

**HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN KEJADIAN  
INSOMNIA PADA MAHASISWA KEPERAWATAN SAAT  
MENGHADAPI UJIAN CBT DI UNIVERSITAS  
JENDERAL ACHMAD YANI  
YOGYAKARTA**

**SKRIPSI**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana  
Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta



Disusun Oleh :

**HERU REFKI PAUZIE**

**2217045**

**FAKULTAS KESEHATAN**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN**

**UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA**

**2021**

**HALAMAN PENGESAHAN LAPORAN SKRIPSI**  
**HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN KEJADIAN**  
**INSOMNIA PADA MAHASISWA KEPERAWATAN SAAT**  
**MENGHADAPI UJIAN CBT DI UNIVERSITAS**  
**JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA**

Diajukan oleh:

**HERU REFKI PAUZIE**

2217045

Telah Dipertahankan di Depan Dewan Penguji dan Dinyatakan Sah  
Sebagai Salah Satu Syarat untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Keperawatan  
di Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Tanggal: 31 Juli, 2021

Mengesahkan:

Penguji



Rahayu Iskandar, S. Kep., Ns., M. Kep

NIDN: 04-0508-7501

Pembimbing



Retno Sumiyarini: M. Med.Ed

NIDN: 05-1708-8302

Ketua Program Studi Keperawatan (S-1)  
Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta



  
Dewi Utari, MNS

NPP: 2010-13-0033

## PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini, adalah Mahasiswa Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta,

Nama : Heru Refki Pauzie

NPM : 2217045

Program Studi : Ilmu Keperawatan(S1)

Judul Skripsi : Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kejadian Insomnia Pada Mahasiswa Keperawatan Saat Menghadapi Ujian CBT di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Menyatakan bahwa hasil penelitian dengan judul di atas adalah asli karya sendiri dan bukan hasil plagiarisme. Dengan ini saya menyatakan untuk menyerahkan hak cipta penelitian saya kepada Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta guna kepentingan ilmiah.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya tanpa ada paksaan dari pihak manapun.

Yogyakarta, Agustus 2021



Heru Refki Pauzie

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT atas limpahan rahmat yang telah diberikan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul: “Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kejadian Insomnia Pada Mahasiswa Keperawatan Saat Menghadapi Ujian CBT di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta”,

Skripsi ini dapat diselesaikan, atas arahan, bimbingan, dan bantuan berbagai pihak yang tidak bisa di sebutkan satu persatu, dan pada kesempatan ini penulis dengan rendah hati mengucapkan terimakasih dengan setulus-tulusnya kepada:

1. Dr. Kuswanto Harjo, M.Kes, dekan fakultas kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
2. Dewi Utari, Mns selaku ketua program studi ilmu keperawatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta
3. Retno Sumiyarini, M. Med., Ed selaku pembimbing sehingga dapat menyusun proposal skripsi ini.
4. Rahayu Iskandar, S.Kep., Ns., M.Kep selaku penguji atas segala masukan, bimbingan, dan arahan sehingga dapat menyusun proposal skripsi ini.
5. Kepada semua pihak yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu yang telah memberikan semangat serta dukungannya dalam penyusunan proposal skripsi ini.

Semoga Allah SWT senantiasa melimpahkan rahmat dan keridhoan kepada semuanya, sebagai imbalan atas segala amal kebaikan dan bantuannya. Akhirnya, besar harapan semoga skripsi ini dapat bermanfaat dan dilanjutkan hingga akhir.

Yogyakarta, 27 February 2021



Heru Refki Pauzie

## DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN LAPORAN SKRIPSI .....	i
PERYATAAN.....	ii
KATA PENGANTAR .....	iii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL.....	vi
DAFTAR GAMBAR .....	vii
DAFTAR LAMPIRAN.....	viii
INTISARI.....	ix
<i>ABSTRACT</i> .....	x
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A.    LATAR BELAKANG .....	1
B.    RUMUSAN MASALAH.....	6
C.    TUJUAN PENELITIAN.....	6
D.    MANFAAT PENELITIAN.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
A.    TINJAUAN TEORI .....	8
B.    KERANGKA TEORI.....	26
C.    KERANGKA KONSEP.....	27
D.    HIPOTESIS.....	27
BAB III METODE PENELITIAN.....	28
A.    Rancangan Penelitian .....	28
B.    Lokasi dan Waktu .....	28
C.    Populasi dan Sampel .....	28
D.    Variable Penelitian .....	30
E.    Definisi Operasional.....	31
F.    Alat dan Metode Pengumpulan Data .....	31
G.    Validitas dan Realiabilitas .....	34

H.	Metode Pengolahan dan Analisa Data.....	35
I.	Etika Penelitian .....	37
J.	Pelaksanaan Penelitian .....	39
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....		42
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....		56
DAFTAR PUSTAKA .....		58
LAMPIRAN.....		65

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA  
PERPUSTAKAAN

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1. Definisi Operasional Tingkat Kecemasan Dan Insomnia .....	31
Tabel 3.2. Kisi-kisi variabel kecemasan .....	32
Tabel 3.3. Teknik penilaian ZSAS .....	32
Tabel 3.4. Kisi-kisi kuesioner insomnia.....	32
Tabel 4.1. Karakteristik Responden .....	45
Tabel 4.2. Tingkat Kecemasan Berdasarkan Tingkat Semester dan Jenis Kelamin .....	46
Tabel 4.3. Gambaran insomnia Mahasiswa Saat Menghadapi Ujian CBT .....	47
Tabel 4.4. Gambaran Insomnia Berdasarkan Tingkat Semester dan Jenis Kelamin .....	47
Tabel 4.5. Hubungan tingkat kecemasan dengan kejadian insomnia Mahasiswa saat menghadapi ujian CBT .....	48

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Rentang Respon Kecemasan Menurut Stuart 2016.....	18
Gambar 2.2 Kerangka teori stuart 2016.....	26
Gambar 2.3. Kerangka konsep.....	27

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA  
PERPUSTAKAAN



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Permohonan Menjadi Responden .....	66
Lampiran 2 Lembar Persetujuan Menjadi Responden .....	67
Lampiran 3 Kuesioner Kecemasan .....	68
Lampiran 4 Kuesioner Insomnia .....	69
Lampiran 5 Studi Pendahuluan .....	72
Lampiran 6 Surat Izin Penelitian.....	74
Lampiran 7 Ethical Clearance .....	75
Lampiran 8 Lembar Bimbingan Skripsi.....	77
Lampiran 9 Hasil Analisis Data .....	78
Lampiran 10 Uji Cek Plagiarisme.....	82

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA  
PERPUSTAKAAN