

## Hubungan antara strategi koping dengan kualitas tidur pada mahasiswa ekstensi S1 keperawatan = The relationship between coping strategy with sleep quality of undergraduate nursing students of extension class

Kewa Ariancy Pandhu, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20492740&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Mahasiswa keperawatan yang kuliah sambil bekerja cenderung mengalami kualitas tidur yang buruk sehingga hal ini perlu dikelola menggunakan strategi koping yang tepat. Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan strategi koping dengan kualitas tidur. Penelitian menggunakan desain *cross sectional* dengan kombinasi *quota sampling* dan *accidental sampling* dengan jumlah responden 173 orang yang merupakan mahasiswa ekstensi S1 Keperawatan Universitas Indonesia dan Universitas Muhammadiyah Jakarta. Penelitian menggunakan instrumen *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI) dan *Ways of Coping* versi Vitaliano, Russo, Carr, Maiuro dan Becker. Uji t tidak berpasangan menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara strategi koping dengan kualitas tidur ( $p=0,003$ ) Rata-rata skor kualitas tidur lebih tinggi pada mahasiswa ekstensi yang menggunakan *emotion-focused coping* ( $9,89\pm 2,42$ ). Mahasiswa yang menggunakan *emotion-focused coping* cenderung mengalami kualitas tidur yang buruk. Hasil penelitian ini memberikan informasi bagi institusi keperawatan untuk mengajarkan tentang strategi koping, meningkatkan dan mendukung seperti konseling dan pendidikan mengenai tidur.

.....Nursing students who are studying while working prone to experience poor sleep quality so it needs to be overcome by using appropriately coping strategy. The study aimed to examine the correlation between coping strategy with sleep quality. The study used cross sectional design with combination of quota sampling and accidental sampling involving 173 respondents who were undergraduate nursing students of extension class at Universitas Indonesia and Muhammadiyah University, Jakarta. The study used Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) and Ways of Coping revised by Vitaliano, Russo, Carr, Maiuro and Becker. Independent-t test showed there was significantly correlation between coping strategy and sleep quality ( $p=0,003$ ). Mean score higher among extension students who used emotion-focused coping ( $9,89\pm 2,42$ ). Students who used emotion-focused coping prone to poor sleep quality. The result of research provides an information for nursing institution for educating about coping strategy, increasing and supporting like counseling as well as education about sleep.