

**HUBUNGAN KELELAHAN DENGAN KUALITAS TIDUR
PADA MAHASISWA PROFESI FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS**

Oleh :

PUTRI ALIN KENDE RIARALY

1311312041



- Dosen Pembimbing :
1. Dr. dr. Susmiati, M.Biomed
 2. Ns. Dewi Murni, S.Kep, M.Kep

**FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS**

2017

Hubungan Kelelahan dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa Profesi Fakultas Keperawatan Universitas Andalas

Putri Alin Kende Riaraly, Susmiati, Dewi Murni

ABSTRAK

Kualitas tidur dapat dipengaruhi oleh faktor kelelahan. Kelelahan biasa terjadi pada individu yang memiliki aktivitas yang cukup padat seperti mahasiswa profesi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kelelahan dengan kualitas tidur pada mahasiswa profesi Fakultas Keperawatan Universitas Andalas. Penelitian ini menggunakan desain *analitik* dengan pendekatan *Cross Sectional Study*. Sampel pada penelitian ini sebanyak 73 responden dengan metode pengambilan sampel *Non Probability Sampling* menggunakan teknik *insidental sampling*. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner *Fatigue Severity Scale* (FSS) untuk mengukur kelelahan dan kuesioner *The Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI) untuk mengukur kualitas tidur. Hasil pengukuran data dianalisis menggunakan uji *chi square*. Hasil penelitian didapatkan bahwa lebih dari separuh responden mengalami kelelahan dan juga mengalami kualitas tidur yang buruk. Berdasarkan uji statistik *chi square* didapatkan adanya hubungan yang bermakna antara kelelahan dengan kualitas tidur pada mahasiswa profesi dengan nilai $p < 0,000$. Penelitian ini memberikan gambaran bahwa mayoritas mahasiswa profesi Fakultas Keperawatan Universitas Andalas mengalami kelelahan dan memiliki kualitas tidur yang buruk sehingga mahasiswa perlu memperbaiki faktor-faktor yang mempengaruhi kelelahan dan kualitas tidurnya, serta pihak fakultas diharapkan memberikan keringanan untuk mengurangi beban tugas mahasiswa profesi.

Kata Kunci : Kelelahan, Kualitas Tidur, Mahasiswa Profesi

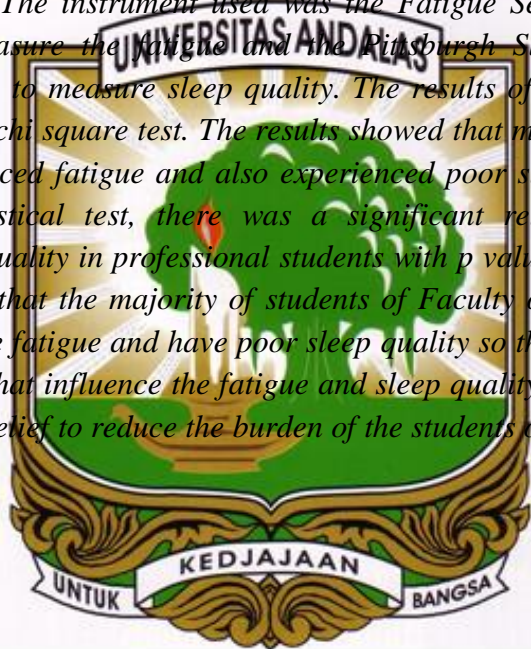


Relationship of Fatigue with Sleep Quality in Professional Students Faculty of Nursing Andalas University

Putri Alin Kende Riaraly, Susmiati, Dewi Murni

ABSTRACT

Sleep quality can be affected by fatigue factor. Fatigue usually occurs in individuals who have a fairly solid activity such as professional students. This study aims to determine the relationship of fatigue with sleep quality in the professional students of Faculty of Nursing Andalas University. This research uses analytic design with Cross Sectional Study approach. The sample in this research is 73 respondents with Non Sampling Sampling method using incidental sampling technique. The instrument used was the Fatigue Severity Scale (FSS) questionnaire to measure the fatigue and the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) questionnaire to measure sleep quality. The results of data measurement were analyzed using chi square test. The results showed that more than half of the respondents experienced fatigue and also experienced poor sleep quality. Based on chi square statistical test, there was a significant relationship between tiredness and sleep quality in professional students with p value 0.000. This study gives an illustration that the majority of students of Faculty of Nursing Andalas University experience fatigue and have poor sleep quality so that students need to improve the factors that influence the fatigue and sleep quality, and the faculty is expected to provide relief to reduce the burden of the students of the profession.



Key word : *Fatigue, Sleep Quality, Professional Student*