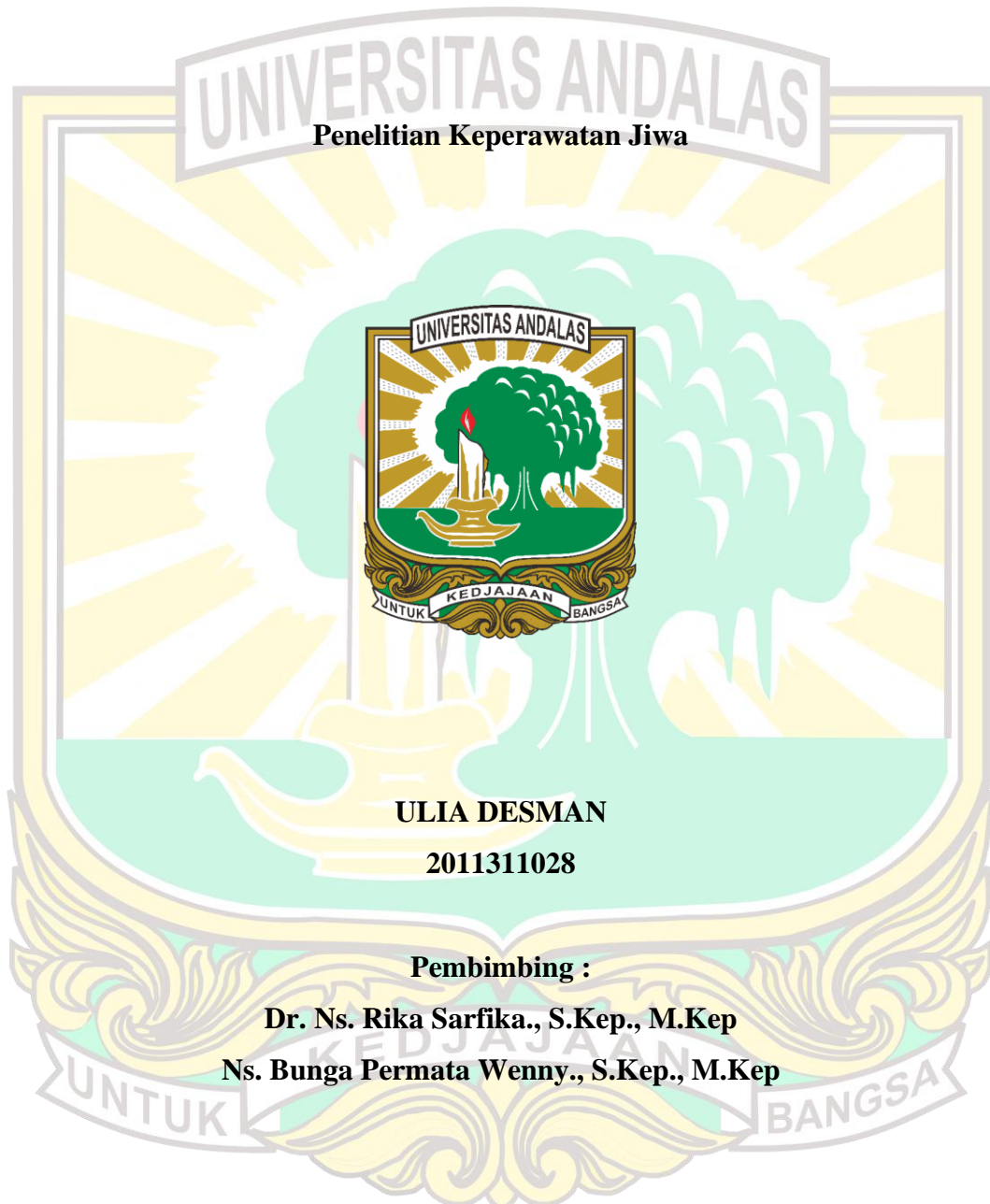


SKRIPSI

**GAMBARAN *ACADEMIC BURNOUT* DAN KUALITAS TIDUR PADA
MAHASISWA KEPERAWATAN UNIVERSITAS ANDALAS**



ULIA DESMAN

2011311028

Pembimbing :

Dr. Ns. Rika Sarfika., S.Kep., M.Kep

Ns. Bunga Permata Wenny., S.Kep., M.Kep

FAKULTAS KEPERAWATAN

UNIVERSITAS ANDALAS

2024

**FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS
SKRIPSI, MEI 2024**

Nama : Ulia Desman
NIM : 2011311028

Gambaran *Academic Burnout* dan Kualitas Tidur
pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Andalas

ABSTRAK

Mahasiswa keperawatan mengalami stres dengan tingkat tinggi sehingga dapat mengganggu proses tidur normal dan menyebabkan terjadinya masalah tidur. Ketika masalah tidur terus berlanjut akumulasi stres kronis akan membebani seseorang sehingga mengalami stres akademik dan pada akhirnya mengalami *academic burnout*. Tujuan penelitian untuk mengetahui gambaran *academic burnout* dan kualitas tidur pada mahasiswa keperawatan Universitas Andalas. Jenis penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan metode deskriptif. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 307 mahasiswa keperawatan yang terdiri dari program studi S1, profesi, S2 yang dipilih dengan teknik *cluster random sampling*. Instrumen *academic burnout* adalah *Maslach Burnout Inventory-Student Survey* (MBI-SS) dan instrumen kualitas tidur adalah *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI). Hasil penelitian *academic burnout* adalah hampir seluruhnya 90,2 % responden mengalami *academic burnout* tingkat sedang, sementara sebagian kecil 9,4 % responden mengalami *academic burnout* tingkat ringan dan sebagian kecil 0,3 % responden lainnya mengalami *academic burnout* tingkat berat. Untuk hasil penelitian kualitas tidur adalah sebagian besar responden 73,0 % mengalami kualitas tidur buruk, sementara hampir setengahnya 27,0 % responden lainnya mengalami kualitas tidur baik. Diharapkan mahasiswa keperawatan memiliki koping manajemen stres dan mengatur pola tidur dengan baik agar tidak terjadinya gejala *burnout* dan memiliki kualitas tidur yang baik.

Kata Kunci : *Academic Burnout*, Kualitas Tidur, Mahasiswa Keperawatan
Daftar Pustaka: 61 (2001 – 2023)

**NURSING FACULTY
ANDALAS UNIVERSITY
THESIS, MAY 2024**

Name : *Ulia Desman*
NIM : 2011311028

*Description of Academic Burnout and Sleep Quality in Nursing Students
at Andalas University*

ABSTRACT

Nursing students experience high levels of stress that can disrupt the normal sleep process and cause sleep problems. When sleep problems continue the accumulation of chronic stress will burden a person so that they experience academic stress and ultimately experience academic burnout. The purpose of the study was to determine the description of academic burnout and sleep quality in nursing students at Andalas University. This type of research uses quantitative research with descriptive methods. The sample in this study amounted to 307 nursing students consisting of S1, professional, S2 study programs selected by cluster random sampling technique. The academic burnout instrument is the Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS) and the sleep quality instrument is the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI). The results of academic burnout research are almost entirely 90,2% of respondents experience moderate burnout, while a small portion of 9,4% of respondents experience mild burnout and a small portion of 0,3% of other respondents experience severe burnout. For the results of sleep quality research, most of the respondents 73,0% experienced poor sleep quality, while almost half 27,0% of the other respondents experienced good sleep quality. It is expected that nursing students have stress management coping and manage sleep patterns well so that burnout symptoms do not occur and have good sleep quality.

Key Word : Academic Burnout, Sleep Quality, Nursing Student

Bibliography : 61 (2001 – 2023)