



HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KUALITAS TIDUR REMAJA KELAS XII DI SMKN 1 PRINGGAPUS

SKRIPSI

Oleh :

ALEX RUDY SAPUTRA

011201056

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN

FAKULTAS KESEHATAN

UNIVERSITAS NGUDI WALUYO

TAHUN 2024

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi berjudul :
**HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KUALITAS TIDUR
REMAJA KELAS XII DI SMKN 1 PRINGAPUS**

Disusun oleh :

ALEX RUDY SAPUTRA

NIM. 011201056

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

Telah diperiksa dan disetujui oleh pembimbing serta telah diperkenankan untuk
diujikan.

Ungaran, 11 Januari 2024
Pembimbing



Ns. Mona Saparwati, S.Kp.,M.Kep.
NIDN. 0628127901

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi berjudul:

HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KUALITAS TIDUR REMAJA KELAS XII DI SMKN 1 PRINGAPUS

Disusun oleh

ALEX RUDY SAPUTRA
NIM. 011201056

Telah dipertahankan dan diujikan di depan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo, pada:

Hari : Jumat
Tanggal : 29 November 2024
Tim Penguji :

Ketua/Pembimbing Utama



Mona Saparwati, S.Kep., Ns., M.Kes.
NIDN. 0628127901

Anggota/Penguji I.

Anggota/Penguji II.



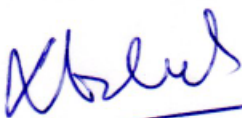
Ns. Puji Lestari S.Kep., M.Kes (Epid)
NIDN. 0022038101



Ns. Umi Setyoningrum, S.Kep. M.Kep
NIDN. 06122118002

Mengetahui,

Ketua Program Studi Keperawatan



Dr. Abdul Wahid, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep. Jiwa
NIDN. 0602027901

Dekan Fakultas Kesehatan



Ns. Eko Susilo, S.Kep., M.Kep
NIDN. 0627097501

DAFTAR ISI

JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
DAFTAR ISI	iv
PERNYATAAN ORISINALITAS	vi
HALAMAN KESEDIAAN PUBLIKASI	vii
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	viii
ABSTRAK	ix
KATA PENGANTAR	xi
BAB I	
PENDAHULUAN	1
A. Tinjauan teoritis	6
B. Kerangka Teori	12
C. Kerangka Konsep	13
D. Hipotesis	13
BAB III	
METODE PENELITIAN	14
A. Desain penelitian	14
B. Lokasi penelitian	14
C. Populasi Dan Sample Penelitian	14
D. Definisi Operasional	16
E. Variable Penelitian	17
F. Pengumpulan Data	18
G. Pengolahan Data	19
H. Analisis Data	21
BAB IV	
HASIL DAN PEMBAHASAN	22

A. Hasil Penelitian	22
B. Pembahasan	27
C. Keterbatasan	30
BAB V	
PENUTUP	32
A. Kesimpulan	32
B. Saran	33
DAFTAR PUSTAKA	35

PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini saya:

Nama : ALEX RUDY SAPUTRA

Nim : 011201056

Mahasiswa : Program Studi S1 Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo

Dengan ini menyatakan bahwa:

Skripsi berjudul “ Hubungan Tingkat Stres Dengan Kualitas Tidur Remaja Kelas XII SMKN 1 Pringapus “ adalah:

1. Skripsi ini merupakan ide dan hasil karya murni saya yang dibimbing dan dibantu oleh tim pembimbing dan narasumber.
2. Skripsi ini tidak memuat karya atau pendapat orang lain yang telah dipublikasikan kecuali secara tertulis dicantumkan dalam naskah sebagai acuan dengan menyebut nama pengarang dan judul aslinya serta dicantumkan dalam daftar Pustaka.
3. Pertanyaan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran di dalam pernyataan ini saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh dan saksi lain sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Ngudi Waluyo.

Ungaran, Mei 2024



Alex Rudy Saputra

011201056

HALAMAN KESEDIAAN PUBLIKASI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Alex Rudy Saputra

Nim : 011201056

Mahasiswa : Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo

Menyatakan memberikan kewenangan kepada Universitas Ngudi Waluyo untuk menyimpan, mengalih media/formatkan, merawat, mempublikasikan Skripsi saya yang berjudul “Hubungan Tingkat Stres Dengan Kualitas Tidur Remaja Di SMKN 1 Pringapus” untuk kepentingan akademik.

Ungaran, Mei 2024

Alex Rudy Saputra

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

DATA PRIBADI

Nama : Alex Rudy Saputra

Tempat, Tanggal Lahir : Kab. Semarang 31 Desember 2001

Agama : Islam

Jenis Kelamin : Laki-Laki

Alamat : Jatirunggo RT 2 RW 9, Kec. Pringapus. Kab.Semarang

RIWAYAT PENDIDIKAN

SD Negeri Jatirunggo 01

SMP N 2 Pringapus

SMA N 1 Bergas

Universitas Ngudi Waluyo: Tahun 2020 - Sekarang

DATA ORANG TUA

Nama Ayah : Agus Trimorwanto

Nama Ibu : Fatimah

Pekerjaan : Karyawan, Ibu rumah tangga

Alamat : Jatirunggo RT 2 RW 9, Kec. Pringapus. Kab.Semarang