

**HUBUNGAN KUALITAS TIDUR TERHADAP KONSENTRASI  
BELAJAR PADA MAHASISWA YANG AKTIF ORGANISASI**



**SKRIPSI**

Diajukan untuk memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh gelar Sarjana  
Keperawatan

**Disusun Oleh :**

Widyadhari

2106960

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN  
KAMPUS UPI SUMEDANG  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA  
TAHUN 2024**

---

# HUBUNGAN KUALITAS TIDUR TERHADAP KONSENTRASI BELAJAR PADA MAHASISWA YANG AKTIF ORGANISASI

Oleh  
Widyadhari

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar  
Sarjana Keperawatan pada Kampus Daerah di Sumedang

© Widyadhari 2024  
Universitas Pendidikan Indonesia  
Desember 2004

Hak Cipta dilindungi undang-undang.  
Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian,  
dengan dicetak ulang, difoto kopi, atau cara lainnya tanpa ijin dari penulis.

**LEMBAR PENGESAHAN**

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN KUALITAS TIDUR TERHADAP KONSENTRASI BELAJAR  
PADA MAHASISWA YANG AKTIF ORGANISASI**

**disusun Oleh:**

**Widyadhari**

**Telah dipertahankan di depan dewan penguji pada tanggal 30 Desember 2024**

**Susunan Dewan Penguji**

**Pembimbing Utama**



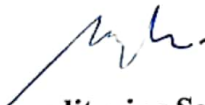
**Nunung Siti Sukaesih, S.Kep., MmedEd  
NIP. 197801312006042014**

**Penguji**



**Ahmad Purnama H., S.Kp., M.Kes  
NIP. 197703022006041013**

**Pembimbing Pendamping**



**Amanda Pusanditaning Sejati, S.Pd., M.Hum  
NIP. 920190219901228201**

**Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh  
gelar Sarjana**



**Sri Wulan Lindasari, M.Kep  
NIP. 920200119800831201**

**Ketua Program Studi S1 Keperawatan**

## HALAMAN PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Widyadhari

NIM : 2106960

Program Studi : S1 Keperawatan

Judul Karya : Hubungan Kualitas Tidur terhadap Konsentrasi Belajar pada Mahasiswa yang Aktif Organisasi

Dengan ini menyatakan bahwa karya tulis ini merupakan hasil kerja saya sendiri. Saya menjamin bahwa seluruh isi karya ini, baik sebagian maupun keseluruhan, bukan merupakan plagiarisme dari karya orang lain, kecuali pada bagian yang telah dinyatakan dan disebutkan sumbernya dengan jelas.

Jika dikemudian hari ditemukan pelanggaran terhadap etika akademik atau unsur plagiarisme, saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan yang berlaku di Universitas Pendidikan Indonesia.

Sumedang, Desember 2024



Widyadhari

NIM. 2106960

## KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh

Puji dan syukur kita panjatkan kehadirat Allah Swt. karena atas rahmat dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul "Hubungan Kualitas Tidur terhadap Konsentrasi Belajar pada Mahasiswa yang Aktif Organisasi" ini dengan baik dan tepat waktu. Shalawat serta salam semoga selamanya terlimpah curahkan kepada nabi Muhammad Saw., kepada keluarganya, para sahabatnya, para tabi'in dan tabi'atnya, serta sampailah kepada kita selaku umatnya.

Ketertarikan peneliti akan topik ini didasari oleh fakta yang menyatakan bahwa tidur dapat memberikan dampak terhadap, terutama pada konsentrasi belajar. Kegiatan mahasiswa yang padat sering membuat mahasiswa melupakan waktu tidurnya, terlebih pada mahasiswa organisasi. Penelitian ini bertujuan untuk membuktikan korelasi yang didapatkan antara kualitas tidur dan konsentrasi belajar terhadap mahasiswa yang aktif di organisasi.

Pembuatan skripsi ini, peneliti mendapatkan banyak arahan dan bimbingan dari semua pihak sehingga dapat tersusun proposal penelitian sehingga peneliti ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang tak terhingga kepada beberapa pihak yang terlibat, seperti:

1. Bapak Prof. Dr. H. M Solehuddin, M.Pd., MA selaku Rektor Universitas Pendidikan Indonesia yang telah memberikan izin dan kesempatan kepada peneliti untuk menyelesaikan proposal penelitian ini.
2. Bapak Prof. Dr. H. Yudha Munajat Saputra, M.Ed selaku Direktur Universitas Pendidikan Indonesia Kampus di Sumedang yang telah memberikan dukungan moral dan perhatian kepada penulis.
3. Bapak Dr. Indra Safari, M.Pd selaku Wakil Direktur Bidang Akademik dan Kemahasiswaan Universitas Pendidikan Indonesia Kampus di Sumedang yang telah memberikan dukungan moral dan perhatian kepada peneliti.

4. Bapak Dr. Maulana, M.Pd selaku Wakil Direktur Bidang Sumber Daya dan Keuangan Universitas Pendidikan Indonesia Kampus di Sumedang yang telah memberikan dukungan moral dan perhatian kepada peneliti.
5. Ibu Sri Wulan Lindasari, M.Kep., Ners selaku Ketua Program Studi Keperawatan Universitas Pendidikan Indonesia Kampus di Sumedang yang telah memberikan dukungan moral, perhatian dan bimbingan kepada peneliti.
6. Ibu Nunung Siti Sukaesih, S.Kep., MMedEd selaku pembimbing utama yang telah memberikan dukungan dan bimbingan dalam proses penyelesaian proposal penelitian kepada peneliti.
7. Ibu Amanda Puspanditaning Sejati, S.Pd., M.Hum selaku pembimbing pendamping yang telah memberikan dukungan dan bimbingan dalam proses penyelesaian proposal penelitian kepada peneliti.
8. Bapak H. Heri Ridwan, S.Kep., Ners., MAN selaku dosen pendamping akademik selama berkuliah di Program Studi Keperawatan Universitas Pendidikan Indonesia Kampus di Sumedang yang telah memberikan dukungan dari awal hingga selesainya perkuliahan ini.
9. Seluruh dosen Program Studi Keperawatan Universitas Pendidikan Indonesia Kampus di Sumedang yang telah memberikan dukungan dan semangat dalam melalui proses penyusunan skripsi peneliti.
10. Seluruh anggota keluarga, Papah, Mamah, Teh Winda, Wildan, Nadine dan anggota keluarga lainnya yang tidak dapat disebutkan satu persatu. Mereka senantiasa hadir dalam memberikan dukungan serta dorongan untuk tetap bertahan dan memperjuangkan proses perkuliahan di program studi ini hingga akhir.
11. Saudara Yosep Hadika Hidayat, yang tak kalah penting kehadirannya untuk selalu menemani penulis dan menjadi bagian dari perjalanan dalam melakukan penelitian ini. Kontribusi penuh yang diberikan kepada penulis dalam bentuk dorongan, motivasi, semangat dan hal lain yang tidak dapat dijelaskan satu persatu sehingga peneliti dapat terus melanjutkan dan menyelesaikan penelitian ini hingga akhir walaupun sebelumnya sempat memilih untuk menyerah.

12. Sahabat seperjuangan peneliti, Antung Farah, Esa Nurfauziah, Natasya Wijdaningtyas, R. Dhiya Azka, dan Tiara Octaviani yang senantiasa memberikan dukungan, motivasi bahkan warna dalam setiap proses yang dilalui oleh peneliti hingga akhir.
13. Teman – teman seperjuangan program studi Keperawatan angkatan 2021 yang selalu bersedia untuk memberikan motivasi, dukungan dan semangat untuk menjalani setiap prosesnya bersama.
14. Responden dan partisipan yang telah berpartisipasi dan bersedia membantu dalam proses pengumpulan data yang dibutuhkan peneliti.
15. Semua pihak yang tidak bisa peneliti sebutkan satu – persatu yang telah membantu proses pembuatan proposal penelitian peneliti.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, maka peneliti membuka segala bentuk kritik dan saran yang membangun karena hal tersebut berguna untuk menyusun penyusunan tugas kedepannya dengan baik.

Wassalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh

Sumedang, Desember 2024

Widyadhari  
NIM. 2106960

## ABSTRAK

**Latar belakang.** Kondisi tidur merupakan suatu dasar kebutuhan dasar manusia yang memang perlu dipenuhi untuk memberikan dampak yang baik terhadap tubuh. Kualitas tidur menjadi suatu faktor yang memberikan pengaruh besar terhadap konsentrasi belajar mahasiswa. Konsentrasi belajar menjadi aspek penting bagi mahasiswa terutama mahasiswa yang aktif dalam organisasi. Beban dan tanggung jawab yang berbeda dibandingkan mahasiswa lainnya menjadi fokus utama dalam penelitian ini.

**Tujuan.** Penelitian ini bertujuan untuk menilai hubungan antara kualitas tidur terhadap konsentrasi belajar pada mahasiswa yang aktif dalam berorganisasi di ruang lingkup Universitas Pendidikan Indonesia Kampus di Sumedang.

**Metode.** Desain penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional*. Penelitian ini dilakukan sebanyak 234 responden.

**Hasil dan Pembahasan.** Hasil data menyebutkan mayoritas memiliki kualitas tidur yang buruk sebanyak 186 orang (79,49%) dan konsentrasi belajar yang dimiliki berada di kategori cukup sebanyak 168 orang (71,79%). Hasil uji *Pearson's Correlation* menunjukkan  $p\text{-value} = 0.017 < 0.05$  dan hasil *pearson's r* = 0,156 > 0,138, maka terdapat hubungan positif yang kuat antara kualitas tidur dengan konsentrasi belajar pada mahasiswa yang aktif organisasi di ruang lingkup Universitas Pendidikan Indonesia Kampus di Sumedang.

**Kesimpulan.** Terdapat hubungan yang signifikan antara kualitas tidur dengan konsentrasi belajar pada mahasiswa yang aktif dalam berorganisasi di ruang lingkup Universitas Pendidikan Indonesia Kampus di Sumedang.

**Kata Kunci.** Konsentrasi belajar, Kualitas tidur, Mahasiswa aktif organisasi, *PSQI*



## ABSTRACT

**Background.** *Sleep is a basic human need that needs to be fulfilled to have a good impact on the body. Sleep quality is a factor that has a major influence on student learning concentration. Learning concentration is an important aspect for students, especially students who are active in organizations. Different burdens and responsibilities compared to other students are the main focus of this research.*

**Purpose.** *This study aims to assess the relationship between sleep quality and study concentration in students who are active in organizations within the scope of the University of Education Indonesia Campus in Sumedang.*

**Methods.** *The research design used was quantitative with a cross-sectional approach. This research was conducted as many as 234 respondents.*

**Results and Discussion.** *The data results showed that the majority had poor sleep quality as many as 186 people (79.49%) and their learning concentration was in the moderate category as many as 168 people (71.79%). Pearson's Correlation test results show  $p\text{-value} = 0.017 < 0.05$  and Pearson's  $r$  results =  $0.156 > 0.138$ , so there is a strong positive relationship between sleep quality and learning concentration in students who are active in organizations within the scope of the University of Education Indonesia Campus in Sumedang.*

**Conclusion.** *There is a significant relationship between sleep quality and study concentration in students who are active in organizations within the scope of the Indonesian Education University Campus in Sumedang.*

**Keywords.** *Active students of the organization, Learning concentration, PSQI, Sleep quality*

## DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN.....	i
HALAMAN PERNYATAAN .....	ii
KATA PENGANTAR .....	iii
ABSTRAK .....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR .....	xi
DAFTAR LAMPIRAN .....	xii
DAFTAR SINGKATAN .....	xiii
BAB I PENDAHULUAN .....	1
1.1 Latar Belakang Penelitian.....	1
1.2 Rumusan Masalah Penelitian.....	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.4 Manfaat.....	5
1.5 Sistematika Penelitian.....	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA .....	8
2.1. Konsep Kualitas Tidur.....	8
2.2. Konsep Konsentrasi Belajar .....	15
2.3. Konsep Mahasiswa .....	17
2.4. Penelitian Terdahulu.....	19
2.5. Kerangka Teori.....	22
2.6. Kerangka Penelitian.....	25
BAB III METODE PENELITIAN.....	26
3.1. Desain Penelitian .....	26
3.2. Lokasi Penelitian .....	26
3.3. Subjek Penelitian .....	26
3.4. Teknik Sampling dan Besar Sampling .....	27
3.5. Desain Operasional Variabel Penelitian .....	28
3.6. Instrumen Pengumpulan Data .....	30

3.7.	Prosedur Penelitian .....	31
3.8.	Teknik Analisa Data .....	32
3.9.	Etika Penelitian.....	32
3.10.	Hipotesis .....	33
3.11.	Alur Penelitian.....	35
3.12.	Jadwal Penelitian .....	36
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....		37
4.1.	Hasil dan Analisa Data .....	37
4.2.	Pembahasan .....	41
BAB V PENUTUP.....		47
5.1.	Kesimpulan.....	47
5.2.	Saran dan Rekomendasi.....	47
DAFTAR PUSTAKA .....		49
LAMPIRAN.....		53

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1. Rincian jumlah sampel mahasiswa yang aktif organisasi di ruang lingkup Universitas Pendidikan Indonesia Kampus di Sumedang.....	27
Tabel 3.2. Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	28
Tabel 3.3. Uji Normalitas .....	32
Tabel 3.4. Jadwal Penelitian .....	36
Tabel 4.1. Karakteristik responden mahasiswa yang aktif organisasi di ruang lingkup Universitas Pendidikan Indonesia Kampus di Sumedang .....	37
Tabel 4.2. Analisis Korelasi Kualitas Tidur dan Konsentrasi Belajar pada mahasiswa yang aktif organisasi di ruang lingkup Universitas Pendidikan Indonesia Kampus di Sumedang.....	39
Tabel 4.3. Analisis Kekuatan Hubungan Kualitas Tidur dan Konsentrasi Belajar setiap organisasi di ruang lingkup Universitas Pendidikan Indonesia Kampus di Sumedang.....	40

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Siklus tidur normal.....	11
Gambar 2.2. Hierarki Kebutuhan Dasar Manusia.....	24
Gambar 2.3. Hierarki Kebutuhan Dasar Manusia.....	25
Gambar 3.1. Alur Penelitian.....	35

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar Permohonan Menjadi Responden .....	53
Lampiran 2. Lembar Persetujuan Responden .....	55
Lampiran 3. Tabel Penentuan Sampel Stephen Isaac dan Willian B.Michael. 56	
Lampiran 4. Instrumen Penelitian Kualitas Tidur.....	57
Lampiran 5. Instrumen Penelitian Konsentrasi Belajar .....	62
Lampiran 6. Hasil Uji Validitas Kuesioner Konsentrasi Belajar .....	65
Lampiran 7. Hasil Uji etik.....	68
Lampiran 8. Tabel Batas <i>Pearson 'r</i> .....	69
Lampiran 9. Hasil analisa data JASP .....	71
Lampiran 10. Bukti Dokumentasi.....	74
Lampiran 11. Hasil Uji Plagiarisme.....	75
Lampiran 12. Format Bimbingan.....	78

## DAFTAR SINGKATAN

1. AIA : *American International Assurance*
2. TNS : *Taylor Nelson Sofrens*
3. KBBI : Kamus Besar Bahasa Indonesia
4. REM : *Rapid Eye Movement*
5. NREM : *Non-Rapid Eye Movement*
6. RAS : *Reticular Activating System*
7. BSR : *Bulbar Synchronizing Regional*
8. IMT : Indeks Masa Tubuh
9. PSQI : *Pittsburgh Sleep Quality Index*
10. BEM : Badan Eksekutif Mahasiswa
11. DPM : Dewan Perwakilan Mahasiswa
12. HIMA : Himpunan Mahasiswa
13. UKM : Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM)
14. HMP PENJAS : Himpunan Mahasiswa PGSD Penjas
15. HIMANGUNI : Himpunan Mahasiswa Pembangun Negeri (PGSD)
16. HIMANERS : Himpunan Mahasiswa Ners (S1 Keperawatan)
17. HIMA INPAR : Himpunan Mahasiswa Industri Pariwisata

## DAFTAR PUSTAKA

- Andi Mauliyana, Mohamad Guntur Nangi, & Yordania Anamelania. (2020). Faktor Yang Berhubungan Dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Stikes Mandala Waluya Kendari. *MIRACLE Journal Of Public Health*, 3(2), 179–187. <https://doi.org/10.36566/mjph/vol3.iss2/176>
- Andriani. (2016). Hubungan kualitas tidur terhadap konsentrasi belajar mahasiswa akademi kebidanan internasional pekanbaru tahun 2016. *Journal Penelitian*, 4(01), 383–390.
- Arna, Y. D., Agustian, I., Rahmatulloh, G., Ahzani, Y., Triana, W., Djaafar, N. S., Anggryni, M., Urrahman, D., Abidin, L. S., Saptaningrum, E., Rahakbauw, G. Z., & Kristina. (2023). *Falsafah dan Teori Keperawatan* (H. J. Siagian & N. B. Marasabessy (eds.)). Media Pustaka Indo.
- Bastian, M. A., Noormartany, & Siti Annisa Devi Trusda. (2023). Hubungan Kualitas Tidur dengan Derajat Konsentrasi Mahasiswa Fakultas Kedokteran Tingkat Pertama. *Bandung Conference Series: Medical Science*, 3(1), 189–196. <https://doi.org/10.29313/bcsms.v3i1.5838>
- Clariska, W., Yuliana, Y., & Kamariyah, K. (2020). Hubungan Tingkat Stres dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi. *Jurnal Ilmiah Ners Indonesia*, 1(2), 94–102. <https://doi.org/10.22437/jini.v1i2.13516>
- Daryati, M. E., Suryadi, D., & Hatta, M. (2021). Implementasi Pembelajaran Literature Based Menggunakan Metode Reciprocal dalam Meningkatkan Penguasaan Mahasiswa Terhadap Materi Mata Kuliah Studi Sosial Anak Usia Dini Melia. *Jurnal Ilmiah Potensia*, 6(1), 45–56. <https://ejournal.unib.ac.id/index.php/potensia/article/view/14214/7200>
- Djamalilleil S.F, Rosmaini, & Dewi N.P. (2021). Hubungan Kualitas Tidur Terhadap Konsentrasi Belajar Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Baiturahmah Padang Angkatan 2018. *Health & Medical Journal*, 3, 43–50.
- Fari, A. I., Suprpto, Hidayatullah, A., Putri, P. R., Amalia, L. R., Wirawan, N., Utami, T., Asmarawanti, Sulistiyani, Sulistiyowati, M. A., Tri, E., & Chintya, Y. (2023). *Keperawatan dan Ners : Teori dan Standar Operasional Prosedur* (Issue November). Get Press Indonesia.
- Fenny, & Supriatmo. (2016). Hubungan Kualitas dan Kuantitas Tidur dengan Prestasi Belajar pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran. *Jurnal Pendidikan Kedokteran Indonesia: The Indonesian Journal of Medical Education*, 5(3), 140. <https://doi.org/10.22146/jpki.25373>



- Fitriana, A., & Kurniasih, N. (2021). Prestasi Belajar Mahasiswa (Studi Mahasiswa PAI yang Aktif Berorganisasi Di IAIIG Cilacap). *Jurnal Tawadhu*, 5(1), 44–58.
- Gustiawati, I., & Murwani, A. (2020). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Konsentrasi Belajar Siswa Kelas VII Dan VIII. *Jurnal Kesehatan Poltekkes Kemenkes Ri Pangkalpinang*, 8(2), 107. <https://doi.org/10.32922/jkp.v8i2.187>
- Herlovina, N. K. S. (2023). Pengambilan Keputusan Karier Mahasiswa : Sebuah Kajian Literatur. *Journal of Social Science Research*, 3(4), 5676–5690.
- Hidayat, A. A. (2021). *Keperawatan Dasar 1 : Untuk Pendidikan Ners* (N. A. Aziz (ed.)). Health Books Publishing.
- Hutagalung, N., Marni, E., & Erianti, S. (2022). Faktor - Faktor yang Mempengaruhi Kualitas Tidur pada Mahasiswa Tingkat Satu Program Studi Keperawatan STIKes Hang Tuah Pekanbaru. *Jurnal Keperawatan Hang Tuah (Hang Tuah Nursing Journal)*, 2(1), 77–89. <https://doi.org/10.25311/jkh.vol2.iss1.535>
- Indira, F. R. (2023). *Mahasiswa : Antara Akademis dan Organisasi*. <https://unnes.ac.id/feb/mahasiswa-antara-akademis-dan-organisasi/>
- Kirana, S. A. C., Martyastuti, N. E., Lestari, A. S., Achjar, K. A. H., Nuryanti, Y., Gama, I. K., Fabanjo, I. J., Rukmini, Pertiwi, G. H., Ratanto, Sudiantara, K., Mawaddah, N., Ariyanti, S., & Mustika, I. W. (2023). *Falsafah & Teori Keperawatan* (P. I. Daryaswanti (ed.)). Sonpedia Publishing Indonesia.
- Lestari, F. (2020). Meningkatkan Konsentrasi Belajar Siswa Dengan Menerapkan Pembelajaran Kontekstual Pada Pembelajaran IPA. *PGSD FKIP Universitas Muhammadiyah Sidoarjo*. c
- Muttaqin, M. R., Rotinsulu, D. J., & Sulistiawati, S. (2021). Hubungan antara Kualitas Tidur dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Mulawarman. *Jurnal Sains Dan Kesehatan*, 3(4), 586–592. <https://doi.org/10.25026/jsk.v3i4.618>
- Nanda Aini Zulfa. (2022). *Pengaruh Penggunaan Smartphone terhadap Konsentrasi Belajar Siswa di SD Plus Hang Tuah V*.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi penelitian kesehatan* (3rd ed.). Rineka Cipta.
- Paceli, V., Setianingrum, E. L. S., Telussa, A. S., Listyawati, R., & Nurina. (2022). *Hubungan Kualitas Tidur dengan Konsentrasi Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Nusacendana*. November, 1–16.

- Patrisia, I., Juhdeliena, Kartika, L., Pakpahan, M., Siregar, D., Biantoro, Hutapea, A. D., Khusniyah, Z., Sihombing, R. M., Mukhoirotin, Togatorop, L. B., & Sitanggang, Y. F. (2020). *Asuhan Keperawatan pada Kebutuhan Dasar Manusia* (1st ed.). Yayasan Kita Menulis.
- Pujianto, A., & Rahmawati, A. (2022). *Kebutuhan Istirahat Tidur Pasien Kritis*. <https://repository.penerbiteureka.com/media/publications/356873-kebutuhan-istirahat-tidur-pasien-kritis-bae03f73.pdf>
- Ratnaningtyas, T. O., & Fitriani, D. (2019). Hubungan Stres Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Edu Masda Journal*, 3(2), 181. <https://doi.org/10.52118/edumasda.v3i2.40>
- Riinawati. (2020). Hubungan Konsentrasi Belajar Siswa Terhadap Prestasi Belajar Peserta Didik Pada Masa Pandemi Covid-19 di SDN Karang Mekar 4 Banjarmasin. In Sabariah (Ed.), *Berajah Journal* (Vol. 1). CV> Radja Publika.
- Riinawati. (2021). Hubungan Konsentrasi Belajar Siswa terhadap Prestasi Belajar Peserta Didik pada Masa Pandemi Covid-19 di Sekolah Dasar. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 3(4), 2305–2312. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v3i4.886>
- Salam, A. N. S., & Rosiana, D. (2022). Hubungan antara Insomnia dengan Konsentrasi Belajar pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Kedokteran. *Bandung Conference Series*, 499–505. <https://doi.org/https://doi.org/10.29313/bcpsps.v2i3.3121>
- Sari, I. K. (2017). Perbedaan Kualitas Tidur Pasien Gagal Ginjal Kronik Yang Menjalani Terapi Hemodialisa 2 Kali dan 3 Kali Di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Yogyakarta. *Universitas Nusantara PGRI Kediri, 01*, 1–7.
- Sunbanu, V. M., Rante, S. D. T., & Damanik, E. M. B. (2021). Hubungan Kualitas Tidur Dan Konsentrasi Belajar Pada Mahasiswa Teknik Sipil Di Politeknik Negeri Kupang Selama Pandemi Covid-19. *Cendana Medical Journal (CMJ)*, 9(2), 190–197. <https://doi.org/10.35508/cmj.v9i2.5965>
- Tristianingsih, J., & Handayani, S. (2021). Determinan Kualitas Tidur Mahasiswa Kampus A di Universitas Muhammadiyah Prof DR Hamka. *Perilaku Dan Promosi Kesehatan: Indonesian Journal of Health Promotion and Behavior*, 3(2), 120. <https://doi.org/10.47034/ppk.v3i2.5275>
- Uliyah, M., & Hidayat, A. A. (2021). *Keperawatan Dasar 2 untuk Pendidikan Vokasi* (N. A. Aziz (ed.); 2nd ed.). Health Books Publishing.
- Viranisa, R. (2022). *Hubungan Antara Kualitas Tidur dengan Konsentrasi Belajar Mahasiswa di Masa Pandemi Covid 19*.

- Wahyuni, F. D., & Transyah, C. H. (2023). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Konsentrasi Belajar Pada Siswa/I SMP 1-6 Kartika Padang. *Jurnal Amanah Kesehatan*, 5(2).  
<http://ojs.stikesamanahpadang.ac.id/index.php/JAK/article/view/219%0Ahttp://ojs.stikesamanahpadang.ac.id/index.php/JAK/article/download/219/129>
- Wilkinson, J. M., Treas, L. S., Barnett, K. L., & Smith, M. H. (2016). *Fundamentals of Nursing: Theory, concepts, and application* (3rd ed., p. 411). Philadelphia.
- Zainuddin, M. (2020). *Metodologi Penelitian Kefarmasian*. Airlangga University Press.  
[https://books.google.co.id/books?hl=en&lr=&id=z3DIDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA36&dq=definisi+operasional+penelitian+adalah&ots=cAjb6Pc6QT&sig=W7EKgkoP9Ze\\_GXBVFiQjQDF4F1E&redir\\_esc=y#v=onepage&q=definisi+operasional+penelitian+adalah&f=false](https://books.google.co.id/books?hl=en&lr=&id=z3DIDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA36&dq=definisi+operasional+penelitian+adalah&ots=cAjb6Pc6QT&sig=W7EKgkoP9Ze_GXBVFiQjQDF4F1E&redir_esc=y#v=onepage&q=definisi+operasional+penelitian+adalah&f=false)