

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DAN KUALITAS TIDUR DENGAN  
KONFLIK PADA MAHASISWA PROFESI NERS DI SEKOLAH  
TINGGI ILMU KESEHATAN KUNINGAN  
TAHUN 2022**

**SKRIPSI**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar  
Sarjana Keperawatan Pada Program Studi S1 Keperawatan  
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kuningan**

**Oleh :  
ENDANG RAHMAWATI  
CKR0180127**



**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN KUNINGAN  
KUNINGAN  
2022**

**LEMBAR PERSETUJUAN**

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DAN KUALITAS TIDUR DENGAN  
KONFLIK PADA MAHASISWA PROFESI NERS DI SEKOLAH TINGGI  
ILMU KESEHATAN KUNINGAN**

Diajukan oleh :

**ENDANG RAHMAWATI  
CKR0180127**

Kuningan, 27 Juli 2022  
Telah disetujui oleh

Pembimbing I



**Ns. Nining Rusmianingsih, S.Kep., M.Kep.**  
NIK. 730804.202105.1149

Pembimbing II



**Ns. Nur Wulan, S.Kep., M.Kep.**  
NIK. 940301.201610.11

LEMBAR PENGESAHAN

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DAN KUALITAS TIDUR  
DENGAN KONFLIK PADA MAHASISWA PROFESI NERS DI  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN KUNINGAN  
TAHUN 2022**

Skripsi ini telah diujikan oleh Tim Penguji Program Studi S1 Keperawatan  
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kuningan

Tanggal, 27 Juli 2022

Mengesahkan,

Penguji I



Tommy Suhada, S.Kep., M.Kep.  
NIK. 841228.201003.034

Penguji II



Ns. Nining Rusmianingsih, S.Kep., M.Kep.  
NIK. 730804.202105.1149

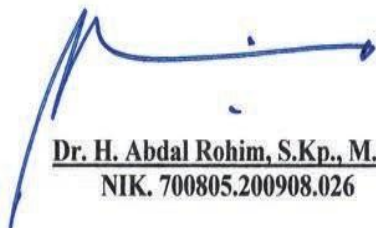
Penguji III



Ns. Nur Wulan., S.Kep., M.Kep.  
NIK. 940301.201610.11

Mengetahui,

Ketua STIKes Kuningan



Dr. H. Abdal Rohim, S.Kp., M.H.  
NIK. 700805.200908.026

Ketua Program Studi  
SI Keperawatan



Ns. Neneng Aria, S.Kep., M.Kep.  
NIK. 81100.201010.040

## LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Endang Rahmawati

NIM : CKR0180127

Program : S1 Keperawatan STIKes Kuningan

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Hubungan Tingkat Stres Dan Kualitas Tidur Dengan Konflik Pada Mahasiswa Profesi Ners Di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kuningan Tahun 2022” beserta isinya adalah benar-benar karya saya sendiri dan tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku dalam masyarakat.

Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko/sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila ditemukan pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam karya saya ini, atau klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Kuningan, 27 Juli 2022

Endang Rahmawati

## **LEMBAR PERSEMBAHAN**

Yang utama dari segalanya, kuucapkan syukur kepada Allah SWT berkat cinta dan kasih sayang-Nya telah memberikanku kekuatan dan kemudahan serta membekaliku ilmu sehingga skripsi yang sederhana ini dapat terselesaikan.

### **Ibunda dan Ayahanda Tersayang**

Sebagai tanda bakti, dan rasa terima kasih yang tak terhingga kupersembahkan karya kecil ini untuk cinta pertama saya Bapak Didi Sutandi Dipraja dan Mamah Iyos Rosmawati serta Adik Afdal Mukhlis Shidiq yang telah senantiasa memberikan seluruh doa, dukungan, cinta dan kasih sayang yang tak ada hentinya. Semoga karya kecil ini dapat memberikan sedikit kebahagiaan bagi kalian, karena sadar bahwa selama ini belum bisa memberikan kebahagiaan yang lebih. Semoga Allah SWT selalu memberikan cinta kasih, kebahagiaan dan umur yang panjang untuk kalian. Doakan terus anak perempuanmu ini untuk mencapai kesuksesan dan bisa selalu membahagiakan kalian.

### **Keluarga Tercinta**

Terima kasih untuk Paraja Family dan Evia Family yang senantiasa memberikan doa dan dukungannya sehingga saya bisa menyelesaikan skripsi ini.

### **Sahabat Tercinta**

Terima kasih untuk sahabat ku tercinta, teman kampus ku, teman seperjuangan ku atas bantuan, hiburan, dan semangat yang senantiasa kalian berikan selama menempuh pendidikan, aku tak akan melupakan semua yang telah kalian berikan selama ini. Semoga Allah senantiasa menjaga tali silaturahmi kita walau nanti jarak yang memisahkan, semoga kedekatan kita bisa terjalin dengan baik.

### **Partner Spesial**

Rizki Putra terimakasih karena sudah menemani meski terhalang jarak, terimakasih tidak menambah beban pikiran selama masa perkuliahan dan sudi menunggu sampai terselesainya tahapan tahapan yang saya harus lalui, meskipun tidak bisa menemani, mengantar sana sini, sebisa mungkin meluangkan waktunya untuk memberi dukungan, mendengarkan keluhan, dan tidak lupa membantu lewat do'a do'a nya.

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN KUNINGAN  
SKRIPSI, KUNINGAN, JULI 2022**

**ENDANG RAHMAWATI  
CKR0180127**

**ABSTRAK**

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DAN KUALITAS TIDUR DENGAN  
KONFLIK PADA MAHASISWA PROFESI NERS DI SEKOLAH TINGGI  
ILMU KESEHATAN KUNINGAN TAHUN 2022**

**XV+ 119 Halaman + 10 Tabel + 2 Bagan + 10 Lampiran**

**Latar Belakang:** Mahasiswa profesi ners yang sedang menjalankan praktik klinik dengan tuntutan akademik yang begitu padat dituntut untuk dapat menyeimbangkan kemampuan dengan beban kerja selama praktek di rumah sakit. Kondisi mahasiswa profesi ners rentan mengalami konflik yang diakibatkan oleh tingkat stres yang tinggi dan kualitas tidur yang kurang. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan tingkat stres dan kualitas tidur dengan konflik pada mahasiswa profesi Ners di STIKes Kuningan tahun 2022.

**Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain crosssectional. Populasi sebanyak 121 mahasiswa, pengambilan sampel menggunakan purposive sampling didapatkan sampel 93 orang. Instrumen menggunakan kuesioner, analisis univariat menggunakan distribusi frekuensi dan bivariat menggunakan Chi Square.

**Hasil:** Menunjukkan sebagian besar mengalami stres sedang sebanyak 63 responden (67,7%), kualitas tidur baik sebanyak 61 responden (65,6%), konflik ringan sebanyak 54 responden (58,1%). Analisis bivariat menunjukkan nilai  $p = 0,039$  pada tingkat stress dan nilai  $p = 0,014$  pada kualitas tidur.

**Simpulan:** Terdapat Hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan konflik mahasiswa, dan terdapat hubungan antara kualitas tidur dengan konflik mahasiswa.

**Saran:** Diharapkan mahasiswa dapat melakukan pengaturan waktu secara disiplin agar mendapat waktu istirahat yang cukup. Selain itu diperlukan manajemen stres dan manajemen konflik yang baik dari mahasiswa dalam menjalankan praktik klinik di rumah sakit.

Kata kunci : konflik, kualitas tidur, mahasiswa, ners, tingkat stres  
Kepustakaan : (18 Buku, 15 Jurnal 2012-2021)

**KUNINGAN INSTITUTE OF HEALTH SCIENCE  
NURSING SCIENCE STUDY PROGRAM  
UNDERTHESIS, JUNE 2022**

**ENDANG RAHMAWATI  
CKR0180127**

**ABSTRACT**

**THE RELATIONSHIP OF STRES LEVEL AND SLEEP QUALITY WITH  
CONFLICT IN NERS PROFESSIONAL STUDENTS AT THE HIGH  
SCHOOL OF HEALTH SCIENCE OF BRASS IN 2022**

**XV+ 119 Page + 10 Table + 2 Chart + 10 Attachment**

**Background :** Nurse profession students who are carrying out clinical practice with tight academic demands are required to be able to balance their abilities with the workload during their practice in the hospital. The condition of nursing profession students is prone to conflict caused by high stress levels and poor sleep quality. This study aims to analyze the relationship between stress levels and sleep quality with conflict among nursing professional students at STIKes Kuningan in 2022.

**Methods :** This study was a quantitative study with a cross-sectional design. The population was 121 students, sampling using purposive sampling obtained a sample of 93 people. Instruments used a questionnaire, univariate analysis using frequency distribution and bivariate using Chi Square

**Results :** showed that most of them experienced moderate stress as many as 63 respondents (67.796), good sleep quality as many as 61 respondents (65.6%), mild conflict as many as 54 respondents (58.1%) Bivariate analysis showed the value of  $p=0.039$  on the stress level and the value of  $p=0.014$  on sleep quality

**Conclusion :** There is a significant relationship between stress levels and student conflict, and there is a relationship between sleep quality and student conflict.

**Suggestion :** It is hoped that students can manage their time in a disciplined manner so that they get enough rest time. In addition, it requires good stress management and conflict management from students in carrying out clinical practice in hospitals.

**Keywords :** conflict, sleep quality, stres level, students, nurses,

**Bibliography :** (18 Books, 15 Journals 2012 – 2021)

## KATA PENGANTAR



Puji dan rasa syukur mendalam penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT, karena berkat limpahan rahmat, hidayah dan inayah-Nya maka skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik. Salawat dan salam semoga selalu tercurah pada baginda Rasulullah Muhammad SAW.

Skripsi yang berjudul “Hubungan Tingkat Stres dan Kualitas Tidur dengan Konflik pada Mahasiswa Profesi Ners di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kuningan Tahun 2022” ini disusun untuk memenuhi persyaratan menempuh gelar sarjana keperawatan pada Program Studi S1 Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kuningan.

Penulis mengucapkan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya atas semua bantuan yang telah diberikan, baik secara langsung maupun tidak langsung selama penyusunan penelitian ini hingga selesai. Secara khusus rasa terima kasih tersebut penulis sampaikan kepada:

1. Ibu Prof. Dr. Hj. Dewi Laelatul Badriah, M.Kes., AIFO., selaku Ketua Yayasan Pendidikan Bhakti Husada Kuningan.
2. Bapak Dr. H. Abdal Rohim, S.Kp, MH., selaku Ketua STIKes Kuningan.
3. Ibu Ns. Neneng Aria Nengsih, S.Kep., M.Kep., selaku Ketua Program Studi S1 Keperawatan STIKes Kuningan.



4. Ibu Ns. Nining Rusmianingsih, S.Kep., M.Kep., selaku Pembimbing I yang telah meluangkan waktu untuk selalu memberikan bimbingan dan arahan serta memberikan saya support untuk terus rajin dalam penyusunan skripsi ini.
5. Ibu Ns. Nur Wulan, S.Kep., M.Kep., selaku Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan dan pengarahan dalam penyusunan skripsi ini.
6. Bapak Ns. Ronny Suhada, S.Kep., M.Kep., selaku Penguji sidang skripsi.
7. Seluruh Dosen dan karyawan STIKes Kuningan yang telah memberikan ilmu, bimbingan dan bantuannya hingga penulis selesai menyusun skripsi ini.
8. Seluruh Mahasiswa/I profesi ners yang telah bersedia menjadi responden penelitian ini.
9. Cinta pertama yang paling teteht cintai Bapak Didi Sutandi Dipraja dan Mamah Iyos Rosmawati yang paling teteht sayangi tidak lupa Dede Afdal Mukhlis Shidiq adik teteht yang paling teteht banggakan beserta keluarga besar yang senantiasa mencurahkan kasih sayang, memberi dukungan moral maupun material serta doa dan kepercayaan kepada saya selama ini sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan lancar.
10. Rekan rekan mahasiswa program S1 Keperawatan STIKes Kuningan

yang juga telah membantu memberikan saran dan motivasi dalam penyusunan skripsi ini.

11. Ns. Nurul Awaliah, S.Kep. atau teteh Ulul yang sudah memberikan pinjaman buku, memberikan dukungan serta motivasi kepada penulis dari mulai konsultasi judul untuk penelitian sampai akhir.
12. Winda Diastari sahabatku yang selalu siap sedia membantu, menemani dalam penyusunan skripsi ini, Wanda Hamidah sahabatku yang selalu support dalam penyusunan skripsi ini. Dina Purnama, Jihan A R, D Mega M, Hanif N A, Intan S P, Risa W, Yufianeu, Aneu E, Dinda dan Tia terimakasih karena sudah bersedia memberikan doa dan support nya dalam penyusunan skripsi ini.
13. Rizki Putra terimakasih karena tidak menambah beban pikiran selama mengerjakan proposal ini, meskipun tidak bisa menemani, mengantar sana sini, yakin disana membantu lewat doa doa nya.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini belum sempurna, baik dari segi materi maupun penyajiannya. Untuk itu saran dan kritik yang membangun sangat diharapkan dalam penyempurnaan skripsi ini. Terakhir penulis berharap, semoga skripsi ini dapat memberikan hal yang bermanfaat dan menambah wawasan bagi pembaca dan khususnya penulis.

Kuningan, 27 Juli 2022

Penulis

## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PERSETUJUAN .....</b>	<b>i</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>ii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>v</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR BAGAN .....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>ix</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	8
1.3 Tujuan Penelitian .....	9
1.3.1 Tujuan Umum .....	9
1.3.2 Tujuan Khusus .....	9
1.4 Manfaat Penelitian .....	10
1.4.1 Manfaat Teoritis .....	10
1.4.2 Manfaat Praktis .....	10
1.5 Keaslian Penelitian.....	11
<b>BAB II TINJAUAN TEORI .....</b>	<b>17</b>
2.1 Konsep Stres .....	17
2.1.1 Pengertian Stres.....	17
2.1.2 Gejala Stres .....	18
2.1.3 Fungsi Stres.....	21
2.1.4 Indikator Stres .....	22
2.1.5 Sumber Stres Kerja.....	26
2.1.6 Bentuk Stres .....	29
2.1.7 Kerugian Akibat Stres di Tempat Kerja .....	30
2.1.8 Konsep Kualitas Tidur .....	31
2.2 Konsep Kualitas Tidur .....	35
2.2.1 Pengertian Kualitas Tidur .....	35
2.2.2 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Tidur .....	37

2.2.3 Pengukuran Kualitas Tidur .....	39
2.3 Konsep Konflik.....	40
2.3.1 Pengertian Konflik .....	40
2.3.2 Penyebab Konflik.....	41
2.3.3 Jenis Konflik .....	43
2.3.4 Efek Konflik.....	44
2.4 Kerangka Teori Penelitian .....	46
<b>BAB III KERANGKA KONSEP, DEFINISI OPERASIONAL DAN</b>	
<b>HIPOTESIS .....</b>	<b>47</b>
3.1 Kerangka Konsep.....	44
3.2 Definisi Operasional.....	48
3.3 Hipotesis .....	50
<b>BAB IV METODOLOGI PENELITIAN.....</b>	<b>51</b>
4.1 Jenis Penelitian .....	51
4.2 Populasi dan Sampel .....	51
4.2.1 Populasi .....	51
4.2.2 Sampel .....	51
4.3 Teknik Pengumpulan Data .....	53
4.4 Pengolahan Data .....	54
4.5 Instrumen Penelitian.....	55
4.5.1 Uji Validitas .....	57
4.5.2 Reliabilitas .....	58
4.6 Teknik Analisis Data.....	59
4.7 Waktu dan Lokasi Penelitian.....	61
4.7.1 Waktu .....	61
4.7.2 Lokasi .....	61
4.7.3 Lokasi .....	61
<b>BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>62</b>
5.1 Hasil Penelitian.....	62
5.2 Pembahasan.....	65
5.3 Keterbatasan Penelitian.....	77

<b>BAB VI SIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>78</b>
6.1 Simpulan.....	78
6.2 Saran.....	79
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>58</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>59</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian .....	11
Tabel 3.1 Definisi Operasional .....	48
Tabel 4.1 Kisi-kisi Kuesioner Tingkat Stres .....	56
Tabel 4.2 Kisi-kisi Kuesioner Kualitas Tidur .....	57
Tabel 4.3 Kisi-kisi Kuesioner Konflik .....	57
Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Dan Presentase Tingkat Stres.....	62
Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Dan Presentase Kualitas Tidur.....	62
Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Dan Presentasi Konflik.....	63
Tabel 5.4 Hubungan Tingkat Stres Dengan Konflik.....	64
Tabel 5.5 Hubungan Tingkat Stres Dengan Konflik.....	64

## DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Kerangka Teori Penelitian .....	46
Bagan 3.1 Kerangka Konsep Penelitian .....	47

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Jadwal Kegiatan Penyusunan Penelitian .....	83
Lampiran 2 Surat Permohonan Responden .....	90
Lampiran 3 Surat Persetujuan Responden .....	91
Lampiran 4 Surat Balasan .....	92
Lampiran 5 surat perijinan penelitian .....	93
Lampiran 6 Kuesioner Tingkat Stres .....	94
Lampiran 7 Kuesioner Kualitas Tidur .....	96
Lampiran 8 Kuesioner Konflik.....	99
Lampiran 9 Dokumentasi .....	101
Lampiran 10 Daftar Riwayat Hidup .....	102



