

**HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN
KUALITAS TIDUR MAHASISWA TINGKAT
AKHIR DI STIKES BINA USADA BALI**



SKRIPSI

NI MADE JUITA KAMA PERASTIKA YANTHI

**PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2023**

**HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN
KUALITAS TIDUR MAHASISWA TINGKAT
AKHIR DI STIKES BINA USADA BALI**

SKRIPSI

**Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan
pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali**

Oleh:

**NI MADE JUITA KAMA PERASTIKA YANTHI
NIM.C2121117**

**PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2023**

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ni Made Juita Kama Perastika Yanthi

Nim : C2121117

Jurusan : Sarjana Ilmu Keperawatan

Judul Skripsi : Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur
Mahasiswa Tingkat Akhir di STIKES Bina Usada Bali

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa skripsi ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Mangupura, 12 Januari 2023



(Ni Made Juita Kama Perastika Yanthi)

HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN KUALITAS
TIDUR MAHASISWA TINGKAT AKHIR
DI STIKES BINA USADA BALI**

Diajukan Oleh :

**NI MADE JUITA KAMA PERASTIKA YANTHI
NIM.C2121117**

Mangupura, 12 Januari 2023

Telah Disetujui oleh Dosen Pembimbing

Pembimbing I



**Ns. Ni Putu Dita Walandari, M.Kep.,Sp.Kep.J
NIDN : 0826019001**

Pembimbing II



**Ns. Desak Putu Risna Dewi, S.Kep.,M.Kes
NIDN : 0814098901**

**Mengetahui,
Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan
Ketua**



**Ns. I Putu Artita Wijaya, S.Kep.,M.Kep
NIDN : 0821058603**

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI INI TELAH DIPERTAHANKAN DAN DISAHKAN DI DEPAN
DEWAN PENGUJI PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
Tanggal : Jumat, 27 Januari 2023

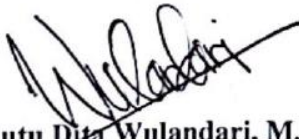
Yang Terdiri dari:

Ketua Penguji



Ns. I Wayan Darsana, S.Kep., M.M
NIK: 20.05.0151

Sekretaris Penguji



Ns. Ni Putu Dita Wulandari, M.Kep., Sp.Kep.J
NIDN : 0826019001

Anggota Penguji



Ns. Desak Putu Risna Dewi, S.Kep., M.Kes
NIDN : 0814098901

Mengetahui,
Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan
Ketua



Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep
NIDN : 0821058603

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BINA USADA BALI
PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN**

Skripsi, Januari 2023

Ni Made Juita Kama Perastika Yanthi

Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Tingkat Akhir di STIKES Bina Usada Bali

xv + 110+ 7 tabel + 2 gambar + 14 lampiran

ABSTRAK

Perguruan tinggi merupakan tingkat yang paling tinggi pada jenjang pendidikan, mahasiswa tingkat akhir diwajibkan untuk menyusun tugas akhir atau skripsi, hal ini dapat menyebabkan tingkat kecemasan mahasiswa tingkat akhir meningkat. Kecemasan dapat meningkatkan kadar norepinefrin yang mempengaruhi proses tidur seseorang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur mahasiswa tingkat akhir di STIKES Bina Usada Bali.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif menggunakan desain korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel penelitian berjumlah 103 responden yang ditentukan dengan teknik *simple random sampling*. Data dikumpulkan dengan kuisioner *HAM-A* dan *PSQI* yang di analisis menggunakan korelasi *spearman rank*.

Hasil penelitian menyatakan ada hubungan yang cukup kuat antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur mahasiswa tingkat akhir di STIKES Bina Usada Bali dengan nilai *p-value* 0,000 ($p < 0,05$) dan koefisien korelasi 0,398 dengan arah hubungan positif yang menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat kecemasan maka semakin tinggi skor kualitas tidur. Sehingga pelayanan keperawatan dapat mempersiapkan intervensi yang baik dilakukan sebelum mahasiswa tingkat akhir melakukan penyusunan agar tidak menimbulkan permasalahan gangguan kecemasan dengan kualitas tidur serta melakukan pencegahan.

Kata Kunci : kecemasan, kualitas tidur, mahasiswa

Referensi : 51 (2012-2022)

**HEALTH INSTITUTION
BINA USADA BALI BACHELOR DEGREE OF NURSING PROGRAM**

Thesis, January 2023

Ni Made Juita Kama Perastika Yanthi

The Correlation between Anxiety Level and Sleep Quality for Final Year Students at STIKES Bina Usada Bali

xv + 110 + 7 tables + 2 pictures + 14 attachments

ABSTRACT

College is the highest level of education, and final year students are required to compile final assignments or thesis. This can cause the level of anxiety of final year students to increase. Anxiety can increase norepinephrine levels, which affect a person's sleep process. This study aims to determine the correlation between anxiety levels and sleep quality at final-year students at STIKES Bina Usada Bali.

This research is a quantitative study using a correlational design with a cross sectional approach. The research sample consisted of 103 respondents who were determined by simple random sampling technique. Data were collected using HAM-A and PSQI questionnaires which were analyzed using Spearman rank correlation.

According to the study finding there was a fairly strong correlation between the level of anxiety and the sleep quality of final year students at STIKES Bina Usada Bali with a p-value of 0.000 ($p < 0.05$) and a correlation coefficient of 0.398 with a positive correlation indicating that the higher the level of anxiety the higher the sleep quality score. So that nursing services can plan good interventions to be carried out before final year students carry out preparations in order to avoid problems with anxiety disorders and sleep quality, and to carry out prevention.

Keywords : anxiety, sleep quality, students

References : 51 (2012-2022)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa karena berkat rahmat-Nyalah penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Tingkat Akhir Di STIKES Bina Usada Bali” tepat pada waktunya. Skripsi ini disusun dalam rangka memenuhi persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan pada Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali

Penyusunan skripsi ini dapat diselesaikan bukanlah semata- mata usaha sendiri, melainkan berkat dorongan dan bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu melalui pengantar ini penulis mengucapkan terima kasih :

1. Dr. Ir. I Putu Santika, M.M., selaku Ketua STIKES Bina Usada Bali yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mengikuti pendidikan Program Studi S1 Keperawatan di STIKES Bina Usada Bali.
2. Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep., selaku Ketua Program Studi S1 Keperawatan STIKES Bina Usada Bali atas kesempatan yang diberikan, sehingga penulis dapat mengikuti skripsi ini.
3. Ns. Ni Putu Dita Wulandari, M.Kep.,Sp.Kep.J selaku dosen pembimbing I yang telah memberikan waktu luang dengan penuh kesabaran untuk peneliti dalam memberi masukan, pengetahuan dan motivasi dalam menyelesaikan penyusunan skripsi ini.

4. Ns.Desak Putu Risna Dewi,S.Kep.,M.Kes. selaku dosen pembimbing II yang telah banyak turut membantu penulis dalam memberikan masukan dan saran dalam menyelesaikan penyusunan skripsi ini.
5. Kedua orang tua yang senantiasa memberikan dukungan penuh, doa dan materil dalam proses penyusunan skripsi ini
6. Dan seluruh pihak yang telah membantu dalam proses penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa penulisan penyusunan skripsi ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu penulis membuka diri untuk menerima segala kritik dan saran yang membangun. Akhir kata penulis berharap penelitian ini nantinya mampu menjadi bahan referensi dalam meningkatkan kualitas ilmu keperawatan profesional. Semoga penelitian ini bermanfaat bagi semua pihak. Terima kasih.

Mangupura,12 Januari 2023



Ni Made Juita Kama Perastika Yanthi

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
DAFTAR SINGKATAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian	5
1. Tujuan Umum.....	5
2. Tujuan Khusus.....	5
D. Manfaat Penelitian	5
1. Bagi Pelayanan Keperawatan	5
2. Bagi Mahasiswa	6
3. Bagi Institusi Pendidikan.....	6
4. Bagi Pengembangan Ilmu Keperawatan	6
E. Keaslian Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
A. Konsep Dasar Tugas Akhir.....	9
1. Pengertian Tugas Akhir.....	9
B. Kecemasan.....	9
1. Pengertian Kecemasan	9
2. Faktor-faktor Kecemasan	10

3. Tanda dan Gejala Kecemasan	15
4. Tingkat Kecemasan	16
5. Gangguan Kecemasan	19
6. Hamilton Anxiety Rating Scale (HAM-A)	20
C. Kualitas Tidur	23
1. Pengertian Tidur	23
2. Tahapan Siklus tidur	24
3. Pola Tidur	27
4. Faktor yang Mempengaruhi Kualitas Tidur	28
5. Gangguan Kualitas Tidur	29
6. Kualitas tidur	31
7. Pittsburg Sleep Quality Index (PSQI)	32
D. Kerangka Teori	33
BAB III KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS DAN DEFINISI	
OPERASIONAL	34
A. Kerangka Konsep	34
B. Hipotesis Penelitian	35
C. Definisi Operasional	35
BAB IV METODE PENELITIAN	37
A. Rancangan Penelitian	37
B. Populasi dan sampel	38
1. Populasi	38
2. Sampel	38
C. Tempat Penelitian	41
D. Waktu Penelitian	41
E. Etika Penelitian	41
1. Nilai Sosial dan/atau Nilai Klinis	42
2. Nilai Ilmiah (Desain Ilmiah)	43
3. Pemerataan Beban & Manfaat	44
4. Potensi Risiko dan Manfaat	45
5. Bujukan (Inducements), Keuntungan Finansial, dan Biaya Pengganti ...	46
6. Perlindungan Privasi dan Kerahasiaan	48

7. Persetujuan Setelah Penjelasan (PSP) atau Informed Consent (IC).....	48
F. Alat Pengumpulan Data.....	49
1. Instrumen Penelitian.....	49
2. Validitas dan Reliabilitas.....	51
G. Prosedur Pengumpulan Data	52
1. Pengumpulan Data Secara Administrasi	53
2. Pengumpulan Data Secara Teknis	53
H. Pengolahan Data	55
1. Pengolahan Data.....	55
I. Analisis Data.....	57
1. Analisis Univariat.....	57
2. Analisis Bivariat	57
BAB V HASIL PENELITIAN	59
A. Kondisi Lokasi Penelitian.....	59
B. Hasil Analisis Penelitian.....	60
1. Hasil Analisis Univariat	60
2. Hasil Analisis Bivariat.....	62
BAB VI PEMBAHASAN.....	64
A. Interpretasi Penelitian	64
B. Keterbatasan Penelitian	75
C. Implikasi terhadap Pelayanan, Pendidikan, dan Penelitian	75
BAB VII PENUTUP.....	77
A. Simpulan.....	77
B. Saran	77
DAFTAR PUSTAKA	79
LAMPIRAN.....	84

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian.....	7
Tabel 3. 1 Definisi Operasional Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas tidur Mahasiswa Tingkat Akhir Di STIKES Bina Usaha Bali	36
Tabel 5. 1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia.....	60
Tabel 5. 2 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	61
Tabel 5. 3 Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Mahasiswa Tingkat Akhir Di STIKES Bina Usaha Bali	61
Tabel 5. 4 Distribusi Frekuensi Kualitas Tidur Mahasiswa Tingkat Akhir Di STIKES Bina Usaha Bali	62
Tabel 5. 5 Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas tidur Mahasiswa Tingkat Akhir Di STIKES Bina Usaha Bali.....	62

DAFTAR GAMBAR

- Gambar 2. 1** Kerangka Teori Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas tidur Mahasiswa Tingkat Akhir Di STIKES Bina Usaha Bali 33
- Gambar 3. 1** Kerangka Konsep Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas tidur Mahasiswa Tingkat Akhir Di STIKES Bina Usaha Bali 34

\

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Jadwal Penelitian	84
Lampiran 2 : Surat Permohonan Ijin Melakukan Studi Pendahuluan	85
Lampiran 3 : Surat Balasan / Ijin Melakukan Studi Pendahuluan	86
Lampiran 4 : Surat Permohonan Ijin Melakukan Penelitian	87
Lampiran 5 : Surat Balasan / Ijin Melakukan Penelitian	88
Lampiran 6 : Surat Keterangan Penelitian Dinas Penanaman Modal Dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu	89
Lampiran 7 : Lembar Permohonan Menjadi Responden	90
Lampiran 8 : Lembar Persetujuan Menjadi Responden (Inform Consent)	91
Lampiran 9 : Kuisisioner Hamilton Anxiety Rating Scale (HAM-A).....	92
Lampiran 10 : Kuisisioner Pittsburg Sleep Quality Index (PSQI).....	96
Lampiran 11 : Surat Ijin Etik	101
Lampiran 12 : Hasil Analisis SPSS.....	102
Lampiran 13 : Foto Dokumentasi Penelitian	104
Lampiran 14 : Lembar Bimbingan Skripsi	105

DAFTAR SINGKATAN

HAM-A	= Hamilton Anxiety Rating Scale
PSQI	= Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)
NREM	= Non-Rapid Eye Movemen
REM	= Rapid Eye Movemen
EEG	= Elektrosefalogram
OCD	= Obsesif Kompulsif

DAFTAR PUSTAKA

- Arnis, A. (2018). Hubungan Antara Kuantitas dan Kualitas Tidur Dengan Uji Kompetensi DIII Keperawatan Poltekkes Kemenkes Jakarta I. *Quality: Jurnal Kesehatan*, 12(2), 33–36. <https://doi.org/10.36082/qjk.v12i2.45>
- Bambangsafira, D., & Nuraini, T. (2017). Kejadian Excessive Daytime Sleepiness (Eds) Dan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Kesehatan. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 20(2), 94–101. <https://doi.org/10.7454/jki.v20i2.365>
- Chrisnawati, G. & T. Al. (2019). *Aplikasi Pengukuran Tingkat Kecemasan Berdasarkan Skala Hars Berbasis Android. V No. 2 Ag.* <https://doi.org/10.31294/jtk.v4i2>
- Darwis, S. A. (2021). Knowledge and Anxiety Levels Of Nursing Academy Student at Marthen Indey Hospital Against The Covid-19 Vaccine. *Healthy Papua*, 4(2), 238–243.
- Dekawaty, A. (2021). Pengaruh Terapi Hipnotis 5 Jari Terhadap Kecemasan Mahasiswa Menghadapi Skripsi di STIKES Muhammadiyah Palembang. *Open Journal Systems*, 15(11), 5613–5624.
- Djamalilleil, S. F., Rosmaini, R., & Dewi, N. P. (2020). Hubungan Kualitas Tidur Terhadap Konsentrasi Belajar Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Baiturahmah Padang Angkatan 2018. *Health and Medical Journal*, 3(1), 43–50. <https://doi.org/10.33854/heme.v3i1.339>
- Donsu, J. D. T. (2017). Psikologi Keperawatan. In *Aspek-aspek Psikologi, Konsep Psikologi, Teori Perilaku manusia* (Pertama). Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Fitri, L., Amalia, R., & Juanita. (2022). Hubungan Jenis Kelamin dengan Kualitas Tidur Lansia. *JIM FKep*, V(4), 65–69.
- Fitria, L., & Ifdil, I. (2020). *Kecemasan remaja pada masa pandemi Covid -19.* 6(1). <https://doi.org/https://doi.org/10.29210/120202592>
- Gusdiansyah, E., Mailita, W., & Ananda, Y. (2021). Efektivitas Pemberian Terapi Suportif dalam Menurunkan Ansietas pada Remaja. *Jurnal Warta Pengabdian Andalas*, 28(1), 17–23. <https://doi.org/10.25077/jwa.28.1.17-23.2021>
- Handojo, M., Pertiwi, J. ., & Ngantung, D. (2018). Hubungan gangguan kualitas tidur menggunakan PSQI dengan fungsi kognitif pada PPDS pasca jaga malam. *Jurnal Sinaps*, 1(1), 91–101.
- Haryati, H., Yunaningsi, S. P., & Junuda, R. A. F. (2020). Faktor yang Mempengaruhi Kualitas Tidur Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Halu Oleo. *Jurnal Surya Medika (JSM)*, 5(2), 22–33.

- Hendi Aryadi, I. P., Andra Yusari, I. G. A. A., Dewi Dhyani, I. A., Eka Kusmadana, I. P., & Sudira, P. G. (2018). Korelasi Kualitas Tidur Terhadap Tingkat Depresi, Cemas, Dan Stres Mahasiswa Kedokteran Universitas Udayana Bali. *Callosum Neurology*, 1(1), 20–31. <https://doi.org/10.29342/cnj.v1i1.4>
- Heryana, A. (2020). Analisis Data Penelitian Kuantitatif. *Penerbit Erlangga, Jakarta*, (June), 1–11. <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.31268.91529>
- Hotijah, S., Ikhtiarini Dewi, E., & Hadi Kurniyawan, E. (2021). Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa Baru Luar Pulau Jawa Universitas Jember. *E-Journal Pustaka Kesehatan*, 9(2), 111–115.
- Jaya, K. (2015). *Keperawatan Jiwa*. Tangerang Selatan: Bina Rupa Aksara.
- Khasanah, K., & Hidayati, W. (2012). Kualitas Tidur Lansia Balai Rehabilitasi Sosial “MANDIRI” Semarang. *Jurnal Nursing Studies*, 1(1), 189–196. Retrieved from <http://ejournal-s1.undip.ac.id/index.php/jnursing>
- Kozier, B. J., Berman, A. T., Snyder, S., Buck, M., Ferguson, L., Yiu, L., & Stamler, L. L. (2017). *Fundamentals of Canadian Nursing. Concepts, Process, and Practice-Pearson* (4th Ed.). USA: Pearson Canada.
- Kumar, B., Shah, M. A. A., Kumari, R., Kumar, A., Kumar, J., & Tahir, A. (2019). Depression, Anxiety, and Stress Among Final-year Medical Students. *Cureus*, 11(3). <https://doi.org/10.7759/cureus.4257>
- Kusumawardhani, oktavy B. (2020). Gambaran Faktor Penyebab Kecemasan Mahasiswa Keperawatan Menghadapi Tugas Akhir Di Stikes ‘Aisyiyah Surakarta. *Proceeding of The URECOL*, 226–232.
- Lubis, R. A. (2019). Kecemasan Menyusun Skripsi Ditinjau Dari Perfeksionisme Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Prima Indonesia. *Psikologi Prima*, 2(2), 25–40.
- Maisa, E. A., Andrial, A., Murni, D., & Sidaria, S. (2021). Hubungan Stres Akademik dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Keperawatan Tingkat Akhir Program Alih Jenjang. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 21(1), 438. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v21i1.1345>
- Malfasari, E., Devita, Y., Erlin, F., & Filer, F. (2019). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Tugas Akhir Di Stikes Payung Negeri Pekanbaru. *Jurnal Ners Indonesia*, 9(1), 124. <https://doi.org/10.31258/jni.8.2.124-131>
- Masturoh, I. & N. A. (2018). Metodologi Penelitian Kesehatan. In *Pusat Pendidikan Sumber Daya Manusia Kesehatan (Pertama)*. Jakarta.
- Murwani, A., & Utari, H. S. (2021). Hubungan Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Yang Menyusun Skripsi Di Stikes Surya Global Yogyakarta. *Jurnal Formil (Forum Ilmiah) Kesmas Respati*, 6(2), 129.

<https://doi.org/10.35842/formil.v6i2.353>

- Musabiq, S., & Karimah, I. (2018). Gambaran Stress dan Dampaknya Pada Mahasiswa. *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 20(2), 74. <https://doi.org/10.26486/psikologi.v20i2.240>
- Muzakir, H., & Fitriani, A. (2021). Relationship between individual characteristic, workload, and body mass index with sleep quality among nursing in private hospital. *Proceedings of the National Seminar of the University of Muhammadiyah Purwokerto*, 125–130.
- Novianti, A. C., & Yudiarso, A. (2021). Program Studi Sarjana Psikologi, Fakultas Kedokteran. *Jurnal Psikologi Udayana 2021*, 8(1), 5607. <https://doi.org/10.24843/JPU.2021.v08.i01.p06>
- Nurasih, T. R., Dewi, P., & Susanti, I. H. (2022). Hubungan Tingkat Stres dengan Kualitas Tidur Mahasiswa yang sedang Menyusun Tugas Akhir di Universitas Harapan Bangsa. *Jurnal Ilmu Kesehatan (JIK-MC)*, 1(2), 8–13.
- Nursalam. (2015). Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. In P. P. Lestari (Ed.), *Pendekatan Praktis* (Edisi 4). Jakarta: Salemba Medika.
- Obrien, G. P. (2014). Keperawatan Kesehatan Jiwa Psikiatrik. In *Teori & Praktik*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran : EGC.
- Oktapiani, N., & Putri, A. (2018). Rasional Emotif Terapi Gangguan Kecemasan Sosial Dengan Menggunakan Pendekatan 1. *Fokus*, 1(6), 227–232.
- Ordinal, K. R. D. (2018). Korelasi Rank-Spearman Data Ordinal. *Statistika Ekonomi & Bisnis*, 1–7.
- Pieter, H. Z. (2011). Pengantar Psikopatologi untuk Keperawatan. In *Gangguan Tidur* (Cetakan 1). Jakarta: Prenanda Media Group.
- Rahakratat, B., Wuisang, M., & Tendea, A. F. (2021). Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Stres Pada Mahasiswa Yang Mengerjakan Skripsi Di Fakultas Keperawatan Unklab. *Klabat Journal of Nursing*, 3(2), 10. <https://doi.org/10.37771/kjn.v3i2.573>
- Rahmawaty, P., & Zulkifli. (2021). Kecemasan pada Mahasiswa Tingkat Akhir dalam Mencari Peluang Kerja di Masa Pandemi Covid-19 di Kota Balikpapan. *SNITT-Pioliteknik Negeri Balikpapan*, 5(43), 305–312.
- Ratnaningtyas, T. O., & Fitriani, D. (2020). Hubungan kecemasan dengan kualitas tidur pada mahasiswa tingkat akhir. *Edu Masda Journal*, 4(1), 21–31.
- Rezaei, M., Khormali, M., Akbarpour, S., Sadeghniaat-Hagighi, K., & Shamsipour, M. (2018). Sleep quality and its association with psychological distress and sleep hygiene: A crosssectional study among pre-clinical medical students. *Sleep Science*, 11(4), 274–280. <https://doi.org/10.5935/1984-0063.20180043>

- Rudimin, Hariyanto, T., & Rahayu, W. (2017). Hubungan Tingkat Umur dengan Kualitas Tidur pada Lansia di Posyandu Permadi Kelurahan Tlogomas Kecamatan Lowokwaru Malang. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 2(1), 119–127.
- Saraswati, N., Dwidiyanti, M., Santoso, A., & Wijayanti, D. Y. (2021). Hubungan Efikasi Diri dengan Kecemasan Menyusun Skripsi pada Mahasiswa Keperawatan. *Holistic Nursing and Health Science*, 4(1), 1–7. <https://doi.org/10.14710/hnhs.4.1.2021.1-7>
- Siburian, C. H. (2021). Hubungan Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Pasien Pre Operasi Transurethral Resection of the Prostate (Turp) Di Rumah Sakit Umum Imelda Pekerja Indonesia Medan. *Indonesian Trust Health Journal*, 4(2), 491–498. <https://doi.org/10.37104/ithj.v4i2.83>
- Sugiarta, A. V., Tampomas, I., RP, C., & Suparto, S. (2019). Hubungan Tingkat Kecemasan Terhadap Kualitas Tidur Pada Mahasiswa/i Angkatan 2018 Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Krida Wacana Tahun 2018. *Jurnal Kedokteran Meditek*, 25(1), 36–40. <https://doi.org/10.36452/jkdoktmeditek.v25i1.1748>
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sulana, I. O. P., Sekeon, S. A. S., & Mantjoro, E. M. (2020). Hubungan Tingkat Stres dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Samratulangi. *Jurnal KESMAS*, 9(7), 37–45.
- Sulistiyani, C. (2012). Beberapa Faktor Yang Berhubungan Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa. *Kesehatan Masyarakat*, 1(2), 280–292.
- Supaat. (2018). *Pedoman Penyelesaian Tugas Akhir Program Sarjana. Lpm*.
- Sutejo. (2018). Keperawatan Jiwa. In *Konsep dan Praktik Asuhan Keperawatan Kesehatan Jiwa: Gangguan Jiwa dan Psikososial* (Cetakan Pe). Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Wahyudi, I., Bahri, S., & Handayani, P. (2019). *Aplikasi Pembelajaran Pengenalan Budaya Indonesia*. V(1), 135–138. <https://doi.org/10.31294/jtk.v4i2>
- Windarto, Y. E. (2020). Analisis Penyakit Kardiovaskular Menggunakan Metode Korelasi Pearson, Spearman Dan Kendall. *Jurnal SAINTEKOM*, 10(2), 119. <https://doi.org/10.33020/saintekom.v10i2.149>
- Zavera, D. F., & Suherman, M. M. (2018). Hubungan Antara Tingkat Kecemasan Dengan Prestasi Akademik Mahasiswa Di Kota Bandung. *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan)*, 1(3), 111–116.
- Zhai, K., Gao, X., & Wang, G. (2018). The role of sleep quality in the psychological well-being of final year undergraduate students in China.

International Journal of Environmental Research and Public Health, 15(12),
1–12. <https://doi.org/10.3390/ijerph15122881>