

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdulghani, H. M., Alrowais, N. A., Bin-Saad, N. S., Al-Subaie, N. M., Alhan, M. A., & Alhaqwi, A. I. (2012). Sleep disorder among medical students: Relationship to their academic performance. *Medical Teacher*, 34: S37–S41.
- Aini, A. N., & Mahardayani, I. H. (2011). Hubungan antara kontrol diri dengan prokrastinasi dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa Universitas Muria Kudus. *Jurnal Psikologi Pitutur*, 1(1), 65-71.
- Al-Smadi, A. M., Tawalbeh, L. I., Gammoh , O. S., Ashour, A., Tayfur, M., & Attarian, H. (2017). The Prevalence and The Predictors of Insomnia among Refugee. *Journal of Health Psychology*, 1-9.
- American Academy of Sleep Medicine. (2014). *Internasional Classification of Sleep Disorder*. 3rd ed. Darien, IL: American Academy of Sleep Disorder.
- American Psychiatric Association. (2013). Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder Fifth Edition "DSM-5". Washington DC: American Psychiatric Publishing.
- Anggara, M. D., & Annisa. (2019). Hubungan jenis kelamin terhadap simtom insomnia pada mahasiswa yang sedang melakukan penulisan skripsi di FK UMSU. *Anatomica Medical Journal*, 2(3), 168-177.
- Anhusadar, L. O. (2020). Persepsi mahasiswa PIAUD terhadap kuliah online dimasa pandemi Covid-19. *Journal of Islamic Early Childhood Education*, 3(1), 44-58.
- Apfelbacher, C. J., Jones, C., Hanskins, M., & Smith, H. (2012). Validity of two common asthma-specific quality of life questionnaires: Juniper mini asthma quality of life questionnaire and Sydney asthma quality of life questionnaire. *Health Qual Life Outcomes*, 10, 97.
- Astuti, T. P., & Hartati, S. (2013). Dukungan sosial pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi (Studi fenomenologis pada mahasiswa fakultas psikologi UNDIP). *Jurnal Psikologi Undip*, 12(1), 69-81.
- Attarian, H. P., & Perlis, M. L. (2010). *Defining insomnia*. In: Attarian H., Schuman C. (eds) *Clinical Handbook of Insomnia. Current Clinical Neurology*. Totowa: Humana Press.
- H. P., & Schuman, C. (2010). *Clinical Handbook of Insomnia Second dition*. New York: Humana Press.



- Augesti, G., Lisiswanti, R., Saputra, O., & Nisa, K. (2015). Perbedaan Tingkat Stres Antara Mahasiswa Tingkat Awal dan Tingkat Akhir Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. *J Majority*, Vol. 4, No. 4, 50-56.
- Azwar, S. (2017). *Metode penelitian psikologi* Ed. 2. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Barber, L., Grawitch, M. J., & Munz, D. C. (2012). Are Better Sleepers More Engaged Workers? A Self-regulatory Approach to Sleep Hygiene and Work Engagement . *Stress Health*, Vol.29, 307-316.
- CDC, C. (2000). *Measuring healthy days: Population assessment of health-related quality of life*. Atlanta, Georgia:: CDC.
- Daton, P. A., Uinarni, H., & Joewana, S. (2019). Hubungan antara insomnia dengan kualitas hidup mahasiswa fakultas kedokteran universitas katolik Indonesia Atma Jaya Jakarta. *Hang Tuah Medical Journal*, 16(2), 126-134.
- DEPKES RI. (2000). *Pedoman penggolongan dan diagnosis gangguan jiwa III (PPDGJ-III)*. Jakarta: Direktorat Kesehatan Jiwa Depkes RI.
- Dewanti, D. E. (2016). Tingkat stres akademik pada mahasiswa bidikmini dan non bidikmisi FIP UNY. *E-Journal Bimbingan dan Konseling* Ed 12(5).
- DIKTI. (2020). *Pencegahan penyebaran corona virus disease (COVID-19) di perguruan tinggi, kementerian pendidikan dan kebudayaan*. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi.
- Dolsen, M. R., & Harvey, A. G. (2017). Life-time history of insomnia and hypersomnia symptoms as correlates of alcohol, cocaine and heroin use and relapse among adults seeking substance use treatment in the United States from 1991 to 1994. *Addiction*, 112(6), 1104-1111.
- El-Eisa, E. A., Buragadda, S., Melam, G. R., Al-Osaimi, A. O., Al-Mubarak, H. A., & Alhuwaimel, N. (2013). Association between physical activity and insomnia among saudi female college student. *Journal Physical Therapy Science*, 25, 1479-1482.
- Fernandez-Mendoza, J., & Vgontzas, A. N. (2013). Insomnia and its impact on physical and mental health. *Current Psychiatry Reports*, 15(12), 418-432.



C. E., Zerwic, J. J., Larson, J. J., & Wilbur, J. E. (2005). Conceptual model of health-related quality of life. *Journal of Nursing Scholarship*, 37(4), 336-342.

- Firman, & Rahman, S. R. (2020). Pembelajaran online di tengah pandemi covid-19. *Indonesian Journal of Educational Science*, 2(2), 81-89.
- Garcia, E. L., Banegas, J., Perez-Regadera, A. G., Cabrera, R. H., & Rodriguez-Artalejo, F. (2005). Social network and health-related quality of life in older adults: a population-based study in Spain. *Quality of Life Research*, 14(2), 511-520.
- Garrison, D. R., & Cleveland-Innes, M. (2005). Facilitating cognitive presence in online learning: Interaction is not enough. *American Journal of Distance Education*, 133-148.
- Gaultney, J. F. (2010). The Prevalence of Sleep Disorders in College Students: Impact on Academic Performance. *Journal of American College Health*, Vol. 59, No. 2, 91-97.
- Gildner, T. E., Liebet, M. A., Kowal, P., Chatterji, S., & Snodgrass, J. J. (2014). Association between sleep duration, sleep quality, and cognitive test performance among older adult from six middle income countries: Result from the study on global ageing and adult health (SAGE). *Journal Clinical Medicine*, 10(6), 613-621.
- Goff, A. M. (2011). Stressors, academic performance, and learned resourcefulness in baccalaureate nursing students. *International Journal of Nursing Education Scholarship*, 8(1).
- Greene, G. (2008). *Insomniac*. Berkeley: University of California Press.
- Halida, M. (2007). *Hubungan antara konsep diri dengan penyesuaian sosial pada remaja*. Surakarta: Fakultas Psikologi UMS.
- Henry W, L., Sutresna, I. N., & Wira KP, P. (2013). Pengaruh Masase Punggung Terhadap Kualitas Tidur Pada Lansia Dengan Insomnia Di Panti Sosial Tresna Werdha Wana Seraya Denpasar. *Jurnal Dunia Kesehatan*, Vol.2 No.2, 39-43.
- Hirshkowitz, M., Whiton, K., Albert, S. M., Alessi, C., Bruni, O., DonCarlos, L., et al. (2015). National sleep foundation's sleep time duration recommendations: Methodology and results summary. *Sleep Health*, 1(1), 40-43.
- Horsley, K. J., Rouleau, C. R., Garlan, S. N., Samuels, C., Aggarwal, S. G., Stone, J. A., et al. (2016). Insomnia symptoms and heart rate recovery among patients in cardiac rehabilitation. *Journal of Behavioral Medicine*, 39, 642-651.



- Hurlock, E. B. (1980). *Psikologi perkembangan: suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Jamali, A., Tofangchiha, S., Nedjat, S., Narimani, A., Jan, D., Montazeri, A., et al. (2013). Medical students health related quality of life : Roles of social and behavioral Factors. *Medical Education*, 47(10), 1001-1012.
- Jose, R., Gore, C. A., Plathottam, J. J., Priyanka, M. S., & Nikitha, H. K. (2016). Depression and Insomnia among Medical Students in Bengaluru, India. *International Journal of Preventive and Public Health Sciences*, Vol. 2, No. 1, 22-24.
- Joseph, R. P., Banitez, T. J., Benitez, T. J., & Pekmezi, D. W. (2013). Psysical activity and quality of life among university student: exploring self efficacy, self esteem, and affect as potential mediators. *Quality of Life Research*, 23(3), 659-667.
- Juczyz'ski, Z. (2006). Health-related quality of life: Theory and measurement. *Folia Psychologica*, 315.
- Kairupan, J. M., Rottie, J. V., & Malara, R. T. (2016). Hubungan Merokok dengan Kejadian Insomnia Pada Remaja di SMA Negeri Remboken Kabupaten Minahasa. *E-Journal Keperawatan*, Vol.4, No. 1, 1-8.
- Katz, D. A., & McHorney, C. A. (2002). The relationship between insomnia and health-related quality of life in patients with chronic illness. *The Journal of Family Practice*, 51(3), 229-235.
- Keengwe, J., & Georgina, D. (2012). The digital course training workshop for online learning and teaching. *Education and Information Technologies*, 17(4), 365-379.
- Khan, S. (2012). *The One World Schoolhouse: Education Reimagined*. New York: Twelve Hachette Book Group.
- Kim, B. S., Jeon, H. J., Hong, J. P., Bae, J. N., Lee, J. Y., Chang, S. M., et al. (2012). DSM-IV psychiatric comorbidity according to symptoms of insomnia: A nationwide sample of Korean adults. *Social Psychiatry Psychiatr Epidemiol*, 47, 2019-2033.
- Knutson, K. L., Phelan, J., Paskow, M. J., Roach, A., Whiton, K., Langer, G., et al. (2017). The National Sleep Foudation's Sleep Health Index. *Sleep Health Journal of The Sleep Foundation*, 1-7.
- C., Walker, A. E., Schroder, K. E. E., & Belland, B. R. (2014). Interaction, ternet self-efficacy, and self-regulated learning as predictors of student



- satisfaction in online education courses. *The Internet and Higher Education*, 20, 35–50.
- Kusnayat, A., Muis, M. H., Sumarni, N., Mansyur, A. S., & Zaqiah, Q. Y. (2020). Pengaruh teknologi pembelajaran kuliah online di era covid-19 dan dampaknya apda kesehatan mental mahasiswa. *Jurnal Edukasi dan Teknologi Informasi*, 1(2), 153-165.
- Kyle, S. D., Morgan, K., & Espie, C. A. (2010). Insomnia and Health Related Quality of Life. *Sleep Medicine Review*, Vol.14, 69-82.
- Lam, C. L., Fong, D. Y., Lauder, I. J., & Lam, T.-P. D. (2002). The effect of health-related quality of life (HRQOL) on health service utilisation of a Chinese population. *Social science & medicine*, 55(9), 1635-1646.
- Lanywati, E. (2001). *Insomnia: gangguan sulit tidur*. Yogyakarta: Kanisius.
- Larasati, T. (2009). Kualitas hidup pada wanita yang memasuki masa menopause. *Jurnal Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma*.
- Leslie, H. J. (2019). Trifecta of student engagement: A framework for an online teaching professional development course for faculty in higher education. *Journal of Research in Innovative Teaching & Learning*.
- Lin, E., & Lin, C. H. (2015). The effect of teacher-student interaction on student learning achievement in online tutoring environment. *Internasional Journal of Technical Research and Applications*, 22(22), 19-22.
- Linda, S., & Robbert, G. (2005). Sustainable transportasion and quality of life. *Journal of Transport Geography*, 13, 59-69.
- Lucena, L., Polesel, D. N., Poyares, D., Bittencourt, L., Andersen, M. L., Tufik, S., et al. (2020). The association of insomnia and quality of life: Sao Paulo epidemiologic sleep study (EPISONO). *Journal of the Nation Sleep Foundation, Sleep Health*, 17(01), 1-7.
- Luy, M., & Di Giulio, P. (2006). Impact of health behaviors and life quality on gender differences in mortality. *Max Planck Institute for Demographic Research*.
- Maas, J. B., Wherry, M. L., Axelrod, D. J., Hogan, B. R., & Blumin, J. A. (1998). *Power Sleep: The Revolutionary Program That Prepares Your Mind for Peak Performance*. New York: United States By Villard Books.
- .., Langlois, J. A., Minicuci, N., Grigoletto, F., Pavan, M., Foley, D. J., et al. (2015). Sleep complaints in community dwelling older persons: prevalence, associated factors, and reported causes. *Journal of the American Geriatrics Society*, 46(2), 161-168.



- Mindy , E.-F. (2014). The effects of sleep loss on capacity and effort. *Sleep Science*, 7(4), 213-224.
- Molen, Y. F., Carvalho, L. B., Prado, L. B., & Prado, G. F. (2013). Insomnia: psychological and neurobiological. *Arq Neuropsiquiatr*, Vol. 72., No.1, 63-71.
- Moore, J. L., Dickson-Deane, C., & Galyen, K. (2011). E-Learning, online learning, and distance learning environment: Are they the same? *Internet and Higher Education*, 14, 129-135.
- Morin, C. M., Belleville, G., Bélanger, L., & Ivers, H. (2011). The insomnia severity index: Psychometric indicators to detect insomnia cases and evaluate treatment response. *Journal of Sleep*, 34(5), 601–608.
- Morin, C. M., Drake, C. L., Harvey, A. G., Krystal, A. D., Manber, R., Riemann, D., et al. (2015). *Insomnia Disorder*. Journal of Nature Disease Primer, Vol. 1: 1-18.
- Munir, B. (2015). *Neurologi dasar*. Jakarta: Sagung Seto.
- Nafilda, H., Nadjmir, & Hardisman. (2016). Hubungan Kualitas Tidur dengan Prestasi Akademik Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Angkatan 2010 FK Universitas Andalas. *Jurnal Kesehatan Andalas*, Vol. 5., No. 1.
- National Institute of Health. (2005). Manifestations and management of chronic insomnia in adults. *NIH Consensus and State of the Science Statements*, 22(2), 1-30.
- Ningtyas, S. D. (2012). Hubungan antara self-control dengan internet addiction pada mahasiswa. *Educational Psychology Journal*, 1(1), 25-30.
- Nurdin, M. A., Arsin, A. A., & Thaha, R. M. (2018). Kualitas Hidup Penderita Insomnia pada Mahasiswa. *Jurnal MKMI*, Vol. 14, No. 2, 128-138.
- Oksuz, E., & Malhan, S. (2006). *Compendium health related quality of life*. Ankara: Baskent University.
- Olivia, F. (2010). *Mendampingi anak belajar. Bebaskan anak dari stres dan depresi belajar*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.
- Orley, J., Saxena, S., & Herrman, H. (1998). Quality of life and mental illness: reflections from the perspective of the WHOQOL. *Brithis Journal of psychiatric*, 291-293.
- 2013). *The Puzzle of Paradoxical Insomnia*. Minnesota State University, Master of Arts. Tesis. Minesota: ProQuest.



Peraturan Rektor Universitas Hasanuddin. (2012). *Kode etik mahasiswa di lingkungan Universitas Hasanuddin*. Makassar: Lembaga Penerbitan Unhas.

Program Studi Psikologi UH. (2012). *Nilai-nilai prodi Psikologi Fakultas Kedokteran Unhas*. Makassar: Prodi Psikologi, Fakultas Kedokteran.

Radovan, M., & Makovec, D. (2015). Adult learners' learning environment perceptions and satisfaction in formal education-case study of four East-European countries. *International Educational Studies*, 8(2), 101-112.

Renaldi, N. S. (2019). *Pemaknaan dukungan sosial dan health related quality of life pada survivor kanker serviks*. Skripsi. Makassar: Program Studi Psikolog Fakultas Kedokteran, Universitas Hasanuddin.

Rinaldi , A., Bagasworo, D. W., Monica, N., & Ramadhani, V. (2016). Pelatihan "hello academica" kepada mahasiswa baru pada masa transisi dari SMA ke Universitas. *Self and Identity*.

RISTEKDIKTI. (2012). *Undang-Undang Republik Indonesia No. 12*. Jakarta: Lembaran Negara Republik Indonesia.

Roberts, T. S., & McInerney, J. M. (2007). Seven problems of online group learning (and their solutions). *Educational Technology and Society*, 10(4), 257-268.

Romero, M., Vivas-Consuelo, D., & Alviz-Guzman, N. (2013). Is Health Related Quality of Life (HRQoL) a valid indicator for health systems evaluation. *Springerplus*, Vol.2, 664.

Santrock, J. W. (2012). *Life Span Development*, Ed 13th II. New York: McGraw-Hill Companies, Inc.

Schlarb, A. A., Friedrich, A., & Claben, M. (2017). Sleep problems in university students – an intervention. *Neuropsychiatric Disease and Treatment*, 13, 1989-2001.

Sekarsiwi, A., Putri, D., & Dewi, P. (2015). Hubungan antara insomnia dengan penurunan konsentrasi belajar mahasiswa/i keperawatan S1 semester IV di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Harapan Bangsa Purwokerto. *Viva Medika*, 8(15).

Smith, A. (2000). Researching of quality of life pf older people: concepts, measures, and findings. *Journal center of social gerontology working paper*, 7, 5-7.

M., Krystal, J. H., Nordhus, I. H., Bjorvatn, B., Harvey, A. G., Eid, J., et al. (2012). Insomnia, nightmare frequency, and nightmare distress in



- victims of sexual abuse: The role of perceived social support and abuse characteristic. *Journal of Interpersonal Violence*, 27(9), 1827-1843.
- Stranges, S., Tigbe, W., Gómez-Olivé, F. X., Thorogood, M., & Kandala, N.-B. (2012). Sleep problems: An emerging global epidemic? Findings from the INDEPTH WHO-SAGE study among more than 40,000 older adults from 8 countries across africa and asia. *SLEEP*, 35(8), 1173-1181.
- Su, B., Bonk, C. J., Magjuka, R. J., Liu, X., & Lee, S. H. (2005). The importance of interaction in web-based education: A program-level case study of Online MBA courses. *Journal of Interactive Online Learning*, 4(1).
- Subandi, A. (2008). *Yoga Insomnia*. Jakarta: PT. Gramedia.
- Sugiono. (2014). *Statistika untuk penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Sulistiyowati , & Nisa, K. (2014). Perbedaan Insomnia Sebelum dan Sesudah Mandi Air Hangat pada Wanita Menopause di Dusun Laren Kecamatan Laren Lamongan. *Jurnal Media Komunikasi Ilmu Kesehatan*, Vol.03, No.19, 1-10.
- Sulistyani, C. (2012). Beberapa Faktor Yang Berhubungan Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Diponogoro Semarang. *Jurnal Kesmas*, 1 (2), 80-92.
- Sullis, I., & Tedesco, N. (2009). Measures of quality of life among university students. *Italian Journal of Applied Statistic*, 21(3).
- Sun, P. C., Tsai, R. J., Finger, G., Chen, Y. Y., & Yeh, D. (2008). What drives a successful e-Learning? An empirical investigation of the critical factors influencing learner satisfaction. *Computers and Education*, 50(4), 1183-1202.
- Sun, S. H. (2014). Learner perspectives on fully online language learning. *Distance Education*, 35(1), 18–42.
- Susanti, E., Husna, E., Putra , Y., & Junios, J. (2015). Perbedaan Tingkat Insomnia pada lansia sebelum dan sesudah senam lansia di PSTW kasih sayang ibu. *Jurnal Kesehatan Stikes Prima Nusantara Bukittinggi*, 6(1).
- Sutarsih, T., Rozama, N. A., Untari, R., Siswayu, G., & Maharani, K. (2019). *Statistik telekomunikasi statistik indonesia 2018*. Jakarta: Badan Pusat Statistik.



C. (2002). Building learning communities in online courses: The importance of interaction. *Education Communication and Information*, 1(1), 23-49.

- Szpunar, K. K., Moulton, S. T., & Schacter, D. L. (2013). Mind wandering and education: From the classroom to online learning. *Frontiers in Psychology*, 4, 1-7.
- Taylor, D. J., Bramoweth, E. A., Tatum, J. I., & Roane, B. M. (2013). Epidemiology of insomnia in college students: Relationship with mental health, quality of life, and substance use difficulties. *Journal of Behavior Therapy*, 44, 339-348.
- The WHOQOL Group. (1998). The world health organization quality of life assessment (WHOQOL): development and general psychometric properties. *Journal of social, science, and medicine*, 46(12), 1569-1585.
- Theofilou, P. (2013). Quality of life: definition and measurement. *Europe's Journal of Psychology*, 9(1), 150-162.
- Tsou, M. T. (2017). Gender-specific correlations of insomnia and attitudes toward treatment among community-dwelling elderly in Northern Taiwan. *International Journal of Gerontology*, 1-5.
- Veeda, O., Erevik, E. K., Hysing, M., Hayley, A. C., & Siverstsen, B. (2019). Insomnia, sleep duration and academic performance: a national survey of Norwegian college and university student. *Journal of Sleep Medicine*.
- WHO. (2011). *International Classification of Diseases 9th ed*. Geeneva: World Health Organization.
- Widanti, M. C., Hardjajani, T., & Karyanta, N. A. (2015). *Hubungan antara kestabilan emosi dengan problem solving pada mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas Sebelas Maret Surakarta*. Program Studi Psikologi. Universitas Sebelas Maret Surakarta: Candrajiwa Psikologi FK UNS.
- Widya , G., & Meita, S. (2010). *Mengatasi insomnia: cara mudah mendapatkan kembali tidur nyenyak anda*. Yogyakarta: Katahati.
- Williams, R. L., & Karacan, I. (2015). *American Handbook of Psychiatry: Sleep Disorder and Disordered Sleep*. USA: E-book 2015 Internasional Psychotherapy Institute.
- Wulandari, R. P. (2012). *Hubungan Tingkat Stress Dengan Gangguan Tidur Pada Mahasiswa Skripsi Di Salah Satu Fakultas Rumpun Science-Technology UI.Skripsi*. Depok: Universitas Indonesia.



Yu, W., Chen, S., Zhang, D., & Tan, R. (2013). Influence of social support on health-related quality of life in new-generation migrant workers in eastern china. *Iranian Journal of Public Health*, 42(8), 806-812.

Yasamine, O. (2000). *Hubungan antara kecenderungan problem focused coping dengan depresi pada mahasiswa tingkat akhir*. Skripsi. Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada.

Zhang, D., Zhao, J. L., & Nunamaker, J. F. (2004). Can e-learning replace classroom learning? *Communications of the ACM*, 47(5), 75–79.



# LAMPIRAN



## **LAMPIRAN I : Alat Ukur**

### **KUESIONER PENELITIAN**

Salam,

Perkenalkan nama saya Nurul Ilmi Awaliah Dalyan, salah seorang mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin. Dalam rangka pemenuhan salah satu syarat untuk menyelesaikan studi S1, saya sedang menyusun penelitian mengenai Kecenderungan Insomnia Terhadap Tingkat Health Related Quality of Life pada Mahasiswa yang Mengikuti Kuliah Online.

Terkait penelitian tersebut, saya ingin meminta partisipasi anda yang memenuhi kriteria berikut :

1. Mahasiswa aktif Universitas Hasanuddin
2. Usia 18 - 24 Tahun
3. Telah mengikuti pembelajaran online selama 3 bulan terakhir

Untuk mengisi kuesioner ini dan menyebarkannya pada kerabat anda. Data pribadi serta jawaban yang anda berikan akan dirahasiakan oleh peneliti dan hanya digunakan untuk keperluan penelitian saja.

Dalam kuesioner ini tidak ada jawaban benar maupun salah, sehingga saya sangat berharap agar anda mengisi kuesioner ini sebaik-baiknya sesuai dengan diri anda. Atas partisipasi dan kerjasama anda saya ucapkan terima kasih, semoga hari anda menyenangkan :)

Hormat saya,

Nurul Ilmi Awaliah Dalyan



## IDENTITAS DIRI RESPONDEN

Nama/insial :  
Usia : Tahun  
Jenis Kelamin : Laki-laki / Perempuan (\*Coret salah satu)  
Suku :  
Tahun Masuk Universitas :  
Fakultas :  
No. HP / id akun sosial media :

### A. Skala Insomnia Severity Index Versi Indonesia (ISI-INA)

#### INSTRUKSI

Untuk setiap pertanyaan, mohon beri **TANDA CENTANG** pada kolom yang sesuai dengan kondisi Bapak/Ibu.

Mohon nilai tingkat **KEPARAHAN** masalah tidur yang sedang Bapak/Ibu alami **SAAT INI** (seperti: 1 MINGGU TERAKHIR).

No.	Masalah Tidur	Tidak Ada	Sedikit	Sedang	Parah	Sangat Parah
1.	Kesulitan untuk tidur					
2.	Sulit untuk mempertahankan tidur					
	Terbangun lebih cepat dari biasanya					



4. Apakah Bapak/Ibu **PUAS/TIDAK PUAS** dengan kebiasaan tidur **SAAT INI?**

Sangat Puas	Puas	Cukup Puas	Tidak Puas	Sangat Tidak Puas

5. Menurut pengamatan orang lain, seberapa terlihatkah pengaruh masalah tidur pada kualitas hidup Bapak/Ibu?

Sama sekali tidak terlihat	Sedikit	Cukup	Sangat	Luar biasa terlihat

6. Seberapa **KHAWATIR/KESAL** Bapak/Ibu dengan masalah tidur saat ini?

Sama sekali tidak khawatir	Sedikit	Cukup	Sangat	Luar biasa khawatir

7. Menurut Bapak/Ibu, apakah masalah tidur Bapak/Ibu **SAAT INI** sangat **BERPENGARUH** pada kegiatan hidup sehari-hari (seperti: mengantuk di siang hari, perasaan, kemampuan untuk mengerjakan pekerjaan atau pekerjaan rumah harian, konsentrasi, ingatan, dan lainnya)?

Sama sekali tidak berpengaruh	Sedikit	Cukup	Sangat	Luar biasa berpengaruh



## B. Skala WHO-QOL Versi Breff

### I N S T R U K S I

Assessmen ini bertujuan untuk menggali mengenai bagaimana anda menilai kualitas hidup, kesehatan, dan aspek tertentu dalam hidup anda. Terdapat 26 pertanyaan dalam assessmen ini. Adapun ketentuan dalam mengisi assessmen ini sebagai berikut :

1. **Pastikan anda menjawab semua pertanyaan yang terlampir dibawah ini.**
  2. Pastikan anda memilih hanya satu dari berbagai pilihan jawaban yang menurut anda paling sesuai dengan kondisi anda.
  3. **Tidak ada pilihan jawaban benar atau salah**, oleh karena itu pilihlah jawaban yang paling sesuai dengan diri anda.
- 
- I. **Baca pertanyaan dengan seksama, kemudian tinjau kembali perasaan anda dan pilihlah jawaban yang menurut anda paling sesuai dengan diri anda.**

		Sangat Buruk	Buruk	Biasa saja	Baik	Sangat baik
1.	Bagaimana anda menilai kualitas hidup anda?					
2.	Seberapa puaskah anda dengan kondisi kesehatan anda sekarang?	Sangat tidak puas	Tidak Puas	Biasa saja	Puas	Sangat Puas



**II. Pertanyaan-pertanyaan dibawah ini berkaitan dengan seberapa besar hal-hal berikut berpengaruh pada kehidupan anda dalam dua minggu terakhir.**

		Sangat Buruk	Buruk	Biasa saja	Baik	Sangat baik
3.	Seberapa besar rasa sakit fisik yang anda rasakan (jika ada) menghambat anda dalam mengerjakan hal-hal yang perlu dikerjakan?					
4.	Seberapa besar anda bergantung dengan pengobatan medis untuk menjalani aktivitas sehari-hari?					
5.	Seberapa besar anda menikmati hidup?					
6.	Sejauh mana anda merasa bahwa hidup anda bermakna?					

		Tidak sama sekali	Sedikit	Biasa saja	Cukup besar	Sangat besar
7.	Sejauh apa anda dapat berkonsentrasi?					
8.	Seberapa besar rasa aman yang anda rasa dalam kehidupan sehari-hari?					
9.	Seberapa besar penilaian anda tentang kesehatan lingkungan tempat anda tinggal?					



**Pertanyaan-pertanyaan dibawah ini menggali penilaian anda tentang sumbu anda sendiri dalam melakukan berbagai hal berikut dalam dua minggu terakhir.**

		Tidak sama sekali	Sedikit	Cukup	Sebagian besar	Sepenuhnya
10.	Apakah anda merasa memiliki cukup energy untuk beraktivitas sehari-hari?					
11.	Apakah anda mampu menerima penampilan fisik anda saat ini?					
12.	Apakah uang yang anda miliki dapat memenuhi kebutuhan anda?					
13.	Apakah anda merasa bahwa informasi yang anda butuhkan sehari-hari cukup tersedia?					
14.	Apakah anda merasa memiliki cukup energy untuk beraktivitas sehari-hari?					

		Sangat Buruk	Buruk	Biasa saja	Baik	Sangat baik
15.	Seberapa baik anda mampu untuk bergerak?					

**IV. Pertanyaan dibawah ini menggali tentang seberapa puaskah anda dengan beberapa aspek dalam hidup anda dalam dua minggu terakhir.**

		Sangat Tidak puas	Tidak puas	Netral	Puas	Sangat puas
16.	Seberapa puaskah anda dengan tidur anda?					
17.	Seberapa puaskah anda dengan kemampuan anda dalam melakukan aktivitas sehari-hari?					



	bekerja?				
19.	Seberapa puaskah anda dengan diri?				
20.	Seberapa puaskah anda terhadap hubungan anda dengan orang lain?				
21.	Seberapa puaskah anda dengan kehidupan seks anda?				
22.	Seberapa puaskah anda dengan dukungan yang diperoleh dari teman-teman anda?				
23.	Seberapa puaskah anda dengan keadaan tempat tinggal anda?				
24.	Seberapa puaskah anda dengan akses ke pelayanan kesehatan?				
25.	Seberapa puaskah anda dengan transportasi yang anda gunakan?				

**V. Pertanyaan-pertanyaan berikut menggali tentang seberapa sering anda merasakan atau mengalami hal berikut dalam dua minggu terakhir.**

		Tidak pernah	Kadang	Cukup sering	Sangat sering	Selalu
26.	Seberapa sering anda mengalami perasaan negative seperti suasana hati yang sedih, putus asa, cemas, atau, depresi?					

**TERIMA KASIH ATAS PARTISIPASINYA**



**LAMPIRAN II : Data Responden**

No.	Usia	Suku	Jenis Kelamin	Angkatan	Jurusan	Aitem																																
						a1	a2	a3	a4	a5	a6	a7	b1	b2	b3	b4	b5	b6	b7	b8	b9	b10	b11	b12	b13	b14	b15	b16	b17	b18	b19	b20	b21	b22	b23	b24	b25	b26
1	18	Bugis	Laki-laki	2019	Pertanian	3	1	0	1	0	1	1	4	5	5	5	4	4	4	5	5	4	5	4	4	3	5	4	4	4	5	4	5	4	4	5	4	
2	20	Bugis	Laki-laki	2018	Pertanian	0	0	1	2	0	0	0	3	3	3	3	5	4	4	4	4	4	5	4	4	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3		
3	23	Bugis	Laki-laki	2019	Pertanian	0	3	0	1	1	1	0	3	4	4	5	4	4	2	4	3	4	2	2	1	3	3	4	4	3	3	3	2	2	1	3		
4	18	Bugis	Perempuan	2019	Kehutanan	0	1	1	2	1	0	1	3	2	4	3	4	4	3	4	4	2	4	2	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	
5	18	Bugis	Perempuan	2019	Pertanian	0	0	0	1	0	0	0	3	3	5	5	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	
6	18	Amboin	Perempuan	2019	Pertanian	1	1	1	1	0	1	0	5	5	4	5	5	5	5	5	4	5	5	4	4	5	4	4	4	5	5	3	4	5	3	3	3	
7	19	Bugis	Perempuan	2018	Kehutanan	1	0	0	2	0	1	0	3	3	5	5	4	4	4	3	3	4	2	2	4	4	2	4	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3
8	19	Bugis	Perempuan	2018	Kehutanan	1	0	0	2	1	1	2	3	3	3	5	4	2	4	3	4	4	5	4	4	3	4	3	5	4	3	3	4	3	3	1		
				2018	Pertanian	0	1	0	0	1	0	0	5	3	4	4	3	3	4	3	4	4	5	4	4	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	3		
				2018	Pertanian	2	0	0	1	0	0	0	3	3	2	2	5	4	3	4	4	5	5	5	5	3	5	5	4	5	3	3	4	5	4	5	4	



1 1	1 9	Bet awi	Pere mpu an	20 19	Peterna kan	1 0	1 1	1 0	1 1	4 4	4 4	5 5	5 5	4 4	3 3	4 4	3 3	4 4	5 5	4 4	5 5	4 4	3 3	3 3	2 2	3 3	3 3	3 3	3 3	2 2	4 4
1 2	1 9	Bu gis	Pere mpu an	20 19	Peterna kan	0 0	0 2	0 0	0 0	4 5	5 5	5 5	5 5	4 4	3 3	4 4	3 3	5 5	5 5	4 4	5 5	4 4	5 5	5 5	3 3	5 5	5 5	3 3	5 5	4 4	5 5
1 3	2 0	Bi ma	Pere mpu an	20 18	Kehutan an	0 0	0 2	2 2	2 0	0 0	3 4	3 5	5 5	4 4	3 3	5 5	3 3	4 4	5 5	3 3	4 4	5 5	3 3	4 4	3 3	3 3	3 3	4 4	1 1	4 4	
1 4	2 1	Ma kas sar	Pere mpu an	20 16	Kehutan an	0 0	1 0	0 0	0 0	3 2	3 3	1 5	5 5	5 5	3 3	5 5	5 5	5 5	4 4	5 5	5 5	3 3	4 4	3 3	2 2	4 4	3 3	4 5	3 3	3 3	
1 5	2 2	Ma na do	Pere mpu an	20 16	Kehutan an	1 1	1 1	1 1	1 1	0 0	4 4	4 4	5 5	5 5	5 5	3 3	4 4	3 3	5 5	5 5	4 4	5 5	4 4	3 3	4 4	5 5	3 3	3 3	4 4		
1 6	1 8	Tor aja	Laki- laki	20 19	Kehutan an	2 2	0 1	1 3	2 0	3 3	4 5	3 3	3 3	3 3	4 3	3 4	3 3	3 3	3 3	3 3	3 3	3 3	4 4								
1 7	1 8	Bu gis	Laki- laki	20 19	Peterna kan	2 1	2 2	2 3	2 2	3 3	2 3	4 4	4 4	4 4	4 3	3 3	4 3	3 3	4 2	3 3	3 3	3 3	3 2	3 3	3 3	3 3	3 2	3 3	4 2	4 4	
1 8	1 9	Ja wa	Laki- laki	20 18	Peterna kan	2 0	1 0	1 1	4 4	4 3	5 4	3 3	5 5	4 4	5 5	4 4	5 5	2 2	4 4	5 5	5 5	5 5	5 5	5 5	5 5	5 3	5 5	5 3	4 4		
1 9	2 0	Ma kas sar	Laki- laki	20 18	Kehutan an	1 2	2 1	1 3	2 2	3 4	4 4	3 3	4 5	5 5	4 4	4 4	5 4	5 5	4 4	4 4	4 4	4 4	4 4	4 3	4 3	4 4	4 4	4 4	4 4		
2 0	2 1	Ma kas sar	Laki- laki	20 16	Kehutan an	0 1	1 2	1 1	2 2	3 3	4 5	3 3	3 3	3 3	3 3	3 3	3 2	3 2	3 3	3 3	4 3	4 4	4 4	4 3	3 3	4 3	4 3	3 4	3 4		
2 2	2 2	Bu	Laki- laki	20 19	Peterna kan	1 2	0 2	2 1	1 1	1 1	4 4	4 4	5 5	5 3	3 3	2 2	3 3	4 4	3 3	3 3	4 3	4 4	4 4	4 3	3 3	4 3	4 3	4 3	3 4		
20	20	Pertania	n	20 19	Pertania n	2 1	2 2	2 1	2 2	2 4	3 3	2 2	4 4	5 4	4 4	3 3	4 4	5 3	3 4	3 4	3 3	4 3	3 3	4 3	3 3	4 3	4 3	4 3			
20	20	Pertania	n	20 20	Pertania n	1 0	2 2	2 2	2 2	1 1	4 4	4 4	4 5	5 4	4 4	4 3	3 3	4 4	3 3												





Optimization Software:  
[www.balesio.com](http://www.balesio.com)



Optimization Software:  
[www.balesio.com](http://www.balesio.com)



Optimization Software:  
[www.balesio.com](http://www.balesio.com)



Optimization Software:  
[www.balesio.com](http://www.balesio.com)



Optimization Software:  
[www.balesio.com](http://www.balesio.com)

7 9	1 9	Ma kas sar	Pere mpu an	20 19	Kepera watan	2	2	1	0	2	2	2	2	4	5	4	5	3	3	3	3	2	2	3	5	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4		
8 0	2 0	Bat ak	Pere mpu an	20 17	Kedokte ran	1	0	0	2	2	3	3	3	4	5	4	4	5	4	3	5	2	4	4	5	4	4	4	3	4	3	4	3	4				
8 1	2 0	Bu gis	Pere mpu an	20 18	Kedokte ran Gigi	2	0	1	3	1	1	2	3	2	5	5	5	5	4	3	4	2	4	3	3	2	3	2	4	4	5	4	3	5	5	5	4	
8 2	2 0	Bu gis	Pere mpu an	20 18	Kedokte ran Gigi	2	1	2	3	2	2	2	3	3	2	5	3	4	2	3	4	3	5	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	
8 3	2 0	Ma nd ar	Pere mpu an	20 19	Kesehat an Masyara kat	2	2	0	2	2	2	1	3	3	4	5	4	5	4	3	5	4	5	5	4	3	3	3	4	5	3	3	4	5	4	5	3	
8 4	2 1	Bu gis	Pere mpu an	20 16	Kedokte ran	1	0	2	2	1	1	1	4	4	4	5	4	5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	3	4	4	4	4	4	4	4	
8 5	2 2	Bu gis	Pere mpu an	20 15	Kedokte ran	2	1	0	3	0	2	3	2	2	4	5	3	4	2	3	4	4	3	1	2	4	2	2	4	2	3	3	3	2	3	4	4	2
8 6	2 2	Ma kas sar	Pere mpu an	20 15	Kedokte ran	2	1	2	2	1	1	1	3	3	4	5	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	2	2	2	3	2	4	3	4	3
8 7	2 2	Ma kas sar	Pere mpu an	20 17	Kepera watan	1	2	1	2	1	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3			
					Kedokte ran	2	1	2	2	1	1	2	2	3	3	4	4	3	3	2	3	3	2	4	4	3	3	3	3	2	4	3	3	4	3	2	2	
					Kepera	2	1	0	1	2	2	1	3	4	4	5	5	4	4	5	4	3	5	5	5	4	4	4	3	4	4	4	5	4	5	4		



Optimization Software:  
[www.balesio.com](http://www.balesio.com)



Optimization Software:  
[www.balesio.com](http://www.balesio.com)

1 0 0	2 0	Bu gis	Pere mpu an	20 18	Kedokte ran Gigi	4	2	3	3	3	3	2	3	3	4	4	4	3	3	4	3	4	2	4	4	2	2	3	3	4	3	3	3	2	3	2		
1 0 1	2 0	Bu gis	Pere mpu an	20 18	Kesehat an Masyara kat	3	2	2	2	3	3	2	3	2	4	3	3	4	2	3	3	3	1	1	2	2	3	3	2	1	1	2	3	2	3	1		
1 0 2	2	Am bon	Pere mpu an	20 17	Kedokte ran	2	1	3	3	3	2	2	2	2	4	4	4	4	4	5	4	4	5	4	4	5	2	3	3	4	4	3	5	5	5	4		
1 0 3	2	Bu gis	Pere mpu an	20 17	Kedokte ran	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	5	2	4	4	4	2	4	3	4	3	2	4	2	3	3	3	2	3	4	2	2	2	3
1 0 4	2	Tio ng ho a	Pere mpu an	20 17	Kedokte ran	3	3	1	3	2	3	3	3	2	2	5	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2		
1 0 5	2	Bu gis	Pere mpu an	20 18	Kedokte ran	2	2	2	3	2	3	1	4	3	3	4	4	3	3	4	4	5	4	4	4	3	4	2	2	4	3	4	5	3	5	3		
1 0 6	2	Bu gis	Pere mpu an	20 18	Kedokte ran	3	2	1	3	2	3	4	2	2	2	5	4	5	4	4	4	4	4	3	4	4	2	4	4	4	3	3	3	2	4	2		
1 0 7	2	Pa mo na	Pere mpu an	20 13	Kedokte ran	4	3	1	4	0	3	3	3	2	3	3	3	4	2	4	4	1	4	4	3	2	3	1	3	3	3	3	2	4	2	4	2	
1 0 8	1	Ma kas	Pere mpu an	20 19	Kepera watan	4	4	3	4	3	4	3	4	4	2	4	4	4	3	5	5	4	3	3	4	4	3	1	4	2	3	2	3	3	4	4	4	4
				20 17	Kedokte ran	3	2	3	4	3	4	4	2	2	2	4	3	5	3	3	4	3	5	5	5	5	4	3	4	3	3	4	5	5	3	5	2	
				20 13	Kedokte ran	3	3	2	3	4	4	4	4	2	2	2	4	4	5	3	5	5	4	5	5	5	2	3	2	5	5	3	5	3	5	4		





Optimization Software:  
[www.balesio.com](http://www.balesio.com)



Optimization Software:  
[www.balesio.com](http://www.balesio.com)



Optimization Software:  
[www.balesio.com](http://www.balesio.com)



Optimization Software:  
[www.balesio.com](http://www.balesio.com)



Optimization Software:  
[www.balesio.com](http://www.balesio.com)



Optimization Software:  
[www.balesio.com](http://www.balesio.com)



Optimization Software:  
[www.balesio.com](http://www.balesio.com)



Optimization Software:  
[www.balesio.com](http://www.balesio.com)



Optimization Software:  
[www.balesio.com](http://www.balesio.com)



Optimization Software:  
[www.balesio.com](http://www.balesio.com)



Optimization Software:  
[www.balesio.com](http://www.balesio.com)



Optimization Software:  
[www.balesio.com](http://www.balesio.com)



Optimization Software:  
[www.balesio.com](http://www.balesio.com)



Optimization Software:  
[www.balesio.com](http://www.balesio.com)



Optimization Software:  
[www.balesio.com](http://www.balesio.com)

2 7 5	1 9	Ma kas sar	Pere mpu an	20 19	Ilmu Budaya	1	2	2	0	1	1	1	4	5	4	4	2	5	4	3	4	4	2	1	3	5	3	4	3	3	5	4	2	4	5	3	3	4
2 7 6	1 9	Bu gis	Pere mpu an	20 19	Ilmu Budaya	2	2	1	3	1	1	1	2	2	3	5	4	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	1	3	3	3	1		
2 7 7	2 0	Bu gis	Pere mpu an	20 17	Hukum	2	2	1	3	3	1	1	3	4	2	4	4	4	2	3	4	4	2	1	2	3	4	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2
2 7 8	2 0	Bu gis	Pere mpu an	20 17	Ilmu Budaya	3	1	0	3	2	3	2	4	2	3	5	4	4	3	4	4	3	2	4	4	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	
2 7 9	2 0	Bu gis	Pere mpu an	20 17	Ilmu Budaya	1	2	2	2	1	2	3	3	3	2	5	3	3	2	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4			
2 8 0	2 0	Bu gis	Pere mpu an	20 18	FISIP	2	1	2	2	1	2	1	4	4	4	5	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	3	4			
2 8 1	2 0	Bu gis	Pere mpu an	20 18	FISIP	2	2	1	1	0	2	2	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	1	3	2	4	3	3	3	4	3	3	3	3	1			
2 8 2	2 0	Bu gis	Pere mpu an	20 18	FISIP	2	2	1	2	2	3	2	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3			
2 8 3	2 0	Ma kas sar	Pere mpu an	20 18	FISIP	2	2	0	2	0	3	3	3	3	1	3	4	5	3	2	2	4	3	5	5	4	5	3	4	4	4	4	3	3	1	3	3	
2	—	Ma	Pere	20 18	FISIP	2	2	0	2	0	3	3	3	3	1	3	4	5	3	2	2	4	3	5	5	4	5	3	4	4	4	4	3	3	1	3	3	
2	—	Ilmu Budaya		20 18		2	3	3	2	1	0	0	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4				



Optimization Software:  
[www.balesio.com](http://www.balesio.com)

2	2	Bu	Pere	20	Ilmu	1	2	2	2	1	2	1	4	4	5	5	5	5	4	4	4	4	5	2	4	3	4	4	3	5	4	3	4	3				
8	2	gis	mpu	18	Budaya	2	0	0	3	1	1	1	3	2	4	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	4	2	2	2		
6																																						
2	2	Bu	Pere	20	Ilmu	2	2	1	2	0	1	1	5	4	2	5	4	3	3	2	3	4	4	4	4	3	4	4	3	5	4	3	4	5	3	4	2	
8	2	gis	mpu	18	Budaya	1	1	2	2	1	1	0	4	3	4	4	4	4	2	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4		
7																																						
2	2	Ma	Pere	20	Ilmu	2	2	1	2	0	1	1	5	4	2	5	4	3	3	2	3	4	4	4	4	3	4	4	3	5	4	3	4	5	3	4	2	
8	2	kas	mpu	18	Budaya	1	1	2	2	1	1	0	4	3	4	4	4	4	2	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4		
8	2	sar	an																																			
9	2	Ma	Pere	20	Ilmu	1	0	0	2	3	1	3	3	3	2	4	3	3	4	3	3	2	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	2	1		
9	2	kas	mpu	18	Budaya	2	2	2	2	1	1	1	3	3	3	3	5	4	3	3	4	3	4	5	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3		
0																																						
2	2	Ma	Pere	20	Ilmu	2	2	2	2	1	1	1	3	3	3	3	5	4	3	3	4	3	4	5	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3			
9	2	kas	an																																			
1																																						
2	2	Bu	Pere	20	FISIP	2	0	1	1	0	3	3	3	3	5	5	3	3	3	3	4	5	3	5	3	5	4	4	3	4	3	4	3	3	4	4		
9	2	gis	mpu	19		2	2	2	2	1	1	1	3	2	2	4	3	2	3	2	4	2	2	1	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	4			
2	2	Bu	Pere	20	Ilmu	2	2	2	2	1	1	1	3	2	2	4	3	2	3	2	4	2	2	1	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2				
9	2	gis	an																																			
3																																						
2	2	Bu	Pere	20	Ilmu	3	1	0	2	3	0	0	3	4	2	1	5	4	3	4	3	4	5	2	4	5	4	4	3	3	5	3	3	4	3	5	1	
9	2	gis	mpu	19	Budaya	2	2	2	2	1	1	1	3	2	2	4	3	2	3	2	4	2	2	1	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3			
4																																						
2	-	-	Pere	20	Ilmu	4	1	0	3	0	1	2	3	3	1	4	3	4	1	2	2	2	4	2	2	2	5	2	5	2	4	3	3	3	3	3		
						20	16	Ilmu																														
						20	16	Ilmu																														



Optimization Software:  
[www.balesio.com](http://www.balesio.com)

2 9 7	2 1	Tor aja	Pere mpu an	20 17	Ekonom i Bisnis	1	2	0	2	1	1	1	4	4	5	5	5	5	4	5	5	5	4	5	3	4	3	4	4	5	5	4	5	5	4		
2 9 8	2 1	Lu wu	Pere mpu an	20 17	Hukum	2	2	2	3	0	3	2	4	2	2	5	4	4	4	4	4	4	2	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	
2 9 9	2 1	Bu gis	Pere mpu an	20 17	Ilmu Budaya	2	2	1	2	1	3	3	2	2	2	5	3	3	3	4	4	3	1	4	4	4	3	2	2	3	2	3	3	4	3	3	3
3 0 0	2 1	Bu gis	Pere mpu an	20 17	Ilmu Budaya	2	2	2	2	1	1	1	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	4	4	4	4	3			
3 0 1	2 1	Tor aja	Pere mpu an	20 17	Ilmu Budaya	2	1	1	2	1	1	1	2	3	3	4	3	3	3	2	4	4	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	4		
3 0 2	2 1	Bu gis	Pere mpu an	20 18	Ilmu Budaya	2	1	0	3	3	2	2	2	3	3	5	3	3	2	3	3	3	3	3	1	2	2	3	3	2	3	3	3	2			
3 0 3	2 1	Bu gis	Pere mpu an	20 18	Ilmu Budaya	1	2	2	3	2	2	1	2	2	4	4	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	1	3	4			
3 0 4	2 1	Bu gis	Pere mpu an	20 18	Ilmu Budaya	2	2	2	2	1	1	1	4	4	3	5	5	4	3	3	4	5	5	4	3	3	3	4	3	4	4	3	4				
3 0 5	2 2	Bu gis	Pere mpu an	20 15	Ilmu Budaya	2	2	1	2	3	1	3	4	2	2	2	4	5	4	2	4	2	2	2	3	2	3	4	4	3	3	4	3	4			
3	-	-	Pere	20 16	Ilmu Budaya	1	3	1	0	3	2	3	2	2	4	5	3	2	2	3	4	3	4	1	1	5	3	5	3	3	4	3	3	5	3	3	
				20 16	Ilmu Budaya	2	2	0	1	1	1	1	2	2	5	5	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	5	4	



Optimization Software:  
[www.balesio.com](http://www.balesio.com)

3 0 8	2 3	Bu gis	Pere mpu an	20 14	Ilmu Budaya	2	3	0	2	2	2	1	3	5	1	4	4	4	2	3	3	5	4	4	4	4	4	2	5	5	4	4	3	4	3	5	4	3
3 0 9	2 3	Wa wo nii	Pere mpu an	20 19	Ilmu Budaya	1	1	1	2	3	3	2	3	3	2	2	4	3	3	3	3	3	2	4	4	4	3	3	3	2	3	3	3	4	3	4	4	
3 1 0	2 4	Bu gis	Pere mpu an	20 13	Ekonom i Bisnis	2	0	2	2	1	0	1	4	3	2	5	4	5	4	4	5	4	4	4	4	5	3	4	5	5	3	5	5	5	3	5	5	
3 1 1	2 4	Bu gis	Pere mpu an	20 16	Ilmu Budaya	2	1	2	2	1	1	1	3	2	4	5	5	5	3	3	2	3	4	3	3	3	4	3	3	5	3	3	3	4	3	4		
3 1 2	1 8	Bu gis	Laki- laki	20 19	FISIP	3	2	1	2	2	3	3	4	4	2	4	5	4	4	5	5	4	5	4	3	4	5	4	4	4	5	5	3	5	5	5	3	
3 1 3	1 8	Ma kas sar	Laki- laki	20 19	FISIP	1	2	2	3	2	3	2	3	3	4	5	3	3	3	2	2	3	4	2	3	3	3	2	4	4	2	2	2	3				
3 1 4	1 8	Bu gis	Laki- laki	20 19	Ilmu Budaya	3	2	1	3	2	3	2	4	3	3	5	3	2	4	2	4	2	3	3	3	4	2	2	4	4	3	1	3	4	4	2		
3 1 5	1 8	Ma kas sar	Laki- laki	20 19	Ilmu Budaya	2	1	2	3	3	3	3	3	2	2	4	3	3	3	3	4	3	2	3	3	4	3	2	3	3	2	4	4	3	2			
3 1 6	1 9	Bu gis	Laki- laki	20 19	Ilmu Budaya	2	3	3	3	1	3	3	2	2	3	5	4	4	4	2	2	4	4	5	2	3	4	3	2	3	1	4	4	3	4	4	5	4
3	Ma	...	...	20 19	Ilmu Budaya	4	1	1	4	4	4	1	1	2	4	5	4	4	4	4	4	1	2	4	4	1	1	2	1	2	2	2	3	4	4	5	2	
				20 17	Ilmu Budaya	3	2	1	3	2	3	2	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2		



Optimization Software:  
[www.balesio.com](http://www.balesio.com)



Optimization Software:  
[www.balesio.com](http://www.balesio.com)

3	1	Ma kas sar	Pere mpu an	20 19	Ilmu Budaya	4	3	0	4	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	4	4	4	2	4	4	2	4	3	4	4	3	4	2	
3	1	Bu gis	Pere mpu an	20 18	FISIP	2	2	2	3	1	3	4	2	3	2	4	4	3	3	4	2	4	5	4	5	3	2	2	2	2	3	2	3	4	4	4	3		
3	1	Bu gis	Pere mpu an	20 19	Ilmu Budaya	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	1	2	2	2	4	3	2	2	3	4	4	3	3	1	1	5	5	1		
3	2	Ma kas sar	Pere mpu an	20 17	Ekonom i Bisnis	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	4	3	3	3	3	2	3	2	4	2	2	3	3	4	4	4	3	3	4	3	4	2		
3	2	Bu gis	Pere mpu an	20 17	Ilmu Budaya	3	3	1	4	2	3	4	3	3	5	5	5	3	3	5	5	3	3	3	4	3	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4		
3	2	Bu gis	Pere mpu an	20 17	Ilmu Budaya	4	4	4	3	3	0	1	2	3	4	4	3	3	3	2	4	4	2	2	4	3	4	2	2	3	2	2	2	3	3	4	2	3	3
3	2	Da yak	Pere mpu an	20 17	Ilmu Budaya	3	3	2	3	1	2	1	3	2	5	5	5	4	3	4	3	4	4	5	2	2	3	3	3	4	3	3	4	3	3	1	1		
3	2	Ma na do	Pere mpu an	20 17	Ilmu Budaya	4	0	1	4	4	4	4	2	3	2	5	4	4	4	4	3	4	2	2	4	4	5	1	4	4	2	4	1	4	3	3	4	4	
3	2	Su nd a	Pere mpu an	20 17	Ilmu Budaya	3	2	2	4	2	2	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	2	4	2	2	3	4	2	2	3	2	3	3	2	2	4			
3	—	—	Pere	20 17	Ilmu Budaya	3	4	0	3	3	4	4	3	2	3	2	5	5	5	3	3	2	2	2	4	5	3	3	3	3	4	4	4	3	2	3	2		
				20 18	FISIP	4	1	1	4	3	3	1	2	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	2	3	3	4	4	3	4	4	3	4	2	



Optimization Software:  
[www.balesio.com](http://www.balesio.com)

3 4 1	2 0	Bu gis	Pere mpu an	20 18	FISIP	3	3	2	3	1	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	5	4	4	3	4	2	3	4	4	4	3	4	3					
3 4 2	2 0	Ma kas sar	Pere mpu an	20 18	FISIP	3	2	1	3	3	3	3	3	4	4	4	5	4	4	4	4	4	5	5	5	5	4	2	4	4	5	5	3	5	5	5	3			
3 4 3	2 0	Ma kas sar	Pere mpu an	20 18	Hukum	2	2	2	3	2	2	3	4	2	3	4	4	4	3	4	3	4	4	2	3	3	2	3	3	4	4	4	3	3	4	1				
3 4 4	2 0	Bu gis	Pere mpu an	20 18	Ilmu Budaya	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	5	2	3	3	3	4	3	1	3	4	5	4	3	3	3	2	2	4	2	3	3	1			
3 4 5	2 0	Bu gis	Pere mpu an	20 18	Ilmu Budaya	3	2	2	4	3	3	3	2	2	5	4	2	3	3	2	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	4	1					
3 4 6	2 0	Ma kas sar	Pere mpu an	20 18	Ilmu Budaya	3	2	2	4	2	3	2	3	3	2	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	3	4	4	5	4	3	4	4	4	1					
3 4 7	2 0	Tor aja	Pere mpu an	20 18	Ilmu Budaya	3	3	0	3	2	3	2	3	3	1	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1					
3 4 8	2 0	Bu gis	Pere mpu an	20 19	Ilmu Budaya	4	3	2	0	4	3	3	2	4	5	4	5	5	4	5	4	2	5	2	3	5	4	5	3	3	5	4	3	5	5	4	3	2		
3 4 9	2 0	Bu gis	Pere mpu an	20 19	Ilmu Budaya	4	0	0	4	3	3	3	2	2	2	5	2	4	4	4	4	2	2	2	4	4	4	4	1	3	3	2	3	1	3	3	4	3	3	1
3	-	-	Pere	20 19	Ilmu Budaya	2	2	2	3	2	2	4	3	3	4	4	4	4	3	2	3	2	3	5	3	3	3	4	3	2	2	2	3	3	3	3	3	4		
				20 17	Ilmu Budaya	3	3	1	2	4	3	4	3	1	5	5	2	4	2	3	4	3	1	3	2	4	1	3	5	5	4	2	3	3	4	2	5	3		



Optimization Software:  
[www.balesio.com](http://www.balesio.com)

3 5 2	2 1	Bu gis	Pere mpu an	20 17	Ilmu Budaya	2	2	1	3	2	3	2	4	3	2	2	5	4	4	4	4	4	4	2	2	4	2	3	3	3	2	3	3	4	4	3	3	3
3 5 3	2 1	Bu gis	Pere mpu an	20 17	Ilmu Budaya	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	
3 5 4	2 1	Bu gis	Pere mpu an	20 17	Ilmu Budaya	2	2	3	4	0	3	3	2	2	3	5	3	3	4	4	3	4	1	5	3	4	3	3	3	4	2	4	4	3	2	3		
3 5 5	2 1	But on	Pere mpu an	20 17	Ilmu Budaya	3	1	0	4	2	4	3	2	2	3	5	3	4	2	3	2	3	3	5	3	4	3	2	2	2	2	3	3	5	3	3	3	
3 5 6	2 1	Tor aja	Pere mpu an	20 17	Ilmu Budaya	3	3	2	3	2	3	3	2	4	3	5	3	3	2	3	4	4	3	4	5	3	4	1	2	2	3	3	3	3	4	1	3	1
3 5 7	2 1	Bu gis	Pere mpu an	20 18	Ilmu Budaya	0	3	2	4	3	2	1	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3		
3 5 8	2 1	Flo res	Pere mpu an	20 18	Ilmu Budaya	4	2	1	3	2	3	1	3	3	4	5	4	3	3	3	4	4	4	3	5	5	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	4	
3 5 9	2 1	Flo res	Pere mpu an	20 18	Ilmu Budaya	4	2	1	3	2	3	1	3	3	4	5	4	3	3	3	4	4	3	5	5	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	4		
3 6 0	2 2	Bu gis	Pere mpu an	20 17	Ilmu Budaya	3	3	2	2	1	3	3	2	2	2	2	4	5	2	3	4	4	4	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	1		
3	-	-	Pere	20 15	FISIP	4	3	2	4	2	2	2	3	5	5	5	5	4	3	3	3	3	5	3	3	3	4	2	2	3	3	4	4	3	4	4	2	
				20 16	Ilmu Budaya	3	0	0	4	4	3	3	3	2	2	3	4	4	5	2	3	4	2	3	5	4	4	4	2	3	3	4	4	4	1	4	4	3



Optimization Software:  
[www.balesio.com](http://www.balesio.com)

3 6 3	2 3	Bu gis	Pere mpu an	20 17	Ekonom i Bisnis	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	4	4	3	3	4	3	1	3	3	5	4	2	3	4	4	3	3	4	2	3	3	2
3 6 4	1 9	Tor aja	Laki- laki	20 18	Ilmu Budaya	4	2	4	4	2	4	3	3	2	4	5	4	4	2	3	3	2	2	2	3	4	3	1	3	3	3	3	4	5	3	4	2	
3 6 5	1 9	Bu gis	Pere mpu an	20 18	Ilmu Budaya	4	3	2	4	3	4	4	2	2	2	5	3	4	3	3	3	4	2	3	3	3	4	2	3	3	3	4	1	4	4	3	3	1
3 6 6	2 0	Bu gis	Pere mpu an	20 19	Ilmu Budaya	3	3	4	3	3	4	4	2	2	2	5	2	4	2	2	2	2	3	1	1	2	4	2	2	2	3	3	3	2	2	1	2	2
3 6 7	2 2	Bu gis	Pere mpu an	20 17	Ilmu Budaya	4	3	2	4	4	4	3	2	2	2	4	4	5	3	2	3	3	2	1	2	4	3	1	3	3	3	4	3	4	3	3	5	1



### LAMPIRAN III : Hasil Analisis Data

#### KATEGORI INSOMNIA

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak ada insomnia yang signifikan	87	23.7	23.7	23.7
	Susah tidur	168	45.8	45.8	69.5
	Sedang	105	28.6	28.6	98.1
	Parah	7	1.9	1.9	100.0
	Total	367	100.0	100.0	

#### KATEGORI INSOMNIA

			Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Laki-laki	Valid	Tidak ada insomnia yang signifikan	24	25.3	25.3	25.3
		Susah tidur	42	44.2	44.2	69.5
		Sedang	28	29.5	29.5	98.9
		Parah	1	1.1	1.1	100.0
		Total	95	100.0	100.0	
Perempuan	Valid	Tidak ada insomnia yang signifikan	63	23.2	23.2	23.2
		Susah tidur	126	46.3	46.3	69.5
		Sedang	77	28.3	28.3	97.8
		Parah	6	2.2	2.2	100.0
		Total	272	100.0	100.0	

#### KATEGORI INSOMNIA

			Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
cluster_fakultas	Valid	Tidak Ada	15	29.4	29.4	29.4
		Susah Tidur	26	51.0	51.0	80.4
		Sedang	10	19.6	19.6	100.0
		Total	51	100.0	100.0	
	Valid	Tidak Ada	18	30.5	30.5	30.5
		Susah Tidur	20	33.9	33.9	64.4
		Sedang	18	30.5	30.5	94.9
		Parah	3	5.1	5.1	100.0



		Total	59	100.0	100.0	
sains	Valid	Tidak Ada	20	24.4	24.4	24.4
		Susah Tidur	37	45.1	45.1	69.5
		Sedang	25	30.5	30.5	100.0
		Total	82	100.0	100.0	
sosial	Valid	Tidak Ada	34	19.4	19.4	19.4
		Susah Tidur	85	48.6	48.6	68.0
		Sedang	52	29.7	29.7	97.7
		Parah	4	2.3	2.3	100.0
		Total	175	100.0	100.0	

### KATEGORI HRQOL

jenis_kelamin			Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Laki-laki	Valid	Sangat Rendah	1	1.1	1.1	1.1
		Rendah	32	33.7	33.7	34.7
		Sedang	34	35.8	35.8	70.5
		Tinggi	16	16.8	16.8	87.4
		Sangat Tinggi	12	12.6	12.6	100.0
		Total	95	100.0	100.0	
Perempuan	Valid	Sangat Rendah	15	5.5	5.5	5.5
		Rendah	65	23.9	23.9	29.4
		Sedang	120	44.1	44.1	73.5
		Tinggi	53	19.5	19.5	93.0
		Sangat Tinggi	19	7.0	7.0	100.0
		Total	272	100.0	100.0	

### KATEGORI HRQOL

cluster_fakultas			Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
agrokompleks	Valid	Rendah	9	17.6	17.6	17.6
		Sedang	25	49.0	49.0	66.7
		Tinggi	10	19.6	19.6	86.3
		Sangat Tinggi	7	13.7	13.7	100.0
		Total	51	100.0	100.0	
	Valid	Sangat Rendah	2	3.4	3.4	3.4
		Rendah	13	22.0	22.0	25.4
		Sedang	21	35.6	35.6	61.0



		Tinggi	16	27.1	27.1	88.1
		Sangat Tinggi	7	11.9	11.9	100.0
		Total	59	100.0	100.0	
sains	Valid	Sangat Rendah	2	2.4	2.4	2.4
		Rendah	18	22.0	22.0	24.4
		Sedang	38	46.3	46.3	70.7
		Tinggi	15	18.3	18.3	89.0
		Sangat Tinggi	9	11.0	11.0	100.0
		Total	82	100.0	100.0	
sosial	Valid	Sangat Rendah	12	6.9	6.9	6.9
		Rendah	57	32.6	32.6	39.4
		Sedang	70	40.0	40.0	79.4
		Tinggi	28	16.0	16.0	95.4
		Sangat Tinggi	8	4.6	4.6	100.0
		Total	175	100.0	100.0	

## Reliability

### Scale: Insomnia

#### Reliability Statistics

Cronbach's	Alpha	N of Items
	.816	7

### Scale: HR-QoL

#### Reliability Statistics

Cronbach's	Alpha	N of Items
	.891	26

## Correlations

		Insomnia	HRQoL
Insomnia	Pearson Correlation	1	-.368**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	367	367
HRQoL	Pearson Correlation	-.368**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	367	367

\*\*. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

