

**HUBUNGAN KECEMASAN MENJELANG UJIAN BLOK DENGAN  
KUALITAS TIDUR PADA MAHASISWA ANGKATAN 2022 PROGRAM  
STUDI KEDOKTERAN FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS  
PENDIDIKAN GANESHA**

Oleh

**Gusti Ayu Mas Kencana Dewi, NIM 2118011035**

**Program Studi Kedokteran**

**ABSTRAK**

Gangguan kecemasan adalah gangguan yang mencakup rasa ketakutan dan kecemasan berlebihan serta gangguan perilaku terkait. Ketakutan adalah respons emosional terhadap ancaman nyata atau yang dirasakan, sedangkan kecemasan adalah antisipasi terhadap ancaman di masa depan. Mahasiswa kedokteran merupakan populasi yang lebih rentan mengalami kecemasan. Dimana, kecemasan juga dapat berdampak negatif pada kualitas tidur, yang nantinya akan menyebabkan penurunan kualitas hidup secara keseluruhan. Adanya kecemasan dan kualitas tidur yang buruk dapat menyebabkan menurunnya kinerja akademik siswa, menurunnya kepuasan hidup, dan menimbulkan kelelahan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecemasan menjelang ujian blok dengan kualitas tidur pada mahasiswa angkatan 2022 Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha. Jenis penelitian ini berupa penelitian analitik observasional dengan desain *cross-sectional*. Jenis data yang digunakan, yakni data primer melalui pengisian kuisioner *Hamilton Rating Scale for Anxiety* (HAM-A) dan *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI). Populasi target mencakup 85 mahasiswa angkatan 2022 Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha sebagai responden. Teknik pengambilan sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah *probability sampling* yaitu *simple random sampling* dan menggunakan analisis bivariat melalui uji korelasi *Rank Spearman* untuk menganalisis hubungan antara kecemasan dengan kualitas tidur diperoleh *p-value* 0,144 dan  $r = 0,160$ . Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna secara statistik antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada mahasiswa Angkatan 2022 Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha.

**Kata Kunci:** Gangguan kecemasan, mahasiswa kedokteran, kualitas tidur

**RELATIONSHIP BETWEEN ANXIETY LEVEL TOWARDS BLOCK  
EXAMINATION IN STUDENTS OF THE CLASS OF 2022 MEDICAL  
STUDY PROGRAM, FACULTY OF MEDICINE, GANESHA UNIVERSITY  
OF EDUCATION**

**By**

**Gusti Ayu Mas Kencana Dewi, NIM 2118011035**

**Departement of Medicine**

**ABSTRACT**

Anxiety disorders are disorders that include excessive fear and anxiety and associated behavioral disturbances. Fear is an emotional response to a real or perceived threat, whereas anxiety is the anticipation of a future threat. Medical students are a population that is more prone to anxiety. Whereas, anxiety can also negatively impact sleep quality, which in turn will lead to a decrease in overall quality of life. The presence of anxiety and poor sleep quality can lead to decreased student academic performance, decreased life satisfaction, and cause fatigue. This study aims to determine the relationship between anxiety before the block exam and sleep quality in class 2022 students of the Medical Study Program, Faculty of Medicine, Ganesha University of Education. This type of research is observational analytic research with a cross-sectional design. The type of data used, namely primary data through filling out the Hamilton Rating Scale for Anxiety (HAM-A) and Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) questionnaires. The target population includes 85 students of class 2022 of the Medical Study Program, Faculty of Medicine, Ganesha University of Education as respondents. The sampling technique used in this study was probability sampling, namely simple random sampling and using bivariate analysis through the Rank Spearman correlation test to analyze the relationship between anxiety and sleep quality obtained a p-value of 0.144 and  $r = 0.160$ . Thus, it can be concluded that there is no statistically significant relationship between anxiety levels and sleep quality in students of Class 2022 Medical Study Program, Faculty of Medicine, Ganesha University of Education.

**Kata Kunci:** Anxiety disorders, medical students, sleep quality.