

**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT STRES AKADEMIK DAN
POLA TIDUR DENGAN KEJADIAN HIPOGLIKEMIA PADA
MAHASISWA PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN DI
UNIVERSITAS BHAKTI HUSADA INDONESIA
TAHUN 2026**

SKRIPSI

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana
Pada Progam Studi SI Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universits Bhakti Husada Indonesia**

**Di Susun Oleh:
RIRI TRIHANDAYANI
CKR0220112**



**PROGAM STUDI SI KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BHAKTI HUSADA INDONESIA
KUNINGAN
2026**

LEMBAR PERSETUJUAN

SKRIPSI

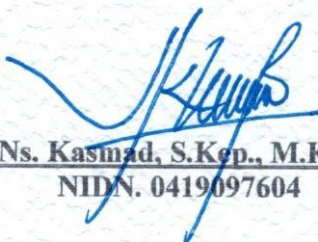
**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT STRES AKADEMIK DAN
POLA TIDUR TIDAK TERATUR DENGAN KEJADIAN
HIPOGLIKEMIA PADA MAHASISWA
PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN DI
UNIVERSITAS BHAKTI HUSADA INDONESIA
TAHUN 2026**

Diajukan Oleh:

Nama: RIRI TRIHANDAYANI
NIM: CKR0220112

Kuningan, Agustus 2026
Telah Disetujui Oleh,

Pembimbing I



Ns. Kasmad, S.Kep., M.Kep
NIDN. 0419097604

Pembimbing II



Ns. Moch. Didik Nugraha, S.kep., M.Kep
NIDN. 0410129203

LEMBAR PENGESAHAN

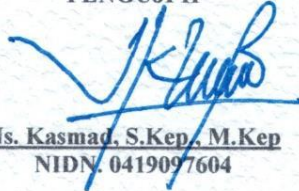
HUBUNGAN ANTARA TINGKAT STRES AKADEMIK DAN POLA TIDUR DENGAN KEJADIAN HIPOGLIKEMIA PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN DI UNIVERSITAS BHAKTI HUSADA INDONESIA TAHUN 2026

PENGUJI I



Ns. Yana Hendriana, S.Kep., M.Kep
NIDN. 0418048502

PENGUJI II



Ns. Kasmad, S.Kep., M.Kep
NIDN. 0419097604

PENGUJI III

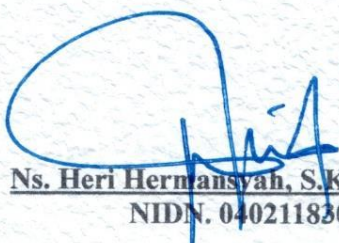


Ns. Moch. Didik Nugraha, S.Kep., M.Kep
NIDN. 0410129203

Skripsi ini telah di ujikan oleh Tim Penguji Program Studi Keperawatan
Universitas Bhakti Husada Indonesia
Pada, 04 Agustus 2026

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan



Ns. Heri Hermansyah, S.Kep., M.KM
NIDN. 0402118302

Ketua Program Studi S1 Keperawatan



Ns. Neneng Aria Nengsih, S.Kep., M.Kep
NIDN. 040710802

LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Riri Trihandayani

NIM : CKR0220112

Kelas : Reguler

Program Studi : S1 Keperawatan

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Hubungan antara tingkat stres akademik dan pola tidur tidak teratur dengan kejadian Hipoglikemia pada mahasiswa program studi S1 Keperawatan di Universitas Bhakti Husada Indonesia Tahun 2026” beserta seluruh 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 risiko/sanksi dijatuhkan kepada saya apabila ditemukan pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam karya saya ini, atau klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Kuningan, Juli 2026

Yang Membuat Pernyataan

Riri Trihandayani

LEMBAR PERSEMBAHAN



Alhamdulillahirabbil'alamin....

Puji syukur kehadiran Allah SWT, atas segala rahmat, kasih sayang, nikmat, serta kemudahan yang senantiasa dilimpahkan kepada penulis. Berkat izin, pertolongan, dan ridha-Nya, penulis akhirnya dapat menyelesaikan skripsi ini sebagai salah satu langkah dalam meraih cita-cita. Dengan penuh rasa syukur, hormat, cinta, dan kasih sayang, skripsi ini saya persembahkan untuk:

1. Terimakasih kepada bapak Nedi yang selalu mengantarkan putra putri nya untuk menggapai cita-cita, dulu bapak selalu mengantarkan abang sampai bapak mengantarkan penulis untuk daftar kuliah, bapak rela berangkat jam 3 pagi agar sampai dikampus jam 7 pagi. Terimakasih sudah mengantarkan kami berdua untuk menggapai gelar sarjana. Bapak kini putra putri mu yang dulu selalu engkau antar sudah menjadi perawat.
2. Terimakasih kepada ibu Tati yang selalu menyakinkan kedua anak nya jika gagal bangkit lagi harus berani mencoba hal lain. Terimakasih Bu sudah yakinkan penulis untuk membuktikan kepada orang-orang yang pernah merendahkan penulis bahwa penulis bisa, bu ucapan mu sudah penulis perjuangkan. Alhamdulillah penulis bisa menjadi perawat kedua di keluarga setelah abang.
3. Terimakasih kepada kakak laki-laki Tonanto Megitiya Prabowo yang selalu mensupport, membantu dan mengajarkan banyak hal ke penulis semenjak masa sekolah sampai lulus kuliah. Abang yang selalu menjadi motivasi untuk penulis

karena banyak hal yang sudah abang perjuangkan semenjak masa SMA sampai sekarang. Kerja keras, kegagalan, berani mencoba hal lain, pengalaman yang sudah abang rasakan itulah yang membuat penulis ingin mencoba banyak hal. Terimakasih sudah menjadi contoh yang baik untuk penulis.

4. Terimakasih untuk Nabila salah satu teman sekaligus sahabat yang sudah menemani dan membantu penulis penelitian, kami berteman dari maba hingga saat ini. Terimakasih untuk canda dan tawa selama 4 tahun sampai jumpa di lain hari dan di lain waktu, kita akan berpisah dan kembali ke kota masing-masing.
5. Dan terakhir terimakasih kepada penulis Riri Trihandayani sudah bertahan dan berjuang sejauh ini, melewati badai yang tanpa henti datang setiap hari nya yang tidak bisa di ceritakan kepada teman, orang tua, saudara. Banyak hal yang sudah penulis lewati selama 21 tahun. Air mata yang sering jatuh kini tergantikan dengan air mata penuh haru atas perjuangan selama 4 tahun telah usai. Walaupun di depan masih banyak hal yang harus di perjuangkan, percaya dan yakin terhadap diri sendiri jangan pernah bergantung ke orang lain di setiap proses nya.

UNIVERSITAS BHAKTI HUSADA INDONESIA
PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
SKRIPSI, JULI 2026

RIRI TRIHANDAYANI
CKR0220112

HUBUNGAN ANTARA TINGKAT STRES AKADEMIK DAN POLA TIDUR DENGAN KEJADIAN HIPOGLIKEMIA PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN DI UIVERSITAS BHAKTI HUSADA INDONESIA TAHUN 2026

6 BAB + 82 halaman + 2 bagan + 6 tabel + 12 lampiran

ABSTRAK

Latar Belakang: Hipoglikemia merupakan kondisi kadar glukosa darah di bawah 70 mg/dL yang dapat dipicu oleh stress kronis dan gangguan pola tidur. Mahasiswa keperawatan menghadapi tuntutan akademik tinggi yang berpotensi menyebabkan stress akademik dan pola tidur tidak teratur, sehingga meningkatkan Risiko hipoglikemia.

Tujuan, penelitian ini adalah menganalisis hubungan antara Tingkat stress akademik dan pola tidur tidak teratur dengan kejadian hipoglikemia pada mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan di Universitas Bhakti Husada Indonesia Tahun 2026.

Metode, Penelitian ini menggunakan desain analitik observasional dengan pendekatan *cross-sectional*. Sampel penelitian berjumlah 150 mahasiswa yang diambil menggunakan teknik *simple random sampling*. Instrumen yang digunakan meliputi kuesioner *Perived Academic Stres Scale (PASS)*, *Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)*, dan kuesioner gejala hipoglikemia. Analisis data menggunakan uji *Chi-Square* dengan tingkat signifikan $\alpha = 0,05$.

Hasil, Sebagian besar responden mengalami stress akademik tinggi (92,3%), pola tidur tidak teratur (93,8%), dan sering mengalami kejadian hipoglikemia (84,7%). Terdapat hubungan signifikan antara Tingkat stress akademik dengan kejadian hipoglikemia ($p=0,000$) dan antara pola tidur tidak teratur dengan kejadian hipoglikemia ($p=0,000$).

Kesimpulan, Terdapat hubungan yang signifikan antara Tingkat stress akademik dan pola tidur tidak teratur dengan kejadian hipoglikemia pada mahasiswa program studi S1 Keperawatan.

Saran, Bagi mahasiswa diharapkan mengerjakan tugas tepat waktu dan tidak menunda-nunda sehingga terhindar dari kejadian hipoglikemia.

Kata kunci: Stres akademik, Pola Tidur, Hipoglikemia, Mahasiswa Keperawatan

Daftar Pustaka: 3 Buku (2020-2022), 35 Jurnal (2021-2025)

STUDY PROGRAM OF NURSING
UNDERGRADUET THESIS, JULI 2026

RIRI TRIHANDAYANI
CKR0220112

**THE RELATIONSHIP BETWEEN ACADEMIC STRESS LEVEL AND
SLEEP PATTERNS WITH THE INCIDENCE OF HIPOGLYCEMIA IN
NURSING STUDENTS AT BHAKTI HUSADA INDONESIA UNIVERSITY
IN 2026**

6 Chapters + 82 pages + 2 charts + 12 appendices

ABSTRACT

Background: Hypoglycemia is a condition of blood glucose levels below 70 mg/dL which can be triggered by chronic stress and sleep pattern disturbances. Nursing students face high academic demands that potentially cause academic stress and irregular sleep patters, thereby increasing the risk of hypoglycemia.

Objective, this studi is to analyze the relationship between academic stress level and irregular sleep patterns with the incidence of hypoglycemia in nursing student at Bhakti Husada Indonesia University in 2026.

Method, This study an observasional analytic design with a cross-sectional approach. The research sample consisted of 150 students selected using simple random sampling technique. The instrumenst used included the *Perceived Acamic Stres Scale* (PASS) questionnaire, *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI), and hypoglycemia symptom questionnaire. Data analysis used the *Chi-Square* test with a significance level of $\alpha=0,05$.

Results, The majority of respondents experienced high academic stress (92,3%), poor sleep patterns (93,8%), and frequently experience frequent hypoglycemia (84,7%). There was a significant relationship between academic stress level and hypoglycemia irregular sleep patterns and hypoglycemia incidence ($p=0,000$).

Conclusion, There is a significant relationship between academic stress level and irregular sleep patterns with the incidence of hypoglycemia in Nursing students.

As a recommendation, students are expected to complete their assignments on time and avoid procrastination to prevent episodes of hypoglycemia.

Keywords: Academic Stres, Sleep Pattern, Hypoglycemia, Nursing Students

References: 3 Book (2020-2022), 35 Journal (2021-2025)

KATA PENGANTAR



Assalamu'alaikum Wr.Wb

Puji Syukur kehadiran Allah SWT, Tuhan pemilik segalanya, atas Rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul **"Hubungan Antara Tingkat Stres Akademik dan Pola Tidur dengan Kejadian Hipoglikemia Pada Mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan Di Universitas Bhakti Husada Indonesia Tahun 2026"**. Skripsi ini disusun untuk menyelesaikan Pendidikan Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Bhakti Husada Indonesia. Proses penyusunan Skripsi ini tentunya penulis dibantu dengan bimbingan, dorongan, dan motivasi dari berbagai pihak. Dengan demikian penulis ingin mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada yang terhormat:

1. Prof. Dr. Hj. Dewi Laelatul Badriah, M.Kes., AIFO. Selaku ketua Yayasan Pendidikan Universitas Bhakti Husada Indonesia.
2. Dr. H. Abdal Rohim, S.Kp, MH. Selaku Ketua Universitas Bhakti Husada Indonesia.
3. Ns. Heri Hermansyah, S.Kep., M.KM. Selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Bhakti Husada Indonesia.
4. Ns. Neneng Aria Nengsih, S.Kep., M.Kep. selaku Ketua Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Bhakti Husada Indonesia.

5. Ns. Kasmad, S.Kep., M.Kep. selaku pembimbing I yang telah berkenan meluangkan waktu, memberi motivasi, arahan dan bimbingan serta masukan yang sangat berharga bagi penulis dalam penyusunan skripsi ini.
6. Ns. Moch. Didik Nugraha, S.Kep., M.Kep. selaku pembimbing II yang telah bersedia meluangkan waktu dan memberikan bimbingan serta arahan dalam penyusunan skripsi ini.
7. Ns. Yana Hendriana, S.Kep., M.Kep. selaku penguji yang telah memberikan arahan dan masukan dalam penyusunan skripsi ini.
8. Ns. Rony Suhada, S.Kep., M.Kep. selaku pembimbing akademik yang telah memberikan bimbingan dan membantu penulis selama menempuh proses perkuliahan.
9. Kedua orang tua yang saya cintai, kakak dan keluarga besar yang senantiasa mencurahkan kasih sayang, memberikan dukungan moral maupun material serta doa yang tak pernah putus dan kepercayaan kepada saya selama ini.
10. Universitas Bhakti Husada Indonesia yang menjadi tempat proses penelitian beserta mahasiswa yang membantu penulis dalam pelaksanaan penelitian.
11. Teman-teman seperjuangan yang sudah memberikan motivasi dan bukungan dalam penulisan Skripsi ini.

Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini masih jauh dari Kesempurnaaan, dari segi Teknik penulisan maupun teori. Untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran dari semua pihak yang bersifat membangun untuk bahan penelitian dimasa yang akan datang. Besar harapan penulis, semoga skripsi ini bermanfaat khususnya bagi penulis dan bagi pembaca serta pihak-pihak yang berkepentingan dengan penyusunan skripsi ini.

Kuningan, Juli 2026

Peneliti

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
LEMBAR PERNYATAAN	iii
LEMBAR PERSEMBAHAN	iv
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR BAGAN.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.3.1 Tujuan Umum	5
1.3.2 Tujuan Khusus	5
1.4 Manfaat Penelitian	6
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	6
1.4.2 Manfaat Praktis	6
1.5 Keaslian Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	10
2.1 Konsep Stres Akademik.....	10
2.1.1 Pengertian Stres Akademik.....	10
2.1.2 Etiologi Stres.....	11
2.1.3 Klasifikasi Stres	13
2.1.4 Dampak Fisiologi Stres.....	13
2.2 Konsep Pola Tidur Tidak Teratur	14

2.2.1 Pengertian Pola Tidur Tidak Teratur	14
2.2.2 Hubungan Pola Tidur Dengan Metabolisme Glukosa	15
2.3 Konsep Hipoglikemia.....	16
2.3.1 Pengertian Hipoglikemia.....	16
2.3.2 Etiologi Hipoglikemia.....	16
2.3.3 Manifestasi Klinis	18
2.3.4 Hipoglikemia Reaktif	18
2.3.5 Faktor Risiko Gaya Hidup	18
2.3.6 Hubungan Antara Stres Akademik, Pola Tidur, dan Risiko Hipoglikemia	19
2.4 Kerangka Teori.....	21
BAB III KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS DAN DEFINISI OPERASIONAL	22
3.1 Kerangka Teoritis.....	22
3.2 Definisi Operasional Variabel.....	24
3.3 Hipotesis.....	25
BAB IV METODOLOGI PENELITIAN	26
4.1 Jenis Penelitian.....	26
4.2 Variabel Penelitian	27
4.2.1 Variabel Bebas.....	27
4.2.2 Variabel Terikat	28
4.3 Populasi dan Sampel	28
4.3.1 Populasi.....	28
4.3.2 Sampel	28
4.4 Instrumen Penelitian.....	31
4.5 Uji Validitas	32
4.6 Uji Reliabilitas	32
4.7 Teknik Pengumpulan Data.....	33
4.7.1 Tahap Administrasi dan Perizinan.....	33
4.7.2 Tahap Persiapan.....	33
4.7.3 Tahap Pelaksanaan.....	34

4.7.4 Tahap Akhir	34
4.8 Pengelolaan Data.....	34
4.8.1 Editing.....	34
4.8.2 Coding.....	35
4.8.3 Entry Data	35
4.8.4 Cleaning	36
4.9 Rancangan Analisis Data	36
4.9.1 Analisis Univariat	36
4.9.2 Analisis Bivariat	37
4.10 Tempat Waktu dan Jadwal Penelitian	39
4.11 Etika Penelitian	39
4.11.1 Informed Consent	39
4.11.2 Anonymity	39
4.11.3 Confidentiality	39
4.11.4 Beneficence dan Non-Maleficence.....	39
4.11.5 Justice.....	40
BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	41
5.1 Hasil Penelitian	41
5.1.1 Analisis Univariat	42
5.1.2 Analisis Bivariat.....	43
5.2.1 Gambaran Tingkat stress akademik pada mahasiswa program studi S1 Keperawatan	45
5.2.2 Gambaran pola tidur (keteraturan, kualitas, dan durasi) pada mahasiswa program studi S1 Keperawatan	46
5.2.3 Gambaran frekuensi kejadian hipoglikemia, gejala yang dialami oleh mahasiswa program studi S1 Keperawatan	49
5.2.4 Hubungan antara stress tingkat stres akademik dengan kejadian hipoglikemia pada mahasiswa program studi S1 Keperawatan	51
5.2.5 Hubungan antara pola tidur dengan kejadian hipoglikemia pada mahasiswa program studi S1 Keperawatan	55
5.3 Keterbatasan Penelitian.....	57
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN.....	58

6.1 Kesimpulan	58
6.2 Saran.....	58
DAFTAR PUSTAKA	60
LAMPIRAN.....	64

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian	7
Tabel 3.1 Definisi Operasional	24
Tabel 5.1 Karakteristik Data Demografi Responden	42
Tabel 5.2 Tingkat Stres Akademik Pada Mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan Di Universitas Bhakti Husada Indonesia Tahun 2026 ..	42
Tabel 5.3 Pola Tidur Tidak Teratur Pada Mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan Di Universitas Bhakti Husada Indonesia Tahun 2026 ...	43
Tabel 5.4 Kejadian Hipoglikemia Teratur Pada Mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan Di Universitas Bhakti Husada Indonesia Tahun 2026 ...	43
Tabel 5.5 Tingkat stress akademik dengan kejadian hipoglikemia Pada Mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan Di Universitas Bhakti Husada Indonesia Tahun 2026	43
Tabel 5.6 Pola Tidur tidak teratur dengan kejadian hipoglikemia Pada Mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan Di Universitas Bhakti Husada Indonesia Tahun 2026	44

DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Kerangka Teori	21
Bagan 3.1 Kerangka Konsep Penelitian	23

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Persetujuan Responden	65
Lampiran 2	66
Lampiran 3 Klasifikasi Hipoglikemia.....	67
Lampiran 4 Kuesioner <i>Perceived Academic Stress Scale</i> (PASS)	68
Lampiran 5 Kuesioner <i>Pittsburgh Sleep Quality Index</i> (PSQI)	70
Lampiran 6 Kuesioner Gejala Hipoglikemia	72
Lampiran 7 Jadwal Penelitian	74
Lampiran 8 Hasil Penelitian.....	75
Lampiran 9 Permohonan Izin Studi Pendahuluan.....	79
Lampiran 10 Permohonan Izin Penelitian.....	80
Lampiran 11 Dokumentasi.....	81
Lampiran 12 Daftar Riwayat Hidup.....	82