

ABSTRAK

INTAN DYAH UTAMI C2014040 Program Studi Sarjana Keperawatan	Dosen Pembimbing 1. <u>Tri Susilowati, S.Kep, Ns. M.Kep</u> 2. <u>Dyah RRBU, S.Kep, Ns. M.Kep</u>
---	---

HUBUNGAN TINGKAT KELELAHAN DENGAN KUALITAS TIDUR PADA MAHASISWA DALAM MENGERJAKAN SKRIPSI DI STIKES 'AISYIYAH SURAKARTA

ABSTRAK

Latar Belakang: Kualitas tidur seseorang dikatakan baik apabila tidak menunjukkan berbagai tanda kekurangan tidur dan tidak mengalami masalah dalam tidurnya. Faktor yang mempengaruhi kualitas tidur adalah penyakit, kelelahan, stres psikologis, obat, nutrisi, lingkungan dan motivasi. Skripsi menyebabkan energi untuk penyesuaian terkuras, akibatnya akan terganggu kualitas tidurnya. **Tujuan:** Untuk mengetahui hubungan tingkat kelelahan dengan kualitas tidur pada mahasiswa dalam mengerjakan skripsi di STIKES 'Aisyiyah Surakarta. **Metode:** Jenis penelitian ini adalah korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel penelitian adalah mahasiswa tingkat akhir D4 Fisioterapi dan Sarjana Ilmu Keperawatan STIKES 'Aisyiyah Surakarta dan di dapatkan sampel sebanyak 58 responden dengan teknik sampling *Cluster Sampling*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner *FAS (Fatigue Assesment Scale)* dan *PSQI (Pittsburgh Sleep Quality Index)* Teknik analisis data menggunakan analisis univariat dan analisis bivariat dengan uji *Chi Square*. **Hasil:** 1) Tingkat kelelahan pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi sebagian besar kategori rendah; dan 2) Kualitas tidur pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi sebagian besar kategori buruk. **Kesimpulan:** Tidak ada hubungan tingkat kelelahan dengan kualitas tidur pada mahasiswa dalam mengerjakan skripsi di STIKES 'Aisyiyah Surakarta.

Kata Kunci: *Kelelahan, Kualitas Tidur, Mahasiswa, Skripsi*