

KARYA TULIS ILMIAH

**HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN KUALITAS HIDUP PADA
MAHASISWA UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA
PENYINTAS COVID-19**

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh
Derajat Sarjana Kedokteran pada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta



Disusun oleh

HANI FAKHRUNNISA

20190310048

**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA**

2022

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : Hani Fakhrunnisa

NIM : 20190310048

Program Studi : Kedokteran

Fakultas : Kedokteran dan Ilmu Kesehatan

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa Karya Tulis Ilmiah yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri dan belum diajukan dalam bentuk apapun kepada perguruan tinggi manapun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam Daftar Pustaka di bagian akhir Karya Tulis Ilmiah ini.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan Karya Tulis Ilmiah ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Yogyakarta, 15 Desember 2022

Yang membuat pernyataan


Hani Fakhrunnisa

KATA PENGANTAR



Assalamu'alaikum Wr.Wb,

Alhamdulillah segala puji bagi Allah SWT yang telah memberikan kenikmatan, rahmat serta hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian dengan judul “Hubungan Kualitas Tidur dengan Kualitas Hidup Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Yogyakarta Penyintas Covid-19”. Selama penyusunan karya tulis ini, penulis mengalami banyak kesulitan dan hambatan, namun berkat bantuan dari berbagai pihak, maka penulis dapat menyelesaikannya dengan penuh rasa syukur. Maka dari itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi kebaikan kedepannya serta perkenankan pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :


1. Dr. dr. Sri Sundari, M. Kes, selaku Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
2. Dr. Nur Hayati, Sp. Rad, selaku Kepala Prodi Kedokteran Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
3. dr. Iman Permana, M.Kes., PhD, selaku dosen pembimbing yang telah memberikan banyak arahan, masukan, dan motivasi kepada penulis selama jalannya proses penelitian dari awal sampai selesai.
4. Dr. dr. Arlina Dewi, M.Kes., selaku dosen penguji atas masukan dan arahan untuk menjalankan penelitian.

5. Kedua orang tua penulis, Bapak Muhammad Muhajir dan Ibu Siti Wahyuni serta adik-adik penulis, Yaya, Vian, dan Nanda yang senantiasa mendoakan serta menjadi *support system* utama dalam setiap waktunya.
6. Dewanti Widya Krisnawati, sebagai partner penulis yang saling membantu dan kebersamai dalam menjalankan penelitian.
7. Taman-teman baik penulis, Luthfia Mazaya, Resdenia Widya, Nadila Aghnia, Annisa Dwi, Asriana Reza, La Taniya Jihan, Sefia Febri, Hasna Rafidah, dan Bunga Astri, yang telah banyak menguatkan dan saling memberi dukungan dalam pelaksanaan penelitian.
8. Teman-teman seperjuangan TBM ALERT FKIK UMY, khususnya angkatan XX yang telah memberikan semangat dan dukungan.
9. Semua orang baik yang penulis temui selama berproses menyusun Karya Tulis Ilmiah ini, yang telah memberikan banyak motivasi.

Semoga Allah membalas seluruh kebaikannya dan menjadikannya sebagai amal jariyah. Aamin Ya Rabbal'alamin.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

Yogyakarta, 15 Desember 2022



Penulis

DAFTAR ISI

KARYA TULIS ILMIAH.....	i
HALAMAN PENGESAHAN KTI.....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	iii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR SINGKATAN	x
ABSTRAK	xi
BAB I.....	13
A. Latar Belakang Masalah.....	13
B. Rumusan Masalah	16
C. Tujuan Penelitian.....	17
1. Tujuan Umum.....	17
2. Tujuan Khusus	17
D. Manfaat Penelitian.....	17
1. Aspek Teoritis.....	17
2. Aspek Praktis	18
E. Keaslian Penelitian.....	19
BAB II.....	22
A. Telaah Pustaka.....	22
1. Kualitas Hidup	22
2. Kualitas Tidur	30
3. Covid-19	34
4. Penyintas Covid-19.....	41
B. Kerangka Teori.....	43
C. Kerangka Konsep	44
D. Hipotesis	44

BAB III.....	45
A. Desain Penelitian.....	45
B. Populasi dan Sampel Penelitian.....	45
C. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	46
D. Variabel Penelitian	46
E. Definisi Operasional	47
F. Alat dan Bahan Penelitian.....	48
G. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	49
H. Metode Pengolahan Data dan Analisis Data	50
I. Jalannya Penelitian	53
J. Etik Penelitian.....	55
BAB IV	56
A. Hasil Penelitian.....	56
1. Karakteristik Responden.....	56
2. Hasil Analisis Univariat.....	59
3. Hasil Analisis Bivariat	67
B. Pembahasan	69
1. Kualitas Tidur	69
2. Kualitas Hidup	72
3. Hubungan Kualitas Tidur dengan Kualitas Hidup.....	74
C. Keterbatasan Penelitian	77
BAB V.....	78
A. Kesimpulan.....	78
B. Saran.....	79
DAFTAR PUSTAKA	79
LAMPIRAN	84

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Keaslian Penelitian.....	19
Tabel 2. Definisi Operasional	47
Tabel 3. Distribusi Usia Responden.....	57
Tabel 4. Distribusi Asal Fakultas Responden.	57
Tabel 5. Gambaran Kualitas Tidur.....	60
Tabel 6. Distribusi Skor PSQI.....	62
Tabel 7. Gambaran Kualitas Hidup.....	63
Tabel 8. Skor Kualitas Tidur dan Kualitas Hidup.....	66
Tabel 9. Rata-rata Skor Kualitas Hidup berdasarkan Kategori Kualitas Tidur.....	66
Tabel 10. Hubungan Kualitas Tidur dengan Kualitas Hidup.....	68

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Distribusi Jenis Kelamin Responden	57
Gambar 2. Distribusi Lokasi Isolasi Responden	58
Gambar 3. Kualitas Tidur berdasarkan Jenis Kelamin.....	60
Gambar 4. Kualitas Tidur berdasarkan Usia	61
Gambar 5. Kualitas Tidur berdasarkan Asal Fakultas	61
Gambar 6. Kualitas Tidur berdasarkan Lokasi Isolasi	61
Gambar 7. Kualitas Hidup berdasarkan Jenis Kelamin	64
Gambar 8. Kualitas Hidup berdasarkan Usia	64
Gambar 9. Kualitas Hidup berdasarkan Asal Fakultas	65
Gambar 10. Kualitas Hidup berdasarkan Lokasi Isolasi	65
Gambar 11. Rata-rata Skor Kualitas Tidur dan Kualitas Hidup	67

DAFTAR SINGKATAN

CDC	: <i>Centers for Disease Control and Prevention</i>
Covid-19	: <i>Coronavirus Disease-19</i>
ICS	: <i>Incident Command System</i>
PSQI	: <i>Pittsburgh Sleep Quality Index</i>
QoL	: <i>Quality of Life</i>
WHO	: <i>World Health Organization</i>
WHOQoL	: <i>World Health Organization Quality of Life</i>
REM	: <i>Rapid Eye Movement</i>
NREM	: <i>Non-Rapid Eye Movement</i>