

**HUBUNGAN AKTIVITAS MALAM DAN KECUKUPAN KEBUTUHAN TIDUR
PADA REMAJA AUTOCLUB MANADO**

SKRIPSI

PRISCILIA VIVIAN LUMI

08061106



PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN

FAKULTAS KEPERAWATAN

UNIVERSITAS KATOLIK DE LA SALLE

MANADO

2012

**HUBUNGAN AKTIVITAS MALAM DAN KECUKUPAN KEBUTUHAN TIDUR
PADA REMAJA AUTOCLUB MANADO**

PRISCILIA VIVIAN LUMI

08061106

**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan pada
Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Katolik De La Salle Manado**

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN

FAKULTAS KEPERAWATAN

UNIVERSITAS KATOLIK DE LA SALLE

MANADO

2012



Nama Mahasiswa : Priscilia Vivian Lumi
Nim : 08061106
Program Studi : Ilmu Keperawatan
Judul Riset Keperawatan/Skripsi : Hubungan aktivitas malam dan kecukupan kebutuhan tidur pada remaja *autoclub* manado.
Pembimbing : 1. Yakobus Siswadi, BSN., MSN.
2. Dr. Ir. Laurentius Rumokoy

Menyetujui,

Manado, 10 Agustus 2012

Pembimbing I

Yakobus Siswadi, BSN.,MSN.

Pembimbing II

Dr. Ir. Laurentius Rumokoy

Dekan Fakultas Keperawatan

M. Consolatrix da Silva, S.Kep.,Ns.,MSN

Ketua Program Studi

Sesilea Sumual, BSN

HALAMAN PERSETUJUAN

Nama : Priscilia Vivian Lumi
NIM : 08061106
Fakultas : Keperawatan
Program Studi : Ilmu Keperawatan
Judul Skripsi : Hubungan aktivitas malam dan kecukupan
kebutuhan tidur pada remaja *autoclub* Manado
Pembimbing : Yakobus Siswadi, BSN, MSN
Dr. Laurentius Rumokoy, MSc. DESS

Menyetujui,

Manado,2012

Pembimbing I,

(Yakobus Siswadi, BSN, MSN)

Pembimbing II,



(Dr. Laurentius Rumokoy, MSc. DESS)

Mengetahui,

Dekan,

(M.Consolatrix Da Silva, S.Kep., Ns, MSN)

KPS

(Sesilliea G. Sumual, BSN.)

HALAMAN PENGESAHAN**SKRIPSI****Hubungan Aktivitas Malam dan Kecukupan Kebutuhan Tidur pada Remaja *Autoclub*
Manado**

Yang disusun dan diajukan oleh:

PRISCILIA VIVIAN LUMI**08061106**

Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian Skripsi pada tanggal 10 Agustus 2012 dan dinyatakan telah memenuhi syarat.

TIM PENGUJI

1. Yakobus Siswadi, BSN.,MSN. (.....)
2. Dr. Laurentius Rumokoy, MSc.,DESS ()
3. Gabriela Ere Badjo, S.Kep., M.Kep (.....)

Mengetahui,

Dekan Fakultas Keperawatan
Unika De La Salle
Manado

Ketua Program Studi
Ilmu Keperawatan
Unika De La Salle Manado

M. Consolatrix da Silva, S.Kep, Ns. BSN

Sesilea Sumual, BSN

RIWAYAT HIDUP

- Nama** : Priscilia Vivian Lumi
- NIM** : 08061106
- Tempat Tanggal Lahir** : Tonom, 4 November 1990
- Pekerjaan** : Mahasiswa
- Fakultas** : Keperawatan
- Program Studi** : Ilmu Keperawatan
- Tahun Masuk** : 2008
- Judul Skripsi** : Hubungan aktivitas malam dan kecukupan kebutuhan tidur remaja *autoclub* manado.
- Pembimbing** : 1. Yakobus Siswadi, BSN.,MSN.
2. Dr. Ir. Laurentius Rumokoy
- Riwayat Pendidikan** :
1. TK di desa Tonom, Tahun 1995-1996
 2. SD IMPRES oboy, Tahun 1996-2002
 3. SLTP N4 Dumoga, Tahun 2002-2005
 4. SMA KATOLIK THEODORUS KOTAMOBAGU, Tahun 2006-2008
 5. FAKULTAS KEPERAWATAN UNIKA DE LA SALLE MANADO, Tahun 2008-2012

KATA PENGANTAR

Segala puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa karena tuntunan dan kasih-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana keperawatan pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Keperawatan Unika De La Salle Manado.

Skripsi ini saya dedikasikan untuk orang tua saya yang sangat saya kasahi papa Jonny Lumi dan mama Magdalena Palit serta adik-adik saya vhanjani dan juandi yang selalu mendoakan dan selalu menjadi motivator terbesar saya sampai saat ini.

Dalam penyusunan skripsi ini penulis banyak mendapat bantuan, bimbingan, motivasi, perhatian, serta dukungan doa dari berbagai pihak, oleh karena itu dengan penuh kerendahan hati perkenankanlah penulis mengucapkan terim kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Pastor Revi R. H. M. Tanod, SS, MA, Pr. Rektor Universitas Katolik De La Salle Manado.
2. M. Consolatrix da Silva, S.Kep., Ns. BSN. Dekan Fakultas Keperawatan Universitas Katolik De La Salle yang telah memberikan bimbingan dan arahan.
3. Sesilia Sumual, BSN. CWCCA. Ketua program studi Fakultas Keperawatan Universitas Katolik De La Salle yang telah memberikan bimbingan dan arahan selama menempuh pendidikan selama empat tahun maupun selama penelitian.
4. Yakobus Siswadi,BSN.,MSN. Dosen pembimbing I yang telah memberikan bimbingan dan arahan selama penelitian dan penyelesaian skripsi ini.
5. Dr.Ir. Laurentius Rumokoy. Dosen pembimbing II yang telah memberikan bimbingan dan arahan selama penelitian dan penyelesaian skripsi ini.
6. Kepala komunitas *autoclub razor* bersama ibu yang telah memberikan kesempatan pada saya untuk melakukan penelitian.
7. Edikta Pantouw Spd. M.Kes. Sebagai dosen pembimbing akademik dan seluruh dosen pengajar Fakultas Keperawatan Universitas Katolik De La Salle Manado yang telah banyak memberikan bantuan selama proses pendidikan.

8. Semua keluarga saya yang sudah membantu saya baik dalam hal materi maupun doa.
9. Teman-teman kos, bom-bom, Sil, Dian, Renci, Novi, Anda, Lisa, Etha, Sinta, Oliv, Yoko, Jolan, Tere, Cici, K'icha, dan K'dela telah mendukung dan memotivasi saya selama ini.

Akhirnya penulis menyadari akan kekurangan dan keterbatasan dalam penulisan skripsi ini, sehingga kritik dan saran yang membangun dari semua pihak sangat diharapkan demi kesempurnaan skripsi ini, semoga amal kebaikan yang telah diberikan oleh semua pihak mendapat berkat yang setimpal dari Tuhan yang Maha Esa dan kiranya dapat menyertai kita semua.

Manado, Agustus 2012

Penulis

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
RIWAYAT HIDUP	iii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	4
BAB II TINJAUAN KEPUSTAKAN	5
A. Remaja	10
B. Tidur	26
C. Aktivitas Malam	27
BAB III KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS DEFINISI OPERASIONAL	28
A. Kerangka Konsep	28
B. Hipotesis	29
C. Definisi Operasional	29
BAB IV METODOLOGI PENELITIAN	30
A. Jenis Penelitian	30
B. Tempat dan Waktu Penelitian	30
C. Populasi dan Sampel	30
D. Instrument Penelitian	31
E. Uji validitas dan reabilitas	33
F. Etika Penelitian	34

G. Teknik Pengumpulan Data	34
H. Pengolahan dan analisa data	35
BAB V HASIL PENELITIAN	37
A. Hasil Analisis Univariat	37
B. Hasil Analisis Bivariat	38
BAB VI PEMBAHASAN	40
A. Pembahasan Hasil Penelitian	40
B. Keterbatasan Penelitian	41
BAB VII KESIMPULAN DAN SARAN	42
A. Kesimpulan	42
B. Saran	42
DAFTAR PUSTAKA	43

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran

1. Lembar Kuisisioner
2. Table distributor frekuensi aktivitas malam
3. Tabel distribusi frekuensi kecukupan kebutuhan tidur
4. Distribusi crosstabs hasil penelitian
5. Master table aktivitas malam
6. Hasil uji validitas dan reabilitas pengetahuan
7. Hasil uji validitas dan reabilitas perilaku pencegahan
8. Lembar konsultasi
9. Surat permohonan penelitian

