

ABSTRAK

Nama : Ibnu Hasby Assidiqy
NPM : 1102022120
Program Studi : Kedokteran
Judul Skripsi : Pengaruh Tingkat Kecemasan terhadap Kualitas Tidur pada Mahasiswa Kedokteran Universitas YARSI Angkatan 2023 Selama Masa Ujian dan Tinjauannya Menurut Pandangan Islam

Latar Belakang: Mahasiswa kedokteran menghadapi beban akademik dan tekanan ujian yang tinggi yang berisiko memicu kecemasan. Respons psikologis ini dapat berdampak negatif pada kebutuhan fisiologis, termasuk gangguan kualitas tidur yang krusial untuk fungsi kognitif dan konsolidasi memori. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh tingkat kecemasan terhadap kualitas tidur pada mahasiswa Kedokteran Universitas YARSI Angkatan 2023 selama masa ujian.

Metode: Penelitian kuantitatif analitik dengan desain cross-sectional. Pengambilan sampel dilakukan menggunakan teknik simple random sampling dengan total 75 responden. Tingkat kecemasan diukur menggunakan kuesioner *Generalized Anxiety Disorder-7* (GAD-7) dan kualitas tidur diukur menggunakan *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI). Analisis data dengan uji korelasi Spearman Rank.

Hasil: Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa mengalami kecemasan tingkat ringan (52,0%) dan memiliki kualitas tidur yang buruk (62,7%). Hasil uji bivariat menunjukkan nilai signifikansi *p-value* sebesar 0,020 ($p < 0,05$) dengan nilai koefisien korelasi (*r*) sebesar 0,268.

Simpulan: Terdapat pengaruh yang signifikan dengan kekuatan korelasi lemah dan arah positif antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada mahasiswa Kedokteran Universitas YARSI Angkatan 2023 selama masa ujian. Semakin tinggi tingkat kecemasan, semakin buruk kualitas tidur mahasiswa.

Kata Kunci: Kecemasan, Kualitas Tidur, Mahasiswa Kedokteran, GAD-7, PSQI, Ujian.

ABSTRACT

Name : Ibnu Hasby Assidiqy
NPM : 1102022120
Study Program : Medicine
Thesis Title : *The Effect of Anxiety Levels on Sleep Quality Among Batch 2023 Medical Students at YARSI University During the Examination Period and Its Review from an Islamic Perspective*

Background: *Medical students face high academic loads and exam pressures that risk triggering anxiety. This psychological response can negatively impact physiological needs, including sleep quality disturbances crucial for cognitive function and memory consolidation. This study aims to determine the effect of anxiety levels on sleep quality in medical students of Universitas YARSI Class of 2023 during the exam period.*

Methods: *This was a quantitative analytic study with a cross-sectional design. Sampling was conducted using a simple random sampling technique with a total of 75 respondents. Anxiety levels were measured using the Generalized Anxiety Disorder-7 (GAD-7) questionnaire, and sleep quality was measured using the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI). Data analysis was performed using the Spearman Rank correlation test.*

Results: *The results showed that the majority of students experienced mild anxiety (52.0%) and had poor sleep quality (62.7%). Bivariate test results showed a significant p -value of 0.020 ($p < 0.05$) with a correlation coefficient (r) of 0.268.*

Conclusion: *There is a significant influence with a weak correlation and positive direction between anxiety levels and sleep quality in medical students of Universitas YARSI Class of 2023 during the exam period. Higher anxiety levels correlate with worse sleep quality.*

Keywords: *Anxiety, Sleep Quality, Medical Students, GAD-7, PSQI, Exam.*