

Lampiran 1

LEMBAR INFORMASI PENELITIAN

Kepada Yth.

Petugas Satpam Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

Di Tempat

Dengan hormat,

Saya yang bertanda tangan di bawah ini adalah mahasiswa Progam Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta:

Nama : Risa Rizqika Awaliyah

NIM : 20150320078

Dosen Pembimbing : Fahni Haris, S.Kep.,Ns.,M.Kep

Akan mengadakan penelitian tentang “HUBUNGAN KUALITAS TIDUR TERHADAP KADAR GULA DARAH PUASA PEKERJA *SHIFT* DI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA.” Adapun penelitian ini akan memberi kerugian dan manfaat. Manfaatnya dapat mengetahui kadar gula darah puasa dan kerugiannya terkait waktu yaitu harus meluangkan waktu untuk mengikuti kegiatan penelitian ini. Prosedurnya responden diminta untuk mengikuti kegiatan untuk mengisi kuisisioner kemudian peneliti akan mengkontrol responden selama satu minggu *shift* malam dan hari terakhir *shift* peneliti meminta responden untuk puasa selama 8 jam. Puasa yang dimaksud disini adalah puasa makan dan minum minuman manis kecuali air putih dari jam 14.00-22.00 dan responden akan mengikuti pemeriksaan kadar gula darah puasa yang akan dilakukan oleh pendamping penelitian dan peneliti.

Peneliti memohon dengan hormat kepada saudara untuk bersedia menjadi responden. Kerahasiaan semua informasi yang diberikan akan dijaga dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian.

Demikian surat permohonan ini saya sampaikan atas kesediaannya sebagai responden saya ucapkan terimakasih.

Yogyakarta, 2018

Risa Rizqika Awaliyah

Lampiran 2

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Saya yang bertandatangan dibawah ini:

Nama Inisial :

Usia :

Jenis kelamin :

1. Telah mendapat penjelasan mengenai penelitian yang berjudul “Hubungan Kualitas Tidur Terhadap Kadar Gula Darah Puasa Pekerja *Shift* di Universitas Muhammadiyah Yogyakarta”.
2. Telah diberi kesempatan untuk bertanya mengenai penelitian ini dan mendapat jawaban dari peneliti.
3. Mengetahui tujuan, manfaat, dan prosedur dari penelitian tersebut.

Dengan ini saya menyatakan bersedia untuk menjadi responden dalam penelitian ini dan saya menyadari penelitian ini tidak membahayakan dan memberi kerugian namun akan memberi manfaat sehingga saya bersedia menjadi responden dalam penelitian ini.

Yogyakarta, 2018

Tanda Tangan Responden

(Risa Rizqika Awaliyah)

(.....)

Lampiran 3

KUERIONER KUALITAS TIDUR

PITTSBURGH SLEEP QUALITY INDEX (PSQI)

Nama Inisial :

Usia :

Jenis Kelamin :

Riwayat Diabetes : Ada/Tidak

Petunjuk

Pertanyaan dibawah ini berkaitan dengan kebiasaan tidur yang sudah biasa anda alami selama satu bulan terakhir. Mohon jawab semua pertanyaan sesuai dengan apa yang anda alami.

A. Jawablah pertanyaan dibawah ini pada kolom yang telah disediakan

No	Pertanyaan	Jawaban
1	Anda biasa tidur jam berapa pada malam hari?	
2	Berapa lama waktu untuk dapat tertidur pada malam hari?	
3	Jam berapa anda bangun pagi?	
4	Berapa jam waktu tidur malam hari?	

B. Jawablah pertanyaan dibawah ini dengan member tanda (√) pada salah satu kolom

No	Pertanyaan	Jawaban			
		Selalu	Sering	Kadang-kadang	Tidak pernah
5	a. Tidak dapat tertidur dimalam hari dalam waktu 30 menit				
	b. Bangun tengah malam atau dini hari				
	c. Terbangun dimalam hari untuk kekamar mandi				
	d. Tidak dapat bernafas dengann yaman dimalam hari				
	e. Batuk atau mendengkur dengan sangat keras dimalam hari				
	f. Merasa kedinginan atau menggigil demam pada saat tidur dimalam hari				
	g. Merasa terlalu kepanasan saat tidur dimalam hari				

	h. Mengalami mimpi buruk saat tidur dimalam hari				
	i. Merasa kesakitan saat tidur dimalam hari (kram, pegel dan nyeri)				
NO	Pertanyaan	Selalu	Sering	Kadang-kadang	Tidak pernah
	<p>j. Hal lain yang menyebabkan tidur anda terganggu, mohon dijelaskan</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p><u>Seberapa sering anda mengalami hal tersebut</u></p>				
6	Selama sebulan terakhir, seberapa sering anda menggunakan obat-obatan untuk membantu anda tidur				
7	Saya merasa kesulitan untuk terjaga atau segar ketika makan dan melakukan aktivitas				
8	Saya merasa sulit berkonsentrasi dalam menyelesaikan sesuatu				
9	<p>Saya menilai kualitas tidur saya adalah</p> <p>a. Sangat baik</p> <p>b. Baik</p>				

	c. Buruk d. Sangat buruk
--	-----------------------------

Keterangan cara skoring

Komponen :

1. Kualitas tidur subjektif dilihat dari pertanyaan nomer 9

0 = sangat baik

1= baik

2= buruk

3= sangat buruk

2. Latensi tidur (kesulitan memulai tidur) total skor dari pertanyaan nomer 2 dan 5a

Pertanyaan nomer 2 :

≤ 15 menit = 0

16-30 menit = 1

31-60 menit = 2

>60 menit = 3

Pertanyaan nomer 5a :

Tidak pernah = 0

Kadang-kadang = 1

Sering = 2

Selalu = 3

Jumlahkan skor nomer 2 dan 5a, dengan skor dibawah ini :

Skor 0 = 0

Skor 1-2 = 1

Skor 3-4 = 2

Skor 5-6 = 3

3. Lama tidur malam dilihat dari nomer 4

>7 jam = 0

6-7 jam = 1

5-6 jam = 2

<5 jam = 3

4. Efisiensi tidur pertanyaan nomer 1, 3 dan 4

Efisiensi tidur = (lama tidur/ lama di tempat tidur) x 100%

*lama tidur = pertanyaan nomer 4

*lama di tempat tidur = Kalkulasi respon dari pertanyaan nomer 1 dan 3

Jika didapat hasil tersebut, maka skornya :

>85% = 0

75-84% = 1

65-74% = 2

<65% = 3

5. Gangguan ketika tidur malam. Pertanyaan nomer 5b sampai 5j

Pertanyaan nomer 5b sampai 5j dijumlahkan dengan skor dibawah ini :

Skor 0 = 0

Skor 1-9 = 1

Skor 10-18 = 2

Skor 19-27 = 3

6. Menggunakan obat-obat tidur. Pertanyaan nomer 6

Tidak pernah = 0

Kadang-kadang = 1

Sering = 2

Selalu = 3

7. Terganggunya aktifitas disiang hari. Pertanyaan nomer 7 dan 8

Pertanyaan nomer 7 :

Tidak pernah = 0

Kadang-kadang = 1

Sering = 2

Selalu = 3

Pertanyaan nomer 8 :

Tidak pernah = 0

Kadang-kadang = 1

Sering = 2

Selalu = 3

Jumlahkan skor nomer 7 dan 8, dengan skor dibawah ini :

Skor 0 = 0

Skor 1-2 = 1

Skor 3-4 = 2

Skor 5-6 = 3

Skor akhir jumlahkan semua skor mulai dari komponen 1 sampai komponen 7.

LAMPIRAN 4

**Program Studi Ilmu Keperawatan
Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta**

Status: Terakreditasi A
SK BAN-PT
No: 851/SK/BAN-PT/IAK-SURV/PN/III/2015

Nomor : 270/ C.6-III/PSIK / II/2019
Hal : **Permohonan Ijin Penelitian**
Lamp. : -0-

Kepada Yth. : Bapak/Ibu
Ka. Biro Umum
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta
Di tempat

Assalamu 'alaikum Wr. Wb.

Bersama ini kami sampaikan dengan hormat, bahwa untuk memperoleh derajat sarjana Keperawatan, mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta diberi tugas Penulisan Karya Tulis Ilmiah (KTI). Untuk itu diperlukan penelitian di lapangan guna mendapatkan kebenaran dalam penulisan.

Sehubungan dengan hal tersebut, kami mohon mahasiswa tersebut di bawah ini dapat diijinkan untuk mencari data dan informasi sebagai penyusunan Karya Tulis Ilmiah.

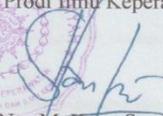
Nama : Risa Rizqika Awaliyah
NIM : 20150320078
Pembimbing : Fahni Haris, Ns., M. Kep CWCS

KTI : "Hubungan Kualitas Tidur Terhadap Kadar Gula Darah Puasa Pekerja Shift di Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. "

Demikian surat permohonan ijin ini kami ajukan, atas terkabulnya serta kerjasamanya yang baik kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu 'alaikum Wr. Wb.

Yogyakarta, 8 Februari 2019
Ka. Prodi Ilmu Keperawatan


Shanti Wardaningsih, Ns., M. Kep., Sp. Jiwa., Ph. D

8/19.

Pro: Pan sip malam
mohon di bantu mbu kel.
mohon

Kampus:
Jl. Lingkar Selatan, Tamantirto, Kasihan, Bantul, Yogyakarta 55183
Telp. (0274) 387656 ext. 215 Fax. FKIK (0274) 387658, Fax. Universitas (0274) 387646

Muda mendunia

LAMPIRAN 5



UMY UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH
YOGYAKARTA
Unggul & Islami

**FAKULTAS
KEDOKTERAN DAN
ILMU KESEHATAN**

Nomor : 038/EP-FKIK-UMY/II/2019

KETERANGAN LOLOS UJI ETIK **ETHICAL APPROVAL**

Komite Etik Penelitian Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta dalam upaya melindungi hak asasi dan kesejahteraan responden/subyek penelitian, telah mengkaji dengan teliti protokol berjudul :

The Health Research Ethics Committee of the Faculty of Medicine and Health Sciences, University of Muhammadiyah Yogyakarta, with regards of the protection of human rights and welfare in research, has carefully reviewed the research protocol entitled :

“Hubungan Kualitas Tidur terhadap Kadar Gula Darah Ppuasa Pekerja Shift di Universitas Muhammadiyah Yogyakarta”

Peneliti : Fahni Haris
Investigator : Risa Rizqika Awaliyah

Nama Institusi : Program Studi IlmuKeperawatan FKIK UMY
Name of the Institution

Negara : Indonesia
Country

Dan menyatakan 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.

And 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

Yogyakarta, 06 Februari 2019

Ketua,
Chairperson

Dr. dr. Titiek Hidayati, M.Kes.,
Sp.DLP., FISP.H., FISC.M.

***Peneliti Berkewajiban :**

1. Menjaga kerahasiaan identitas subyek penelitian
2. Memberitahukan status penelitian apabila :
 - a. Setelah masa berlakunya keterangan lolos uji etik (1 tahun sejak tanggal terbit), penelitian masih belum selesai, dalam hal ini *ethical clearance* harus diperpanjang
 - b. Penelitian berhenti di tengah jalan
3. Melaporkan kejadian serius yang tidak diinginkan (*serious adverse events*).
4. Peneliti tidak boleh melakukan tindakan apapun pada responden/subyek sebelum penelitian lolos uji etik.

ADDRESS

Kampus Terpadu UMY Gd. Siti Walidah LT.3
Jl. Brawijaya (Lingkar Selatan)
Tamantirto . Kasihan . Bantul
D.I.Yogyakarta 55183

CONTACT

Phone : (0274) 387656 ext. 213
Fax : (0274) 387658
Email : fkik@umy.ac.id
www.fkik.umy.ac.id

KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN
HEALTH RESEARCH ETHICS COMMITTEE
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL APPROVAL
"ETHICAL APPROVAL"

No.015/EC-KEPK FKIK UMY/I/2019

Protokol penelitian yang diusulkan oleh :
The research protocol proposed by

Peneliti utama : Fahni Haris, S.Kep.,Ns.,M.Kep / Risa
Rizqika Awaliyah

Principal In Investigator

Nama Institusi : Universitas Muhammadiyah Yogyakarta
Name of the Institution

Dengan judul:
Title

"Hubungan Kualitas Tidur Terhadap Kadar Gula Darah Puasa Pekerja Shift di Universitas Muhammadiyah Yogyakarta"

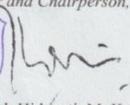
"Hubungan Kualitas Tidur Terhadap Kadar Gula Darah Puasa Pekerja Shift di Universitas Muhammadiyah Yogyakarta"

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.

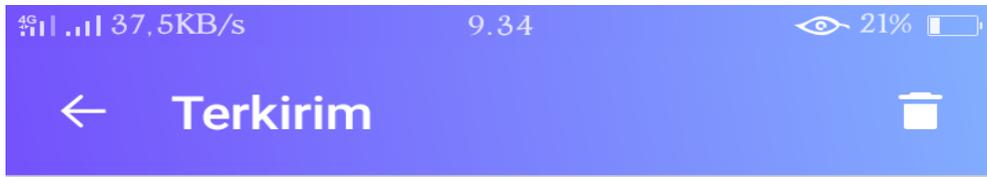
Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 04 Februari 2019 sampai dengan tanggal 04 Februari 2020.

This declaration of ethics applies during the period February 04, 2019 until February 04, 2020.

February 04, 2019
Professor and Chairperson,

Dr. Titiek Hidayati, M. Kes.



LAMPIRAN 6



(Tak Ada Judul)



Saya

wanti.unej@gmail.com

15 Mei 2018, 6:03 PM



Assalamualaikum Wr. Wb
Selamat malam, mohon maaf mengganggu waktunya
Saya Risa Rizqika Awaliyah dari Universitas Muhammadiyah Yogyakarta mahasiswa tingkat akhir ingin melakukan penelitian terkait kualitas tidur pada pekerja shift. Berdasarkan jurnal Ibu Wanti, terdapat pertanyaan atau kuisisioner yang bisa digunakan untuk penelitian saya.
Untuk itu saya meminta izin untuk menggunakan kuisisioner PSQI.
Terimakasih
Wassalamualaikum Wr. Wb

[Dikirim dari Yahoo Mail di Android](#)

