

**HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN KUALITAS
TIDUR MAHASISWA PROGRAM STUDI KEDOKTERAN
UNIVERSITAS TANJUNGPURA ANGKATAN 2021**

GLORIA GIANHA LANGI

I1011181088

SKRIPSI



**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS TANJUNGPURA
PONTIANAK
2023**

**HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN KUALITAS
TIDUR MAHASISWA PROGRAM STUDI KEDOKTERAN
UNIVERSITAS TANJUNGPURA ANGKATAN 2021**

GLORIA GIANHA LANGI

I1011181088

Skripsi

**Disusun sebagai salah satu syarat untuk
Memperoleh gelar Sarjana Kedokteran**



**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS TANJUNGPURA
PONTIANAK
2023**

LEMBAR PENGESAHAN

HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN KUALITAS TIDUR MAHASISWA PROGRAM STUDI KEDOKTERAN UNIVERSITAS TANJUNGPURA ANGKATAN 2021

Tanggung Jawab Yuridis Material Pada
GLORIA GIANHA LANGI
I1011181088

Disetujui oleh :

Pembimbing I

Dr. Fitri Sukmawati, M.Psi., Psikolog
NIP.197809092003122002

Pembimbing II

dr. An An, M.Sc., Sp.S
NIP.197609302006041001

Penguji I

dr. Ita Armyanti, M.Pd.Ked
NIP. 198110042008012011

Penguji II

Dr. dr. Ery Hermawati, M.Sc
NIP.198101082006042002

Mengetahui,
PH. Dekan Fakultas Kedokteran
Universitas Tanjungpura



dr. Ita Armyanti, M.Pd.Ked.
NIP.198110042008012011

SURAT KEPUTUSAN

**DEKAN FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS TANJUNGPURA
NOMOR 2142/UN22.9/TD.06/2023**

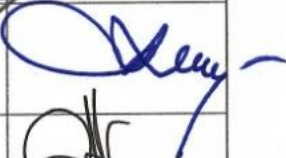
Tentang:

Penetapan Dosen Penguji Tugas Akhir (Skripsi) Mahasiswa Program Studi
Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura

Atas Nama: Gloria Gianha Langi/I1011181088

Tanggal: 21 Maret 2023

TIM PENGUJI SKRIPSI

JABATAN	NAMA	GOL	TANDA TANGAN
1. KETUA	Dr. Fitri Sukmawati, M.Psi., Psikolog NIP. 197809092003122002	IV/b	
2. SEKRETARIS	dr. An An, M.Sc., Sp.S NIP. 197609302006041001	III/b	
3. PENGUJI I	dr. Ita Armyanti, M.Pd.Ked NIP. 198110042008012011	III/c	
4. PENGUJI II	Dr. dr. Ery Hermawati, M.Sc NIP. 198101082006042002	III/c	

**HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN KUALITAS TIDUR
MAHASISWA PROGRAM STUDI KEDOKTERAN UNIVERSITAS
TANJUNGPURA ANGKATAN 2021**

Gloria Gianha Langi¹ ; Fitri Sukmawati² ; An An³

INTISARI

Latar Belakang: Kecemasan merupakan kejadian umum yang kini dapat diamati pada mahasiswa terutama mahasiswa kedokteran tahun pertama perkuliahan. Mahasiswa dituntut untuk dapat beradaptasi terhadap lingkungan yang baru sehingga dapat memicu timbulnya kecemasan. Semakin berat tingkat kecemasan mahasiswa maka akan semakin buruk pula kualitas tidur pada mahasiswa tersebut. Kualitas tidur buruk ini akan mengakibatkan kesehatan fisiologis dan psikologis menurun, sehingga menyebabkan mahasiswa akan sulit untuk memusatkan perhatian dan konsentrasi, serta akan merasa kelelahan. **Tujuan:** untuk mengetahui hubungan antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur mahasiswa program studi kedokteran Universitas Tanjungpura angkatan 2021. **Metode:** studi analitik dengan pendekatan potong lintang (*cross sectional*). Pengambilan sampel menggunakan teknik *total sampling* dengan subjek penelitian sebesar 100 orang. Analisis bivariat menggunakan uji korelasi *Spearman*. **Hasil:** hasil yang diperoleh menggunakan uji korelasi *Spearman* berdasarkan analisis SPSS 26.0 didapatkan nilai signifikansi sebesar 0,000 (*sig* <0,05) untuk hubungan antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur. **Kesimpulan:** Terdapat hubungan antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur mahasiswa program studi kedokteran Universitas Tanjungpura angkatan 2021.

Kata Kunci: Kecemasan, Kualitas Tidur

- 1) Program Studi Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Tanjungpura, Kalimantan Barat.
- 2) Departemen Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah, Institut Agama Islam Negeri Pontianak, Kalimantan Barat
- 3) Departemen Fisiologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Tanjungpura, Kalimantan Barat.

**THE RELATIONSHIP BETWEEN ANXIETY LEVEL AND SLEEP
QUALITY OF STUDENTS IN MEDICAL PROGRAM TANJUNGPURA
UNIVERSITY CLASS OF 2021**

Gloria Gianha Langi¹ ; Fitri Sukmawati² ; An An³

ABSTRACT

Background: Anxiety is a common occurrence that can now be observed in college students, especially medical students in their first year of study. Students are required to be able to adapt to a new environment so that it can trigger anxiety. The more severe the student's anxiety level, the worse the sleep quality of the student. This poor sleep quality will result in decreased physiological and psychological health, so that it will be difficult for students to focus attention and concentration, and will feel tired. **Purpose:** to determine the relationship between anxiety levels and sleep quality of students of the Tanjungpura University medical study program class of 2021. **Method:** analytic study with a cross-sectional approach. Sampling using total sampling technique with research subjects of 100 people. Bivariate analysis used the Spearman correlation test. **Results:** the results obtained using the Spearman correlation test based on SPSS 26.0 analysis obtained a significance value of 0.000 (sig <0.05) for the relationship between anxiety levels and sleep quality. **Conclusion:** There is a relationship between the level of anxiety and the sleep quality of students of the Tanjungpura University medical study program class of 2021.

Keywords: Anxiety, Sleep Quality

-
- 1) Medical Study Program, Faculty of Medicine, Tanjungpura University, West Kalimantan.
 - 2) Department of Islamic Psychology, Faculty of Ushuluddin Adab and Dakwah, Pontianak State Islamic Institute, West Kalimantan
 - 3) Department of Physiology, Faculty of Medicine, Tanjungpura University, West Kalimantan.

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan atas kehadiran Tuhan Yesus Kristus karena atas berkat dan anugerah-Nya, peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Tanjungpura Angkatan 2021”. Skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Kedokteran di Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura Pontianak. Penyelesaian tugas ini tidak lepas dari dukungan berbagai pihak baik secara moril dan materil. Oleh karena itu, peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. dr. Ita Armyanti, M.Pd. Ked, Selaku Plt Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura.
2. Dr. dr. Ery Hermawati, M.Sc, selaku Ketua Jurusan Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura.
3. dr. Delima Fajar Liana, Sp.MK, selaku Ketua Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura.
4. dr. Muhammad Ibnu Khatan, M.Biomed, selaku Dosen Pembimbing Akademik.
5. Dr. Hj. Fitri Sukmawati, M.Psi., Psikolog, selaku pembimbing I yang telah memberikan arahan, bimbingan, motivasi, saran, doa, serta semangat dalam penelitian dan penyusunan skripsi ini.
6. dr. An An, M.Sc., Sp.S, selaku pembimbing II yang telah memberikan arahan, bimbingan, motivasi, saran, doa, serta semangat dalam penelitian dan penyusunan skripsi ini.
7. Ibu Desni Yuniarni, S.Psi., M.Psi, selaku penguji I pada sidang proposal yang telah memberikan arahan, bimbingan, motivasi, dan saran dalam penelitian dan penyusunan skripsi ini.
8. dr. Ita Armyanti, M.Pd. Ked selaku penguji I pada sidang skripsi yang telah memberikan arahan, bimbingan, motivasi, dan saran dalam penelitian dan penyusunan skripsi ini.

9. Dr. dr. Ery Hermawati, M.Sc, selaku penguji II yang telah memberikan arahan, bimbingan, motivasi, dan saran dalam penelitian dan penyusunan skripsi ini.
10. Segenap Staf Pengajar, Staf Administrasi, Komite Riset, Divisi Kaji Etik, Kasubbag. Akademik dan Kemahasiswaan, Koordinator Laboran, Staf Perpustakaan, serta Civitas Akademik lainnya di Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura.
11. UPT Bahasa Universitas Tanjungpura dan UPT Perpustakaan Universitas Tanjungpura.
12. Keluarga besar tercinta terutama kedua orang tua saya Happy Langi (bapak), Antonia (mama), Billy Balovan Langi, Lola Lolyta Langi, dan Audyanth Anha Langi (saudara) serta Molly, yang tiada henti memberikan bantuan, doa, dan semangat selama penyelesaian skripsi ini
13. Teman seperjuangan sekaligus sahabat Metta Sintia Rahmadhani, Verina Chantika Putri Siregar, Jesicca Dinanda dan Desnafitri Chamila yang selalu memberi bantuan, semangat dan saling berjuang dalam penyusunan skripsi.
14. Rekan-rekan Mahasiswa Kedokteran Angkatan 2018 (CARDIO) yang saya banggakan dan tidak dapat saya sebutkan satu persatu, yang telah memberikan motivasi, perhatian, semangat, masukan, nasihat, serta kerja sama dan dukungannya selama ini.
15. *Last but not least, I wanna thank me, I wanna thank me for believing in me, I wanna thank me for doing all this hard work, I wanna thank me for having no days off, I wanna thank me for never quitting.*

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki kesalahan maupun kekurangan karena keterbatasan dari peneliti. Oleh karena itu, peneliti mengharapkan kritik serta saran yang membangun demi perbaikan skripsi ini. Peneliti juga berharap kiranya skripsi ini dapat bermanfaat bagi banyak pihak, khususnya bagi peneliti dan para pembaca.

Pontianak, Maret 2023

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
SURAT KEPUTUSAN	iii
INTISARI	iv
ABSTRACT	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
DAFTAR SINGKATAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan Penelitian.....	3
1.3.1 Tujuan Umum	3
1.3.2 Tujuan Khusus.....	3
1.4 Manfaat Penelitian.....	3
1.4.1 Manfaat Bagi Peneliti.....	3
1.4.1 Manfaat Bagi Institusi	3
1.4.3 Manfaat Bagi Responden	3
1.5 Keaslian Penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	5
2.1 Kecemasan.....	5
2.1.1 Definisi Kecemasan.....	5
2.1.2 Jenis-jenis Kecemasan.....	5
2.1.3 Gejala Klinis Kecemasan	6
2.1.4 Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan.....	7
2.1.5 Klasifikasi Tingkat Kecemasan.....	10

2.1.6 Pengukuran Tingkat Kecemasan	11
2.1.7 Kecemasan pada Mahasiswa Kedokteran	12
2.2 Tidur	12
2.2.1 Definisi Tidur	12
2.2.2 Fisiologi Tidur	13
2.2.3 Jenis Tidur	14
2.2.4 Tahapan Tidur	15
2.2.5 Siklus Tidur	16
2.2.6 Kualitas Tidur	16
2.2.7 Faktor yang Mempengaruhi Kualitas Tidur	17
2.2.8 Pengukuran Kualitas Tidur	18
2.3 Hubungan Kecemasan dengan Kualitas Tidur	19
2.4 Gangguan Tidur	20
2.5 Kerangka Teori	22
2.6 Kerangka Konsep	23
2.7 Hipotesis	23
BAB III METODE PENELITIAN	24
3.1 Desain Penelitian	24
3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian	24
3.2.1 Lokasi Penelitian	24
3.2.2 Waktu Penelitian	24
3.3 Subjek Penelitian	25
3.3.1 Populasi	25
3.3.2 Sampel	25
3.4 Kriteria Inklusi dan Eksklusi	25
3.4.1 Kriteria Inklusi	25
3.4.2 Kriteria Eksklusi	25
3.5 Variabel Penelitian	26
3.5.1 Variabel Bebas	26
3.5.2 Variabel Terikat	26
3.6 Definisi Operasional	26

3.7 Metode Pengumpulan Data	27
3.8 Instrumen Penelitian.....	27
3.9 Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian	30
3.10 Manajemen dan Analisis Data.....	31
3.10.1 Metode Pengolahan Data	31
3.10.2 Metode Analisis Data	31
3.11 Alur Penelitian.....	32
3.12 Etika Penelitian.....	32
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	33
4.1 Gambaran Umum Penelitian	33
4.2 Hasil Penelitian.....	34
4.2.1 Karakteristik Subjek Penelitian	34
4.2.2 Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Tanjungpura Angkatan 2021	35
4.2.3 Distribusi Frekuensi Kualitas Tidur Mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Tanjungpura Angkatan 2021	36
4.2.4 Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Tanjungpura Angkatan 2021.	39
4.3 Pembahasan	40
4.3.1 Analisis Univariat.....	40
4.3.2 Analisis Bivariat	48
4.4 Keterbatasan Penelitian	50
BAB V PENUTUP	51
5.1 Kesimpulan.....	51
5.2 Saran	51
DAFTAR PUSTAKA	52
LAMPIRAN.....	60

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian.....	4
Tabel 2.1 Perbandingan Tidur Gelombang-Lambat dan Paradoksal	14
Tabel 3.1 Jadwal Penelitian.....	24
Tabel 3.2 Definisi Operasional	26
Tabel 3.3 Blueprint Kuesioner ZSAS	28
Tabel 3.4 Indikator Hasil Kuesioner ZSAS	28
Tabel 3.5 Blueprint Kuesioner PSQI	29
Tabel 3.6 Indikator Hasil Kuesioner PSQI	29
Tabel 4.1 Karakteristik Subjek Penelitian.....	34
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Tanjungpura Angkatan 2021	35
Tabel 4.3 Distribusi Gambaran Penyebab Kecemasan pada Mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Tanjungpura Angkatan 2021	36
Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Kualitas Tidur Mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Tanjungpura Angkatan 2021	37
Tabel 4.5 Hasil Komponen Penilaian Kuesioner PSQI	38
Tabel 4.6 Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Tanjungpura Angkatan 2021.....	39

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori.....	22
Gambar 2.2 Kerangka Konsep	23
Gambar 3.1 Alur Penelitian.....	32
Diagram 4.1 Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Tanjungpura Angkatan 2021	36
Diagram 4.2 Distribusi Frekuensi Kualitas Tidur Mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Tanjungpura Angkatan 2021	37
Diagram 4.3 Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Tanjungpura Angkatan 2021.....	40

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Lolos Kaji Etik	60
Lampiran 2. Lembar Penjelasan Penelitian.....	61
Lampiran 3. Lembar Persetujuan Responden	64
Lampiran 4. Lembar Identitas Responden	65
Lampiran 5. Lembar Kuesioner Penelitian	66
Lampiran 6. Data SPSS.....	70
Lampiran 7. Data Hasil Penelitian	72
Lampiran 8. Data Hasil Kuesioner Penelitian.....	75

DAFTAR SINGKATAN

GABA	: <i>Gamma Aminobutyric Acid</i>
SAS	: <i>Zung-Self Rating Anxiety Scale</i>
DSM-III	: <i>Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder</i>
TMAS	: <i>Taylor Manifest Anxiety Scale</i>
NREM	: <i>Non-Rapid Eye Movement</i>
REM	: <i>Rapid Eye Movement</i>
RAS	: <i>Reticular Activating System</i>
BSR	: <i>Bulbar Synchronizing Regional</i>
SCN	: <i>Suprachiasmatic Nucleus</i>
EEG	: <i>Electroencephalogram</i>
PSQI	: <i>Pittsburgh Sleep Quality Index</i>

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kecemasan tinggi pada mahasiswa sering ditemukan pada mahasiswa kedokteran.¹ Kecemasan yang timbul ini dapat disebabkan karena berbagai tuntutan yang dihadapi seperti beban pelajaran, tugas-tugas kuliah, maupun penyesuaian sosial dilingkungan kampus dan tempat tinggalnya. Penyesuaian atau adaptasi selama tahun pertama perkuliahan akan berdampak terus-menerus pada tahun perkuliahan selanjutnya.^{2,3} Kecemasan merupakan kondisi emosional berupa kekhawatiran atau rasa takut dari hal-hal bahaya pada situasi tertentu dan dapat menimbulkan gejala-gejala atau respon tubuh.⁴ Kecemasan ini dapat berpengaruh pada respon kognitif, psikomotor, dan fisiologis seperti kesulitan untuk berpikir logis, peningkatan aktivitas motorik, dan tanda-tanda vital serta adanya kesulitan untuk tidur.⁵ Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh I Putu Hendri Aryadi, dkk pada mahasiswa kedokteran mengalami kecemasan menengah sebesar 31,1%.¹⁶ Salah satu penelitian di Brazil melaporkan frekuensi tingkat kecemasan pada mahasiswa tahun pertama lebih tinggi yaitu 30,8%.⁶ Penelitian yang dilakukan oleh Alda Vania Sugiarta, dkk menyebutkan dari 106 responden mahasiswa kedokteran diperoleh hasil bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki tingkat kecemasan ringan yaitu sebesar 78% dan tingkat kecemasan sangat berat mempunyai frekuensi paling sedikit yaitu 0,02%.⁷ Penelitian pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Udayana didapatkan bahwa mahasiswa tingkat pertama mengalami tingkat kecemasan sampai 25%.⁸ Kecemasan berlebihan pada seseorang dapat menyebabkan kesulitan dalam memulai tidur, sehingga mengalami kebiasaan tidur buruk yang akan mempengaruhi kualitas tidur seseorang.⁵

Tidur merupakan kebutuhan dasar setiap orang. Tidur didefinisikan sebagai suatu keadaan tak sadar yang dapat dibangun dengan pemberian rangsangan sensorik atau dengan rangsangan lainnya.⁹ Tidur yang dibutuhkan orang dewasa normalnya yaitu sekitar 7-9 jam/hari.¹⁰ Terdapat dua faktor

penting yang perlu diperhatikan dalam tidur sehingga seorang individu dapat memperoleh tidur yang cukup yaitu kualitas tidur dan kuantitas tidur. Kualitas tidur adalah suatu kondisi kesegaran dan kebugaran saat terbangun dari tidur, sedangkan kuantitas tidur merupakan jumlah jam tidur normal yang diperlukan seseorang sesuai dengan kebutuhan tidurnya.¹¹ Studi sebelumnya menyebutkan bahwa mahasiswa kedokteran memiliki prevalensi kualitas tidur yang lebih buruk daripada mahasiswa program studi lainnya. Hal ini disebabkan program studi kedokteran memiliki masa studi yang panjang disertai beban studi yang lebih berat serta beban aktivitas perkuliahan lainnya seperti sering praktikum, tugas kuliah, serta ujian.¹² Penelitian yang dilakukan oleh Hanafi Nilifda dkk terhadap 177 responden, didapatkan mahasiswa kedokteran memiliki kualitas tidur yang buruk yaitu 56%.¹³

Kecemasan merupakan kejadian umum yang kini dapat diamati pada mahasiswa. Semakin berat tingkat kecemasan mahasiswa maka akan semakin buruk kualitas tidur pada mahasiswa tersebut.¹⁴ Kualitas tidur buruk akan mengakibatkan kesehatan fisiologis dan psikologis menurun, mengakibatkan mahasiswa akan sulit untuk memusatkan perhatian dan konsentrasi, serta merasa kelelahan.¹⁵ Studi pendahuluan didapatkan mahasiswa program studi kedokteran Universitas Tanjungpura angkatan 2021 merupakan mahasiswa yang sudah menjalani perkuliahan selama satu tahun dan melakukan perkuliahan secara daring yang menyebabkan perubahan dari metode belajar, dan penyesuaian sistem belajar serta lingkungan yang berbeda dari sebelumnya. Mahasiswa kedokteran Universitas Tanjungpura juga sering dihadapi dengan jadwal kuliah yang padat, tugas, dan ujian yang banyak seperti ujian modul, praktikum, dan ujian keterampilan klinis dasar (KKD), yang dalam hal tersebut dapat berpotensi menimbulkan kecemasan pada mahasiswa kedokteran Universitas Tanjungpura angkatan 2021.

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti berminat untuk melakukan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur mahasiswa program studi Kedokteran Universitas Tanjungpura angkatan 2021.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah terdapat hubungan antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada mahasiswa program studi Kedokteran Universitas Tanjungpura angkatan 2021?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada mahasiswa program studi Kedokteran Universitas Tanjungpura angkatan 2021.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Menilai tingkat kecemasan mahasiswa program studi Kedokteran Universitas Tanjungpura angkatan 2021.
2. Menilai kualitas tidur mahasiswa program studi Kedokteran Universitas Tanjungpura angkatan 2021.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Bagi Peneliti

Menambah ilmu pengetahuan dan wawasan peneliti terkait dengan topik penelitian yang dikaji.

1.4.2 Manfaat Bagi Institusi

Menambah referensi mengenai kajian tentang kecemasan dan kualitas tidur pada mahasiswa kedokteran.

1.4.3 Manfaat Bagi Responden

Mengetahui tingkat kecemasan dan kualitas tidur yang dialami agar dapat mengantisipasi terjadinya kecemasan dan meningkatkan atau memperbaiki kualitas tidur.

1.5 Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

Perbedaan					
No.	Peneliti	Judul	Penelitian Terdahulu		Penelitian Ini
1.	Putu HA, I Gusti AAAY, Ida ADD, I Putu EK, dan Putu GS. ¹⁶	Korelasi Kualitas Tidur Terhadap Tingkat Depresi, Cemas, dan Stres Mahasiswa Kedokteran Universitas Udayana	1.	Lokasi : Fakultas Kedokteran Universitas Udayana	1. Lokasi : Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura
			2.	Tahun : 2018	2. Tahun : 2021
			3.	Variabel Bebas : Kualitas Tidur	3. Variabel Bebas : Tingkat Kecemasan
			4.	Variabel Terikat : Tingkat Depresi, Cemas, dan Stres	4. Variabel Terikat : Kualitas Tidur
2.	Retno YH, Anis S, dan Tri N. ¹⁷	Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa yang Menyusun Skripsi di STIKES Muhammadiyah Klaten.	1.	Lokasi : STIKES Muhammadiyah Klaten	1. Lokasi : Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura
			2.	Teknik <i>Sampling</i> : <i>non-probability sampling dengan metode Purposive Sampling</i>	2. Teknik <i>Sampling</i> : <i>Total Sampling</i>
			3.	Kuesioner Tingkat Kecemasan : <i>Hamilton Rating Scale for Anxiety (HRS-A)</i>	3. Kuesioner Tingkat Kecemasan : <i>Zung Self Rating Anxiety Scale (SAS)</i>
3.	Sri MPL, Esteria M, Octa RS, dan Muhamma d NNK. ¹⁸	Hubungan Kualitas Tidur dengan Tingkat Kecemasan Mahasiswa Dalam Menghadapi Ujian CBT Pada Mahasiswa Baru di Fakultas Kedokteran Umum Universitas Malahayati Tahun 2019.	1.	Lokasi : Fakultas Kedokteran Umum Universitas Malahayati	1. Lokasi : Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura
			2.	Teknik <i>Sampling</i> : <i>Purposive Sampling</i>	2. Teknik <i>Sampling</i> : <i>Total Sampling</i>
			3.	Variabel Bebas : Kualitas Tidur	
			4.	Variabel Terikat : Tingkat Kecemasan Mahasiswa dalam menghadapi Ujian CBT	
4.	Sreejesh.K P, Nezra J, Gopika KS ¹⁹	Sleep Quality and Anxiety Level among College Students	1.	Lokasi : Sekolah Seni dan sains Amrita	1. Lokasi : Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura
			2.	Kuesioner Tingkat Kecemasan : <i>Becks Anxiety Inventory (BAI)</i>	2. Kuesioner Tingkat Kecemasan : <i>Zung-self Anxiety Scale (SAS)</i>
			3.	Teknik <i>Sampling</i> : <i>Purposive Sampling</i>	3. Teknik <i>Sampling</i> : <i>Total Sampling</i>