

SKRIPSI
HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN KONSENTRASI
BELAJAR PADA SISWA DI SEKOLAH DASAR NEGERI
PANGKUR 1 KECAMATAN PANGKUR
KABUPATEN NGAWI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Mencapai Gelar Sarjana Keperawatan
Program Studi Ilmu Keperawatan
Fakultas Sains, Teknologi, Dan Kesehatan
Universitas Sahid Surakarta



Disusun Oleh:

HERY SETYAWAN PRASETYO
NIM.2017123004

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS SAINS, TEKNOLOGI, DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS SAHID SURAKARTA

2021

SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA ILMIAH

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Hery Setyawan Prasetyo
NIM : 2017123004
Program Studi : Keperawatan
Fakultas : Sains, Teknologi dan Kesehatan
Judul : **Hubungan Kualitas Tidur Dengan Konsentrasi Belajar Pada Siswa Di Sekolah Dasar Negeri Pangkur I Kecamatan Pangkur Kabupaten Ngawi**

Saya menyatakan bahwa hasil karya ini adalah benar-benar hasil karya saya pribadi, sama sekali tidak melakukan plagiat ataupun meminta jasa pembuatan skripsi dari pihak lain.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan segala kesungguhan apabila dilain waktu ditemukan hal-hal yang bertentangan dengan pernyataan saya, maka saya bersedia menerima konsekuensinya. Surat pernyataan ini merupakan tanggung jawab moral saya sebagai penulis/peneliti kepada Tuhan Yang Maha Esa.

Surakarta, 1 April 2021

Yang Menyatakan



Hery Setyawan Prasetyo

2017123004

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai sivitas akademik Universitas Sahid Surakarta, yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Hery Setyawan Prasetyo
NIM : 2017123004
Program Studi : Keperawatan
Fakultas : Sains, Teknologi dan Kesehatan
Jenis Karya : Skripsi

Demikian pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Sahid Surakarta **Hak Bebas Royalti Noneklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul:

“Hubungan Kualitas Tidur Dengan Konsentrasi Belajar Pada Siswa Di Sekolah Dasar Negeri Pangkur I Kecamatan Pangkur Kabupaten Ngawi”

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneklusif ini Universitas Sahid Surakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan memublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di Surakarta

Pada tanggal 1 April 2021

Yang menyatakan



Hery Setyawan Prasetyo

NIM 2017123004

HALAMAN PERSETUJUAN

Penelitian

**HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN KONSENTRASI
BELAJAR PADA SISWA DI SEKOLAH DASAR NEGERI
PANGKUR 1 KECAMATAN PANGKUR
KABUPATEN NGAWI**

Disusun Oleh

HERY SETYAWAN PRASETYO

NIM : 2017123003

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada Kamis 01 April 2020
dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Pembimbing I



Widiyono, S.Kep., Ns., M.Kep.
NIDN : 0602048902

Pembimbing II

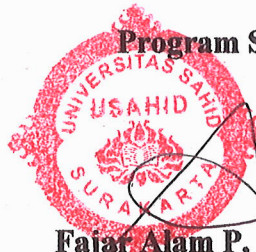


Atik Aryani, S.Kep., Ns., M.Kep.
NIDN : 0613018701

Mengetahui

Ketua

Program Studi Keperawatan



Fajar Alam P, S.Kep., Ns., M.K.M
NIDN. 0608088804

LEMBAR PENGESAHAN

**HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN KONSENTRASI
BELAJAR PADA SISWA DI SEKOLAH DASAR NEGERI
PANGKUR 1 KECAMATAN PANGKUR
KABUPATEN NGAWI**

Disusun oleh:

HERY SETYAWAN PRASETYO
2017123004

Skripsi ini telah diterima dan disahkan oleh dosen penguji Skripsi
Program Studi Keperawatn Universitas Sahid Surakarta
Pada hari Kamis tanggal 08 April 2021

Dewan Penguji

1. Penguji 1 : **Widiyono, S.Kep., Ns., M.Kep.**

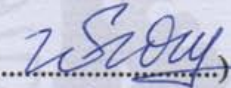
NIDN : 0602048902

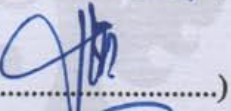
2. Penguji 2 : **Atik Aryani, S.Kep., Ns., M.Kep.**

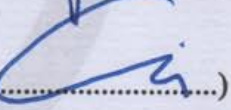
NIDN : 0613018701

3. Penguji 3 : **Anik Suwarni, S.Kep., Ns., M.Kep.**

NIDN : 0607077901

(.....)

(.....)

(.....)

Mengetahui,

**Ketua
Program Studi Keperawatan**


Fajar Alam P, S.Kep., Ns., M.K.M
NIDN. 0608088804

**Dekan
Fakultas Sains, Teknologi dan Kesehatan**



Firdhaus Hari S A H, S.T., M.Eg.
NIDN. 0614068201

**FAKULTAS
SAINS, TEKNOLOGI DAN
KESEHATAN**

MOTTO

“Hiduplah untuk menjadi dirimu sendiri”

“Memaafkan akan memberi sedikit ruang untuk benci”

“Ubah pikiranmu dan kau dapat mengubah duniamu”

(Norman Vincent Peale)

“Jangan percaya orang yang sering tersenyum. Mereka mungkin sedang menjual
sesuatu.”

(Laurell K. Hamilton)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan penuh harap ridho Allah SWT, teriring perasaan syukur dan sabar yang mendalam serta penghargaan yang tinggi, setelah melewati berbagai ujian dalam perjuangan yang tak kenal lelah, Saya persembahkan Tugas Akhir ini kepada:

1. Untuk alm.Bapak, alm.Ibu, Keluarga tercinta, orang yang sayang dan percaya padaku dengan segala kasih sayang, kesabaran, keikhlasan dan pengorbanannya senantiasa membimbing dan mendo'akanku.
2. Teman-teman seangkatan yang selalu menyemangati dan hadir seperti Keluarga.

PRAKATA

Assalamu'alaikum warohmatullahi wabarokatuh

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT atas berkah dan barokahNYA sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul **“Hubungan Kualitas Tidur dengan Konsentrasi Belajar Pada Siswa di Sekolah Dasar Negeri Pangkur 1 Kecamatan Pangkur Ngawi”** yang merupakan salah satu syarat untuk menyusun Skripsi pada Program Studi Keperawatan Universitas Sahid Surakarta.

Pada kesempatan ini penulis menyampaikan terima kasih kepada semua pihak atas arahan, bimbingan, masukan, dan bantuannya hingga terselesaikannya penyusunan proposal skripsi ini. Dengan kerendahan hati dan keikhlasan penulis menyampaikan rasa terima kasih dan permohonan maaf yang tulus kepada :

1. Dr. Ir. Mohamad Harisudin, M.si., selaku Rektor Universitas Sahid Surakarta, yang telah memberikan ijin dan kesempatan untuk mengikuti perkuliahan di Universitas Sahid Surakarta.
2. Sri Huning Anwarningsih, ST, M.Kom., selaku Wakil Rektor II Universitas Sahid Surakarta, yang telah memberikan ijin dan kesempatan untuk mengikuti perkuliahan di Universitas Sahid Surakarta.
3. Ir. Dahlan Susilo, M.Kom., selaku Wakil Rektor III Universitas Sahid Surakarta, yang telah memberikan ijin dan kesempatan untuk mengikuti perkuliahan di Universitas Sahid Surakarta.
4. Firdhaus Hari Saputro Al Haris, S.T., M.Eg, selaku Dekan Fakultas Sains, Teknologi, dan Kesehatan Universitas Sahid Surakarta, yang telah memberikan ijin dan kesempatan untuk mengikuti perkuliahan di Universitas Sahid Surakarta.
5. Fajar Alam Putra, S.Kep., Ns., M.K.M., selaku Ketua Program Studi Keperawatan Universitas Sahid Surakarta dan Pembimbing Akademik, yang telah memberikan ijin, kesempatan, motivasi, semangat, nasehat, dan dukungan untuk mengikuti perkuliahan di Universitas Sahid Surakarta.

6. Widiyono, S.Kep., Ns., M.Kep., selaku pembimbing I dan penguji I yang telah memberikan izin dalam penyusunan laporan penelitian ini, yang telah meluangkan waktu untuk memberikan pengarahan, saran, dan masukan dalam menyelesaikan penelitian ini.
7. Atik Aryani, S.Kep., Ns., M.Kep., selaku pembimbing II dan penguji II yang telah memberikan izin dalam penyusunan laporan penelitian ini, yang telah meluangkan waktu untuk memberikan pengarahan, saran, dan masukan dalam menyelesaikan penelitian ini.
8. Anik Suwarni, S.Kep., Ns., M.Kes., selaku penguji III yang telah meluangkan waktu untuk memberikan pengarahan, saran, dan masukan dalam menyelesaikan penelitian ini.
9. Drs. Suham Sijono, selaku Kepala Sekolah SD Negeri Pangkur 1, yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian di SD Negeri Pangkur 1.
10. Guru – guru SDN Pangkur 1, yang telah membantu dalam terlaksanakannya penelitian ini.
11. Siswa dan Siswi SDN Pangkur 1, yang telah bersedia untuk menjadi responden dalam penelitian ini.
12. alm Bapak, alm Ibu, alm Pak Dhe dan alm Budhe, alm Adik semoga kalian tenang di sisi Allah SWT.
13. Keluarga, Orang-orang tersayang, teman-teman yang tidak mampu disebutkan satu yang telah membantu dan memberikan semangat untuk menyelesaikan laporan ini.
14. Teman-teman mahasiswa/mahasiswi S1 Ilmu Keperawatan Universitas Sahid Surakarta.

Wassalamu'alaikumwarohmatullahiwabarokatuh

Surakarta, 1 April 2021

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA ILMIAH.....	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
MOTTO	vi
PERSEMBAHAN.....	vii
PRAKATA.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
DAFTAR SINGKATAN.....	xv
INTISARI.....	xvi
ABSTACT.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	6
E. Keaslian Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Kualitas Tidur	9
B. Konsentrasi Belajar	19
C. Anak Usia Sekolah Dasar	22
D. Hubungan Kualias Tidur dengan Kosentrasi Belajar	25
E. Kerangka Teori	27
F. Kerangka Konsep	28
G. Hipotesis	28

BAB III	METODE PENELITIAN	
	A. Desain Penelitian.....	29
	B. Tempat dan Waktu Penelitian	29
	C. Populasi dan Sampel	29
	D. Variabel Penelitian	30
	E. Definisi Operasional.....	31
	F. Alat dan Metode Pengumpulan Data	31
	G. Jalannya Penelitian.....	36
	H. Analisa Data	38
	I. Etika Penelitian.....	39
BAB IV	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
	A. Gambaran Umum Tempat Penelitian.....	42
	B. Karakteristik Responden.....	42
	C. Hasil Penelitian.....	43
	D. Pembahasan.....	46
	E. Keterbatasan Penelitian.....	55
BAB V	SIMPULAN DAN SARAN	
	A. Simpulan.....	57
	B. Saran.....	57
	DAFTAR PUSTAKA	
	LAMPIRAN	

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Siklus Tidur.....	12
Gambar 2.2	Kerangka Teori.....	27
Gambar 2.3	Kerangka Konsep.....	28

DAFTAR TABEL

Table 1.1	Tabel Keaslian Penelitian	7
Tabel 2.1	Tahapan dan Siklus Tidur	10
Tabel 3.1	Definisi Operasional	31
Tabel 3.2	Indikator <i>Pittsbrugh Sleep Quality Index</i> (PSQI).....	32
Tabel 4.1	Karakteristik Responden.....	42
Tabel 4.2	Distribusi Frekuensi Kualitas Tidur.....	43
Tabel 4.3	Distribusi Frekuensi Konsentrasi Belajar.....	44
Tabel 4.4	Hubungan Kualitas Tidur dengan Konsentrasi Belajar.....	45

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 2 Surat Persetujuan Menjadi Responden Siswa
- Lampiran 3 Surat Persetujuan Menjadi Responden Orang Tua
- Lampiran 4 Kuesioner Kualitas Tidur
- Lampiran 5 Lembar Tes Konsentrasi Belajar dari PSQI
- Lampiran 6 Surat Ijin Penelitian
- Lampiran 7 Surat Balasan Penelitian
- Lampiran 8 *Time Table* Peneliti
- Lampiran 10 Hasil Analisis SPSS
- Lampiran 11 Data Penelitian Kualitas Tidur
- Lampiran 12 Data Penelitian Konsentrasi Belajar

DAFTAR SINGKATAN

PSQI	: <i>Pittsruqh Sleep Quality Index</i>
WISC	: <i>Wechsler Intelligence Scale for Children</i>
REM	: <i>Rapid Eye Movement</i>
NREM	: <i>Non Rapid Eye Movement</i>