

ABSTRAK

Nama : Fiona Salfadilla
Program Studi : Kedokteran Umum
Judul : Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kejadian Insomnia
Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Yarsi
Angkatan 2016 Dan Tinjauannya Menurut Islam

Latar Belakang: Insomnia adalah gangguan tidur yang umumnya ditandai oleh kesukaran dalam memulai atau mempertahankan tidur dan bersifat sementara atau persisten. Di Indonesia, prevalensi insomnia cukup tinggi yaitu sekitar 10% (US Census Bureau, 2004). Gangguan psikologis yang erat hubungannya dengan insomnia adalah kecemasan. Mahasiswa Fakultas Kedokteran cenderung banyak mengalami insomnia oleh karena berbagai stresor yang dihadapinya selama masa perkuliahan. Faktor risiko akademik yang berkaitan kuat dengan kecemasan pada mahasiswa kedokteran yaitu materi dan padatnya jadwal ujian. Kecemasan yang tidak dapat ditangani akan menimbulkan dampak negatif pada prestasi akademik, kesehatan fisik, dan psikologis mahasiswa itu sendiri. Aktivitas perkuliahan mahasiswa fakultas kedokteran Universitas YARSI yang sangat padat dapat menjadi pemicu terjadinya kecemasan dan insomnia. Namun, sampai saat ini belum ada penelitian mengenai hubungan tingkat kecemasan dengan kejadian insomnia pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas YARSI.

Tujuan: Untuk mengetahui gambaran tingkat kecemasan, kejadian insomnia, dan hubungan tingkat kecemasan dengan kejadian insomnia pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas YARSI angkatan 2016 dan tinjauannya menurut Islam.

Metode Penelitian: Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif analitik dan pendekatan metode *cross sectional*. Sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas YARSI angkatan 2016 yang memenuhi kriteria inklusi.

Hasil: Berdasarkan hasil analisis diperoleh sebagian besar responden mengalami kecemasan sedang dan tidak insomnia. Terdapat hubungan antara tingkat kecemasan dengan kejadian insomnia pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas YARSI Angkatan 2016 dan tinjauannya menurut Islam dengan nilai signifikansi *chi square* sebesar 0,000. Hasil tersebut dapat diartikan bahwa nilai signifikansi $< \alpha$ (5%) sehingga hipotesis diterima.

Kesimpulan: Terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat kecemasan dengan kejadian insomnia pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas YARSI angkatan 2016. Dalam Islam, kecemasan merupakan gangguan jiwa akibat dari ketakutan menghadapi ujian yang diberikan Allah karena hatinya jauh dari Allah SWT. Kecemasan berlebih dapat menyebabkan insomnia.

Kata Kunci : Kecemasan, Insomnia, Fakultas Kedokteran

ABSTRACT

Name : Fiona Salfadilla
Faculty : Medicine
Title : The Relationship Between Anxiety Level And Incidence Of Insomnia On Students Of Faculty Of Medicine Batch 2016 In Yarsi University And According To Islamic View

Background: *Insomnia is a sleep disorder that is generally characterized by difficulty in starting or maintaining sleep temporarily or continuously. In Indonesia, the prevalence of insomnia is quite high at around 10% (US Census Bureau, 2004). One of the psychological disorders that are closely related to insomnia is anxiety. Medical Faculty students tend to experience a lot of insomnia because of the various stressors they face during their studies. Academic risk factors strongly related to anxiety in medical students include the course materials and tight exam schedules. Anxiety that cannot be dealt with will have a negative impact on their academic achievement, physical health, and psychological well-being. Students' class activities in Faculty of Medicine in YARSI University are very tight and it could be a trigger for anxiety and insomnia. However, until now there has been no research on the relationship between anxiety levels and the incidence of insomnia on students of Faculty of Medicine in YARSI University.*

Objective: *To find out the overview of anxiety level, incidence of insomnia and the relationship between anxiety and insomnia on students of Faculty of Medicine Batch 2016 in YARSI University and according to Islamic view.*

Research Methods: *The type of the research in the present study is analytic descriptive research and use cross sectional method. Samples taken in this study were all students of Batch 2016 of Faculty of Medicine in YARSI University who met the inclusion criteria.*

Results: *Based on the results of the analysis, most of the respondents have moderate anxiety and haven't insomnia. There is a relationship between the anxiety level and the incidence of insomnia on students in Faculty of Medicine Batch 2016 in YARSI University and according to Islamic view with the significance value of chi square is 0,000. These results can be interpreted that the significance value is $< \alpha$ (5%) so that hypothesis is accepted.*

Conclusion: *There is a significant relationship between the anxiety level and the incidence of insomnia on students in Faculty of Medicine Batch 2016 in YARSI University. In Islam, anxiety is a mental disorder resulting from fear of facing the test given by Allah because of human hearts are far from Allah SWT. Excessive anxiety can cause insomnia.*

Keywords: *Anxiety, Insomnia, Medical Faculty*