

Viko Al Vajar  
202210420311223  
Ilmu Keperawatan

**HUBUNGAN KECEMASAN DENGAN KUALITAS TIDUR  
MAHASISWA KEPERAWATAN YANG MENYUSUN SKRIPSI  
DI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG**

**SKRIPSI**



Oleh: VIKO AL VAJAR

NIM. 202210420311223

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG**

2026

**HUBUNGAN KECEMASAN DENGAN KUALITAS TIDUR  
MAHASISWA KEPERAWATAN YANG MENUSUN SKRIPSI DI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG**

**SKRIPSI**

Untuk Memenuhi Sebagai Persyaratan Mencapai Derajat

Sarjana Keperawatan (S. Kep) Pada Program Studi Ilmu Keperawatan

Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang



Oleh: **VIKO AL VAJAR**

**NIM. 202210420311223**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG**

**2026**

LEMBAR PERSETUJUAN

HUBUNGAN KECEMASAN DENGAN KUALITAS TIDUR  
MAHASISWA KEPERAWATAN YANG MENUSUN SKRIPSI DI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG

SKRIPSI

Disusun Oleh:

VIKO AL VAJAR

20221042031223

Skripsi ini telah disetujui

Tanggal 30 Desember 2025

Pembimbing

Ollyvia Freeska Dwi Marta, S.Kep., Ns., M.Sc

NIP.UMM. 140309031989

Mengetahui,

Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan

Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang



Nur Anji, S.Kep., Ns., M.Kep., Ph.D

NIP. UMM. 11205010419

**LEMBAR PENGESAHAN**

**HUBUNGAN KECEMASAN DENGAN KUALITAS TIDUR  
MAHASISWA KEPERAWATAN YANG MENYUSUN SKRIPSI  
DI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG**

**SKRIPSI**

Disusun Oleh :

**VIKO AL VAJAR**

**NIM. 202210420311223**

Telah Diujikan pada

Tanggal: 20 Januari 2026

Penguji 1

Penguji 2

Erma Wahyu Mashfufa, S.Kep., Ns., M.Si.

**NIP. UMM 11218030633**

Ns. Zaqqi Ubaidillah, M.Kep., Sp. Kep. MB.

**NIP. UMM 11218030644**

Penguji 3

Ollyvia Freeska Dwi Marta, S.Kep., Ns., M.Sc.

**NIP. UMM 140309031989**

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Malang



Dr. apt. Hidayah Rachmawati, S.Si., Sp.FRS

**NIP. UMM 11406090449**

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Viko Al Vajar

NIM : 202210420311223

Program Studi : Ilmu Keperawatan FIKES UMM

Judul Skripsi : Hubungan Kecemasan dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Keperawatan yang Menyusun Skripsi di Universitas Muhammadiyah Malang

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Tugas Akhir yang saya tulis ini benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa Tugas Akhir ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Malang, 26 November 2025

Yang Membuat Pernyataan,



VIKO AL VAJAR

NIM. 202210420311223

## KATA PENGANTAR

Puji syukur ke hadirat Allah SWT' atas segala limpahan rahmat, taufik, dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan proposal skripsi yang berjudul “Hubungan Kecemasan dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Keperawatan yang Menyusun Skripsi di Universitas Muhammadiyah Malang” dengan baik. Proposal ini disusun sebagai salah satu persyaratan untuk menyelesaikan pendidikan Strata Satu (S1) pada Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Malang.

Penulis menyadari bahwa penyusunan proposal skripsi ini tidak terlepas dari dukungan, bimbingan, serta bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada berbagai pihak yang telah membantu dalam proses penyusunan proposal ini, antara lain:

- a. Ibu Dr. apt. Hidajah Rachmawati, S.Si.,Sp.FRS selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang
- b. Ibu Nur Aini, S.Kep., Ns., M.Kep., Ph.D selaku Ketua program Studi Ilmu Keperawatan
- c. Ibu Ollyvia Freeska Dwi Marta, S.Kep., Ns., M.Sc, selaku Dosen pembimbing yang telah memberikan kontribusi yang sangat besar selama penyusunan proposal skripsi ini.
- d. Kepada kedua Orang Tua saya dan keluarga tercinta, atas segala doa, support, semangat, kasih sayang, dan terima kasih selalu kebersamai saya.

Dan semua pihak yang telah membantu dalam penyelesaian proposal skripsi ini. Mohon maaf atas segala kesalahan dan ketidaksopanan yang mungkin telah saya perbuat. Semoga Allah SWT' senantiasa memudahkan setiap langkah-langkah kita menuju kebaikan dan selalu menganugerahkan kasih sayang-Nya untuk kita semua.

Malang, 1 Juli 2025



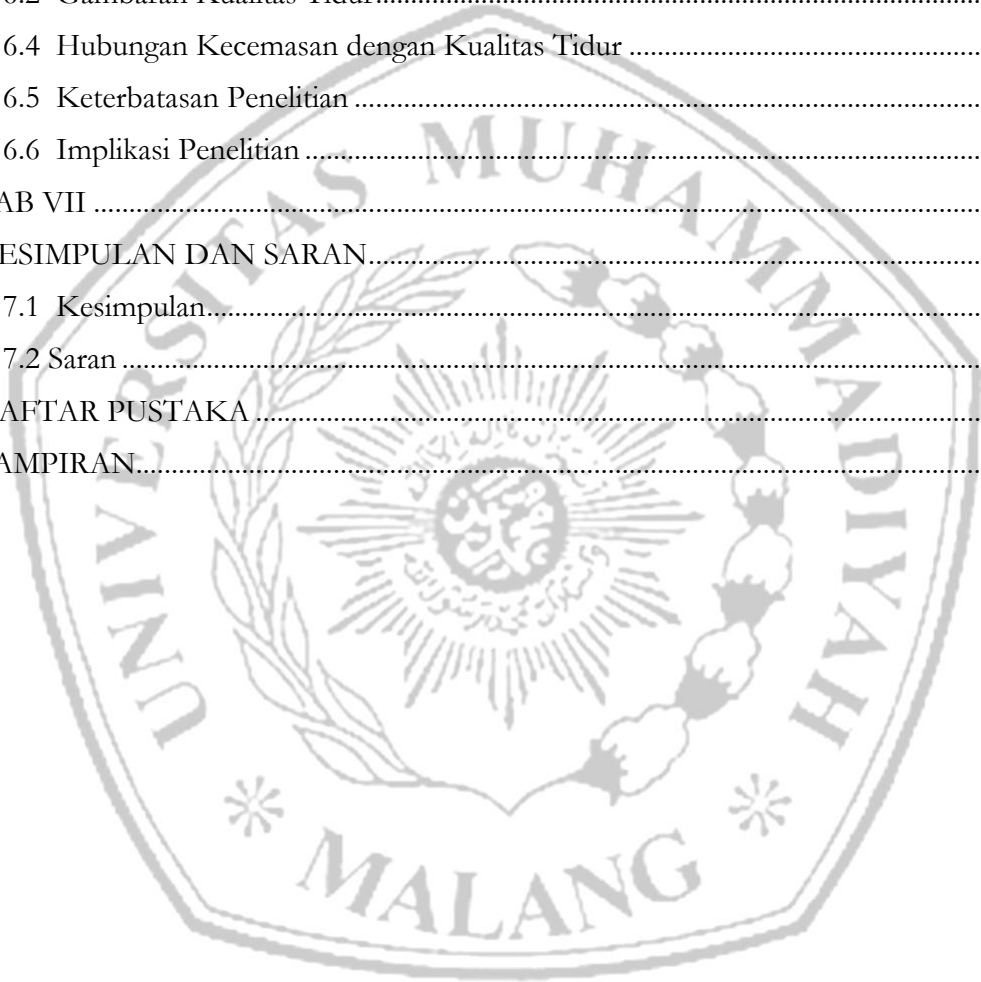
Viko Al Vajar

## DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN .....	iii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iv
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN .....	v
KATA PENGANTAR .....	vi
DAFTAR ISI .....	vii
DAFTAR TABEL .....	x
DAFTAR GAMBAR .....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
ABSTRAK .....	xiii
BAB I .....	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	3
1.3 Tujuan .....	3
1.3.1 Tujuan Umum.....	3
1.3.2 Tujuan Khusus.....	3
1.4 Manfaat .....	4
1.4.1 Manfaat Teoritis .....	4
1.4.2 Manfaat Praktis.....	4
1.5 Keaslian Penelitian .....	5
BAB II.....	8
TINJAUAN PUSTAKA.....	8
2.1 Konsep Kecemasan.....	8
2.1.1 Definisi Kecemasan .....	8
2.1.2 Tanda Gejala Kecemasan.....	9
2.1.3 Faktor-Faktor Yang Berpengaruh Pada Kecemasan.....	10
2.1.4 Tingkat Kecemasan.....	13
2.1.5 Aspek Kecemasan .....	15
2.2 Konsep Tidur dan Kualitas Tidur.....	17
2.2.1 Definisi Tidur.....	17
2.2.2 Fisiologi Tidur.....	17
2.2.3 Definisi Kualitas Tidur .....	21

2.2.4 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kualitas Tidur .....	21
2.3 Gambaran Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur.....	25
BAB III.....	27
KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS .....	27
3.1 Kerangka Konsep.....	27
3.2 Penjelasan Kerangka Konsep .....	27
3.3 Hipotesis .....	28
BAB IV .....	30
METODE PENELITIAN.....	30
4.1 Desain Penelitian.....	30
4.2 Populasi, Teknik Sampling, dan Sample.....	30
4.2.1 Populasi.....	30
4.2.2 Teknik Sampling.....	30
4.2.3 Sampel.....	31
4.3 Variabel Penelitian.....	33
4.3.1 Variabel Independen.....	33
4.3.2 Variabel Dependen .....	33
4.4 Definisi Operasional .....	33
4.5 Tempat Penelitian.....	34
4.6 Waktu Penelitian.....	34
4.7 Instrumen Penelitian .....	34
4.7.1 Kuesioner <i>Zung Self- Rating Anxiety Scale</i> .....	34
4.7.2 Kuesioner Pittsburgh Sleep Quality Index .....	35
4.7.3 Uji Validitas dan Reliabilitas Kuesioner.....	37
4.8 Prosedur Pengumpulan Data.....	38
4.8.1 Tahap Persiapan .....	38
4.8.2 Tahap Pelaksanaan .....	38
4.8.3 Tahap Pengumpulan Data .....	38
4.9 Analisa Data .....	39
4.9.1 Analisa Univariat .....	39
4.9.2 Analisa Bivariat .....	39
4.10 Etika Penelitian.....	41
BAB V.....	43
HASIL PENELITIAN .....	43

5.1 Karakteristik Demografi Responden.....	43
5.2 Analisa Data .....	45
5.2.1 Analisa Univariat .....	45
5.2.2 Analisa Bivariat .....	47
BAB VI.....	49
PEMBAHASAN .....	49
6.1 Gambaran Tingkat Kecemasan .....	49
6.2 Gambaran Kualitas Tidur.....	50
6.4 Hubungan Kecemasan dengan Kualitas Tidur .....	54
6.5 Keterbatasan Penelitian .....	58
6.6 Implikasi Penelitian .....	58
BAB VII .....	60
KESIMPULAN DAN SARAN.....	60
7.1 Kesimpulan.....	60
7.2 Saran .....	61
DAFTAR PUSTAKA .....	63
LAMPIRAN.....	68



## DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian .....	5
Tabel 4. 1 Definisi Operasional.....	33
Tabel 4. 2 Reverse Scoring.....	35
Tabel 4. 3 Interpretasi Skor .....	35
Tabel 4. 4 Skoring Pittsburgh Sleep Quality Indeks.....	36
Tabel 4. 5 Interpretasi skor PSQI.....	37
Tabel 5.1 Karakteristik Demografi Responden .....	43
Tabel 5.2 Gambaran Kecemasan Mahasiswa .....	45
Tabel 5.3 Gambaran Kualitas Tidur Mahasiswa .....	45
Tabel 5.4 Gambaran 7 Komponen Kualitas Tidur Mahasiswa .....	46
Tabel 5.5 Hubungan Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Mahasiswa .....	47

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Kerangka Konsep .....	27
Gambar 4.1 G Power.....	32



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran. 1 Informed Consent .....	68
Lampiran. 2 Kuesioner Demografi.....	71
Lampiran. 3 Kuesioner Zung Self-Rating Anxiety Scale (ZSAS).....	72
Lampiran. 4 Skoring Zung Self-Rating Anxiety Scale (ZSAS) .....	74
Lampiran. 5 Kuesioner Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) .....	76
Lampiran. 6 Skoring Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) .....	79
Lampiran. 7 Angket Persetujuan .....	81
Lampiran. 8 Lembar Konsultasi .....	82
Lampiran. 9 Hasil Deteksi Plagiasi.....	84
Lampiran. 10 Sertifikat Etik Penelitian .....	86
Lampiran. 11 Tabulasi Data Exel .....	87
Lampiran. 12 Hasil Uji Statistik .....	88
Lampiran. 13 Poster .....	91

## ABSTRAK

### HUBUNGAN KECEMASAN DENGAN KUALITAS TIDUR MAHASISWA KEPERAWATAN YANG MENYUSUN SKRIPSI DI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG

Viko Al Vajar<sup>1</sup>, Ollyvia Freeska Dwi Marta<sup>2</sup>

*Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Malang*

*Jl. Bendungan Sutami No. 188A, Kota Malang, Jawa Timur, Indonesia, 65145*

*E-mail : [Vikooppo77@gmail.com](mailto:Vikooppo77@gmail.com)*

**Latar Belakang** : Mahasiswa tingkat akhir sering mengalami kecemasan selama proses penyusunan skripsi akibat tuntutan akademik, tekanan waktu, dan tanggung jawab akademik yang tinggi. Kecemasan yang tidak terkelola dapat memengaruhi kualitas tidur. Gangguan kualitas tidur berpotensi menurunkan konsentrasi, fungsi kognitif, serta kemampuan mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi.

**Tujuan** : Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada mahasiswa keperawatan yang sedang menyusun skripsi di Universitas Muhammadiyah Malang.

**Metode** : Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional*. Sebanyak 159 responden dipilih menggunakan teknik purposive sampling sesuai kriteria inklusi. Tingkat kecemasan diukur menggunakan *Zung Self-Rating Anxiety Scale (ZSAS)*, sedangkan kualitas tidur diukur menggunakan *Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)*. Analisis data dilakukan menggunakan uji korelasi *Spearman Rank*.

**Hasil** : Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami kecemasan normal (56,6%), dan mayoritas responden memiliki kualitas tidur buruk (70,4%). Uji korelasi *Spearman Rank* menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan dan kualitas tidur ( $r = 0,001$ ;  $p\text{-value} = 0,319$ ).

**Kesimpulan** : Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada mahasiswa keperawatan yang sedang menyusun skripsi, di mana peningkatan tingkat kecemasan berkaitan dengan penurunan kualitas tidur. Namun, kualitas tidur tidak hanya dipengaruhi oleh kecemasan, melainkan juga dipengaruhi oleh faktor lain seperti jenis kelamin, *screen time*, tempat tinggal, dan aktivitas fisik.

**Kata Kunci** : *Kecemasan, kualitas tidur, mahasiswa keperawatan, penyusunan skripsi, stres akademik*

- 
1. Fakultas Ilmu Kesehatan, Program Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Malang
  2. Fakultas Ilmu Kesehatan, Program Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Malang
  3. Fakultas Ilmu Kesehatan, Program Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Malang

## ABSTRAK

### HUBUNGAN KECEMASAN DENGAN KUALITAS TIDUR MAHASISWA KEPERAWATAN YANG MENYUSUN SKRIPSI DI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG

Viko Al Vajar<sup>1</sup>, Ollyvia Freeska Dwi Marta<sup>2</sup>

*Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Malang*

*Jl. Bendungan Sutami No. 188A, Kota Malang, Jawa Timur, Indonesia, 65145*

*E-mail : [Vikooppo77@gmail.com](mailto:Vikooppo77@gmail.com)*

**Background :** Final-year students often experience anxiety during the thesis-writing process due to academic demands, time pressure, and high levels of academic responsibility. Unmanaged anxiety can affect sleep quality. Poor sleep quality may reduce concentration, cognitive function, and students' ability to complete their thesis effectively.

**Objective :** This study aimed to analyze the relationship between anxiety levels and sleep quality among nursing students who were in the process of writing their thesis at Universitas Muhammadiyah Malang.

**Methods :** This study employed a quantitative design with a cross-sectional approach. A total of 159 respondents were selected using purposive sampling based on inclusion criteria. Anxiety levels were measured using the Zung Self-Rating Anxiety Scale (ZSAS), while sleep quality was assessed using the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI). Data were analyzed using the Spearman Rank correlation test.

**Results :** The results showed that most respondents experienced normal levels of anxiety (56.6%), and the majority had poor sleep quality (70.4%). The Spearman Rank correlation test indicated a significant relationship between anxiety levels and sleep quality ( $r = 0.001$ ;  $p\text{-value} = 0.319$ ).

**Conclusion :** There is a significant relationship between anxiety levels and sleep quality among nursing students who are writing their thesis, where higher levels of anxiety are associated with poorer sleep quality. However, sleep quality is not only influenced by anxiety but also by other factors such as gender, screen time, living arrangements, and physical activity.

**Keywords :** *Anxiety, sleep quality, nursing students, thesis completion, academic stress*

- 
1. Fakultas Ilmu Kesehatan, Program Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Malang
  2. Fakultas Ilmu Kesehatan, Program Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Malang
  3. Fakultas Ilmu Kesehatan, Program Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Malang

## DAFTAR PUSTAKA

- Aisah Dwi Agus Rahma Putri, & Ketut Widyani Astuti. (2023). Pemanfaatan Senyawa Apigenin Bunga Chamomile (*Matricaria Recutita L.*) Dalam Sediaan Farmasi Nutrasetikal Untuk Meningkatkan Kualitas Tidur. *Prosiding Workshop Dan Seminar Nasional Farmasi*, 2, 162–173. <https://doi.org/10.24843/Wsnf.2022.V02.P13>
- Akhnaf, A. F., Putri, R. P., Vaca, A., Hidayat, N. P., Az-Zahra, R. I., & Rusdi, A. (2022). Self Awareness Dan Kecemasan Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 6(1), 107. <https://doi.org/10.24912/Jmishumsen.V6i1.13201.2022>
- Alhusami, M., Jatan, N., & Dsouza, S. (2024). *Activity And Sleep Quality Among February*, 1–9. <https://doi.org/10.3389/Fspor.2024.1357043>
- Alwhaibi, M., & Al Aloola, N. A. (2023). Associations Between Stress, Anxiety, Depression And Sleep Quality Among Healthcare Students. *Journal Of Clinical Medicine*, 12(13). <https://doi.org/10.3390/Jcm12134340>
- Amalia, W., Abdilah, H., & Tarwati, K. (2023). Gambaran Tingkat Kecemasan Mahasiswa Tingkat Akhir Program Studi Pendidikan Profesi Ners. *MAHESA: Malabayati Health Student Journal*, 3(10), 3326–3337. <https://doi.org/10.33024/Mahesa.V3i10.11298>
- Atmaja, B., & Rafelia, V. (2022). The Relationship Between Psychobiotics And Anxiety Disorder. *Journal Of The Indonesian Medical Association*, 71(6), 286–295.
- Bie, F., Yan, X., Xing, J., Wang, L., Xu, Y., & Rao, Z. (2024). *Rising Global Burden Of Anxiety Disorders Among Adolescents And Young Adults : Trends , Risk Factors , And The Impact Of Socioeconomic Disparities And COVID-19 From 1990 To 2021. November*. <https://doi.org/10.3389/Fpsyt.2024.1489427>
- Bonsignore, M. R., Mazzuca, E., Baiamonte, P., Bouckaert, B., Verbeke, W., & Pevernagie, D. A. (2024). REM Sleep Obstructive Sleep Apnoea. *European Respiratory Review*, 33(171). <https://doi.org/10.1183/16000617.0166-2023>
- Buysse, D. J., Reynolds, C. F., Monk, T. H., Berman, S. R., & Kupfer, D. J. (1989). *Buysse DJ, Reynolds CF, Monk TH, Berman SR, Kupfer DJ. The Pittsburgh Sleep Quality Index: A New Instrument For Psychiatric Practice And Research. Psychiatry Res. 1989;28:193–213.*
- Dakanalis, A., Voulgaridou, G., Alexatou, O., Papadopoulou, S. K., Jacovides, C., Pritsa, A., Chrysafi, M., Papacosta, E., Kapetanou, M. G., Tsourouflis, G., Antonopoulou, M., Mitsiou, M., Antasouras, G., & Giaginis, C. (2024). *Overweight And Obesity Is Associated With Higher Risk Of Perceived Stress And Poor Sleep Quality In Young Adults*. 1–17.
- Di, D., Sakit, R., & Bintang, P. (2024). *Pissn:2355-7583 | Eissn:2549-4864 Http://Ejurnalmalabayati.Ac.Id/Index.Php/Kesehatan*. 11(6), 1244–1251.
- Febryaningrum, V., Buana, A. V., Rohman, A. F., Rochmah, A. N., Soraya, A., & Suparta, I. M. (2024). Penggunaan Analisis Structural Equation Modelling (SEM) Dengan PLS Untuk Menguji Pengaruh Variabel Intervening Terhadap Hubungan Variabel Independen Dan Variabel Dependen. *Jurnal Ekonomi Manajemen Dan*

*Bisnis*, 1(6), 258–266. <https://doi.org/10.62017/Jemb>

- Firmansyah, Q. D., Qorahman, W., & Ningtyas, N. W. R. (2022). Hubungan Kecemasan dengan Kualitas Tidur Mahasiswa dalam Penyelesaian Tugas Akhir di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Borneo Cendekia Medika. *Jurnal Borneo Cendekia*, 5(2), 148. <https://doi.org/10.54411/Jbc.V5i2.253>
- Fratea, E. I., Ciucurel, M. M., & Ciuhan, G. C. (2024). *Anxious Thoughts And Well-Being In University Students With Anxiety In The Two Years After The COVID-19 Pandemic : The Mediation Relationship Of Physical Symptoms And Sadness Rumination*.
- Gosadi, I. M. (2025). *Association Between Depression , Anxiety , And Stress And Sleep Quality Among University Students From Saudi Arabia : A Cross-Sectional Study*. November, 2287–2298.
- Hutagalung, N., Marni, E., & Erianti, S. (2022). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Tingkat Satu Program Studi Keperawatan Stikes Hang Tuah Pekanbaru. *Jurnal Keperawatan Hang Tuah (Hang Tuah Nursing Journal)*, 2(1), 77–89. <https://doi.org/10.25311/Jkh.Vol2.Iss1.535>
- Jaffer, U., Sharminaz, S., Zulkafli, N. F., Omar, M., Nasril, C. M., Nassir, C. M., Ahmed, M. A., & Osman, R. A. H. (2024). *International Journal Of Education , Psychology Screen Time And Sleep Quality : A Narrative Review Of Digital Device Usage And Its Impact On Well- Being*. 9(56), 1068–1079. <https://doi.org/10.35631/IJEPC.956067>
- K.P, S., Joseph, N., & Sreenivasan, G. K. (2021). Sleep Quality And Anxiety Level Among College Students. *International Journal Of Research And Review*, 8(10), 271–276. <https://doi.org/10.52403/Ijrr.20211036>
- Kamila, F., & Dainy, N. C. (2023). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Kedokteran Dan Kesehatan UMJ. *Jurnal Ilmu Gizi Dan Dietetik*, 2(3), 168–174. <https://doi.org/10.25182/Jigd.2023.2.3.168-174>
- Khairunisa & Hudiyawati. (2023). *Jurnal Keperawatan*. 15, 317–324.
- Köktürk Dalcalı, B., Durgun, H., & Taş, A. S. (2021). Anxiety Levels And Sleep Quality In Nursing Students During The COVID-19 Pandemic. *Perspectives In Psychiatric Care*, 57(4), 1999–2005. <https://doi.org/10.1111/Ppc.12839>
- Lin, Y., Chen, Q., Chen, Z., Qiu, S., & Wang, L. (2025). *Evaluation Of Sleep Quality And In FlUencing Factors Among Medical And Non-Medical Students Using Machine Learning Techniques In Fujian During The Public Health Emergencies*. June, 1–16. <https://doi.org/10.3389/Fpsyt.2025.1533875>
- Lusi, A., Nalle, A. P., & Saba, K. R. (2023). Hubungan Antara Kecemasan Akademik Dengan Self-Efficacy Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi Di Rumpun Ilmu Pendidikan FKIP Universitas Nusa Cendana. *Jurnal Bimbingan Konseling Flobamora*, 1(2), 91–100. <https://doi.org/10.35508/Jbkf.V1i2.12292>
- Madrid-Valero, J. J., Gregory, A. M., Kirkpatrick, R. M., González-Javier, F., & Ordoñana, J. R. (2023). *Sex Differences In Sleep Quality And Psychological Distress : Insights From A Middle-Aged Twin Sample From Spain*. February 2022, 1–9. <https://doi.org/10.1111/Jsr.13714>

- Marbun, K. A. F., Siagian, I. O., & Sinaga, H. (2023). Kepercayaan Diri Dengan Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Tingkat Akhir dalam Mengerjakan Skripsi di Institut Kesehatan Immanuel Bandung. *Jurnal Kesehatan*, 12(2), 321–332. <https://doi.org/10.46815/jk.V12i2.159>
- Marta, O. F. D., Kuo, S. Y., Bloomfield, J., Lee, H. C., Ruhyanudin, F., Poynor, M. Y., Brahmadi, A., Pratiwi, I. D., Aini, N., Mashfufa, E. W., Hasan, F., & Chiu, H. Y. (2020). Gender Differences In The Relationships Between Sleep Disturbances And Academic Performance Among Nursing Students: A Cross-Sectional Study. *Nurse Education Today*, 85, 104270. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2019.104270>
- Masithoh, A. R., Siswanti, H., & Puji Lestari, D. A. (2023). Hubungan Tingkat Kecemasan Dan Dukungan Orang Tua Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 14(1), 227–234. <https://doi.org/10.26751/jikk.V14i1.1668>
- Murwani, A., Sari, F., & Kristiarini, J. J. (2024). Hubungan Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Yang Menyusun Skripsi Dengan Kualitas Tidur Di Stikes Surya Global Yogyakarta. *Medika Respati: Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 18(4), 279. <https://doi.org/10.35842/Mr.V18i4.753>
- Murwani, A., & Utari, H. S. (2021). Hubungan Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Yang Menyusun Skripsi Di Stikes Surya Global Yogyakarta. *Jurnal Formil (Forum Ilmiah) Kesmas Respati*, 6(2), 129. <https://doi.org/10.35842/Formil.V6i2.353>
- Muttaqin, M. R., Rotinsulu, D. J., & Sulistiawati, S. (2021). Hubungan Antara Kualitas Tidur Dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Mulawarman. *Jurnal Sains Dan Kesehatan*, 3(4), 586–592. <https://doi.org/10.25026/jsk.V3i4.618>
- Natania, M. A., & Yusuf, A. (2023). *J + PLUS : Jurnal Mahasiswa Pendidikan Luar Sekolah Hubungan Antara Pola Asuh Orang Tua Dan Perkembangan Motorik Kota Malang Pendabuluan*. 12(2), 243–254.
- Nopianti Sari Fatonah, Tita Barriah Siddiq, & Caecilia Makaginsar. (2023). Pengaruh Tingkat Kecemasan Terhadap Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi. *Jurnal Riset Kedokteran*, 83–90. <https://doi.org/10.29313/jrk.V3i2.2957>
- Novianti, I. G. A. S. W., & Suadnyana, I. A. A. (2022). Hubungan Kecemasan Terhadap Kualitas Tidur Mahasiswa Baru Prodi Fisioterapi Universitas Bali Internasional. *PREPOTIF: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(1), 495–501. <https://doi.org/10.31004/prepotif.V6i1.3226>
- Nugraha, A. D. (2020). Memahami Kecemasan: Perspektif Psikologi Islam. *IJIP: Indonesian Journal Of Islamic Psychology*, 2(1), 1–22. <https://doi.org/10.18326/ijip.V2i1.1-22>
- Perera, N. (2025). *A Comprehensive Review Of Anxiety Disorders Diagnosis , Management , And Challenges*. February. <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.17450.32969/2>

- Patel AK, Reddy V, Shumway KR, Dkk. Fisiologi, Tahapan Tidur. [Diperbarui 26 Januari 2024]. Dalam: Statpearls [Internet]. Treasure Island (FL): Statpearls Publishing; Januari 2025-. Tersedia Dari: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK526132/>
- Rachmawaty, R., Hisni, D., & Widowati, R. (2024). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Keperawatan Tingkat Akhir Di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Jakarta. *MAHESA: Malabayati Health Student Journal*, 4(4), 1353–1364. <https://doi.org/10.33024/Mahesa.V4i4.14135>
- Sanger, A. Y., & Sepang, M. (2021). Kecemasan Dan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Keperawatan Tingkat Akhir. *Nutrix Journal*, 5(2), 27. <https://doi.org/10.37771/Nj.Vol5.Iss2.576>
- Sarwono, A. E., & Handayani, A. (2021). Metode Kuantitatif. In *Metode Kuantitatif* (Issue 1940310019).
- Seol, J., Lee, J., Park, I., Tokuyama, K., Fukusumi, S., Kokubo, T., Yanagisawa, M., & Okura, T. (2022). Bidirectional Associations Between Physical Activity And Sleep In Older Adults: A Multilevel Analysis Using Polysomnography. *Scientific Reports*, 12(1), 1–11. <https://doi.org/10.1038/S41598-022-19841-X>
- Setyowati, A., Chung, M., & Yusuf, A. (2019). Among Adolescents : Indonesian Version Of The Zung Self-Rating Anxiety Scale. *Journal Of Public Health In Africa*, 10(1), 15–18. <https://doi.org/10.4081/Jphia.2019>
- Shao, K., Villegas, J. F. R., Logothetis, N. K., & Besserve, M. (2021). A Model Of Ponto-Geniculo-Occipital Waves Supports Bidirectional Control Of Cortical Plasticity Across Sleep-Stages. *Biorxiv*, 2021.03.16.432817. <https://www.biorxiv.org/content/10.1101/2021.03.16.432817v2>  
<https://www.biorxiv.org/content/10.1101/2021.03.16.432817v2/abstract>
- Shi, M., Miao, R., Bing, M., & Liu, S. (2025). The Association Between Sleep Quality And Anxiety Symptoms: A Cross-Sectional Study Based On Tibetan University Students At High Altitude In China. *Frontiers In Psychology*, 16, 1–10. <https://doi.org/10.3389/Fpsyg.2025.1505948>
- Simatupang, N. R. Y., Lestari, I. C., Susanti, M., & Sari, S. (2022). Hubungan Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Fk Uisu Pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Kedokteran STM (Sains Dan Teknologi Medik)*, 5(2), 72–79. <https://doi.org/10.30743/STM.V5i2.262>
- Ulfianasari, E., Winahyu, K. M., & Nainar, A. A. A. (2022). Cyberbullying Dan Kecemasan Remaja: Sebuah Studi Deskriptif. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Indonesia (JIKI)*, 6(1), 80. <https://doi.org/10.31000/Jiki.V6i1.6939>
- Wulandari, S., & Pranata, R. (2024). Deskripsi Kualitas Tidur Dan Pengaruhnya Terhadap Konsentrasi Belajar Mahasiswa. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 10(1), 101–108. <https://doi.org/10.59672/Jpkr.V10i1.3414>
- Xu, L., Yan, W., Hua, G., He, Z., Wu, C., & Hao, M. (2025). *Effects Of Physical Activity On Sleep Quality Among University Students : Chain Mediation Between Rumination And Depression Levels.*

- Zhu, Y., Meng, R., Jiang, C., Yang, N., Huang, M., Wang, X., Zou, W., Lou, C., Xiao, R., Lu, J., Xu, J., Jiménez-Correa, U., Ma, H., Spruyt, K., & Dzierzewski, J. M. (2023). Sleep Quality And Subjective Well-Being In Healthcare Students: Examining The Role Of Anxiety And Depression. *Frontiers In Public Health*, *11*(December), 1–9. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2023.1281571>
- Zung, W. W. K. (1971). A Rating Instrument For Anxiety Disorders. *Psychosomatics*, *12*(6), 371–379. [https://doi.org/10.1016/S0033-3182\(71\)71479-0](https://doi.org/10.1016/S0033-3182(71)71479-0)



## Lampiran. 9 Hasil Uji Plagiasi



UNIVERSITAS  
MUHAMMADIYAH  
MALANG



## FAKULTAS ILMU KESEHATAN

### ILMU KEPERAWATAN

s1-keperawatan.umm.ac.id | s1-keperawatan@umm.ac.id

#### SURAT KETERANGAN HASIL DETEKSI PLAGIASI

Berdasarkan hasil tes deteksi plagiasi yang telah dilakukan oleh Biro Tugas Akhir Prodi Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang yang telah dilaksanakan pada 7/1/2025, pada karya ilmiah mahasiswa di bawah ini :

Nama : Viko Al Vajar  
Nim : 202210420311223  
Prodi : Ilmu Keperawatan

Judul Naskah : HUBUNGAN KECEMASAN DENGAN KUALITAS TIDUR MAHASISWA KEPERAWATAN YANG MENYUSUN SKRIPSI DI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG

Jenis Naskah : Proposal Skripsi  
Keperluan : Seminar Proposal

Hasilnya dinyatakan , dengan Rincian Sebagai Berikut :

No	Jenis Naskah	Maksimum Kesamaan	Hasil Deteksi
1.	Bab 1 (Pendahuluan)	10	9%
2.	Bab 2 (Tinjauan Pustaka)	25	13%
3.	Bab 3 & 4 (Kerangka Konsep / Metodologi)	35	26%
4.	Bab 5 & 6 (Hasil & Pembahasan)	15	
5.	Bab 7 (Kesimpulan & Saran)	5	
6.	Naskah Publikasi	25	

Keputusan : Lolos



Mengetahui,

**Edi Purwanto, MNg**  
Kaprosdi

Catatan :

Malang, 7/1/2025,

Hormat Kami,

**Muhammad Ari Arfianto, M.Kep.**  
Biro Skripsi



Kampus I  
Jl. Bandung 1 Malang, Jawa Timur  
P: +62 341 551 253 (Hunting)  
F: +62 341 460 435

Kampus II  
Jl. Bendungan Sutami No.188 Malang, Jawa Timur  
P: +62 341 531 149 (Hunting)  
F: +62 341 582 060

Kampus III  
Jl. Raya Tigomas No.246 Malang, Jawa Timur  
P: +62 341 464 318 (Hunting)  
F: +62 341 460 435  
E: webmaster@umm.ac.id



UNIVERSITAS  
MUHAMMADIYAH  
MALANG



## FAKULTAS ILMU KESEHATAN

### ILMU KEPERAWATAN

s1-keperawatan.umm.ac.id | s1-keperawatan@umm.ac.id

#### SURAT KETERANGAN HASIL DETEKSI PLAGIASI

Berdasarkan hasil tes deteksi plagiasi yang telah dilakukan oleh Biro Tugas Akhir Prodi Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang yang telah dilaksanakan pada 12/26/2025, pada karya ilmiah mahasiswa di bawah ini :

Nama : Viko Al Vajar  
Nim : 202210420311223  
Prodi : Ilmu Keperawatan

Judul Naskah : HUBUNGAN KECEMASAN DENGAN KUALITAS TIDUR MAHASISWA KEPERAWATAN YANG MENYUSUN SKRIPSI DI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG

Jenis Naskah : Skripsi  
Keperluan : Seminar Hasil

Hasilnya dinyatakan Memenuhi Syarat, dengan Rincian Sebagai Berikut :

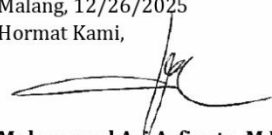
No	Jenis Naskah	Maksimum Kesamaan	Hasil Deteksi
1.	Bab 1 (Pendahuluan)	10	
2.	Bab 2 (Tinjauan Pustaka)	25	
3.	Bab 3 & 4 (Kerangka Konsep / Metodologi)	35	
4.	Bab 5 & 6 (Hasil & Pembahasan)	15	9%
5.	Bab 7 (Kesimpulan & Saran)	5	4%
6.	Naskah Publikasi	25	10%

Keputusan : Lolos



Mengetahui,  
  
**Nur Aini, M.Kep., PhD**  
Kaprosdi

Malang, 12/26/2025  
Hormat Kami,

  
**Muhammad Ari Arfianto, M.Kep.**  
Biro Skripsi

Catatan :



**Kampus I**  
Jl. Bandung 1 Malang, Jawa Timur  
P: +62 341 551 253 (Hunting)  
F: +62 341 460 435

**Kampus II**  
Jl. Bendungan Sutarni No.188 Malang, Jawa Timur  
P: +62 341 551 149 (Hunting)  
F: +62 341 552 090

**Kampus III**  
Jl. Raya Tlogomas No.246 Malang, Jawa Timur  
P: +62 341 464 318 (Hunting)  
F: +62 341 460 435  
E: webmaster@umm.ac.id