

**HUBUNGAN KRONOTIPE DAN DUKUNGAN SOSIAL
TERHADAP KEPUASAN HIDUP PADA REMAJA DI
PONDOK PESANTREN**

***THE RELATIONSHIP BETWEEN CHRONOTYPE AND SOCIAL
SUPPORT TO LIFE SATISFACTION IN ADOLESCENTS AT
ISLAMIC BOARDING SCHOOLS***

Cross Sectional Study



TESIS

**Untuk memenuhi sebagian persyaratan
Mencapai Magister Keperawatan**

**Konsentrasi
Keperawatan Komunitas**

Oleh:

**Atiqur Rohman
22020121410036**

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS DIPONEGORO
SEMARANG**

2023

**HUBUNGAN KRONOTIPE DAN DUKUNGAN SOSIAL
TERHADAP KEPUASAN HIDUP PADA REMAJA DI
PONDOK PESANTREN**

***THE RELATIONSHIP BETWEEN CHRONOTYPE AND SOCIAL
SUPPORT TO LIFE SATISFACTION IN ADOLESCENTS AT
ISLAMIC BOARDING SCHOOLS***

Cross Sectional Study



TESIS

**Untuk memenuhi sebagian persyaratan
Mencapai Magister Keperawatan**

**Konsentrasi
Keperawatan Komunitas**

Oleh:

**Atiqur Rohman
22020121410036**

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS DIPONEGORO
SEMARANG
2023**

LEMBAR PERSETUJUAN
TESIS
HUBUNGAN KRONOTIPE DAN DUKUNGAN SOSIAL
TERHADAP KEPUASAN HIDUP PADA REMAJA DI
PONDOK PESANTREN

disusun oleh
Atiqur Rohman
22020121410036

Telah memenuhi syarat untuk dipertahankan di depan Tim Penguji
Pada tanggal, 25 Agustus 2023

Menyetujui
Pembimbing

Pembimbing I



Nur Setiawati Dewi, S.Kp., M.Kep., Sp.Kom.PhD
NIP. 197612302001122002

Pembimbing II



Dr. Meira Erawati, S.Kep., M.Si.Med.
NIP. 197705132002122002

Mengetahui,
Ketua Prodi Studi Magister Keperawatan
Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro



Dr. Anggorowati S.Kp., Ns., M.Kep., Sp.Kep.Mat.
NIP.197708302001122001

TESIS

**HUBUNGAN KRONOTIPE DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP
KEPUASAN HIDUP PADA REMAJA DI PONDOK PESANTREN**

***THE RELATIONSHIP BETWEEN CHRONOTYPE AND SOCIAL SUPPORT
TO LIFE SATISFACTION IN ADOLESCENTS AT ISLAMIC BOARDING
SCHOOLS***

disusun oleh
Atiqur Rohman
22020121410036

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji
Pada tanggal, 25 Agustus 2023
Dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima

Menyetujui

Pembimbing I,



Nur Setiawati Dewi, S.Kp., M.Kep., Sp.Kom.PhD
NIP. 197612302001122002

Pembimbing II,



Dr. Meira Erawati, S.Kep., M.Si.Med.
NIP. 197705132002122002

Penguji I,



Megah Andriany, S.Kp., Sp.Kom., M.Kep., Ph.D.
NIP. 19790507 200212 2 001


Penguji II,



Dr. Anggorowati S.Kp., Ns., M.Kep., Sp.Kep.Mat.
NIP.197708302001122001

Mengetahui,

Plt. Ketua Departemen Keperawatan
Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro



Dr. Anggorowati S.Kp., Ns., M.Kep., Sp.Kep.Mat.
NIP.197708302001122001

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa tesis ini adalah hasil pekerjaan saya sendiri, Atiqur Rohman NIM 22020121410036. Di dalam tesis ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar magister di suatu perguruan tinggi dan lembaga pendidikan lainnya, serta tidak terdapat unsur-unsur yang tergolong *plagiarism* sebagaimana dimaksud dalam Permendiknas No.7 Tahun 2010. Pengetahuan yang diperoleh dari hasil penerbitan maupun yang belum atau tidak diterbitkan, sumbernya dijelaskan di dalam tulisan dan daftar pustaka.

Semarang, 25 Agustus 2023

Yang menyatakan,



Atiqur Rohman

NIM. 22020121410036

RIWAYAT HIDUP

A. Identitas

Nama : Atiqur Rohman
Tempat/tanggal lahir : Pamekasan, 31 Desember 1994
Agama : Islam
Jenis kelamin : Laki-laki
Alamat rumah : Jln. Ponpes As-Sonhaji Dusun Sawah Desa
Bicorong Kecamatan Pakong Kabupaten Pamekasan
Jawa Timur
No. Telp. : 085855664979
Alamat E-mail : atr.man46@gmail.com

B. Riwayat Pendidikan

No	Riwayat Pendidikan	Tahun Lulus
1	TK Pertiwi	2000
2	SDN Bicorong II	2006
3	MTsN Sumber Bungur III	2009
4	MA Sumber Bungur	2012
5	S1 Unipdu Jombang	2016
6	Ners Unipdu Jombang	2017

C. Riwayat Pekerjaan

No	Riwayat Pekerjaan	Tahun
1		

D. Riwayat Publikasi Terkait

No	Judul	Nama Jurnal (Akreditasi/tidak terakreditasi/bereputasi)	Volume/issue/tahun
1	Dampak Kronotipe terhadap Kesehatan dan Perilaku Remaja: A Scoping Review	Jurnal Dunia Keperawatan Yniversitas Lampung Mangkurat Banjarmasin (Sinta 3)	Volume 11 Nomor 2 Tahun 2023

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas segala rahmat, nikmat dan ridhonya, sehingga dapat menyelesaikan tesis ini dengan judul :“Hubungan kronotipe dan dukungan sosial terhadap kepuasan hidup remaja di Asrama Pondok Pesantren. Tesis ini diajukan sebagai salah satu persyaratan mencapai magister keperawatan program studi magister keperawatan Universitas Diponegoro Semarang.

Sholawat serta salam tetap tercurah limpahkan kepada jujungan Nabi Muhammad SAW, yang telah membawa ajaran Islam kepada kita sekalian sebagai jalan menuju ridhonya.

Penulis menyadari bahwa segala keterbatasan, kemampuan dan pemanfaatan, sehingga tesis ini dibuat dengan sangat sederhana, baik sistematika maupun isinya jauh dari kesempurnaan. Namun, dengan upaya yang sesungguhnya penulis berusaha menyelesaikan tesis ini tepat pada waktunya.

Mengingat dalam membuat tesis ini tidak dapat lepas dari berbagai pihak yang membantu dalam memberi motivasi dan dorongan baik secara langsung maupun tidak langsung. Oleh karena itu penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

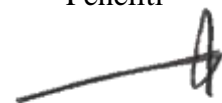
1. Nur Setiawati Dewi, S.Kp., M.Kep., Sp.Kom.PhD_selaku pembimbing I yang selalu memberikan pengarahan dan bimbingan dalam pembuatan tesis ini.
2. Dr. Meira Erawati, S.Kep., M.Si.Med._selaku Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan dan masukan dalam tesis ini.

3. Semua responden dalam penelitian ini yang telah bersedia membantu jalannya penelitian sehingga peneliti mampu menyusun tesis.
4. Prof. Dr. dr. Dwi Pudjonarko, M.Kes., Sp.S. (K) selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro
5. Dr. Anggorowati S.Kp., Ns., M.Kep., Sp.Kep.Mat, *selaku Ketua Departemen Ilmu Keperawatan* Universitas Diponegoro.
6. Dr. Anggorowati S.Kp., Ns., M.Kep., Sp.Kep.Mat, selaku Ketua Program Studi Magister Keperawatan Universitas Diponegoro.
7. Kedua orang tua dan seluruh keluarga yang telah memotivasi dan membantu baik moril, materil maupun do'a.
8. Semua teman-teman magister angkatan 2021 dan semua pihak terkait dalam penyusunan tesis ini yang selalu kompak memberikan semangat dan dukungan serta membantu dalam penyusunan tesis ini yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Semoga Allah SWT membalas budi baik semua pihak yang telah memberi kesempatan, dukungan dan bantuan dalam menyelesaikan tesis ini. Penulis menyadari bahwa tesis ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karenanya penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun untuk kesempurnaan tesis ini. Akhirnya penulis berharap semoga tesis ini dapat bermanfaat bagi peneliti khususnya dan pembaca umumnya.

Semarang, 25 Agustus 2023

Peneliti



Atiqur Rohman

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL LUAR	
HALAMAN JUDUL DALAM	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME	v
RIWAYAT HIDUP	vi
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
DAFTAR SINGKATAN.....	xvi
ABSTRAK	xvii
ABSTRACK	xviii

BAB 1 : PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	7
1.3 Tujuan Penelitian	8
1.3.1 Tujuan Umum	8
1.3.2 Tujuan Khusus.....	8
1.4 Manfaat Penelitian	9
1.4.1 Manfaat Teoritis	9
1.4.2 Manfaat Praktis	9
1.4.3 Manfaat bagi Peneliti Selanjtnya.....	9
1.5 Keaslian Penelitian	10

BAB 2 : TINJAUAN PUSTAKA

2.1 <i>Model Life Satisfaction</i>	14
2.2 Kepuasan Hidup (<i>Life Satisfaction</i>) pada Remaja	15
2.2.1 Definisi Kepuasan Hidup (<i>Life Satisfaction</i>).....	15
2.2.2 Aspek-aspek Kepuasan Hidup.....	15
2.2.3 Dampak dari Kepuasan Hidup pada Remaja.....	18
2.2.4 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kepuasan Hidup.....	19
2.3 Kronotipe (<i>Chronotype</i>) pada Remaja	23
2.3.1 Pengertian Perilaku Kronotipe.....	23
2.3.2 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Tidur	25
2.3.3 Dampak Kronotipe pada Remaja	28
2.3.4 Hubungan antara Kronotipe dengan Kepuasan Hidup	29
2.4 Dukungan Sosial (<i>Social Support</i>) pada Remaja	30
2.4.1 Pengertian Dukungan Sosial	30
2.4.2 Sumber-sumber Dukungan Sosial	31
2.4.3 Aspek-aspek Dukungan Sosial	33

2.4.4 Dampak Dukungan sosial pada Kepuasan Hidup	35
2.4.5 Hubungan Dukungan Sosial dengan Kepuasan Hidup.....	35
2.5 Kerangka Teori	37
2.6 Kerangka Konsep.....	40
2.7 Hipotesis	40
BAB 3 : METODE PENELITIAN	
3.1 Rancangan Penelitian	42
3.2 Populasi dan Sampel Penelitian.....	42
3.2.1 Populasi	42
3.2.2 Sampel	42
3.2.3 Kriteria Inklusi dan Eksklusi.....	43
3.3 Tempat dan Waktu Penelitian.....	44
3.3.1 Tempat Penelitian	44
3.3.2 Waktu Penelitian.....	44
3.4 Variabel, Definisi Operasional dan Skala pengukuran.....	44
3.4.1 Variabel Penelitian	44
3.4.2 Definisi Operasional.....	46
3.5 Prosedur Penelitian	48
3.5.1 Persiapan	49
3.5.2 Pelaksanaan Penelitian	49
3.6 Instrumen Penelitian dan Cara Pengumpulan Data	50
3.6.1 Instrumen Penelitian.....	50
3.6.2 Uji Validitas dan Reabilitas.....	57
3.7 Pengolahan Data dan Analisis Data.....	59
3.7.1 Pengolahan Data.....	60
3.7.2 Analisis Data	60
3.8 Aspek Etika Penelitian Keperawatan.....	68
3.8.1 Prinsip-prinsip dan Etika Penelitian	68
3.8.2 Etika Penelitian Keperawatan	69
BAB 4 : HASIL PENELITIAN	
4.1 Analisa Univariat	72
4.1.1 Distribusi Karakteristik Responden.....	72
4.1.2 Distribusi Kronotipe Responden	73
4.1.3 Distribusi Dukungan Sosial yang didapat Responden	76
4.1.4 Distribusi Kepuasan Hidup yang dirasakan Responden....	77
4.2 Analisa Bivariat	78
4.3.1 Uji Korelasi Kronotipe dengan Kepuasan Hidup	78
4.3.2 Uji Korelasi Dukungan Sosial dengan Kepuasan Hidup...	79
4.3 Uji Hipotesis	80
BAB 5 : PEMBAHASAN	
5.1 Gambaran Responden Berdasarkan Kronotipe.....	82
5.2 Gambaran Responden Berdasarkan Dukungan Sosial.....	85
5.3 Gambaran Responden Berdasarkan Kepuasan Hidup.....	88
5.4 Hubungan Kronotipe dengan Kepuasan Hidup	92
5.5 Hubungan Dukungan Sosial dengan Kepuasan Hidup.....	94
5.6 Keterbatasan Penelitian.....	97

BAB 6: KESIMPILAN DAN SARAN	
6.1 Kesimpulan	99
6.2 Saran	100
DAFTAR PUSTAKA	102
LAMPIRAN-LAMPIRAN	119

DAFTAR TABEL

No	Judul Tabel	Halaman
1	Tabel 1.1 : Keaslian Penelitian	10
2	Tabel 3.1 : Definisi Operasional	46
3	Tabel 3.2 : Skoring Perilaku Kronotipe	54
4	Tabel 3.3 : Pernyataan Multidimensional Student Life Satisfaction Scale (MSLSS)	56
5	Tabel 3.4 : Penilaian Skala Likert	57
6	Tabel 3.5 : Hasil Uji Normalitas Data	64
7	Tabel 3.6 : Variabel dan Uji Statistik pada Analisa Bivaria	64
8	Tabel 3.7 : Hasil Analisis Bivariat Variabel sebagai Kandidat Multivariat	66
9	Tabel 3.8 : Hasil Uji Normalitas Residual dengan <i>One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test</i>	68
10	Tabel 4.1 : Distribusi Frekuensi Data Demografi Responden	72
11	Tabel 4.2 : Distribusi Skor Perilaku Kronotipe Responden	73
12	Tabel 4.3 : Skoring Perilaku Kronobiologi Responden	74
13	Tabel 4.4 : Durasi Tidur Hari Sekolah pada Responden	76
14	Tabel 4.5 : Distribusi Frekuensi Dukungan Sosial Responden	76
15	Tabel 4.6 : Distribusi Frekuensi Kepuasan Hidup Responden	77
16	Tabel 4.7 : Hasil Uji Korelasi Kronotipe dengan Kepuasan hidup	78
17	Tabel 4.8 : Hasil Uji Korelasi Dukungan Sosial dengan Kepuasan hidup	79

DAFTAR GAMBAR

No	Judul Gambar	Halaman
1	Gambar 2.1 : <i>Model Life Satisfaction</i>	14
2	Gambar 2.2 : Kerangka Model <i>Model Life Satisfaction</i>	39
3	Gambar 2.3 : Kerangka Konsep	40
4	Gambar 3.1 : Prosedur Penelitian	48

DAFTAR LAMPIRAN

No	Keterangan	Halaman
1	Lampiran 1 : Bukti Ijin Kuesioner dan Lampiran Uji Validitas dan Reliabilitas	119
2	Lampiran 2 : Surat Permohonan <i>Ethical Clearance</i>	159
3	Lampiran 3 : <i>Ethical Clearance</i>	160
4	Lampiran 4 : Surat Permohonan Ijin Penelitian	161
5	Lampiran 5 : Surat Keterangan Balasan Ijin Penelitian	162
6	Lampiran 6 : Lembar Persetujuan Menjadi responden(<i>Informed Consent</i>)	163
7	Lampiran 7 : Instrumen Penelitian	165
8	Lampiran 8 : Hasil Uji Statistik	172

DAFTAR SINGKATAN

No	Singkatan	Kepanjangan
1	WHO	<i>World Health Organization</i>
2	SES	<i>Socio-Economic Status</i>
3	MSLSS	<i>Multidimensional Student Life Satisfaction Scale</i>
4	MSPSS	<i>The Multidimensional Scale of Perceived Social Support</i>

ABSTRAK

Atiqur Rohman

Hubungan Kronotipe dan Dukungan Sosial terhadap Kepuasan Hidup pada Remaja di Pondok Pesantren

xvii + 198 Halaman + 17 Tabel + 4 Gambar + 8 Lampiran

Remaja mempunyai perilaku bangun-tidur yang berbeda dengan mempertimbangkan berbagai karakteristik biologis, sosial dan psikologis. Remaja juga dituntut mempunyai keterampilan sosial yang baik untuk dapat beradaptasi dengan lingkungan sosial mereka tinggal, selain itu jarak yang jauh dari orang tua, perbedaan antara lingkungan asrama dengan lingkungan rumah serta rutinitas di lingkungan asrama mempunyai hubungan positif dengan kesehatan mental. Lingkungan sosial menjadi sumber dukungan sosial dan pendukung kepuasan hidup remaja. Namun, Penelitian yang menilai hubungan kronotipe dan dukungan sosial terhadap kepuasan hidup remaja di asrama pondok pesantren belum pernah dilakukan. Tujuan penelitian ini adalah untuk menilai hubungan kronotipe dan dukungan sosial terhadap kepuasan hidup remaja di asrama pondok pesantren. Penelitian ini dilakukan di asrama pondok pesantren di Kabupaten Jombang. Desain penelitian adalah *cross-sectional* dengan metode analisis regresi berganda. Jumlah sampel pada penelitian ini sebanyak 160 remaja yang tinggal di asrama pondok pesantren, dengan rentan usia remaja 11-20 tahun, Instrumen yang digunakan dalam penelitian adalah instrumen data demografi, instrumen *Morningness-eveningness Questionnaire* untuk mengukur perilaku kronotipe remaja, instrumen *The multidimensional scale of perceived social support (MSPSS)* untuk mengukur dukungan sosial remaja, dan Instrumen *multidimensional student life stisfaction scale (MSLSS)* Untuk mengukur kepuasan hidup remaja. Hasil penelitian ini dianalisis menggunakan aplikasi IBM SPSS *statistics* 25 dengan uji bivariat yang digunakan untuk menganalisis hubungan antara ketiga variabel. Hasil menunjukkan bahwa Kronotipe tidak memiliki hubungan terhadap Kepuasan Hidup (P-value=0,565; R=0,046), dan Dukungan Sosial memiliki hubungan yang positif dan signifikan terhadap Kepuasan Hidup (P-value =0,000; R=0,568**). Perawat dapat berperan sebagai fasilitator dan edukator dalam menyusun intervensi keperawatan untuk memenuhi kebutuhan dasar remaja di asrama pondok pesantren. Simpulan pada penelitian ini yaitu dukungan sosial yang tinggi dapat meningkatkan tingkat kepuasan hidup remaja di asrama pondok pesantren.

Kata kunci : Kronotipe; Dukungan Sosial; Kepuasan Hidup; Remaja; Pondok Pesantren

Department of Nursing
Faculty of Medicine
Universitas Diponegoro
August, 2023

ABSTRACT

Atiqur Rohman

The Relationship Between Chronotype and Social Support to Life Satisfaction in Adolescents at Islamic Boarding Schools

xviii + 198 Pages + 17 Tables + 4 Pictures + 8 Attachment

*Adolescents exhibit different sleep-wake behaviors, taking into account various biological, social, and psychological characteristics. They are also required to possess good social skills to effectively adapt to the social environment in which they live. Additionally, factors such as the distance from their parents, the differences between the dormitory environment and the home environment, and the routines in the dormitory environment have a positive relationship with mental health. The social environment serves as a source of social support and significantly contributes to adolescent life satisfaction. However, research assessing the relationship between chronotype and social support in relation to the life satisfaction of adolescents in Islamic boarding schools has never been conducted. The purpose of this study was to assess the relationship between chronotype and social support and their impact on the life satisfaction of adolescents in Islamic boarding schools. This research was conducted in a boarding school dormitory in Jombang Regency. The research design is cross-sectional, employing the multiple regression analysis method. The study included a sample of 160 adolescents living in Islamic boarding schools, aged between 11 and 20 years. The instruments used in this study included demographic data instruments, the Morningness-Eveningness Questionnaire to assess adolescent chronotype behavior, the Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS) to measure adolescent social support, and the Multidimensional Student Life Satisfaction Scale (MSLSS) to gauge adolescent life satisfaction. The results of this study were analyzed using IBM SPSS Statistics 25, with bivariate tests employed to analyze the relationship between the three variables. The results indicate that chronotype has no significant relationship with life satisfaction (P -value = 0,565; R = 0,046), while social support exhibits a positive and significant relationship (P -value = 0,000; R = 0,568**). Nurses can serve as facilitators and educators in the development of nursing interventions to address the basic needs of adolescents residing in Islamic boarding school dormitories. The conclusion drawn from this study is that strong social support can enhance the level of life satisfaction among adolescents living in dormitories at Islamic boarding schools..*

Keyword : Cronotype; Social Support; Life Satisfaction; Adolescent; Islamic Boarding School