

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

INTISARI

Heru Refki Pauzie¹, Retno Sumiyarini²

Latar Belakang: Kecemasan pada mahasiswa keperawatan dapat menyebabkan insomnia. Pada saat ujian CBT menyebabkan kecemasan yang akan memberikan efek pada tidur atau kejadian insomnia.

Tujuan Penelitian: Dalam penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan antara tingkat kecemasan dengan kejadian insomnia pada mahasiswa keperawatan saat menghadapi ujian CBT di universitas jenderal achmad yani Yogyakarta.

Metode Penelitian: Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian korelational dengan pendekatan cross sectional. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 89 mahasiswa keperawatan, yang diperoleh dengan cara proportional random sampling. Instrument penelitian yang digunakan adalah kuesioner ZSAS untuk kecemasan dan PSQI untuk insomnia. Analisis data yang digunakan untuk melihat korelasi menggunakan uji somers'd dengan $\alpha,05$.

Hasil Penelitian: Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas tidak mengalami kecemasan sebanyak 58,4% dan tidak mengalami insomnia sebanyak 64,0%. Pengolahan data dengan uji somers'd didapatkan nilai $p = 0,000 < 0,05$ dengan artian ada hubungan yang bermakna antara tingkat kecemasan dengan kejadian insomnia pada mahasiswa keperawatan saat menghadapi ujian CBT di universitas jenderal Achmad yani Yogyakarta dengan nilai korelasi $r = 0,852$ (sangat kuat).

Kesimpulan: Semakin tinggi tingkat kecemasan mahasiswa semakin tinggi pula kecenderungan terjadi insomnia. Disarankan pada mahasiswa keperawatan untuk lebih mempersiapkan diri ketika menghadapi ujian CBT dengan cara menguasai materi dan sering bersimulasi mengerjakan soal CBT.

Kata kunci: tingkat kecemasan, insomnia, ujian CBT, mahasiswa Keperawatan.

***THE RELATIONSHIP BETWEEN ANXIETY LEVEL AND
INSOMNIA IN NURSING STUDENTS WHEN FACING CBT
EXAMINATION IN JENDERAL ACHMAD YANI UNIVERSITY***

ABSTRACT

Heru Refki Pauzie¹, Retno Sumiyarini²

Background: Anxiety in nursing students might cause insomnia. Working on CBT examination causes anxiety which will give impact on the sleeping quality or cause insomnia.

Research Objectives: This research aims at observing the relationship between anxiety level and insomnia in nursing students when facing CBT examination in Jendral Achmad Yani University Yogyakarta.

Research Method: This research utilizes correlational research design with cross sectional approach. The sample used in this research consisted of 89 nursing students, selected using proportional random sampling. The instruments applied were ZSAS questionnaire for anxiety and PSQI for insomnia. The data analysis implemented to see the correlation was Somers'd with $\alpha 0.05$.

Results of the Research: The results indicate that the majority of the students that did not have anxiety were 58.4% and those who did not get insomnia were 64.0%. The data analysis using Somers'd obtained p value = $0.000 < 0.05$ meaning that there is a meaningful relationship between anxiety level and insomnia in nursing students when facing CBT examination in Jendral Achmad Yani University Yogyakarta, with correlation r value = 0.852 (very high).

Conclusion: The higher the anxiety level of the students, the higher the tendency of having insomnia. It is suggested that nursing students prepare themselves more seriously to face CBT examination by mastering the materials and by having CBT examination simulation frequently.

Keywords: anxiety level, insomnia, CBT examination, nursing students