

**HUBUNGAN KECEMASAN DENGAN KUALITAS TIDUR  
ORANG TUA YANG MENGASUH ANAK USIA TODDLER**

**SKRIPSI**

Disusun Untuk Memenuhi Salah Satu Tugas Mata Kuliah Skripsi



Oleh :

Veralita Nur Hasanah

22020119130099

**DEPARTEMEN ILMU KEPERAWATAN**

**FAKULTAS KEDOKTERAN**

**UNIVERSITAS DIPONEGORO**

**2023**

**HALAMAN JUDUL**

**HUBUNGAN KECEMASAN DENGAN KUALITAS TIDUR  
ORANG TUA YANG MENGASUH ANAK USIA TODDLER**

**SKRIPSI**



Oleh :

Veralita Nur Hasanah

22020119130099

**DEPARTEMEN ILMU KEPERAWATAN**

**FAKULTAS KEDOKTERAN**

**UNIVERSITAS DIPONEGORO**

**2023**

## SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya :

Nama : Veralita Nur Hasanah

NIM : 22020119130099

Fakultas/Departemen : Kedokteran/Ilmu Keperawatan

Jenis : Skripsi

Judul : Hubungan Kecemasan dengan Kualitas Tidur Orang Tua yang Mengasuh Anak Usia Toddler.

Dengan ini menyatakan bahwa saya menyetujui untuk :

1. Memberikan hak bebas royalti kepada Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan UNDIP atas penulisan karya ilmiah saya, demi pengembangan ilmu pengetahuan.
2. Memberikan hak meyimpan, mengalih mediakan/mengalih formatkan, mengelola dalam bentuk pengkalan data (*data base*), mendistribusikannya, serta menampilkan dalam bentuk *soft copy* untuk kepentingan akademis kepada Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan UNDIP, tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta.
3. Bersedia dan menjamin untuk menanggung secara pribadi tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan UNDIP dari semua bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran hak cipta dalam karya ilmiah.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan semoga dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Semarang, 12 Juni 2023  
Yang menyatakan



Veralita Nur Hasanah  
22020119130099

## LEMBAR BEBAS PLAGIARISME

Nama : Veralita Nur Hasanah  
Tempat/Tanggal Lahir : Jakarta, 04 November 2001  
Alamat Rumah : Jalan TMII Pintu 2 bawah nomor 66, Jakarta Timur.  
No.Telp : 085774137177  
Alamat Email : [veralita04@gmail.com](mailto:veralita04@gmail.com)

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa penelitian saya yang berjudul Hubungan Kecemasan dengan Kualitas Tidur Orang Tua yang Mengasuh Anak Usia Toddler bebas dari plagiarisme dengan *similarity index* 29% dan bukan hasil karya orang lain.

Apabila dikemudian hari ditemukan sebagian atau seluruh bagian dari penelitian dan karya ilmiah dari hasil-hasil penelitian tersebut terdapat indikasi plagiarisme, saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian pernyataan ini dibuat dalam keadaan sadar tanpa unsur paksaan dari siapapun.

Semarang, 12 Juni 2023  
Yang menyatakan



Veralita Nur Hasanah  
22020119130099

## LEMBAR PERSETUJUAN

Yang bertanda tangan dibawah ini menyatakan bahwa **Skripsi** yang berjudul:  
**HUBUNGAN KECEMASAN DENGAN KUALITAS TIDUR ORANG TUA YANG  
MENGASUH ANAK USIA TODDLER**

Dipersiapkan dan disusun oleh:

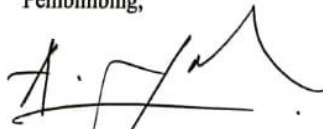
Nama: Veralita Nur Hasanah

NIM: 22020119130099

Telah disetujui sebagai laporan penelitian dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Untuk direview

Pembimbing,

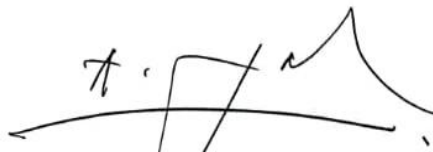


Agus Santoso, S.Kp., M.Kep

NIP. 197208211999031002

Mengetahui,

Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan FK UNDIP



Agus Santoso, S.Kp., M.Kep

NIP. 197208211999031002

## LEMBAR PENGESAHAN

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa **Skripsi** yang berjudul:

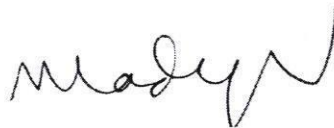
### **HUBUNGAN KECEMASAN DENGAN KUALITAS TIDUR ORANG TUA YANG MENGASUH ANAK USIA TODDLER**

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Veralita Nur Hasanah  
NIM : 22020119130099

Telah diuji pada Senin, 19 Juni 2023 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk  
**mendapatkan gelar sarjana keperawatan**

Ketua Penguji,



Madya Sulisno, S.Kep., M.Kes

NIP. 197405052010121001

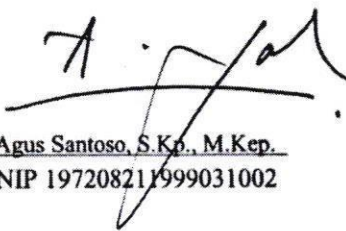
Anggota Penguji,



Ns. Nur Hafizhah Widyaningtyas, S.Kep., M.Kep

NIP. 199304202019032024

Pembimbing,



Agus Santoso, S.Kp., M.Kep.

NIP 197208211999031002

Mengetahui,

PLT Ketua Departemen Ilmu Keperawatan FK Undip



Dr. Anggorowati, S.Kp, Ns.Sp.Kep.Mat., M.Kep.

NIP. 197708302001122001



## KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan kehadiran Allah Subhanahu Wata'ala karena oleh izin dan rahmat-Nya peneliti dapat menyusun dan menyelesaikan hasil skripsi yang berjudul **“Hubungan Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Orang Tua Yang Mengasuh Anak Usia Toddler”**. Skripsi ini disusun dengan tujuan sebagai syarat pelengkap dalam menyelesaikan program sarjana keperawatan di Universitas Diponegoro.

Penulis berharap penelitian ini memberikan manfaat bagi pembaca, ilmuwan keperawatan dan juga untuk pelayanan kesehatan. Namun terlepas dari itu, penulis menyadari bahwa penelitian ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun demi terciptanya penelitian yang lebih baik lagi.

Semarang, 12 Juni 2022

Penulis

A handwritten signature in black ink, featuring a stylized 'V' and 'H' with the initials 'N.H.' written above it.

Veralita Nur Hasanah

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penyusunan dan penyelesaian skripsi ini dapat berjalan dengan lancar atas dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada :

1. Dr. Anggorowati, S.Kp, Ns.Sp.Kep.Mat., M.Kep selaku PLT Ketua Departemen Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.
2. Bapak Agus Santoso, S.Kp., M.Kep., selaku Ketua Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.
3. Bapak Agus Santoso, S.Kp., M.Kep., selaku dosen pembimbing skripsi yang selalu dengan sabar dan teliti membimbing penyusunan skripsi ini hingga selesai.
4. Bapak Madya Sulisno, S.Kep., M.Kes., selaku dosen penguji I yang telah memberikan bimbingan dan masukan dalam penyusunan skripsi ini.
5. Ns. Nur Hafizhah Widyaningtyas, S.Kep., M.Kep., selaku dosen penguji II yang telah memberikan bimbingan dan masukan dalam penyusunan skripsi ini.
6. Ns. Artika Nurrahima, S.Kep, M.Kep selaku dosen wali yang telah membimbing, mengarahkan, memberi semangat dalam pembuatan skripsi ini.
7. Kedua orang tua hebat di hidup saya. Terima kasih atas kasih sayang, perhatian, nasihat, serta segala pengorbanan yang telah diberikan, serta doaduanya.



8. Kakak dan adik saya, Verida Yulianti dan Vivi Alia Septi. Terima kasih atas segala doa-doa, kasih sayang, dan motivasinya.
9. Adinda Maulida Hakim, Rafidah Yuntya Ika Cahyani, Iyonita Audia, Khairunnisa, dan Ummul Isni Nurlatief selaku sahabat penulis yang senantiasa memberikan bantuan, menjadi tempat berkeluh kesah, selalu menghibur dan memberi motivasi serta dukungan kepada penulis.
10. Teman-teman seangkatan A2019 Program Studi Ilmu Keperawatan yang telah mengalami suka dan duka sejak awal kuliah.
11. Seluruh pihak yang telah membantu dan memberikan dukungan yang tidak dapat disebutkan satu per satu, peneliti mengucapkan terima kasih yang tak terhingga.

Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi seluruh masyarakat, mahasiswa, maupun penulis selanjutnya.

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> . .....	<b>i</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN</b> . .....	<b>iv</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN</b> . .....	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> . .....	<b>vi</b>
<b>UCAPAN TERIMA KASIH</b> . .....	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> . .....	<b>ix</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> . .....	<b>xii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> . .....	<b>xiii</b>
<b>ABSTRAK</b> . .....	<b>xiv</b>
<b>ABSTRACT</b> . .....	<b>xv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> . .....	<b>1</b>
1.1. Latar Belakang. ....	1
1.2. Rumusan Masalah. ....	7
1.3. Tujuan Penelitian. ....	8
1.4. Manfaat Penelitian. ....	8
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> . .....	<b>10</b>
2.1. Konsep Anak Usia Toddler. ....	10
2.1.1. Definisi Anak Usia Toddler. ....	10
2.1.2. Karakteristik Fisik Pada Anak Usia Toddler. ....	10
2.1.3. Perkembangan Motorik Pada Anak Usia Toddler. ....	11
2.1.4. Perkembangan Psikoseksual (Fase Anal) Pada Anak Usia Toddler. ..	13
2.1.5. Perkembangan Psikososial Pada Anak Usia Toddler. ....	13
2.1.6. Perkembangan Moral Pada Anak Usia Toddler. ....	13
2.1.7. Perkembangan Kepercayaan Pada Anak Usia Toddler. ....	14
2.2. Konsep Orang Tua. ....	14
2.2.1. Definisi Orang Tua. ....	14
2.2.2. Peran Orang Tua. ....	15
2.2.3. Tugas Orang Tua. ....	15
2.3. Konsep Kecemasan. ....	16
2.3.1. Definisi Kecemasan. ....	16
2.3.2. Jenis-Jenis Kecemasan. ....	17
2.3.3. Aspek-Aspek Kecemasan. ....	18
2.3.4. Tingkat Kecemasan. ....	18

2.3.5. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan.....	19
2.3.6. Tanda Gejala Kecemasan.....	22
2.3.7. Dampak Kecemasan.....	22
2.3.8. Kecemasan Orang Tua.....	23
2.3.9. Alat Ukur Kecemasan.....	24
2.4. Konsep Kualitas Tidur.....	25
2.4.1. Definisi Tidur.....	25
2.4.2. Tahapan Tidur.....	26
2.4.3. Definisi Kualitas Tidur.....	27
2.4.4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kualitas Tidur.....	28
2.4.5. Dampak Kualitas Tidur.....	29
2.4.6. Kualitas Tidur Orang Tua.....	30
2.4.7. Hubungan Kecemasan dengan Kualitas Tidur.....	31
2.5. Kerangka Teori.....	32
2.6. Kerangka Konsep.....	33
2.7. Hipotesis.....	33
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>34</b>
3.1 Jenis dan Rancangan Penelitian.....	34
3.2 Populasi dan Sampel Penelitian.....	34
3.3 Tempat dan Waktu Penelitian.....	35
3.4 Variabel Penelitian.....	35
3.5 Definisi Operasional, dan Skala Pengukuran.....	36
3.6 Instrumen Penelitian.....	37
3.7 Cara Pengumpulan Data.....	39
3.8 Teknik Pengolahan.....	44
3.9 Analisis Data.....	46
3.10. Etika Penelitian.....	47
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN.....</b>	<b>49</b>
4.1. Kecemasan Orang Tua.....	49
4.2. Kualitas Tidur Orang Tua.....	50
4.3. Hubungan Kecemasan dengan Kualitas Tidur Orang Tua.....	50
<b>BAB V PEMBAHASAN.....</b>	<b>51</b>
5.1. Kecemasan Orang Tua.....	51
5.2. Kualitas Tidur Orang Tua.....	53
5.3. Hubungan Kecemasan dengan Kualitas Tidur Orang Tua.....	55
<b>BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>57</b>
6.1. Kesimpulan.....	57
6.2. Saran.....	57
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>59</b>

<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>xvi</b>
Lampiran I. Izin Penggunaan Kuesioner.....	xvi
Lampiran II. Lembar Pesetujuan Menjadi Responden.....	xvii
Lampiran III. Kuesioner Kecemasan. ....	xix
Lampiran IV. Kuesioner Kualitas Tidur. ....	xxi
Lampiran V. <i>Ethical Clearance</i> . ....	xxiii
Lampiran VI. Surat Izin Penelitian. ....	xxiv
Lampiran VII. Hasil Analisis Data.....	xxv
Lampiran VIII. Hasil Uji Turnitin.....	xxxix

## **DAFTAR TABEL**

Tabel 1 Variabel Penelitian, Definisi Operasional, dan Skala Pengukuran.....	38
Tabel 2.Kuesioner ZRAS .....	40
Tabel 3.Uji Validitas Kuesioner ZRAS .....	42
Tabel 4 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kecemasan Orang Tua.....	49
Tabel 5 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia .....	49
Tabel 6 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kualitas Tidur. ....	50
Tabel 7 Hubungan Kecemasan dengan Kualitas Tidur Orang Tua. ....	50

## **DAFTAR GAMBAR**

Gambar 2.1 Kerangka Teori.....	32
Gambar 2.2 Kerangka Konsep.....	33

Departemen Ilmu Keperawatan

Fakultas Kedokteran

Univesitas Diponegoro

Juni, 2023

## ABSTRAK

**Veralita Nur Hasanah**

### **Hubungan Kecemasan dengan Kualitas Tidur Orang Tua yang Mengasuh Anak Usia Toddler**

**Xiv + 103 halaman + 7 tabel + 2 gambar + 8 lampiran**

**Pendahuluan:** Anak merupakan salah satu faktor stress bagi orang tua dalam mengasuh, mengerjakan pekerjaan rumah tangga, serta membuat berkurangnya waktu istirahat. Stress fisik atau psikologis yang terjadi pada orang tua dapat mengakibatkan kecemasan. Dampak yang ditimbulkan dari kecemasan adalah mengganggu kemampuan tidur dan memperburuk kualitas tidur seseorang.

**Tujuan:** Penelitian ini untuk mengetahui hubungan kecemasan dengan kualitas tidur orang tua yang mengasuh anak usia toddler. **Metode:** Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif deskriptif korelasional (*correlation study*). Populasi dalam penelitian ini adalah orang tua yang bertempat tinggal di Kelurahan Rejomulyo, Semarang. Teknik sampling yang digunakan yaitu *purposive sampling* dengan sampel berjumlah 116 orang. Pengumpulan data menggunakan kuesioner SAS/ ZRAS dan PSQI. Analisis statistik yang digunakan yaitu uji bivariat *Chi-square*. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan bahwa 60,3% orang tua mengalami kecemasan dan 92,2% orang tua mempunyai kualitas tidur yang buruk. Hasil uji *Chi-square* menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara kecemasan dengan kualitas tidur orang tua yang mengasuh anak usia toddler dengan nilai  $p=0,000$ .

**Kesimpulan:** Berdasarkan hasil penelitian, mayoritas orang tua mengalami kecemasan, memiliki kualitas tidur yang buruk, serta terdapat hubungan antara kecemasan dengan kualitas tidur orang tua yang mengasuh anak usia toddler

**Kata Kunci :** Orang Tua, Kecemasan, Kualitas Tidur

**Daftar Pustaka :** 58 (2002-2022)

Department of Nursing

Faculty of Medicine

Diponegoro University

June, 2023

## ABSTRACT

**Veralita Nur Hasanah**

***The Relationship between Anxiety and Sleep Quality of Parents Who Care for Toddlers***

***Xv + 103 Pages + 7 Tables + 2 Images + 8 Attachments***

***Introduction:*** Children are one of the stress factors for parents in caring for them, doing household chores, and reducing rest time. Physical or psychological stress that occurs in parents can cause anxiety. The impact of anxiety is a disturbance of sleep ability and decrease sleep quality. ***Purpose:*** This study was to determine the relationship between anxiety and sleep quality for parents who care for toddlers. ***Methods:*** This research was a type of correlational descriptive quantitative research (correlational study). The population in this study were parents who live in Kelurahan Rejomulyo, Semarang. The sampling technique used was purposive sampling with a sample of 116 people. Data collection used the SAS/ZRAS and PSQI questionnaires. The statistical analysis used was the Chi-square bivariate test. ***Results:*** The results show that 60,3% of parents experienced anxiety and 92.2% of parents had poor sleep quality. The results of the Chi-square test showed that there was a significant relationship between anxiety and the sleep quality of parents who cared for toddlers with a value of  $p = 0.000$ . ***Conclusion:*** Based on the results of the study, the majority of parents experience anxiety, have poor sleep quality, and there is a relationship between anxiety and sleep quality for parents who care for toddlers

***Keywords :*** Parents, Anxiety, Sleep Quality

***References :*** 58 (2002-2022)