

**HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN KEPARAHAN INSOMNIA
PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS KATOLIK
SOEGIJAPRANATA YANG BERASAL DARI LUAR SEMARANG
TAHUN 2023**

SKRIPSI

BERNADETTE OLIVIA PRIWANDITA

20.P1.0040

**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG**

2024

ABSTRAK

Latar Belakang: Mahasiswa kedokteran cenderung berisiko lebih tinggi memiliki kesehatan mental yang buruk seperti kecemasan akibat beban kerja akademik yang meningkat. Respon individu terhadap kecemasan dapat diekspresikan dalam masalah tidur, seperti insomnia. Dampak apabila gejala kecemasan dan insomnia tidak tertangani berupa kegagalan beradaptasi di lingkungan baru.

Tujuan: Mengetahui hubungan antara tingkat kecemasan dengan keparahan insomnia pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Soegijapranata yang berasal dari luar Semarang.

Metode: Metode penelitian adalah observasional analitik dengan pendekatan *cross-sectional*. Penelitian ini dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Soegijapranata dengan subjek penelitian ditentukan dengan metode *non-probability sampling* melalui teknik *purposive sampling* dengan jumlah sampel sebesar 83 orang. Pengukuran kecemasan menggunakan kuesioner *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HAM-A), sedangkan insomnia diukur dengan kuesioner *Insomnia Severity Index*.

Hasil Penelitian: Analisis univariat dilakukan untuk melihat distribusi frekuensi setiap variabel, sedangkan analisis bivariat dilakukan dengan menggunakan uji Fisher pada tingkat signifikansi 95% ($\alpha = 0,05$) untuk mengetahui hubungan antar variabel. Uji korelasi Rank-Spearman digunakan untuk menguji kekuatan hubungan antar variabel, dengan hasil $p\text{-value} = 0.001$ (<0.005) dan $r = 0.346$. Temuan menunjukkan bahwa tingkat keparahan insomnia ringan (39,8%) dan tingkat kecemasan ringan (81,9%) dialami oleh sebagian besar responden.

Kesimpulan: Dpertanyakan terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan dengan tingkat keparahan insomnia pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Unika Soegijapranata yang berasal dari luar Semarang, dengan kekuatan hubungan yang lemah.

Kata Kunci: Kecemasan, Insomnia, Mahasiswa Kedokteran, Mahasiswa Rantau

ABSTRACT

Background: Medical students tend to be at higher risk of poor mental health such as anxiety due to increased academic workload. Individuals response to anxiety can be seen as sleep problems, for example insomnia. If anxiety and insomnia's symptoms are not handled well, there will be difficulty for the individual to adapt in new environment.

Objective: The aim of this study is to determine the relationship between anxiety levels and insomnia severity in Soegijapranata Catholic University Faculty of Medicine students who come from outside Semarang.

Methods: This is a cross-sectional analytic observational research. Took place at Faculty of Medicine, Soegijapranata Catholic University and the subjects determined by non-probability sampling method through purposive sampling technique with $n = 83$ subjects. Researcher use (a) the Hamilton Anxiety Rating Scale (HAM-A) questionnaire to determine the severity level of anxiety, and (b) Insomnia Severity Index questionnaire (ISI), to determine the severity level of insomnia.

Results: Univariate analysis was conducted to see the frequency distribution of each variable, while bivariate analysis using Fisher's test at a significance level of 95% ($\alpha = 0.05$) to determine the relationship between variables. Rank-Spearman correlation test to test the strength of the relationship between variables, with the results of $p\text{-value} = 0.001$ (<0.005) and $r = 0.346$. The findings showed that mild insomnia severity (39.8%) and mild anxiety level (81.9%) were experienced by most of the respondents.

Conclusions: There was a significant relationship between the level of anxiety and the severity of insomnia in medical students with a weak strength of relationship.

Keywords: Anxiety, Insomnia, Medical Students, Out-town college students