivasi
10. Teman-teman terdekat Anike, Veren, Ella dan Juwi yang telah membantu dan memberi semangat dalam penyusunan skripsi ini
11. Teman – teman angkatan 2017, teman-teman kelas A yang saling memotivasi satu sama lain
12. Ucapan Terima Kasih juga disampaikan kepada semua pihak yang tidak dapat saya sebutkan satu-persatu.

Manado, 30 April 2021

Santa Batmomolin

Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Insomnia Pada Mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Fakultas Keperawatan Unika De La Salle Manado

Batmomolin. S.A¹, Rumampuk. V², Laka. A³

Fakultas Keperawatan Universitas Katolik De La Salle Manado

Email: Santabatmomolin@gmail.com

Abstrak

Latar Belakang : Insomnia merupakan suatu kesulitan tidur yang biasanya dialami oleh mahasiswa karena adanya tekanan sehingga kualitas dan kuantitas tidurpun menjadi terganggu. Insomnia dapat terjadi ketika seseorang mengalami stres karena adanya tekanan dan biasanya insomnia dialami oleh mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi. Masalah tidur ini disertakan dengan keluhan sulit untuk tidur di malam hari serta sulit untuk mempertahankan tidur.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan tingkat stres dengan kejadian insomnia yang terjadi pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

Metode: Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*, yaitu dengan mencari tahu hubungan antara dua variabel. Responden penelitian ini adalah mahasiswa semester 8 yang sedang menyusun skripsi di Fakultas Keperawatan Universitas Katolik De La Salle Manado yang dengan jumlah 108 responden. Uji statistik yang digunakan yaitu uji *Chi-Square* dengan nilai signifikansi adalah 95% ($\alpha < 0,05$).

Hasil: Nilai signifikansi hubungan tingkat stres dengan kejadian insomnia pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi didapatkan *PValue* 0,002 ($p < 0,05$).

Kesimpulan: Terdapat hubungan yang signifikan antara tignkat stres dengan kejadian insomnia pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Fakultas Keperawatan Unika De La Salle Manado.

Kata Kunci: Insomnia, Tingkat Stres, Menyusun Skripsi, Mahasiswa

Kepustakaan: 6 buku dan 27 jurnal (Tahun 2016-2021)

Relationship of Stress Level with Insomnia Occurrence on Thesis Writing Students at Faculty of Nursing De La Salle Catholic University of Manado

Batmomolin. S.A¹, Rumampuk. V², Laka. A³

Faculty of Nursing De La Salle Catholic University of Manado

Email: Santabatmomolin@gmail.com

Abstract

Background: Insomnia is a sleep difficulty which is usually experienced by the students due to pressures so that the quality and quantity of sleep is disturbed. Insomnia can occur when a person experiences stress due to pressure and insomnia usually is experienced by final year students who are writing theses. The sleep disorder is accompanied by complaints of difficulty falling asleep at night and difficulty of maintaining sleep.

Objective: This research aimed to determine the relationship of stress level with insomnia occurrence on students who were writing theses.

Methods: This research was quantitative research using a cross sectional approach, which was by determining the relationship between two variables. The respondents in this research were semester 8 students who were writing thesis at Faculty of Nursing De La Salle Catholic University of Manado, in total of 108 respondents. Statistic test used was Chi-square with significant value of 9% ($\alpha < 0.05$).

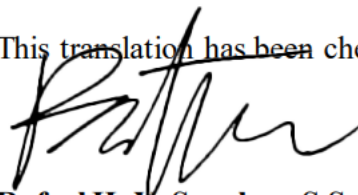
Result: Significant value of the relationship of stress level with insomnia occurrence on students who were writing thesis obtained p -value 0.002 ($p < 0.05$).

Conclusion: There was a significant relationship between stress level with insomnia occurrence on students who are writing thesis at Faculty of Nursing De La Salle Catholic University of Manado.

Keywords: Insomnia, Stress Level, Thesis Writing, Student

Literature: 6 books and 27 journals (Year 2016-2021)

This translation has been checked and proven accurate.



Rafael H. Y. Sengkey, S.S., M.Pd.

Head of Language Development Office

Universitas Katolik De La Salle Manado

DAFTAR ISI

Lembar Persetujuan	i
Lembar Pengesahan	ii
Lembar Orisinalitas	iii
Kata Pengantar	iv
Abstrak	vi
Abstract	vii
Daftar Isi	viii
Daftar Tabel	x
Daftar Gambar	xi
Daftar Bagan	xii
Daftar Lampiran	xiii
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Pertanyaan Penelitian	3
1.3 Tujuan Penelitian	3
1.4 Manfaat Penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Insomnia	5
2.2 Tingkat Stres	8
2.3 Penelitian Terkait	12
2.4 Aplikasi Teori Keperawatan	18
BAB III KERANGKA KONSEP	
3.1 Kerangka Konsep	19
3.2 Hipotesis	21
3.3 Definisi Operasional	23
BAB IV METODE PENELITIAN	
4.1 Desain Penelitian	26
4.2 Tempat dan Waktu Penelitian	26
4.3 Populasi dan Sampel Penelitian	26
4.4 Instrumen Penelitian	27

4.5 Pengumpulan Data	29
4.6 Analisis Data	30
4.7 Etika Penelitian	31
BAB V HASIL PENELITIAN	
5.1 Karakteristik Responden	32
5.2 Hasil Analisis Univariat	32
5.3 Hasil Analisis Bivariat	33
BAB VI PEMBAHASAN	
6.1 Karakteristik Responden	35
6.2 Tingkat Stres	35
6.3 Kejadian Insomnia	37
6.4 Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Insomnia Pada Mahasiswa Yang sedang menyusun Skripsi di Fakultas Keperawatan Unika De La Salle Manado	39
6.5 Keterbatasan Penelitian	41
BAB VII PENUTUP	
7.1 Kesimpulan	42
7.2 Saran	42
DAFTAR PUSTAKA	43
LAMPIRAN	47

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Penelitian Terkait	12
Tabel 3.1 Definisi Operasional	23
Tabel 5.1 Distribusi Karakteristik Responden Mahasiswa Semester 8 yang sedang menyusun Skripsi di Fakultas Keperawatan Unika De La Salle Manado Tahun 2021 (n=108)	32
Tabel 5.2 Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Stres Mahasiswa Semester 8 yang sedang menyusun Skripsi di Fakultas Keperawatan Unika De La Salle Manado Tahun 2021 (n=108)	33
Tabel 5.3 Distribusi Responden Berdasarkan Kejadian Insomnia Mahasiswa Semester 8 yang sedang menyusun skripsi di Fakultas Keperawatan Unika De La Salle Manado Tahun 2021 (n=108)	33
Tabel 5.4 Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Insomnia pada Mahasiswa Semester 8 yang sedang menyusun skripsi di Fakultas Keperawatan Unika De La Salle Manado Tahun 2021 (n=108)	33

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konsep

19

DAFTAR BAGAN

Bagan 3.1 Kerangka Konsep	21
Bagan 4.1 Pengumpulan Data	29

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 *Curriculum Vitae*
- Lampiran 2 *Informed Consent*
- Lampiran 3 Lembar Persetujuan Penelitian
- Lampiran 4 Surat Permohonan Ijin Pengumpulan Data
- Lampiran 5 Lembar Persetujuan Ujian Proposal
- Lampiran 6 Lembar Persetujuan Ujian Skripsi
- Lampiran 7 Surat Keterangan selesai Penelitian
- Lampiran 8 Lembar Revisi Proposal
- Lampiran 9 Lembar Revisi Skripsi
- Lampiran 10 Hasil analisa Statistik
- Lampiran 11 Kuesioner
- Lampiran 12 Surat Data Awal
- Lampiran 13 Lembar Konsul Dosen Pembimbing

