


**Lampiran 1. Form Persetujuan Surat Izin Penelitian**

4/10/23, 9:57 AM

Pelayanan Administrasi




**Fakultas Kedokteran UNDIP**

**Form Persetujuan Surat Izin Penelitian**

NIM : 22020119130054  
Nama Lengkap : Arriza Anggraini Muharrom  
No. HP/WA : 082133234535  
Tujuan Surat : Ketua Departemen Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro  
Alamat Surat : Jl. Prof. Mr. Sunarjo, Tembalang 50275 Jl. Prof. Mr. Sunarjo, Tembalang 50275  
Prodi : Sarjana Keperawatan  
Departemen : Ilmu Keperawatan  
Tempat Penelitian : Departemen Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro  
Judul/Topik : Gambaran Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Skripsi Program Studi Keperawatan Universitas Diponegoro Angkatan 2019  
Pembimbing : Ns. Dwi Susilawati, M.Kep., Sp.Mat.  
Pendaftaran Surat : Kamis, 06 April 2023  
Pengambilan Surat : Kamis, 06 April 2023 00:00  
Status : Proses Cetak  
Keterangan : Membawa Berkas Persetujuan Dosen Pembimbing

Mengetahui,  
Dosen Pembimbing



Ns. Dwi Susilawati, M.Kep., Sp.Mat.  
NIP 197803112008122001

[https://surat.fk.undip.ac.id/index.php/cetak/cetak\\_izin/5335](https://surat.fk.undip.ac.id/index.php/cetak/cetak_izin/5335)

1/1

Lampiran 2. *Ethical Clearance*

	<p>KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN HEALTH RESEARCH ETHICS COMMITTEE UNIVERSITAS DIPONEGORO FAKULTAS KEDOKTERAN</p>	<p>Sekretariat : Kantor Dekanat Lama FK UNDIP Lt. 1 Jl. Dr. Soetomo 18 Semarang, Telp. 024-769280010; 769280011 pswt 7820, email : komisietik@gmail.com</p>
---	---	---

---

**ETHICAL CLEARANCE**  
No. 92/EC/KEPK/FK-UNDIP/IV/2023

Protokol penelitian yang diusulkan oleh :  
*The research protocol proposed by*

**Peneliti Utama** : Arriza Angraini Muharrom (2020119130054)  
*Principal Investigator*

**Pembimbing** : Ns. Dwi Susilawati, M.Kep., Sp.Mat.  
*Mentor*

**Nama Institusi** : Program Pendidikan sarjana Ilmu Keperawatan  
*Name of the Institution* Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro Semarang

**Dengan Judul** : Gambaran Kualitas Tidur pada Mahasiswa Skripsi Program  
*Title* Studi Keperawatan Universitas Diponegoro Angkatan 2019

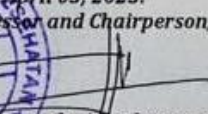
**Tempat Penelitian** : Departemen Ilmu Keperawatan  
*Research Place* Universitas Diponegoro Semarang

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

*Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.*

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 03 April 2023 sampai dengan tanggal 03 April 2024.


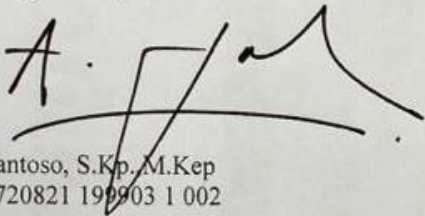
*This declaration of ethics applies during the period April 03, 2023 until April 03, 2024*

April 03, 2023.  
Professor and Chairperson,  
  
Prof. Dr. dr. Bambang Rachmawati, Sp.PK(K)  
NIP. 19600606 198811 2 002

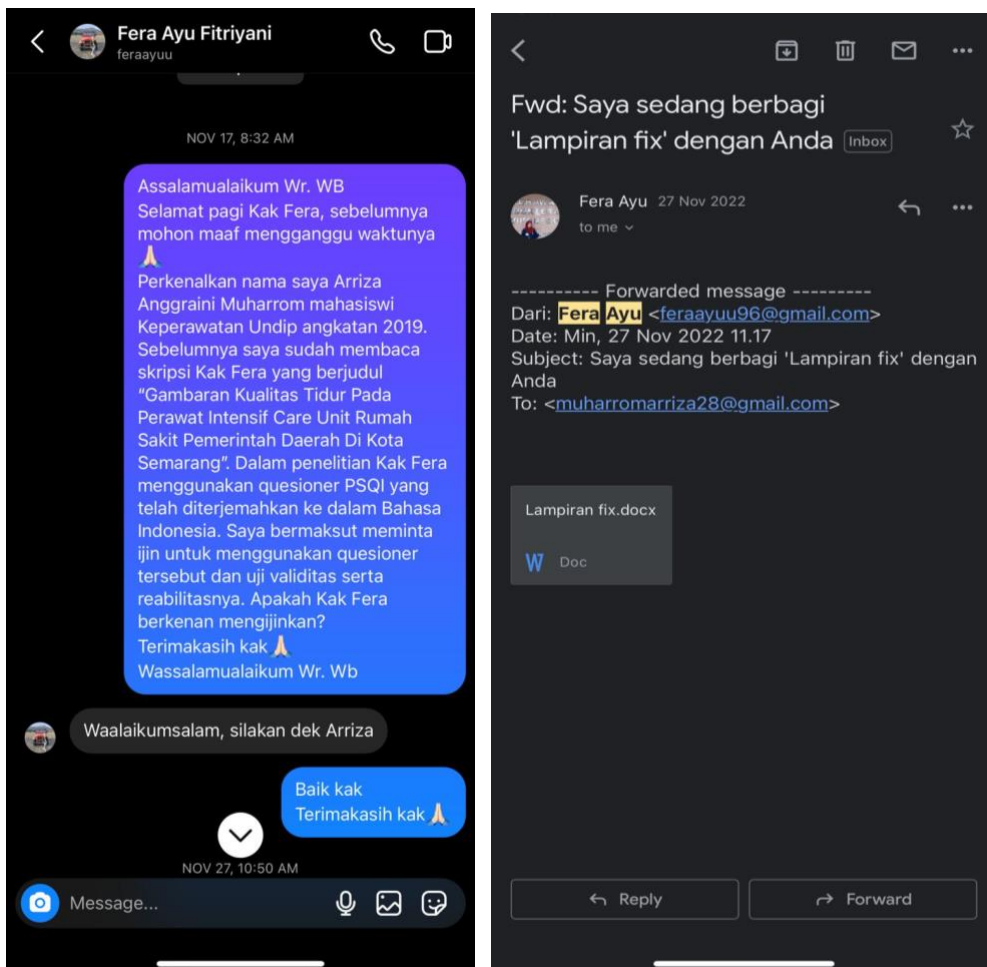




## Lampiran 3. Surat Izin Pengambilan Data

	<b>KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI</b> <b>UNIVERSITAS DIPONEGORO</b> <b>FAKULTAS KEDOKTERAN</b> <b>DEPARTEMEN ILMU KEPERAWATAN</b>	Jalan Prof. Mr.Sunario Kampus Universitas Diponegoro Tembalang Semarang KodePos 50275 Telp. (024) 76480919, Fax. (024) 76486849 Laman: www.nursing.fk.undip.ac.id Pos-el: keperawatan(at)fk.undip.ac.id
	Nomor : 82 /UN7.F4.6.8/DL/IV/2023 Perihal : Permohonan Izin Penelitian	12 APR 2023
Yth. Ketua Departemen Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro Jl. Prof. Mr.Sunario, Tembalang 50275 Semarang		
Sehubungan dengan pelaksanaan kegiatan penelitian mahasiswa Program Sarjana Keperawatan Departemen Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro, maka kami mohon kiranya Saudara dapat memberi izin kepada mahasiswa tersebut dibawah ini:		
Nama : Arriza Anggraini Muharrom NIM : 22020119130054 No.HP/WA : 082133234535 Judul : Gambaran Kualitas Tidur pada Mahasiswa Skripsi Program Studi Keperawatan Universitas Diponegoro Angkatan 2019 Pembimbing : Ns. Dwi Susilawati, M.Kep., Sp.Mat		
Untuk mencari data yang diperlukan dalam penelitian pada mahasiswa di Program Sarjana Departemen Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.		
Demikian surat kami, atas perhatian dan kerjasama yang baik diucapkan terima kasih.		
Ketua Program Sarjana		
		
Agus Santoso, S.Kp, M.Kep NIP 19720821 199903 1 002		
Tembusan : - Dosen Pembimbing		

## Lampiran 4. Izin Penggunaan Kuesioner



## Lampiran 5. Lembar Informed Consent

### *INFORMED CONSENT*

## **GAMBARAN KUALITAS TIDUR PADA MAHASISWA SKRIPSI PROGRAM STUDI KEPERAWATAN UNIVERSITAS DIPONEGORO ANGKATAN 2019**

Pelaksana : Arriza Anggraini Muharrom

Mahasiswa Keperawatan Universitas Diponegoro 2019

Yth. Saudara/i

Saya Arriza Anggraini Muharrom mahasiswi semester 8 Program Sarjana Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro ingin melakukan penelitian berjudul “Gambaran Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Skripsi Program Studi Keperawatan Universitas Diponegoro Angkatan 2019” saya bermaksud meminta kesediaan Saudara/i untuk memberikan izin kepada putra/i anda untuk menjadi responden pada penelitian tersebut. Penelitian ini merupakan salah satu persyaratan menyelesaikan pendidikan S1 Keperawatan Universitas Diponegoro. *Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)* merupakan instrumen yang efektif untuk mengukur kualitas tidur. *Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)* dikembangkan untuk mengukur dan membedakan individu dengan kualitas tidur yang baik dan kualitas tidur yang buruk. Kuesioner PSQI mengukur kualitas tidur dalam interval 1 bulan dan terdiri dari 18 pertanyaan yang mengukur 7 komponen penilaian, yakni kualitas tidur subyektif (*subjective sleep quality*), latensi tidur (*sleep latency*), durasi tidur (*sleep duration*), lama tidur efektif di ranjang (*habitual sleep efficiency*), gangguan tidur (*sleep disturbance*), penggunaan obat tidur (*sleep medication*), dan gangguan konsentrasi di waktu siang (*daytime dysfunction*).

Keuntungan yang akan diperoleh adalah mengetahui gambaran kualitas tidur pada mahasiswa skripsi rogram Studi Keperawatan Universitas Diponegoro Angkatan 2019 apakah kualitas tidurnya baik atau buruk. Saya menjamin bahwa penelitian ini tidak akan memberikan kerugian bagi responden dan hanya membutuhkan waktu sekitar 15-20 menit. Data yang diperoleh nantinya saya memberikan jaminan atas keamanan dan kerahasiannya. Penelitian ini tidak mengandung unsur paksaan. Saya berharap Anda dapat memberikan izin kepada putra/i

Anda untuk mengikuti penelitian ini. Apabila Anda bersedia maka Anda dapat melakukan pengisian dan penandatanganan *informed consent* yang sudah tersedia.

Jika ada pertanyaan, kritik, dan saran dapat menghubungi saya ke nomor 082133234535 yang terhubung melalui WA.

Terima kasih

---

Sesudah memperoleh dan memahami penjelasan mengenai penelitian yang akan dilakukan maka saya yang bertanda tangan dibawah ini

Nama orang tua : Moch Takbir

Nama anak : Destriana Putri Amalia

Usia anak : 22 tahun

Alamat : Desa Gemuruh Rt 02/01 Padamara, Purbalingga

Menyatakan (bersedia / tidak bersedia) menjadi responden penelitian yang akan dilaksanakan oleh Arriza Anggraini Muharrom dengan judul “Gambaran Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Skripsi Program Studi Keperawatan Universitas Diponegoro Angkatan 2019”. Saya dengan sukarela memberikan izin kepada peneliti dalam pengambilan dan penggunaan data untuk keperluan skripsi. Saya bersedia memberikan izin kepada putra/putri saya untuk mengikuti rangkaian penelitian secara penuh. Pernyataan dari kesediaan saya ini tanpa unsur paksaan dari pihak manapun dan saya melakukannya dengan sadar.

Semarang, 14 April 2023

Saksi 1

(.....)

No Telp:

Saksi 2

(.....)

No Telp:

Orangtua Subjek

(.....)

No Telp:

Peneliti

(Arriza Anggraini Muharrom)

No Telp: 082133234535

## Lampiran 6. Kuesioner Penelitian

### Kuesioner Data Demografi Responden

1. Usia (dalam tahun) :
2. Jenis kelamin : L/P

### Kuesioner Kualitas Tidur

#### *Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)*

1. Pukul berapa biasanya anda mulai tidur malam?
2. Berapa lama anda biasanya baru bisa tertidur tiap malam?
3. Pukul berapa anda biasanya bangun pagi?
4. Berapa lama anda tidur di malam hari?

5.	Seberapa sering masalah masalah dibawah ini mengganggu tidur anda?	Tidak pernah dalam sebulan terakhir (0)	1x Seminggu (1)	2x Seminggu (2)	$\geq 3x$ Seminggu (3)
a.	Tidak mampu tertidur selama 30 menit sejak berbaring				
b.	Terbangun ditengah malam atau dini hari				
c.	Terbangun untuk ke kamar mandi				
d.	Sulit bernafas dengan baik				
e.	Batuk atau mengorok				
f.	Kedinginan di malam hari				
g.	Kepanasan di malam hari				
h.	Mimpi buruk				
i.	Terasa nyeri				
j.	Alasan lain.....				
6	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda menggunakan obat tidur				
7	Selama sebulan terakhir,seberapa sering anda mengantuk ketika melakukan aktivitasdi siang hari				
		Tidak Antusias	Kecil	Sedang	Besar



8	Selama satu bulan terakhir, berapa banyak masalah yang anda dapatkan dan seberapa antusias anda selesaikan permasalahan tersebut?				
		Sangat Baik (0)	Cukup Baik (1)	Cukup buruk (2)	Sangat Buruk (3)
9	Selama bulan terakhir, bagaimana anda menilai kepuasan tidur anda?				

## Lampiran 7. Kisi-Kisi Kuesioner PSQI

## Kisi - Kisi Kuesioner PSQI

No	Komponen	No.Item	Sistem Penilaian	
			Jawaban	Nilai Skor
1	kualitas Tidur Subyektif	9	Sangat Baik Cukup Baik Cukup Buruk Sangat Buruk	0 1 2 3
2	Latensi Tidur	2	≤15 menit	0
			16-30 menit	1
	31-60 menit	2		
2	Skor Latensi Tidur	2+5a	>60 menit	3
			Tidak Pernah	0
			1x Seminggu	1
2	Skor Latensi Tidur	2+5a	2x Seminggu	2
			>3x Seminggu	3
			3-4	2
3	Durasi Tidur	4	0	0
			1-2	1
			3-4	2
3	Durasi Tidur	4	5-6	2
			< 5jam	3
			> 7 jam	0
4	Efisiensi Tidur Rumus : Durasi Tidur : lama di tempat tidur) X 100%  *Durasi Tidur (no.4) *Lama Tidur (kalkulasi respon no.1 dan 3)	1, 3, 4	> 85%	0
			75-84%	1
			65-74%	2
			<65%	3
5	Gangguan Tidur	5b, 5c, 5d, 5e, 5f, 5g, 5h, 5i, 5i, 5j	0	0
			1-9	1
			10-18	2
			19-27	3
			Tidak pernah	0
6	Penggunaan Obat	6	Tidak pernah	0

No	Komponen	No.Item	Sistem Penilaian	
			Jawaban	Nilai Skor
7	Disfungsi di Siang Hari	7	1x Seminggu	1
			2x Seminggu	2
			>3x Seminggu	3
		8	Tidak Pernah	0
			1x Seminggu	1
			2x Seminggu	2
		7+8	>3x Seminggu	3
			Tidak Antusias	0
			Kecil	1
Sedang	2			
7+8	Besar	3		
	0	0		
	1-2	1		
7+8	3-4	2		
	5-6	3		

Keterangan Kolom Nilai Skor:

- 0 = Sangat Baik
- 1 = Cukup Baik
- 2 = Cukup Buruk
- 3 = Sangat Buruk

Untuk menentukan Skor akhir yang menyimpulkan kualitas Tidur keseluruhan:

Jumlahkan semua hasil skor mulai dari komponen 1 sampai 7

Dengan hasil ukur:

- Baik :  $\leq 5$
- Buruk :  $> 5$

### Cara pengukuran kuesioner *Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)*

#### 1) Kualitas tidur subyektif

Komponen dari kualitas tidur ini merujuk pada pertanyaan nomor 9 dalam PSQI, yang berbunyi: “Selama sebulan terakhir, bagaimana

Anda menilai kualitas tidur Anda secara keseluruhan?" Kriteria penilaian disesuaikan dengan pilihan jawaban responden sebagai berikut :

Sangat baik : 0

Cukup baik : 1

Cukup buruk : 2

Sangat buruk : 3

2) Latensi tidur

Komponen dari kualitas tidur ini merujuk pada pertanyaan nomor 2 dalam PSQI dan pertanyaan nomor 5a yang kemudian dijumlahkan sehingga diperoleh skor latensi tidur. Jumlah skor tersebut disesuaikan dengan kriteria penilaian sebagai berikut :

Skor latensi tidur 0 : 0

Skor latensi tidur 1-2 : 1

Skor latensi tidur 3-4 : 2

Skor latensi tidur 5-6 : 3

3) Durasi tidur

Komponen dari kualitas tidur ini merujuk pada pertanyaan nomor 4 dalam PSQI jawaban responden dikelompokkan dalam 4 kategori dengan kriteria penilaian sebagai berikut :

Durasi tidur >7 jam : 0

Durasi tidur 6-7 jam : 1

Durasi tidur 5-6 jam : 2

Durasi tidur <5 jam : 3

4) Efisiensi tidur sehari-hari

Komponen dari kualitas tidur ini merujuk pada pertanyaan nomor 1, 3, dan 4 dalam PSQI mengenai jam tidur malam dan bangun pagi serta

durasi tidur. Penghitungannya adalah jumlah jam lamanya tidur responden dibagi waktu lamanya responden diatas tempat tidur dan dikalikan dengan 100%. Hasil perhitungan dikelompokkan menjadi 4 (empat) kategori dengan kriteria penilaian sebagai berikut :

Efisiensi tidur >85% : 0

Efisiensi tidur 75-84% : 1

Efisiensi tidur 65-74% : 2

Efisiensi tidur <65% : 3

5) Gangguan tidur

Komponen dari kualitas tidur ini merujuk pada pertanyaan nomor 5b – 5j dalam PSQI, yang terdiri dari hal-hal yang dapat menyebabkan gangguan tidur. Tiap item memiliki skor 0-3, dengan 0 berarti tidak pernah sama sekali dan 3 berarti sangat sering dalam sebulan. Skor kemudian dijumlahkan sehingga dapat diperoleh skor gangguan tidur. Jumlah skor tersebut dikelompokkan sesuai kriteria penilaian sebagai berikut :

Skor gangguan tidur 0 : 0

Skor gangguan tidur 1-9 : 1

Skor gangguan tidur 10-18 : 2

Skor gangguan tidur 19-27 : 3

6) Penggunaan obat tidur

Komponen dari kualitas tidur ini merujuk pada pertanyaan nomor 6 dalam PSQI Kriteria penilaian disesuaikan dengan pilihan jawaban responden sebagai berikut :

Tidak pernah sama sekali : 0

Kurang dari sekali dalam seminggu : 1



Satu atau dua kali seminggu : 2

Tiga kali atau lebih seminggu : 3

7) Disfungsi aktivitas siang hari

Komponen dari kualitas tidur ini merujuk pada pertanyaan nomor 7 dalam PSQI dan pertanyaan nomor 8. Setiap pertanyaan memiliki skor 0-3, yang kemudian dijumlahkan sehingga diperoleh skor disfungsi aktivitas siang hari. Jumlah skor tersebut disesuaikan dengan kriteria penilaian sebagai berikut :

Skor disfungsi aktivitas siang hari 0 : 0

Skor disfungsi aktivitas siang hari 1-2 : 1

Skor disfungsi aktivitas siang hari 3-4 : 2

Skor disfungsi aktivitas siang hari 5-6 : 3

Keterangan Kolom Nilai Skor:

0 = Sangat Baik

1 = Cukup Baik















2 = Agak Buruk

3 = Sangat Buruk



## Lampiran 9. Lembar Konsultasi

## LEMBAR KONSULTASI

No	Tanggal	Materi Konsultasi	Keterangan	Paraf Dosen
1	1-09-2022	Judul Penelitian	Judul penelitian belum ACC	
2	7-09-2022	Judul Penelitian	Judul penelitian ACC	
3	7-10-2022	Konsultasi Bab 1 penelitian dan kuesioner penelitian	Revisi Bab I penelitian dan ACC kuesioner	
4	15-11-2022	Konsultasi revisi BAB 1	BAB 1 Penelitian ACC	
5	18-11-2022	Konsultasi Bab II	Revisi Bab II penelitian	
6	22-11-2022	Konsultasi revisi Bab II	Revisi Bab II penelitian dan lanjut Bab III	
7	29-11-2022	Konsultasi revisi Bab II dan konsul Bab III	ACC Bab II dan revisi Bab III penelitian	
8	1-12-2022	Konsultasi revisi Bab III penelitian	ACC penelitian Bab III dan lanjut pengajuan Sempro	
9	21-02-2023	Konsultasi revisi Bab I, II dan III setelah Sempro	ACC Bab I & II, Revisi Bab III	
10	27-02-2023	Konsultasi revisi Bab I, II, dan III setelah Sempro	ACC Bab I, II, dan III dan lanjut pengajuan EC	
11	24-05-2023	Konsultasi Bab IV penelitian	Revisi Bab IV penelitian	
12	30-05-2023	Konsultasi revisi Bab IV penelitian dan konsul Bab V	Revisi Bab IV & V penelitian	
13	5-06-2023	Konsultasi revisi Bab IV penelitian dan konsul Bab V	Revisi Bab IV & V penelitian	
14	12-6-2023	Konsultasi revisi Bab IV penelitian dan konsul Bab V	ACC revisi Bab IV & V penelitian	

**Lampiran 10. Logbook Bimbingan Skripsi****CATATAN HASIL KONSULTASI**

Hari/Tanggal : 1 September 2022

Catatan :

1. Bimbingan pertama bersama terkait skripsi
2. Membuat rencana bimbingan selanjutnya (Judul, kuesioner yang digunakan)

Paraf Pembimbing



Hari/Tanggal : 7 September 2022

Catatan :

1. Pengajuan judul skripsi
2. Revisi judul skripsi

Paraf Pembimbing



Hari/Tanggal : 15 November 2022

Catatan :

1. Konsultasi BAB I penelitian dan kuesioner penelitian
2. Revisi BAB I Penelitian (kalimat sesuai EYD, jurnal penelitian, format penulisan penelitian, dll)

Paraf Pembimbing



Hari/Tanggal : 22 November 2022

Catatan :

1. Revisi BAB I & BAB III penelitian setelah seminar proposal
2. Melanjutkan proses pengurusan Ethical Clearence

Paraf Pembimbing



Hari/Tanggal : 1 December 2022

Catatan :

1. ACC BAB II & Konsultasi BAB III penelitian
2. Revisi BAB III penelitian

Paraf Pembimbing



Hari/Tanggal : 8 Desember 2022

Catatan :

1. ACC BAB III & Pengajuan seminar proposal penelitian
2. Melengkapi persyaratan seminar proposal

Paraf Pembimbing



Hari/Tanggal : 21 Februari 2022

Catatan :

1. Revisi BAB I & BAB III penelitian setelah seminar proposal
2. Melanjutkan proses pengurusan Ethical Clearence

Paraf Pembimbing





Hari/Tanggal :

Catatan :

1. Pembuatan gform penelitian
2. Izin penelitian dan pengambilan data penelitian

Paraf Pembimbing



Hari/Tanggal :

Catatan :

1. Pengolahan data dan penyusunan BAB IV
2. Konsultasi BAB IV & V penelitian
3. Revisi BAB IV & V penelitian (Pengolahan data, EYD)

Paraf Pembimbing



Hari/Tanggal :

Catatan :

1. Acc BAB IV & V penelitian
2. Penyusunan BAB VI dan Abstrak

Paraf Pembimbing



Hari/Tanggal : 8 Juli 2023

Catatan :

1. Pengajuan Seminar Hasil Penelitian (Turnitin, Toefl, dan berkas semhas)
2. Seminar hasil

Paraf Pembimbing



## Lampiran 11. Pengolahan Data dan Perhitungan Statistik

### Usia

N	Valid	112
	Missing	0
Mean		21,54
Median		22
Std. Deviasion		0,67992112
Minimum		20
Maximum		23

### Jenis Kelamin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-laki	13	12	12	12
	Perempuan	99	88	88	100.0
	Total	112	100.0	100.0	

### Kualitas Tidur

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik	12	11	11	11
	Buruk	100	89	89	100.0
	Total	112	100.0	100.0	

### Kualitas Tidur Subyektif

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Baik	10	9	9	9
	Cukup Baik	55	49	49	58
	Cukup Buruk	37	33	33	91
	Sangat Buruk	10	9	9	100.0
	Total	112	100.0	100.0	

**Latensi Tidur**

		<b>Frequency</b>	<b>Percent</b>	<b>Valid Percent</b>	<b>Cumulative Percent</b>
Valid	0 Sangat Baik	24	21	21	21
	1-2 Cukup Baik	39	35	35	56
	3-4 Cukup Buruk	30	27	27	83
	5-6 Sangat Buruk	19	17	17	100.0
	Total	112	100.0	100.0	

**Durasi Tidur**

		<b>Frequency</b>	<b>Percent</b>	<b>Valid Percent</b>	<b>Cumulative Percent</b>
Valid	>7 jam	18	16	16	16
	6-7 jam	30	27	27	43
	5-6 jam	32	29	29	72
	<5 jam	32	29	29	100.0
	Total	112	100.0	100.0	

**Efisiensi Tidur**

		<b>Frequency</b>	<b>Percent</b>	<b>Valid Percent</b>	<b>Cumulative Percent</b>
Valid	>85%	70	63	63	63
	75-84%	15	13	13	76
	65-74%	11	10	10	86
	<65%	16	14	14	100.0
	Total	112	100.0	100.0	

**Gangguan Tidur**

		<b>Frequency</b>	<b>Percent</b>	<b>Valid Percent</b>	<b>Cumulative Percent</b>
Valid	0 Sangat Baik	5	4	4	4
	1-2 Cukup Baik	93	83	83	87
	3-4 Cukup Buruk	14	13	13	100.0
	5-6 Sangat Buruk	0	0	0	
	Total	112	100.0	100.0	

**Penggunaan Obat Tidur**

		<b>Frequency</b>	<b>Percent</b>	<b>Valid Percent</b>	<b>Cumulative Percent</b>
Valid	Tidak mengalami	106	95	95	95
	1x seminggu	2	2	2	97
	2x seminggu	3	2	2	99
	>3x seminggu	1	1	1	100.0
	Total	112	100.0	100.0	

**Disfungsi di Siang Hari**

		<b>Frequency</b>	<b>Percent</b>	<b>Valid Percent</b>	<b>Cumulative Percent</b>
Valid	0 Sangat Baik	1	1	1	1
	1-2 Cukup Baik	15	13	13	14
	3-4 Cukup Buruk	60	54	54	68
	5-6 Sangat Buruk	36	32	32	100.0
	Total	112	100.0	100.0	