

**HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DALAM MENGHADAPI  
UJIAN BLOK TERHADAP KUALITAS TIDUR MAHASISWA  
FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS  
MUHAMMADIYAH PALEMBANG**



**SKRIPSI**

**Sebagai salah satu syarat memperoleh gelar  
Sarjana Kedokteran (S.Ked)**

Oleh:

**LUTHFI ABIYYU MAHFUZH**

**NIM: 702020021**

**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PALEMBANG  
2024**

HALAMAN PENGESAHAN

**HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DALAM MENGHADAPI  
UJIAN BLOK TERHADAP KUALITAS TIDUR MAHASISWA  
FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS  
MUHAMMADIYAH PALEMBANG**

Dipersiapkan dan disusun oleh  
**Luthfi Abiyu Mahfuzh**  
NIM: 702020021

Sebagai salah satu syarat memperoleh gelar  
Sarjana Kedokteran (S.Ked)

Pada tanggal 25 Januari 2024

Mengesahkan



**dr. Putri Zalika Kesuma, M.Pd. Ked**  
Pembimbing Pertama



**dr. Wieke Angraini**  
Pembimbing Kedua

Dekan  
Fakultas Kedokteran



**dr. Liza Chairani, Sp.A. M.Kes**  
NBM/NIDN. 1129226/0217057601

Universitas Muhammadiyah Palembang

## HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menerangkan bahwa:

1. Skripsi Saya, skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik, baik di Universitas Muhammadiyah Palembang, maupun Perguruan Tinggi lainnya.
2. Skripsi ini murni gagasan, rumusan dan penelitian Saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan Tim pembimbing.
3. Dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau di publikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar Pustaka.
4. Pernyataan ini Saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dengan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka Saya bersedia menerima sanksi akademik atau sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di perguruan tinggi ini.

Palembang, 25 Januari 2024

Yang membuat pernyataan



(Luthfi Abiyu Mahfuzh)

702020021

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA  
ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Dengan Penyerahan naskah artikel dan *softcopy* berjudul: Hubungan Tingkat Kecemasan Menghadapi Ujian Blok Terhadap Kualitas Tidur Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang. Kepada Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang (FK-UM Palembang), Saya:

Nama : Luthfi Abiyu Mahfuzh  
NIM : 702020021  
Program Studi : Kedokteran  
Fakultas : Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang  
Jenis Karya Ilmiah : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, setuju memberikan pengalihan Hak Cipta dan Publikasi Bebas Royalti atas Karya Ilmiah, Naskah, dan *softcopy* di atas kepada FK-UM Palembang. Dengan hak tersebut, FK-UMP berhak menyimpan, mengalihmedia/ formatkan, dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikan, menampilkan, mempublikasikan di internet atau media lain untuk kepentingan akademis, tanpa perlu meminta izin dari Saya, dan Saya memberikan wewenang kepada pihak FK-UMP untuk menentukan salah satu Pembimbing sebagai Penulis Utama dalam Publikasi. Segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam Karya Ilmiah ini menjadi tanggungjawab Saya pribadi.

Demikian pernyataan ini, Saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di: Palembang  
Pada tanggal: 25 Januari 2024  
Yang Menyetujui,



(Luthfi Abiyu Mahfuzh)  
702020021

### *Abstract*

Nama : Luthfi Abiyyu Mahfuzh  
Program studi : Kedokteran  
Judul : Hubungan Tingkat Kecemasan menghadapi Ujian Blok terhadap Kualitas Tidur Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang

**Latar Belakang:** Kecemasan menurut *World Health Organisation* (WHO) kecemasan merupakan salah satu masalah Kesehatan yang serius di seluruh dunia. Salah satu stresor timbulnya kecemasan pada mahasiswa adalah saat menghadapi ujian. Kecemasan berpengaruh pada organ fisik dan mental, selain itu juga memengaruhi pikiran, persepsi, dan pembelajaran. Penyelenggaraan pendidikan kedokteran di Universitas Muhammadiyah Palembang dikemas dalam sistem blok. Muatan yang diajarkan disusun dalam blok-blok dan disetiap akhir blok diadakan ujian blok sebagai evaluasinya. Cemas saat ujian dapat memengaruhi kualitas tidur mahasiswa. Penelitian ini bertujuan mencari hubungan tingkat kecemasan dalam menghadapi ujian blok *Objective Structured Oral Case Analysis* (OSOCA) dengan kualitas tidur pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang. **Metode:** Menggunakan dengan metode deskriptif analitik dengan pendekatan *cross sectional*, sampel berjumlah 299 orang dari mahasiswa FK UMP angkatan 2020, 2022, dan 2023. Data dianalisis menggunakan *Chi-square Test*. **Hasil:** Uji *Chi-Square Test* menunjukkan nilai yang signifikan antara tingkat kecemasan dalam menghadapi ujian blok *Objective Structured Oral Case Analysis* (OSOCA) dengan kualitas tidur pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang dengan nilai  $p\text{ value} = 0,000$  ( $P < 0.05$ ). **Kesimpulan:** Terdapat hubungan antara tingkat kecemasan dalam menghadapi ujian blok *Objective Structured Oral Case Analysis* (OSOCA) dengan kualitas tidur pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang.

**Kata Kunci:** Tingkat kecemasan, Kualitas Tidur, Mahasiswa, OSOCA

## *Abstract*

Nama : Luthfi Abiyyu Mahfuzh  
Program studi : Kedokteran  
Judul : Hubungan Tingkat Kecemasan menghadapi Ujian Blok terhadap Kualitas Tidur Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang

**Background:** According to the World Health Organization (WHO), anxiety is a mental disorder that has become a serious problem around the world. One of the stressors of anxiety in students is when facing examination. Anxiety affects the physical organs and mentally. It also affects the mind, perception, and learning process. Implementation of medical education at Muhammadiyah Palembang University is done in block system. The lessons are arranged in blocks and block examination is held for evaluation at the end of each blocks. Anxiety during exams can change the quality of students sleep. This study aims to find the relationship between anxiety levels in dealing with Objective Structured Oral Case Analysis (OSOCA) with sleep quality among Medical Faculty of Muhammadiyah Palembang students. **Methods:** Using a descriptive analytic method with approach cross sectional, a sample of 299 people from medical students' class 2020, 2022, and 2023. Data were analyzed using Chi-Square Test. **Results:** The results of the test Chi-Square showed significant between the level of anxiety in dealing with Objective Structured Oral Case Analysis (OSOCA) and the quality of sleep-in students of the Faculty of Medicine, Muhammadiyah University of South Sumatra with  $p$  value = 0,000 ( $P < 0.05$ ). **Conclusion:** There is a relationship between the level of anxiety in dealing with Objective Structured Oral Case Analysis (OSOCA) and the quality of sleep-in students.

**Keywords:** Anxiety Level, Sleep Quality, Student, OSOCA

## KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan Skripsi ini. Penulisan Skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Kedokteran pada Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang. Saya menyadari bahwa, tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan Skripsi ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan Skripsi ini. Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada:

- 1) dr. Putri Zalika Kesuma, M.Pd. Ked. dan dr. Wieke Anggraini, selaku dosen pembimbing yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan skripsi ini;
- 2) Orang tua dan keluarga saya yang telah memberikan bantuan dukungan material dan moral.
- 3) Sahabat yang telah banyak membantu saya dalam menyelesaikan Skripsi ini.
- 4) Shalva dan YM, Orang terdekat saya yang sudah memberikan dukungan.

Akhir kata, saya berdoa semoga Allah SWT berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Palembang, 25 Januari 2024

Penulis

## DAFTAR ISI

<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR SINGKATAN.....</b>	<b>xii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
<b>1.1 Latar Belakang.....</b>	<b>1</b>
<b>1.2 Rumusan Masalah.....</b>	<b>4</b>
<b>1.3 Tujuan.....</b>	<b>4</b>
1.3.1 Tujuan Umum.....	4
1.3.2 Tujuan Khusus.....	4
<b>1.4 Manfaat.....</b>	<b>4</b>
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	4
1.4.2 Manfaat Praktis.....	5
1.5 Keaslian Penelitian.....	5
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>7</b>
<b>2.1 Kecemasan.....</b>	<b>7</b>
2.1.1 Pengertian Cemas.....	7
2.1.2 Jenis-Jenis Kecemasan.....	7
2.1.3. Penyebab Kecemasan.....	9
2.1.4 Manifestasi Klinis Kecemasan.....	11
2.1.6 Dampak Kecemasan.....	11
<b>2.2 Kualitas Tidur.....</b>	<b>12</b>
2.2.1 Definisi Kualitas Tidur.....	12
2.2.2 Fisiologi Tidur.....	13
2.2.3 Faktor- Faktor yang Memengaruhi Kualitas Tidur.....	14
2.2.4 Klasifikasi Gangguan Kualitas Tidur.....	16
2.2.5 Penilaian Kualitas Tidur.....	17
2.2.6 Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Kualitas Tidur.....	19
<b>2.3 Evaluasi Akhir Pembelajaran Fakultas Kedokteran UMP.....</b>	<b>20</b>
2.3.1 Macam-macam Ujian Blok.....	20
2.3.2 Pembobotan Nilai.....	21
2.3.3 Tata Tertib Ujian OSOCA.....	22



2.3.4 Hubungan Tingkat Kecemasan Terhadap OSOCA.....	23
<b>2.4 Kerangka Teori .....</b>	<b>25</b>
<b>2.5 Hipotesis .....</b>	<b>26</b>
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>27</b>
<b>3.1 Jenis Penelitian .....</b>	<b>27</b>
<b>3.2 Waktu dan Tempat Penelitian .....</b>	<b>27</b>
3.2.1 Waktu Penelitian .....	27
3.2.2 Tempat Penelitian.....	27
<b>3.3 Populasi dan Sampel Penelitian .....</b>	<b>27</b>
3.3.1 Populasi Penelitian .....	27
3.3.1.1 Populasi Target.....	27
3.3.1.2 Populasi Terjangkau.....	27
3.3.2 Sampel Penelitian .....	27
3.3.2.1 Besar Sampel Penelitian.....	27
3.3.2.2 Cara Pengambilan Sampel .....	28
<b>3.4 Kriteria Inklusi dan Eksklusi.....</b>	<b>28</b>
3.4.1 Kriteria Inklusi .....	28
3.4.2 Kriteria Eksklusi.....	28
<b>3.5 Variabel Penelitian .....</b>	<b>28</b>
3.5.1 Variabel Dependen.....	28
3.5.2 Variabel Independen .....	28
<b>3.6 Definisi Operasional.....</b>	<b>29</b>
<b>3.7 Cara Pengumpulan Data .....</b>	<b>29</b>
<b>3.8 Cara Pengolahan dan Analisis Data .....</b>	<b>29</b>
3.8.1 Cara Pengolahan Data .....	29
3.8.2 Analisis Data .....	30
3.8.2.1 Analisis <i>Univariat</i> .....	30
3.8.2.2 Analisis <i>Bivariat</i> .....	30
<b>3.9 Alur penelitian .....</b>	<b>31</b>
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>32</b>
<b>4.1 Hasil.....</b>	<b>32</b>
<b>4.2 Pembahasan .....</b>	<b>34</b>
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>45</b>
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>46</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>51</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1. Keterkaitan Penelitian .....	5
Tabel 2. 2. Proporsi per instrument .....	22
Tabel 3. 1 Definisi Operasional.....	29
Tabel 4. 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin .....	32
Tabel 4. 2. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia.....	32
Tabel 4. 3. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tingkat Kecemasan .....	33
Tabel 4. 4. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tingkat Kualitas Tidur.....	33
Tabel 4. 5. Hubungan tingkat kecemasan menghadapi ujian blok terhadap kualitas tidur mahasiswa.....	34

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 3. 1 Alur Penelitian.....	31
----------------------------------	----

## DAFTAR SINGKATAN

MCQ	= <i>Multiple Choice Question</i>
OSOCA	= <i>Objective Structured Oral Case Analysis</i>
OSCE	= <i>Objective Structured Clinical Examination</i>
WHO	= <i>World Health Organisation</i>
HPA	= <i>Hypothalamic Pituitary Adrenal axis</i>
GABA	= <i>Gamma Amino Butyric Acid</i>
REM	= <i>Rapid Eye Movement</i>
NREM	= <i>Non-Rapid Eye Movement</i>
RAS	= <i>Reticular Activating System</i>
BSR	= <i>Bulbar Synchronizing Regional</i>
DSM-V	= <i>Diagnostic and statistical Manual Of mental Disorder</i>
LKK	= <i>Latihan Keterampilan Klinis</i>
TPP	= <i>Tugas Pengenalan Profesi</i>
OSPE	= <i>Objective Structure Practical Examination</i>
SQS	= <i>Sleep Quality Scale</i>
PSQI	= <i>Pittsburgh Sleep Quality Index</i>
BAI	= <i>Beck Anxiety Inventory</i>

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Cemas berasal dari Bahasa Latin “*anxius*” dan dalam Bahasa Jerman “*anst*” yang berarti kecemasan yaitu suatu kata yang digunakan untuk menggambarkan efek negatif dan rangsangan fisiologis (Muyasaroh et al., 2020). Kecemasan merupakan hal yang biasa terjadi dan kondisi apapun bergantung pada kemampuan seseorang menghadapi stressor. Seseorang yang tidak mampu dalam mengontrol kecemasan, maka akan berdampak pada fisik dan psikis orang tersebut (ghufron et al., 2012).

Menurut data statistik *World Health Organisation* (WHO) prevalensi gangguan kecemasan pada tahun 2015 mencapai 3,6% dengan total perkiraan jumlah orang dengan gangguan ansietas 264 juta. Prevalensi gangguan kecemasan di Amerika pada perempuan 7,7% dan laki-laki 3,6%. Gangguan mental emosional yang ditunjukkan dengan gejala-gejala kecemasan pada usia 15 tahun ke atas mencapai sekitar 9,8% dari jumlah penduduk Indonesia. Prevalensi gangguan mental emosional yang ditunjukkan dengan gejala-gejala kecemasan untuk usia 15 tahun ke atas pada perempuan 12,1% dan laki-laki 7,6% (Vildayanti, 2018).

Pada penelitian sebelumnya yang dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang mengenai Perbedaan tingkat kecemasan saat menghadapi ujian blok dengan hasil ujian LKK merupakan ujian yang paling banyak menyebabkan kecemasan berat sebanyak 29,2% dibandingkan ujian MCQ sebanyak 5,8% dan ujian OSOCA sebanyak 14,4% dan ada perbedaan rata-rata yang signifikan antara tingkat kecemasan dalam menghadapi ujian MCQ, OSOCA, dan LKK (Destrianti, 2015).

Pada penelitian Alda Vania Sugiarta tahun 2019 dengan judul Hubungan Tingkat Kecemasan terhadap Kualitas Tidur pada Mahasiswa Angkatan 2018 Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Krida Wacana didapatkan bahwa terdapat 73 orang perempuan mengalami kecemasan dan 33 orang laki-laki mengalami kecemasan, yang mana dari penelitian tersebut mengatakan bahwa salah satu faktor

risiko kecemasan yang dapat diperhatikan yaitu jenis kelamin, wanita lebih sering mengalami kecemasan dari pada pria (Sugiarta *et.al.*, 2019).

Berdasarkan penelitian Achmad Fariz Ramadhan tahun 2019, pada penelitian tersebut menggunakan kelompok responden dengan jenis kelamin laki – laki dan perempuan dengan jumlah yang sama yaitu sebesar 30 responden. Hasil yang didapat dari penelitian tersebut berdasarkan tingkat kecemasan responden dengan jenis kelamin laki – laki memiliki tingkat kecemasan sedang sebanyak 6 responden dan tingkat kecemasan berat sekali sebanyak 1 responden. Sedangkan responden dengan jenis kelamin perempuan memiliki tingkat kecemasan sedang sebanyak 8 responden dan tingkat kecemasan berat sebanyak 2 responden. Hal tersebut berkaitan dengan kecemasan pada laki-laki dan perempuan, bahwa perempuan lebih cemas dibandingkan dengan laki-laki, laki-laki lebih aktif, eksploratif, sedangkan perempuan lebih sensitif. Perbedaan respon stres pada pria dan wanita berkaitan dengan aktivitas *Hypothalamic Pituitary Adrenal axis* (HPA) dan sistem saraf simpatis yang akan memberikan *feedback* negatif saat tubuh mengalami stres. *Hypothalamic Pituitary Adrenal axis* (HPA) bekerja dalam mengatur produksi dari hormon kortisol, sedangkan sistem saraf simpatis bekerja dalam pengaturan denyut jantung dan tekanan darah (Rahmayani, 2019).

Faktor-faktor yang berhubungan terhadap perkembangan gangguan yaitu faktor risiko meliputi riwayat keluarga, kejadian yang mengerikan, khawatir yang berlebihan, overprotektif, dan wanita yang tidak menikah atau tidak bekerja, serta kesehatan fisik atau mental yang buruk. Sebagian besar pasien gangguan kecemasan menurut survei yang lebih baru, tingkat prevalensi seumur hidup untuk remaja berusia 13 hingga 17 tahun adalah 7,7%, sementara itu 6,6% pada orang dewasa berusia 18 hingga 64,3 tahun (Bandelow and Michaelis, 2015). Untuk mengatasi kecemasan dengan pemberian psikotropika dapat menimbulkan dan memberikan efek samping yang berbahaya (uspita, 2019).

Kualitas tidur seseorang dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya yaitu kondisi lingkungan, fisik, aktivitas, dan gaya hidup. Aktivitas akan meningkatkan hormon *Norepinefrine* yang bekerja dan menurunkan hormon serotonin dan GABA yang menyebabkan kita tidak bisa tidur (Punjabi, 2006).

Kecemasan menyebabkan gangguan pola tidur dan meningkatkan angka kejadian insomnia (Yang et al., 2020). Pola tidur yang tidak teratur akan memiliki dampak yang buruk bagi tubuh manusia, sebab berdampak pada kesehatan dan menurunkan performa kinerja termasuk perkuliahan. Semakin sedikit waktu tidur mahasiswa maka akan semakin besar tingkat kecemasannya. Oleh sebab itu, dibutuhkan waktu tidur yang konsisten agar mampu mempertahankan kualitas tidur (Fitria & Ifdil, 2020).

Penelitian ini mengambil metode ujian blok yaitu OSOCA (*Objective Structured Oral Case Analysis*) dengan mempertinjau dari panduan Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang dimana metode yang dipakai pada ujian ini yaitu dengan melakukan presentasi kasus kepada kedua penguji. Pada pengerjaan kasus, mahasiswa mendapat *random case* berdasarkan blok yang sedang dipelajari. Tujuan penyelenggaraan OSOCA juga untuk melatih komunikasi lisan dan keterampilan berpikir kritis, sistematis, dan penalaran klinik terhadap kasus klinik (FK UMP, 2020).

Kehidupan mahasiswa fakultas kedokteran mengalami berbagai jenis faktor stres seperti dari akademik, masa depan tidak menentu dan pertimbangan kesulitan untuk menyatu ke dalam sistem. Mahasiswa ini menghadapi masalah sosial, emosional, fisik dan keluarga yang dapat memengaruhi kemampuan belajar serta kinerja akademik mereka. Alasan paling umum yang disorot adalah ujian dan kegiatan akademik, diikuti oleh masalah hubungan percintaan di perguruan tinggi atau keluarga dan kerinduan akan kampung halaman (Fitria & Ifdil, 2020).

Kecemasan adalah keadaan ketakutan yang intens, ketidakpastian, dan ketakutan yang dihasilkan dari antisipasi situasi atau peristiwa yang mengancam. Mahasiswa kedokteran sebagai peserta didik juga tidak terlepas dari ujian. Di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang, terdapat beberapa jenis ujian, yaitu *Multiple Choice Question* (MCQ), ujian lisan menganalisa kasus (OSOCA), ujian keterampilan klinik (OSCE), dan ujian praktikum (OSPE). Di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang, bobot skor untuk ujian OSOCA sebesar 20-30% atau selalu dibawah bobot penilaian MCQ dan merupakan salah satu penentu kenaikan tingkat (FK UMP, 2020).

Tujuan penelitian ini adalah sebagai salah satu upaya untuk mengetahui hubungan tingkat kecemasan menghadapi ujian blok terhadap kualitas tidur mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang, untuk meningkatkan kesadaran mahasiswa menjaga kualitas tidur, dan untuk mengetahui solusi dalam menghadapi kecemasan dalam menghadapi ujian blok. Berdasarkan data diatas, peneliti tertarik untuk mengambil judul skripsi hubungan tingkat kecemasan menghadapi ujian blok terhadap kualitas tidur mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang.

## **1.2 Rumusan Masalah**

“Apakah terdapat hubungan tingkat kecemasan menghadapi ujian blok terhadap kualitas tidur mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang?”

## **1.3 Tujuan**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Mengetahui hubungan tingkat kecemasan menghadapi ujian blok terhadap kualitas tidur mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Mengetahui tingkat kecemasan mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang.
2. Mengetahui kualitas tidur mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang.
3. Menganalisis hubungan tingkat kecemasan menghadapi ujian blok terhadap kualitas tidur mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang.

## **1.4 Manfaat**

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Memberikan sumbangan teoritis dalam memperkaya ilmu pengetahuan tentang pengaruh tingkat kecemasan menghadapi ujian blok terhadap kualitas tidur mahasiswa.



### 1.4.2 Manfaat Praktis

Bagi tenaga kesehatan dan instansi kesehatan penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan pertimbangan dalam memberikan arahan dan edukasi terhadap mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang tentang pengaruh tingkat kecemasan menghadapi ujian blok terhadap kualitas tidur mahasiswa.

### 1.5 Keaslian Penelitian

Tabel 1. 1. Keterkaitan Penelitian

Nama	Judul Penelitian	Desain Penelitian	Hasil	Perbedaan
Dwi Nurul Rahmadani	Hubungan Tingkat Kecemasan (Ansietas) dalam menghadapi <i>Objective Structured Clinical Examination</i> (OSCE) dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara	<i>Cross-sectional</i>	Hasil uji <i>Chi-Square</i> menunjukkan nilai yang signifikan antara tingkat kecemasan dalam menghadapi <i>Objective Structured Clinical Examination</i> (OSCE) dengan kualitas tidur pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara dengan nilai p value = 0.003 (P <0.05). Terdapat hubungan antara tingkat kecemasan dalam menghadapi <i>Objective Structured Clinical Examination</i> (OSCE) dengan kualitas tidur mahasiswa	Penelitian ini dilakukan pada mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara dengan menggunakan sampel Angkatan 2017 dan 2018 yang ikut OSCE. Metode yang digunakan <i>simple random sampling</i> .
Aulia Ersya Rahayu	Hubungan Tingkat Kecemasan dan Kualitas Tidur Mahasiswa Fakultas Kedokteran UIN Syarif Hidayatullah Jakarta angkatan 2018 yang Menyusun Skripsi di Masa Pandemi COVID-19	penelitian deskriptif analitik dengan pendekatan <i>cross-sectional</i> .	Hasil uji korelasi Spearman menunjukkan terdapat hubungan antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur dengan p=0,035 atau <0,05 Terdapat hubungan antara Tingkat kecemasan dengan kualitas tidur mahasiswa FK UIN Syarif Hidayatullah Jakarta angkatan 2018 saat menyusun skripsi di masa pandemi COVID-19	Penelitian ini dilakukan di UIN Syarif Hidayatullah Jakarta Angkatan 2018 pada bulan desember 2021 – Februari 2022. Variabel independennya yaitu tingkat kecemasan mahasiswa kedokteran yang

---

Menyusun skripsi  
di masa pandemic  
covid-19.

---

## DAFTAR PUSTAKA

- Adrianti, S. 2017. Hubungan Antara Aktivitas Olahraga Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Malang
- Alimul Aziz A. 2008. *Ketrampilan Dasar Praktik Klinik Kebidanan*. 2ed. Jakarta: Salemba Medika. p. 114-6.
- Annisa, D & Ifdil. 2016. Konsep Kecemasan Anxiety Pada Lanjut Usia Lansia. *Jurnal Konselor Universitas Padang*, Vol 5 No 2 p.93-99 .October 6, 2023. [ejournal.unp.ac.id/index.php/konselor/article/download/6480/5041](http://ejournal.unp.ac.id/index.php/konselor/article/download/6480/5041)
- Apriani, A.K. 2014. Hubungan Kecemasan Ujian Osoca dengan Perubahan Tekanan Darah Mahasiswa FK UMP Angkatan 2013. <http://repository.um-palembang.ac.id/id/eprint/677/1/SKRIPSI503-1705047476.pdf>
- Arifiati, R. F., & Wahyuni, E. S. 2019. Peningkatan Sense of Humor untuk Menurunkan Kecemasan pada Lansia. *Journal of Islamic Psycology*, Vol 1 No 2, p139–169. 13 Juni 2023. <https://e-journal.iainsalatiga.ac.id/index.php/ijip/article/view/3772>
- Asmadi, A. 2008. *Konsep dasar keperawatan*. Jakarta: EGC
- Bandelow, B., & Michaelis, S. 2015. Epidemiology of Anxiety Disorders in the 21st Century. *Dialogues in Clinical Neuroscience*. Vol 17, p. 327-335. 12 Juni, 2023. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4610617/>
- Berman, A. Snyder, S., Kozier, B., & Erb, G. 2003. Buku Ajar Praktik Klinis Kozier & Erb Edisi 5. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC
- Bukit, E.K. 2005. Kualitas Tidur dan Faktor-Faktor Gangguan Tidur Klien Lanjut Usia yang Dirawat Inap di Ruang Penyakit Dalam Rumah Sakit, Medan 2003. *Jurnal Keperawatan Indonesia*. Vol 9 No. 2, p. 41-47. 12 Juni, 2023. <https://www.neliti.com/id/publications/109464/kualitas-tidur-dan-faktor-faktor-gangguan-tidur-klien-lanjut-usia-yang-dirawat-i>
- Chao-Yang W, Yu-Chen W, ChenHsiang S, Pai-Cheng L, Chih-Hung K, Ju-Yu Y. 2017. Association between Internet gaming disorder and generalized anxiety disorder. *J Behav Addict*. Vol 6 No 4 p. 564–71. 16 Juni 2023. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC603495/>

- Destrianti, 2015. Perbedaan Tingkat Kecemasan Saat Ujian MCQ, Ujian OSOCA dan Ujian LKK Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang. Februari, 2015. Universitas Muhammadiyah Palembang, <http://repository.um-palembang.ac.id/id/eprint/986/1/SKRIPSI798-1705221714.pdf>
- Elvira S, Hadisukanto G. 2017. *Buku Ajar Psikiatri*. 3rd ed. Jakarta: Badan penerbit Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia
- Fadhila T., Sutadipura, N., Indriyantu R.A. 2018. Hubungan Tingkat Kecemasan Saat Menjelang Ujian Sooca dengan Terjadinya Diare pada Mahasiswa Tingkat 1 dan 2 Fakultas Kedokteran Unisba. Prosiding Pendidikan Dokter Unisba, *Jurnal Prosiding Pendidikan dokter* Vol 4 No 2 p.161-170.
- Fakultas Kedokteran UMP. 2020. Buku Pedoman Akademik Program Studi Kedokteran Tahun Ajaran 2020/2021. *Universitas Muhammadiyah Palembang*.
- Fitria, L., & Ifdil, I. 2020. Kecemasan Remaja Pada Masa Pandemi Covid - 19. *Jurnal Education: Jurnal Pendidikan Indonesia* Vol 6 No. 1, Juni 2023. <https://doi.org/10.29210/120202592>
- Gilbert, Steven P., Weaver, Cameron C. 2010. Sleep Quality and Academic Performance in University Students: A Wake-Up Call for College Psychologist. *Journal of College Student Psychotherapy*. Vol 24, p. 295. 15 Juni 2023
- Ghufron, M. Nur., dan Rini Risnawita S. 2012. Teori-Teori Psikologi. Jogjakarta: *ArRuzz Media*
- Gunarsa, Singgih D. 2004. *Psikologi Praktis Anak, Remaja dan Keluarga*. Cetakan.7. Jakarta: PT. Gunung Mulia. John Wiley & Sons.
- Guyton A.C. and J.E. Hall 2007. Buku Ajar Fisiologi Kedokteran. Edisi 9. Jakarta: EGC.
- Gomathi, K.G., Ahmed, S. and Sreedharan, J. 2012. Psychological Health of First Year Health Professional Students in a Medical University in the United Arab Emirates. *Sultan Qaboos University Medical Journal*, 12, 206-213. <https://doi.org/10.12816/0003114>.  
<http://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/87568225.2010.509245>

- J. Buysse, D., F.Reynolds, C., H.Monk, T., R.Berman, S., & J.Kupfer, D. (1989). The Pittsburgh sleep quality index: *A new instrument for psychiatric practice and research*. Vol 28 No 2, p193–213. 13 Juni 2023. [https://doi.org/10.1016/0165-1781\(89\)90047-4](https://doi.org/10.1016/0165-1781(89)90047-4)
- Kaplan HI.,Sadock BJ.,Grebb JA.2010. Ilmu pengetahuan psikiatri klinis. Jilid 2. Jakarta: *Bina Rupa Aksara*.
- Kessler RC, Berglund P, Demler O, Jin R, Merikangas KR, Walters EE. 2005. Lifetime prevalence and age-of-onset distributions of DSM-IV disorders in the national comorbidity survey replication. *Arch Gen Psychiatry*. Vol 62 . No 6 p593-602. 11 Juni 2023 <https://doi.org/10.1001/archpsyc.62.6.593>
- Malik ,J, Lo YL, Wu HT. 2018. Klasifikasi tidur-bangun melalui pengukuran variabilitas detak jantung dengan jaringan saraf konvolusional. Pengukuran Fisiologi.
- Martin, P. 2003. The epidemiology of anxiety disorders: A review. *Dialogues Clin Neurosci*. Vol5 No 3 p281-298. 16 Juni 2023 <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/pmid/22034470/>
- Martha Cici. H, Indriati, Sudiby. 2022. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kualitas Tidur Lansia Di RW 03 Kelurahan Kebon Manggis Jakarta. *Jurnal Keperawatan Malang* Vol. 7 No. 2 <https://jurnal.stikespantiwaluya.ac.id/index.php/JPW>
- Mubarak W.I., Lilis I., Joko S. 2015. Buku Ajar Ilmu Keperawatan Dasar. Jakarta: Salemba Medika.
- Muslim, R. 2013. *Diagnosis Gangguan Jiwa Rujukan PPDGJ III dan DSM IV*. Jakarta: FK Unika Atmajaya.
- Muyasaroh, H. 2020. Kajian Jenis Kecemasan Masyarakat Cilacap dalam Menghadapi Pandemi Covid 19. In *LP2M (Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat)*. <http://repository.unugha.ac.id/id/eprint/858>
- Moreno-Rius J. 2018. The cerebellum in fear and anxiety-related disorders. *Prog Neuro-Psychopharmacology Biol Psychiatry*. Vol. 85 p23-32. 11 Juni 2023 <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29627508/>
- M. Sharma, J. Tiwari, V. Patel, Acharya, U. 2021. Automated identification of sleep disorder types using triplet half-band filter and ensemble machine learning

- techniques with eegsignals” Electron. *Prog Neuropsychopharmacol Biol Psychiatry*. Vol. 10, No. 13, Jun. 2021, doi: 10.3390/electronics10131531.
- Pottery, A., Perry, A. G. 2010. Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses, Dan Praktik, edisi 4, Volume.2. Jakarta: EGC
- Putri, M. 2016. Gambaran Kualitas Tidur Pada Siswa/Siswi SMAN 7 Medan. (Universitas Muhammadiyah Malang). <http://eprints.umm.ac.id/id/eprint/41088>
- Punjabi M, Lin Zhang, Jonathan Samet, Caffo B. 2006. Cigarette Smoking and Nocturnal Sleep Architecture. *American Journal of Epidemiology*. Vol.164 No 6. 15 Juni 2023.
- Rahmadani, DN. 2020. Hubungan Tingkat Kecemasan (Ansietas) Dalam Menghadapi *Objective Structured Clinical Examination* (Osce) Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Januari 2020. Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. <https://Makarioz.Sciencemakarioz.Org/Index.Php/Jim/Article/View/247>
- Rahmayani RD, Liza RG, Syah NA.2019. Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Stressor pada Mahasiswa Kedokteran Tahun Pertama Program Studi Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Angkatan 2017. *Jurnal Kesehatan Andalas*. Vol 8 No 1 p103. 13 Juni 2023. <http://jurnal.fk.unand.ac.id/index.php/jka/article/view/977>
- Rau MJ, Rahman A, Randalembah GR. 2017. Faktor Risiko Kejadian Gangguan Ansietas di Rumah Sakit Umum Daerah Ampana Kota Kabupaten Tojo Una-Una. *Preventif*. Vol.8 No. 1 p.34-38. 12 Juni 2023. <https://www.neliti.com/id/publications/160393/faktor-risiko-kejadian-gangguan-ansietas-di-rumah-sakit-umum-daerah-ampana-kota>
- Setyawan AB. 2017. Hubungan Antara Tingkat Kecemasan dengan Kualitas Tidur. *Jurnal ilmu Sehat Bebaya*. Vol.1 No. 2 p. 110-116. 12 Juni 2023. <https://eprints.ums.ac.id/94370/1/NASKAH%20PUBLIKASI.pdf>
- Sugiarta AV, et al. 2019. Assocation between Anxiety and Sleep Quality among Students from the Faculty of Medicine Krida Wacana C. *Perangin-angin CR, Kesehatan I*. Vol 25 No 1 p36-40. 13 Juni 2023.

- Stuart, GW. 2012. Buku Saku Keperawatan Jiwa. Edisi 5. Edisi Revisi. Jakarta: EGC.
- Stuart GW., Laraia MT. 2005. Principle and practice of psychiatry nursing. *8th ed. St. Louis: Mosby Book Inc*
- Syamsoedin, W. K. 2015. Hubungan durasi penggunaan media sosial dengan kejadian insomnia pada remaja di SMA Negeri 9 Manado. *Scholarly article*, p6-8.
- Thorpy, M. J. 2012. Classification of Sleep Disorders. *Neurotherapeutics* Vol 9 No 4 p687-701. 12 Juni 2023 doi: 10.1007/s 13311-012-0145-6.
- Triantoro Safaria & Nofrans Eka Saputra. (2012). *Manajemen Emosi: Sebuah Panduan Cerdas Bagaimana Mengelola Emosi Positif dalam Hidup Anda*. Jakarta: Bumi Aksara
- U.S. Department of Health and Human Services. 2011. Your guide to healthy sleep', *US Department of Health and Human Services*, p. 72. [https://www.nhlbi.nih.gov/files/docs/public/sleep/healthy\\_sleep.pdf](https://www.nhlbi.nih.gov/files/docs/public/sleep/healthy_sleep.pdf)
- Vildayanti H, Puspitasari IM, Sinuraya RK. 2018. Farmakoterapi Gangguan Anxietas. *Farmaka*. Vol 16 No 1 p196-213. 12 Juni 2023. <https://journal.unpad.ac.id/farmaka/article/view/17446>
- Yang, L., Yu, Z., Xu, Y., Liu, W., Liu, L., & Mao, H. 2020. Mental Status of Patients with Chronic Insomnia in China During COVID-19 Epidemic. *International Journal of Social Psychiatry*, Vol 66 No 8 p.821–826. 13 Juni 2023. <https://doi.org/10.1177/0020764020937716>
- Yusoff, M. S. B. et al., 2011. A study on stress, stressors, and coping strategies among Malaysian medical students. *International Journal of Student's Research*, Vol 1 No 2 pp.45-50. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0278584617310564?via%3Dihub>