

**HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN TERHADAP KUALITAS TIDUR
MAHASISWA ANGKATAN 2018 FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS WIJAYA KUSUMA SURABAYA**

SKRIPSI

**Untuk Memenuhi Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran**



Oleh:

Moh. Abdul Aziz Khabibi

NPM: 18700108

**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS WIJAYA KUSUMA SURABAYA**

2021

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN TERHADAP KUALITAS TIDUR

MAHASISWA ANGKATAN 2018 FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS WIJAYA KUSUMA SURABAYA

Untuk Memenuhi Persyaratan

Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran

Oleh:

Moh. Abdul Aziz Khabibi

NPM : 18700108

Menyetujui untuk diuji

Pada tanggal : 06 Agustus 2021

Pembimbing



Dr. Atik Sri Wulan Jari, SKM., M.Kes

NIK : 93195-ET

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN TERHADAP KUALITAS TIDUR

MAHASISWA ANGKATAN 2018 FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS WIJAYA KUSUMA SURABAYA

Oleh:

Moh. Abdul Aziz Khabibi

NPM : 18700108

Telah diuji pada

Hari : Jum'at

Tanggal : 06 Agustus 2021

Dan dinyatakan lulus oleh:

Pembimbing



Dr. Atik Sri Wulan Jari, SKM., M.Kes

NIK : 93195-ET

Penguji



**Dr. dr. Harry Nurniawan Gondo, SpOG
(K.FM.), SH., M.Hum**

NIK: 04403-ET

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis ucapkan kepada Tuhan Yang Maha Kuasa dimana atas berkat serta karunia-NyaIah, penulis mampu menyelesaikan Skripsi/Tugas Akhir dengan judul “Hubungan Tingkat Kecemasan Terhadap Kualitas Tidur Mahasiswa Angkatan 2018 Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya”.

Penulis terdorong untuk melakukan penelitian topik ini dikarenakan dalam kehidupan sehari-hari sebagai mahasiswa seringkali tidur menjadi sesuatu yang tidak diperhatikan walaupun tidur merupakan salah satu kebutuhan yang penting bagi berlangsungnya kehidupan.

Tugas Akhir ini dapat terselesaikan karena dukungan dari berbagai pihak. Oleh sebab itu pada kesempatan ini saya sampaikan terima kasih kepada :

1. Tuhan yang maha esa telah mengaruniakan nikmat dan hidayanya kepada penulis sehingga penulis dapat menulis tugas akhir ini dengan baik.
2. Prof. Suhartati, dr., MS., Dr., sebagai Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya yang telah memberikan kesempatan kepada penulis menuntut ilmu di Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya.
3. Dr.Atik Sri Wulandari, SKM.,M.Kes. sebagai dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan, arahan, serta dorongan dalam menyelesaikan Tugas Akhir ini.
4. Dr.dr. Harry Kurniawan Gondo, SpOG (K.FM)., SH.,M.Hum. sebagai dosen penguji Tugas Akhir yang telah memberikan masukan dan arahan dalam mengerjakan Tugas Akhir ini.

5. Mahasiswa angkatan 2018 Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya yang telah berpartisipasi dalam pembuatan dan penelitian Tugas Akhir ini.
6. Seluruh keluarga inti penulis bapak, tante, paman, sepupu yang selalu memberikan doa dan semangat dalam menyelesaikan skripsi.
7. Teman-teman yang selalu ada Muhammad Rizki Baihaqy, Richard, Dwiky Adi Satria, Chrisna Dila Bella Elvara, Cahyani Suhartin Ningsih, Istigfarin Khorima untuk dukungan serta bantuannya dalam proses pembuatan Tugas Akhir ini.
8. Teman-teman foramen ovale angkatan 2018 serta semua pihak yang telah mendukung dalam doa dan semangat dalam menyelesaikan Tugas Akhir ini.

Penulis sangat menyadari bahwa penulisan Tugas Akhir ini masih banyak memerlukan kritik dan saran supaya lebih sempurna lagi, oleh karena itu penulis sangat mengharapkan segala masukan demi lebih baiknya tulisan ini.

Akhirnya penulis sangat berharap semoga Tugas Akhir ini akan memberikan manfaat untuk pembaca dan pihak yang terkait.

Surabaya, 21 Desember 2020

Penulis

ABSTRAK

Moh, Abdul Aziz Khabibi.2021. Hubungan Tingkat Kecemasan Terhadap Kualitas Tidur Mahasiswa Angkatan 2018 Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya. Skripsi, Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Wijaya Kusuma Surabaya. Pembimbing : Atik Sri Wulandari; Harry Kurniawan Gondo.

Mahasiswa kedokteran dengan berbagai kesibukan akademiknya kerap lebih banyak merasakan kecemasan dibanding mahasiswa program studi non medis. Kecemasan sendiri dapat membuat seseorang menjadi kesulitan tidur dan dapat meningkatkan resiko-resiko kesehatan. Penelitian ini dilakukan untuk mengidentifikasi hubungan tingkat kecemasan terhadap kualitas tidur Mahasiswa Angkatan 2018 Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya. Rancangan penelitian ini menggunakan jenis penelitian observasional analitik dengan sampel sebanyak 96 responden yang diambil menggunakan *simple random sampling*. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner dan analisis data pada penelitian ini menggunakan uji statistik korelasi *Kappa*. Hasil uji statistik yang diperoleh yaitu nilai $P= 0.188 > 0.05$ artinya ($> \alpha$), sehingga H_0 diterima. Dengan demikian pada penelitian ini dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara tingkat kecemasan terhadap kualitas tidur mahasiswa angkatan 2018 Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya.

Kata kunci : kecemasan, kualitas tidur, mahasiswa kedokteran.

ABSTRACT

Moh, Abdul Aziz Khabibi.2021. *The Relationship Of Anxiety Level On The Quality Of Sleep For Class 2018 Students, Faculty Of Medicine Wijaya Kusuma Surabaya University*. Final Assignment, Faculty of Medicine, Wijaya Kusuma Surabaya University. Supervisor: Atik Sri Wulandari; Harry Kurniawan Gondo.

Medical students with various academic activities often feel more anxious than non-medical study program students. Anxiety alone can make it difficult for a person to sleep and can increase health risks. This study was conducted to identify the relationship between anxiety levels on quality of sleep for the class 2018 students, Faculty of Medicine at the Wijaya Kusuma Surabaya University. The design of this study used an analytic observational research with a sample of 96 respondents who were taken using simple random sampling. Data collection was carried out using a questionnaire and data analysis in this study used the Kappa correlation statistical test. The statistical test results obtained are P value = 0.188 > 0.05, meaning ($>\alpha$), so H₀ is accepted. Thus, in this study, it can be said that there is no relationship between anxiety level to the quality of sleep for class 2018 students Faculty of Medicine, Wijaya Kusuma Surabaya University.

Keywords: *anxiety, sleep quality, medical students.*

DAFTAR ISI

JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
KATA PENGANTAR	iv
ABSTRAK.....	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
DAFTAR SINGKATAN DAN SIMBOL	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian.....	3
D. Manfaat Penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Kecemasan.....	5
1. Definisi Kecemasan	5
2. Gejala Kecemasan.....	5
3. Mekanisme Kecemasan.....	6
4. Faktor–Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan	6

5. Tingkat Kecemasan.....	8
6. Dampak Negatif Kecemasan	9
B. Tidur	9
1. Definisi Tidur	9
2. Kualitas Tidur	10
3. Fisiologi Tidur	11
4. Pola Tidur	11
5. Tahapan Tidur	12
6. Dampak Kurang Tidur	14
7. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Tidur.....	14
8. Hubungan Kecemasan Dengan Tidur.....	16
BAB III KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS PENELITIAN	
A. Kerangka Konsep Penelitian	18
B. Hipotesis Penelitian	19
BAB IV METODE PENELITIAN	
A. Rancangan Penelitian.....	20
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	20
C. Populasi dan Sampel	20
D. Variabel Penelitian.....	21
E. Definisi Operasional Variabel Penelitian	22
F. Prosedur Penelitian	24
G. Analisis Data	26
BAB V HASIL PENELITIAN	

A. Gambaran Umum Penelitian	27
B. Analisis Univariat.....	27
C. Analisis Hubungan	29
BAB VI PEMBAHASAN	31
BAB VII KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	33
B. Saran.....	33
DAFTAR PUSTAKA	35
LAMPIRAN	39

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar III.1 Kerangka Konsep.....	18
Gambar IV.1 Diagram Alur Penelitian	24

DAFTAR TABEL

Halaman

Tabel IV.1	Definisi Operasional	22
Tabel V.1	Karakteristik Berdasarkan Tingkat Kecemasan Mahasiswa Angkatan 2018 Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya	27
Tabel V.2	Grafik dan Diagram Tingkat Kecemasan Mahasiswa Angkatan 2018 Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya.....	27
Tabel V.3	Karakteristik Berdasarkan Kualitas Tidur Mahasiswa Angkatan 2018 Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya.....	28
Tabel V.4	Grafik dan Diagram Kualitas Tidur Mahasiswa Angkatan 2018 Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya.....	28
Tabel V.5	Tabel Silang Antara Tingkat Kualitas Tidur Berdasarkan Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Angkatan 2018 Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya	29

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Kuesioner <i>Hamilton Rating Scale For Anxiety (HRS-A)</i>	53
Lampiran 2. Kuesioner <i>Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)</i>	57
Lampiran 3. Pernyataan Telah Melaksanakan <i>Informed Consent</i>	61
Lampiran 4. Pengantar Kuesioner.....	62
Lampiran 5. Surat Persetujuan Menjadi Responden/Subyek Penelitian (<i>Informed Consent</i>).....	63
Lampiran 6. Pernyataan Keaslian Tulisan	65
Lampiran 7. Sertifikasi Kelaikan Etik	66
Lampiran 8. Hasil Penelitian- Data SPSS.....	67
Lampiran 9. Lembar Kartu Bimbingan Skripsi	71
Lampiran 10. Pernyataan Persetujuan Unggah <i>E-Repository</i>	72
Lampiran 11. Pernyataan Persetujuan Unggah Majalah/Jurnal Ilmiah	73
Lampiran 12. Jurnal	74
Lampiran 13. Bukti <i>Submit/Unggahan</i> Jurnal E-Repository	86

DAFTAR SINGKATAN DAN SIMBOL

dkk	: dan kawan-kawan
NREM	: <i>Non Rapid Eye Movement</i>
PSQI	: <i>Pittsburgh Sleep Quality Index</i>
RAS	: <i>Reticular Activating System</i>
REM	: <i>Rapid Eye Movement</i>
HRS-A	: <i>Hamilton Rating Scale for Anxiety</i>