

**HUBUNGAN KECEMASAN DENGAN KUALITAS TIDUR PADA
MAHASISWA YANG SEDANG MENGERJAKAN SKRIPSI
DI STIKES MITRA KELUARGA**

Oleh:

Parulian Geofany Silitonga

NIM. 201905067

ABSTRAK

Latar Belakang: Skripsi merupakan karya ilmiah yang menjadi syarat utama mahasiswa agar memperoleh ijazah sarjana (S1). Penyusunan skripsi seringkali mendapatkan permasalahan atau hambatan yang tidak dapat diketahui. Hambatan yang dihadapi mahasiswa dalam pengerjaan skripsinya memiliki dampak seperti kecemasan. Kecemasan yang berlebih pada mahasiswa akan membuat mahasiswa sulit untuk mengontrol emosinya yang berdampak kesulitan dalam memulai tidur. Kesulitan ini yang nanti akan mengganggu mahasiswa untuk mendapatkan kualitas tidur yang baik. **Tujuan penelitian:** untuk menganalisis hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur terhadap mahasiswa keperawatan STIKes Mitra Keluarga yang sedang menyusun skripsi. **Metode penelitian:** desain penelitian *cross sectional*. Populasi penelitian ini mengikutsertakan mahasiswa keperawatan tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi. Teknik pengambilan sampel yang digunakan pada penelitian ini yaitu *Simple random sampling* Sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 95 mahasiswa yang mencakup mahasiswa regular maupun ekstensi prodi keperawatan Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuisioner *Zung Self-Anxiety Rate Scale* dan *Pittsburgh Sleep Quality Index* melalui online (*g-form*). Pengolahan data menggunakan SPSS dengan uji Korelasi *Spearman's Rank rho*. **Hasil penelitian:** Hasil uji Korelasi *Spearman's Rank rho* nilai $p\text{-value } 0,0001 < \alpha 0,05$ atau ha diterima **Kesimpulan:** Terdapat hubungan antara kecemasan dengan kualitas tidur pada mahasiswa keperawatan yang sedang menyusun skripsi di STIKes Mitra Keluarga.

Kata kunci : Kecemasan, Kualitas tidur, Mahasiswa tingkat akhir, Skripsi

**THE RELATIONSHIP BETWEEN ANXIETY AND SLEEP QUALITY IN
STUDENTS WHO ARE WORKING ON THEIR THESIS
AT STIKES MITRA KELUARGA**

By:

Parulian Geofany Silitonga

NIM. 201905067

ABSTRACT

Background: Thesis is a scientific work that is the main requirement for students to obtain a bachelor's degree (S1). Thesis preparation often gets problems that cannot be known. The obstacles faced by students in working on their thesis have different impacts such as anxiety. Excessive anxiety in students will make it difficult for students to control their emotions which has an impact on difficulty in starting sleep. This difficulty will later interfere with students to get the desired quality of sleep. The higher the student experiences anxiety, the worse the quality of sleep of the student. **The purpose of the study:** to analyze the relationship between anxiety levels and sleep quality in STIKes Mitra Keluarga nursing students who are preparing a thesis. **Research methods:** cross sectional *research design*. The population of this study included final year nursing students who were preparing a thesis. The sampling technique used in this study was *Simple random sampling*. The sample used in this study was 95 students which included regular students and nursing study program extensions. Data collection was carried out using the *Zung Self-Anxiety Rate Scale* questionnaire and *Pittsburgh Sleep Quality Index* via online (*g-form*). Data processing using SPSS with *rho Spearman's Rank Correlation test*. **Results of the study:** The results of the *Spearman's Rank rho* correlation test $p\text{-value } 0.0001 < \alpha 0.05$ and r value of 0.545 or H_a accepted. **Conclusion:** There is a relationship between anxiety level and sleep quality in nursing students who are preparing a thesis at STIKes Mitra Keluarga.

Keywords: *Anxiety, Sleep quality, Final year student, Thesis*