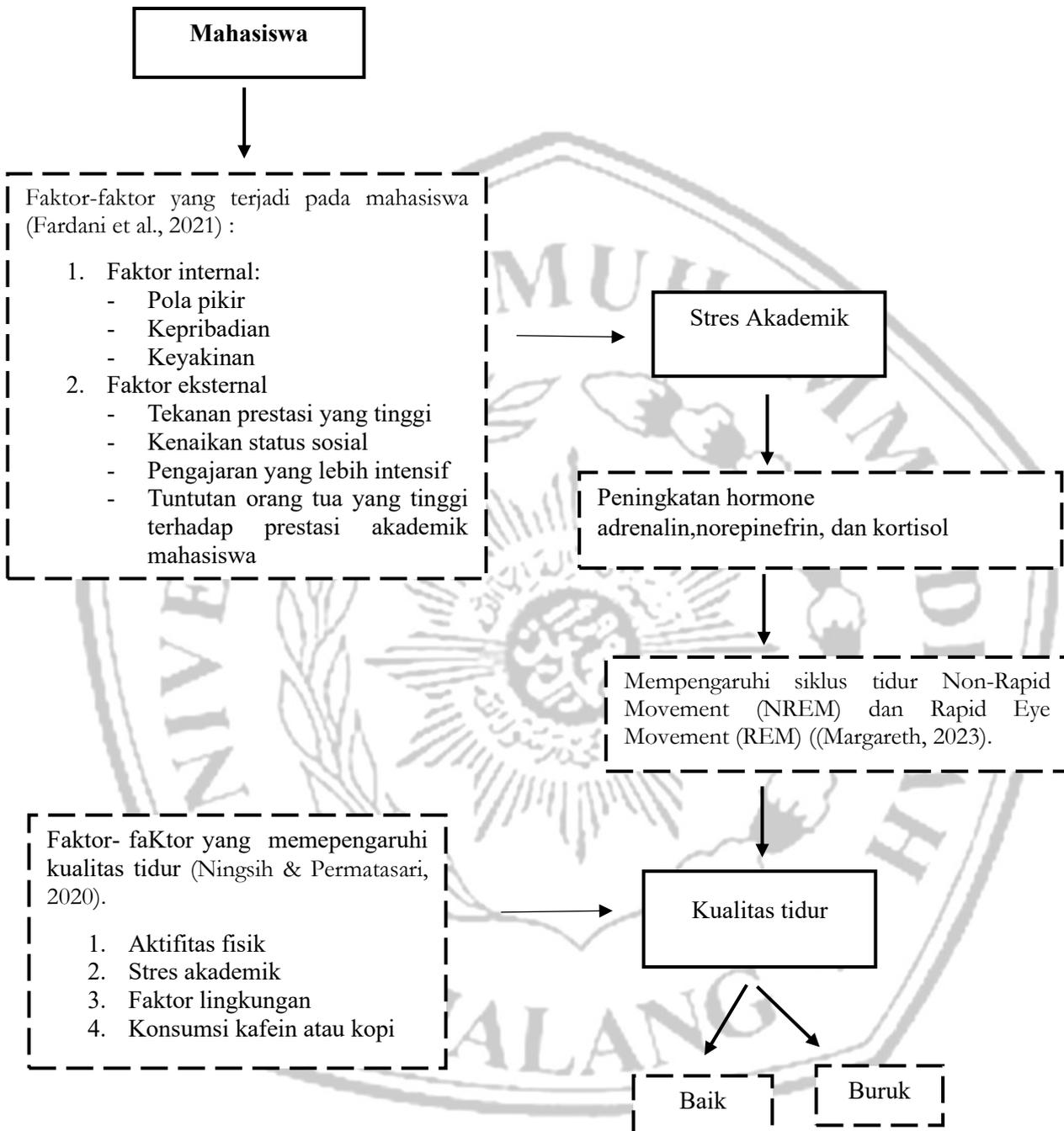


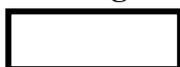
## BAB III

### KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN

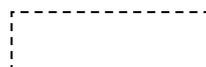
#### 3.1 Kerangka Konseptual



#### Keterangan :



: Diteliti



: Tidak Diteliti

Gambar 3.1 Kerangka konsep Hubungan Antara Stres Akademik dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Ilmu Keperawatan Universitas

Muhammadiyah Malang

### 3.2 Penjelasan Kerangka Konseptual

Pada kerangka konsep diatas, menjelaskan bahwa ada beberapa perubahan yang dialami oleh mahasiswa yang mengalami stress akademik, seperti faktor internal (pola pikir,kepribadian dan keyakinan),faktor eksternal (tekanan prestasi yang tinggi,kenaikan status sosial,pengajaran yang lebih intensif, Tuntutan orang tua yang tinggi terhadap prestasi akademik mahasiswa. Dan kualitas tidur yang buruk.

Setiap mahasiswa memiliki Tingkat stress akademik yang berbeda-beda tiap mahasiswa. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi stres akademik mahasiswa menurut Barseli et al. (2017, hlm. 145) yaitu faktor internal seperti pola pikir, kepribadian dan keyakinan, dan faktor eksternal antara lain tekanan prestasi yang tinggi, kenaikan status sosial,pengajaran yang lebih intensif,dan tuntutan orang tua yang tinggi terhadap prestasi akademik mahasiswa. Stress akademik juga mempengaruhi kualitas tidur mahasiswa yang buruk. Tidur dapat dibagi menjadi 2 klasifikasi *Rapid Eye Movement (REM)*, *Non Rapid Eye Movement (NREM)*. Faktor yang mempengaruhi kualitas tidur yang buruk antara lain aktivitas fisik Stres akademik, Faktor lingkungan, Konsumsi kafein atau kopi.

### 3.3 Hipotesis Penelitian

Hipotesis merupakan pernyataan atau penegasan bahwa kebenaran suatu permasalahan penelitian masih lemah atau belum benar sehingga harus diuji secara empiris empiris (Erwan Agus Purwanto & Dyah Ratih Sulistiyastuti, 2018). Hipotesis merupakan pernyataan atau penegasan yang melatar belakangi seseorang saat melakukan penelitian diperlukan uji hipotesis yang dapat menetapkan metode untuk menguji hipotesis yang ada (Yuliawan, 2021).

H0: Tidak ada hubungan antara stress akademik dengan kualitas tidur mahasiswa ilmu keperawatan

H1: Ada hubungan antara stres akademik dengan kualitas tidur mahasiswa ilmu keperawatan.