

**HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN  
KUALITAS TIDUR MAHASISWA**

**SKRIPSI**



Oleh :

Nur Afra Niza

202110420311036

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

**2025**

**HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN  
KUALITAS TIDUR MAHASISWA**

**SKRIPSI**

Untuk Memenuhi Sebagai Persyaratan Mencapai Derajat Sarjana Keperawatan (S.Kep)  
Pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas  
Muhammadiyah Malang



Oleh :

Nur Afra Niza

202110420311036

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

2025

# LEMBAR PENGESAHAN

**LEMBAR PENGESAHAN  
"HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN TERHADAP  
KUALITAS TIDUR MAHASISWA"**

SKRIPSI

Disusun oleh :

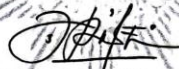
Nur Afra Niza

202110420311036

Skripsi ini telah disetujui

Pada tanggal 08 Januari 2025

Pembimbing



Sri Widowati, Ns, S.Kep., M.Kep

NIP. UMM. 112.0303.0393

Mengetahui,

Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan

Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang



Pati Purwanito, S.Kep., Ns., MNg

NIP. UMM. 112.0405.042

# LEMBAR PERSETUJUAN

## LEMBAR PERSETUJUAN

### HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN KUALITAS TIDUR MAHASISWA

#### SKRIPSI

Disusun Oleh:

Nur Afra Niza

202110420311036

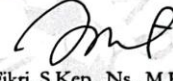
Penguji I,



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

NIP. UMM. 140309031989

Penguji II,



Zahid Fikri, S.Kep., Ns., M.Kep

NIP. UMM. 11218030638

Penguji III,



Sri Widowati, Ns, S.Kep., M.Kep

NIP. UMM. 112.0303.0393

Mengetahui,

Dekan, Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Malang



Dr. Yoyok Bekti Prasetyo, M.Kep., Sp.Kom.

NIP. UMM. 112.0309.0405

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENULISAN

### SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENULISAN

Saya bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Nur Afra Niza

NIM : 202110420311036

Program Studi : Ilmu Keperawatan

Judul Skripsi : Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Mahasiswa

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

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

Malang, 08 januari 2025

Yang Membuat Pernyataan,



Nur Afra Niza

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur saya panjatkan kehadiran Allah SWT, Berkat rahmat dan bimbingannya saya dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan tingkat kecemasan terhadap kualitas tidur mahasiswa”. Skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana keperawatan (S.Kep) pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang.

Bersamaan ini perkenankanlah saya mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya dengan hati yang tulus kepada :

1. Bapak Dr. Yoyok Bakti Prasetyo, M.Kep.Sp.Kom selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang
2. Bapak Edi Purwanto, S.Kep., Ns., MNg Selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Malang
3. Ibu Sri Widowati, Ns, S.Kep., M.Kep. Selaku dosen pembimbing skripsi yang telah memberikan saran dan masukan terhadap penulisan skripsi
4. Kedua orang tua saya bapak Muhammad Yulandi Nur dan Ibu Ida Rabiah terimakasih telah memberikan dukungan moral maupun material serta selalu mendoakan penulis selama menempuh pendidikan sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini.

5. Kepada keluarga besar saya yang telah memberikan dukungan, semangat serta selalu mendoakan penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini.
6. Teruntuk teman-teman seperjuangan saya Sonia Puspita Ar Royo, Astrid Ayu Wuryadari, Ulfatul Khoiriyah yang sudah berkontribusi dan selalu memberikan dukungan serta selalu menemani proses penulis dari hingga terselesaikan penulisan skripsi ini.
7. Terakhir untuk diri saya sendiri yang sudah mampu bertahan dan berjuang untuk dapat menyelesaikan skripsi ini.

Dan semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah membantu penyelesaian 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 sayangnya untuk kita semua. Aamiinn.

Malang, Januari 2025



Nur Afra Niza

## ABSTRAK

### Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Mahasiswa

Nur Afra Niza<sup>1</sup>, Sri Widowati<sup>2</sup>

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Malang, Jl. Bendungan Sutami No. 188, Sumbersari, Kec. Lowokwaru, Kota Malang, Jawa Timur 65145.

E-mail : [Nizanurafra16@gmail.com](mailto:Nizanurafra16@gmail.com)

**Latar Belakang :** Mahasiswa sering mengalami kecemasan karena beberapa faktor, seperti tuntutan akademis, tekanan finansial, dan adaptasi dengan lingkungan kampus. Tingkat kecemasan yang tinggi dapat menyebabkan kualitas tidur yang buruk dan dapat berdampak pada kesehatan fisik, fungsi kognitif, dan kesehatan mental mahasiswa. Penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa kecemasan yang berkelanjutan menyebabkan kualitas tidur yang buruk pada mahasiswa.

**Tujuan Penelitian :** Untuk mengetahui apakah tingkat kecemasan mempengaruhi kualitas tidur mahasiswa.

**Metode:** Penelitian ini menggunakan desain cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa aktif angkatan 2023 di Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Malang dengan menggunakan teknik total sampling. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan Zung Self Anxiety Scale (ZSAS) untuk instrumen tingkat kecemasan dan Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) untuk instrumen kualitas tidur.

**Hasil:** Hasil data penelitian ini kemudian dianalisis dengan menggunakan uji Rank Spearman dan didapatkan nilai signifikansi sebesar 0,001 ( $p < 0,05$ ) dengan nilai uji korelasi sebesar 0,425, yang berarti terdapat hubungan antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur mahasiswa.

**Kesimpulan:** Dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur mahasiswa, yang berarti semakin meningkat kecemasan seseorang maka semakin buruk kualitas tidurnya.

Kata kunci : Tingkat kecemasan, kualitas tidur mahasiswa

---

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

Fakultas Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Malang



## ABSTRACT

### Relationship between Anxiety Level and Sleep Quality of College Students

Nur Afra Niza<sup>1</sup>, Sri Widowati<sup>2</sup>

Nursing Science Study Program, Faculty of Health Sciences, Muhammadiyah University of Malang, Jl. Sutami Dam No. 188, Sumbersari, Kec. Lowokwaru, Malang City, East Java 65145.

E-mail : [Nizanurafra16@gmail.com](mailto:Nizanurafra16@gmail.com)

**Background:** Students often experience anxiety due to several factors, such as academic demands, financial pressures, and adaptation to the campus environment. High levels of anxiety can lead to poor sleep quality and can impact on students' physical health, cognitive function, and mental health. Previous studies have shown that sustained anxiety leads to poor sleep quality in college students.

**Objective:** To find out whether anxiety levels affect students' sleep quality.

**Methods:** This study used a cross-sectional design. The population in this study were all active students of class 2023 in the Nursing Science Study Program at Muhammadiyah University of Malang using total sampling technique. In this study, researchers used the Zung Self Anxiety Scale (ZSAS) for the anxiety level instrument and the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) for the Sleep Quality instrument.

**Results:** The results of this study data were then analyzed using the Spearman Rank test and obtained a significance value of 0.001 ( $p < 0.05$ ) with a correlation test value of 0.425, which means that there is a relationship between anxiety levels and student sleep quality.

**Conclusion:** It can be concluded that there is a relationship between anxiety levels and the quality of student sleep, which means that the more one's anxiety increases, the worse one's sleep quality.

Keyword : Anxiety level, sleep quality of university students

- 
1. School of Nursing, Health Science Faculty, Muhammadiyah University of Malang
  2. School of Nursing, Health Science Faculty, Muhammadiyah University of Malang

## DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENULISAN .....	iii
KATA PENGANTAR .....	v
ABSTRAK.....	vii
DAFTAR ISI .....	ix
DAFTAR TABEL .....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	3
1.3 Tujuan Penelitian.....	3
1.3.1 Tujuan Umum.....	3
1.3.2 Tujuan Khusus.....	3
1.4 Manfaat Penelitian.....	4
1.4.1 Bagi Responden.....	4
1.4.2 Bagi Layanan Kesehatan.....	4
1.4.3 Bagi Universitas.....	4
1.4.4 Bagi Keperawatan.....	4
1.5 Keaslian Penelitian .....	5
BAB II.....	7
TINJAUAN PUSTAKA.....	7
2.1 Konsep Kecemasan .....	7
2.1.1 Defisini Kecemasan.....	7
2.1.2 Tanda Gejala Kecemasan .....	8

2.1.3 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan.....	9
2.1.4 Tingkat-Tingkat Kecemasan .....	11
2.1.5 Aspek-Aspek Kecemasan .....	13
2.2 Konsep kualitas tidur .....	15
2.2.1 Definisi kualitas tidur .....	15
2.2.2 Faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas tidur.....	15
2.3.3 Aspek yang mempengaruhi kualitas tidur .....	17
<b>BAB IV METODOLOGI PENELITIAN.....</b>	<b>23</b>
4.1 Desain Penelitian .....	23
4.2 Populasi, Teknik Sampling, dan Sampel.....	23
4.2.1 Populasi.....	23
4.2.2 Teknik Sampling.....	23
4.2.3 Sampel.....	24
4.3 Variabel Penelitian.....	24
4.3.1 Variabel Independen (Bebas).....	24
4.3.2 Variabel Dependen (Terikat).....	25
4.4 Definisi Operasional .....	26
4.5 Tempat Penelitian.....	27
4.6 Waktu Penelitian.....	27
4.7 Instrumen Penelitian .....	27
4.7.1 Skala Tingkat kecemasan .....	27
4.7.2 Skala Kualitas Tidur.....	28
4.7.3 Uji Validitas .....	28
4.7.4 Uji Reliabilitas.....	29
4.8 Prosedur Pengumpulan Data.....	29
4.8.1 Tahap Persiapan.....	29
4.8.2 Tahap Pelaksanaan .....	29
4.8.3 Tahap Pengumpulan Data.....	30
4.9 Analisa Data .....	31
4.9.1 Analisa Univariat.....	31

4.9.2 Analisa Bivariat.....	31
4.10 Etika Penelitian.....	32
BAB V.....	34
HASIL PENELITIAN .....	34
5.1 Karakteristik Responden.....	34
5.2 Distribusi Frekusensi Kecemasan.....	35
5.3 Distrubusi Frekuensi Kualitas Tidur .....	36
BAB VI PEMBAHASAN.....	38
6.1 Deskripsi Tingkat Kecemasan Mahasiswa.....	38
6.2 Deskripsi Kualitas Tidur Mahasiswa .....	39
6.3 Deskripsi Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualits Tidur .....	40
6.4 Keterbatasan Penelitian.....	43
6.5 Implikasi Keperawatan .....	43
BAB VII.....	44
KESIMPULAN DAN SARAN.....	44
7.1 Kesimpulan .....	44
7.2 Saran.....	45
DAFTAR PUSTAKA .....	46
LAMPIRAN.....	56
Lampiran 1 Lembar Persetujuan Menjadi Responden.....	56
Lampiran 2 Kuesioner.....	57
Lampiran 3 Lembar Layar Etik.....	61
Lampiran 4 Dokumentasi Penelitian.....	62
Lampiran 5 Hasil Penelitian .....	64
Lampiran 6 Output SPSS.....	93

## DAFTAR TABEL

Tabel 1 1 Keaslian Penelitian.....	5
Tabel 4.4 1 Definisi Operasional.....	26
Tabel 5 1 Karakteristik Responden berdasarkan jenis kelamin.....	34
Tabel 5 2 Karakteristik responden berdasarkan usia.....	35
Tabel 5 3 Frekuensi Kecemasan .....	35
Tabel 5 4 Frekuensi Kualitas Tidur .....	36
Tabel 5 5 Hasil Uji Rank Spearman Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur.....	36



**DAFTAR GAMBAR**

Gambar 3.1 Kerangka Konsep.....21



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Persetujuan Menjadi Responden.....	56
Lampiran 2 Kuesioner.....	57
Lampiran 3 Lembar Layar Etik.....	61
Lampiran 4 Dokumentasi Penelitian.....	62
Lampiran 5 Hasil Penelitian.....	64
Lampiran 6 Output SPSS.....	93



## DAFTAR PUSTAKA

- Adams, S. K., Mushkat, Z., & Minkel, J. (2022). Examining The Moderator Role Of Sleep Quality In The Relationship Among Test Anxiety, Academic Success And Mood. *Psychological Reports*, 125(5), 2400–2415. <https://doi.org/10.1177/00332941211025268>
- Adnyana, I. M. D. M. (2021). Populasi Dan Sampel. *Metode Penelitian Pendekatan Kuantitatif*, 14(1), 103–116.
- Agus Mulyana, Farid Soleh Nurdin, & Dini Nurfatwa. (2022). Prokrastinasi Akademik, Emotion Focused Coping, Dan Kecemasan Pada Mahasiswa. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 13(2), 68–78. <https://doi.org/10.29080/jpp.v13i2.815>
- Akbar, R. R., Anissa, M., Hariyani, I. P., & Rafli, R. (2022). Edukasi Masyarakat Mengenai Gejala Cemas. *Dinamisia : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(4), 876–881. <https://doi.org/10.31849/dinamisia.v6i4.10008>
- Alty, D. P., Susanti, R., & Afriani, N. (2020). Korelasi Kecemasan Dengan Jenis Tension Type Headache Pada Mahasiswa Kedokteran Angkatan 2019 Di Universitas Andalas. *Human Care Journal*, 5(3), 597. <https://doi.org/10.32883/hcj.v5i3.766>
- 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>

Anggraini, D. O., Endiana, I. D. M., & Kumalasari, P. D. (2022). Analisis Faktor Internal Dan Eksternal Yang Mempengaruhi Audit Delay. *Jurnal Kharisma*, 4(1), 105–116.

Ardiansyah, Risnita, & Jailani, M. S. (2023). Teknik Pengumpulan Data Dan Instrumen Penelitian Ilmiah Pendidikan Pada Pendekatan Kualitatif Dan Kuantitatif. *Jurnal IHSAN: Jurnal Pendidikan Islam*, 1(2), 1–9.  
<https://doi.org/10.61104/Ihsan.V1i2.57>

Arsi, A. (2021). Langkah-Langkah Uji Validitas Dan Realibilitas Instrumen Dengan Menggunakan SPSS. *Sekolah Tinggi Agama Islam (STAI) Darul Dakwah Wal-Irsyad*, 1–8.

Arum, A. S., & Cusmarih, C. (2024). Hubungan Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Keperawatan Tingkat 3 Di Stikes Abdi Nusantara Tahun 2023 Dalam Menghadapi Ujian Objective Structured Clinical Examination (Osce). *Jurnal Medika Malahayati*, 7(4), 916–923. <https://doi.org/10.33024/Jmm.V7i4.10696>

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.

Cindy, M., Peranginangin, L., Rantung, J., Keperawatan, S., Keperawatan, F. I., & Indonesia, U. A. (2024). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tingkat Stres Mahasiswa Keperawatan Yang Menjalani PKL Di Rumah Sakit Advent Bandung. 4, 9808–9818.

- Clariska, W., Yuliana, Y., & Kamariyah, K. (2020). Hubungan Tingkat Stres Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi. *Jurnal Ilmiah Ners Indonesia*, 1(2), 94–102. <https://doi.org/10.22437/jini.v1i2.13516>
- Dini Ika Mawarni, & Endah Sri Wahyuni. (2022). Gambaran Tingkat Kecemasan Mahasiswa Sarjana Keperawatan Selama Pembelajaran Daring Di Universitas 'Aisyiyah Surakarta. *Sebat Rakyat: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 1(4), 334–340. <https://doi.org/10.54259/sehatrakyat.v1i4.1123>
- Erianti, S., Hutagalung, N. A., & Marni, E. (2022). Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Tingkat Satu Program Studi Keperawatan Stikes Hang Tuah Pekanbaru. *Jurnal Keperawatan Hang Tuah (Hang Tuah Nursing Journal)*, 2(1), 49–62.
- Fadila, A. N., Widayati, R., & Fuad, W. (2023). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kejadian Insomnia Pada Mahasiswa Angkatan 2020 Fk Unimus Pada Tahun Pertama. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(3), 2723–2730. Retrieved From <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jkt/article/view/17575/13849>
- 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. Retrieved From <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>
- Gao, R., Wang, H., Liu, S., Wang, X., Song, S., & Wang, Y. (2024). Study On Anxiety, Depression, And Sleep Conditions And Their Interrelations Among Vocational College Students During The COVID-19 Pandemic Management Normalization. *Frontiers In Public Health*, 12(November), 1–10. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1385639>
- Handayani, L. T. (2019). Pedoman Dan Standar Etik Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Nasional. In *The Indonesian Journal Of Health Science* (Vol. 10).
- Hidayathillah, A. P., Farida, D., Arlinda, P., & Putri, P. (2023). *Selama Pembelajaran Online Pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Ikbis Surabaya To Reducing High Blood Pressure In Elderly People*. 13(2).
- Hutasoit, D. M., Mendrofa, I. J., Arkiant, M. M. Y., & Diannita, C. G. (2024). *Kualitas Tidur Mahasiswa Keperawatan Tingkat Dua*. 09(01), 58–66.
- JASMINE, K. (2021). Experimental—Researched dalam Metodologi Pendidikan. *Penambahan Natrium Benzoat Dan Kalium Sorbat (Antiinversi) Dan Kecepatan Pengadukan Sebagai Upaya Penghambatan Reaksi Inversi Pada Nira Tebu*, 9(2), 465–474.
- Junaidi, W., Ayu, M., Bella, S., Shaqinah, S. A., & Amna, Z. (2024). *Perbedaan Kualitas Tidur Mahasiswa Ditinjau Dari Jenis Kelamin ( The Differences Of Sleep Quality Among*

*College Students Based On Gender*). 2(2), 86–99.

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>

Laia, J. (2019). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan STIKES Wijaya Husada Bogor. *Jurnal Ilmiah Wijaya*, 11(1), 55–65.

Lestari, S. M. P., Marhayuni, E., Setiawati, O. R., & Kamil, M. N. N. (2020). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tingkat Kecemasan Mahasiswa Dalam Menghadapi Ujian Cbt Pada Mahasiswa Baru Di Fakultas Kedokteran Umum Universitas Malahayati Tahun 2019. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan*, 7(3), 506–513. <https://doi.org/10.33024/jikk.v7i3.2931>

Madinah, N. N., Suprihartini, S., & Fuad, W. (2023). Hubungan Kecemasan Dengan Kelelahan Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang Angkatan 2019. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan*, 10(2), 1510–1516. <https://doi.org/10.33024/jikk.v10i2.9169>

Manita, Y. A., Rahayu, C. D., Setyawati, A., Alviana, F., & Purnamasari, I. (2023). Hubungan Durasi Bermain Game Online Dengan Kualitas Tidur Pada Remaja Dalam Tinjauan Q.S Arrum:23. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 47–55.

Manoppo, M. W., Pitoy, F. F., & Abigael, T. (2023). Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Profesi Ners Universitas Klabat. *MAHESA : Malahayati Health Student Journal*, 3(7),

2098–2107. <https://doi.org/10.33024/Mahesa.V3i7.10717>

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>

Mulyadi, M. (2021). Riset Desain Dalam Metodologi Penelitian Mohammad Mulyadi (. *Studi Komunikasi Dan Media*, 16(1), 71–80.

Mulyana, H., Deni Wahyudi, & Yudi Supriyadi. (2023). Comparison Of The Effectiveness Of Sleep Quality With Categories Of Using And Not Using Lights While Sleeping In Students. *Healthcare Nursing Journal*, 5(2), 744–748. <https://doi.org/10.35568/Healthcare.V5i2.3386>

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>

Muyasaroh, H. (2020). Kajian Jenis Kecemasan Masyarakat Cilacap Dalam Menghadapi Pandemi Covid 19. *LP2M UNUGHA Cilacap*, 3. Retrieved From <http://repository.unugha.ac.id/id/eprint/858>

Ono, S. (2020). Uji Validitas Dan Reliabilitas Alat Ukur SG Posture Evaluation. *Jurnal Keterampilan Fisik*, 5(1), 55–61. <https://doi.org/10.37341/Jkf.V5i1.167>

- Purwanto, N. (2019). Variabel Dalam Penelitian Pendidikan. *Jurnal Teknodik*, 6115, 196–215. <https://doi.org/10.32550/Teknodik.V0i0.554>
- Putri, N. R., Rahayu, P. P., & Mamnuah. (2024). Hubungan Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Tahun Pertama Di Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta. 2(September), 1199–1205.
- Putrianingsih, W., Haniyah, S., Raudotul Ma, A., Studi Sarjana Keperawatan, P., Kesehatan, F., & Harapan Bangsa Jl Raden Patah, U. (2021). Hubungan Tingkat Nyeri Dismenore Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswi Keperawatan Semester IV Fakultas Kesehatan Universitas Harapan Bangsa. *Seminar Nasional Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat (SNPPKM)*, 711–716. Retrieved From File:///C:/Users/NURI MUSTIKA/Downloads/1679-Article Text-3417-1-10-20231206.Pdf
- Qonita, L., Romdiyah, Raharyati, A., & Alviana, F. (2024). Hubungan Antara Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi Di Unsiq. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 14(1), 44–51.
- Rosalina, L., Oktarina, R., Rahmiati, & Saputra, I. (2023). Buku Ajar STATISTIKA. *FEBS Letters*, 185(1), 4–8.
- 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*.

- 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>
- Slamet, R., & Wahyuningsih, S. (2022). Validitas Dan Reliabilitas Terhadap Instrumen Kepuasan Ker. *Aliansi: Jurnal Manajemen Dan Bisnis*, 17(2), 51–58. <https://doi.org/10.46975/aliansi.v17i2.428>
- Sugiharno, R. T., Ari Susanto, W. H., & Wospakrik, F. (2022). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Mahasiswa Dalam Menghadapi Tugas Akhir. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 5(2), 1189–1197. <https://doi.org/10.31539/jks.v5i2.3760>
- Sulana, I., Sekeon, S., & Mantjoro, E. (2020). Hubungan Tingkat Stres Dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Samratulangi. *Jurnal KESMAS*, 9(7), 37–45. Retrieved From <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/kemas/article/view/31609>
- Sun, Z., Gao, X., & Ren, P. (2024). The Relationship Between Time Anxiety And College Students' Sleep Quality: The Mediating Role Of Irrational Procrastination And The Moderating Effect Of Physical Activity. *Frontiers In Psychology*, 15(July), 1–11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1410746>
- Suryadinata, R. V., Priskila, O., & Wicaksono, A. S. (2021). Analisis Data Kesehatan Statistika Dasar Dan Korelasi. In *Depok: Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia*.

- Susilarini, T. (2022). Kecemasan Dalam Menghadapi Dunia Kerja Ditinjau Dari Self Efficacy Dan Jenis Kelamin Pada Mahasiswa Semester Akhir Fakultas Psikologi Universitas Persada Indonesia YAI. *Jurnal Ikraith Humaniora*, 6(1), 88–93.
- Syafika Tia Audina, Sari Narulita, & Sondang Manurung. (2020). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Reguler Tingkat Akhir Di Universitas Binawan Jakarta. *Binawan Student Journal*, 2(3), 341–346. <https://doi.org/10.54771/Bsj.V2i3.178>
- Syafrida Hafni Sahir. (2022). *METODOLOGI PENELITIAN*.
- Tanan, K., Hotmaida, L., & Sitorus, N. (2024). *Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Institut Kesehatan Immanuel Karisma Tanan<sup>1</sup>, Linda Hotmaida<sup>2\*</sup>, Neti Sitorus<sup>3</sup> 1,2,3. 18, 36–41.*
- Wang, X., & Cheng, Z. (2020). Cross-Sectional Studies: Strengths, Weaknesses, And Recommendations. *Chest*, 158(1), S65–S71. <https://doi.org/10.1016/J.Chest.2020.03.012>
- Winda Lestari, Ernawati Hamidah, & Hadi Abdillah. (2024). Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Dalam Menyusun Skripsi Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Prodi Sarjana Keperawatan Universitas Muhammadiyah Sukabumi. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan Indonesia*, 4(1), 111–125. <https://doi.org/10.55606/Jikki.V4i1.2952>
- Yam, J. H., & Taufik, R. (2021). *Hipotesis Penelitian Kuantitatif. Perspektif: Jurnal Ilmu Administrasi*. 3(2), 96–102.



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)





UNIVERSITAS  
MUHAMMADIYAH  
MALANG



## FAKULTAS ILMU KESEHATAN

### ILMU KEPERAWATAN

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

### HASIL DETEKSI PLAGIASI

FORM P1

Berdasarkan hasil tes deteksi plagiasi yang telah dilakukan oleh Biro Tugas Akhir Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang, yang telah dilaksanakan pada hari dan tanggal 14 Juni 2024 pada karya ilmiah mahasiswa di bawah ini :

Nama : NUR AFRA NIZA  
 NIM : 202110420311036  
 Program Studi : Ilmu Keperawatan  
 Bidang Minat : keperawatan jiwa  
 Judul Naskah : hubungan kualitas tidur dan dukungan keluarga terhadap tingkat kecemasan mahasiswa

Jenis naskah : skripsi / naskah publikasi / lain-lain  
 Keperluan : mengikuti **ujian seminar proposal skripsi**  
 Hasil dinyatakan : **MEMENUHI / TIDAK MEMENUHI SYARAT\*** dengan rincian sebagai berikut

No	Jenis naskah	Maksimum kesamaan	Hasil deteksi
1	Bab 1 (Pendahuluan)	10	10
2	Bab 2 (Tinjauan Pustaka)	25	18
3	Bab 3 dan 4 (Kerangka konsep dan Metodologi penelitian)	35	34

Keputusannya : **LOLOS / TIDAK LOLOS** plagiasi

Malang, 14 Juni 2024

Petugas pengecek plagiasi



Kampus I  
 Jl. Bandung 1 Malang, Jawa Timur  
 P: +62 341 551 253 (Hunting)  
 F: +62 341 480 435

Kampus II  
 Jl. Bendungan Sutarni No.188 Malang, Jawa Timur  
 P: +62 341 551 149 (Hunting)  
 F: +62 341 562 050

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



UNIVERSITAS  
MUHAMMADIYAH  
MALANG



## FAKULTAS ILMU KESEHATAN

### ILMU KEPERAWATAN

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

### HASIL DETEKSI PLAGIASI

FORM P2

Berdasarkan hasil tes deteksi plagiasi yang telah dilakukan oleh Biro Tugas Akhir Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang, yang telah dilaksanakan pada hari dan tanggal 11 Januari 2025 pada karya ilmiah mahasiswa di bawah ini :

Nama : NUR AFRA NIZA  
 NIM : 202110420311036  
 Program Studi : Ilmu Keperawatan  
 Bidang Minat : keperawatan jiwa  
 Judul Naskah : hubungan kualitas tidur dan dukungan keluarga terhadap tingkat kecemasan mahasiswa  
 Jenis naskah : skripsi / naskah publikasi / lain-lain  
 Keperluan : mengikuti **ujian seminar hasil skripsi**  
 Hasil dinyatakan : **MEMENUHI / ~~TIDAK MEMENUHI~~ SYARAT\*** dengan rincian sebagai berikut

No	Jenis naskah	Maksimum kesamaan	Hasil deteksi
1	Bab 1 (Pendahuluan)	10	0
2	Bab 2 (Tinjauan Pustaka)	25	0
3	Bab 3 dan 4 (Kerangka konsep dan Metodologi penelitian)	35	0
4	Bab 5 dan 6 (Hasil dan Pembahasan)	15	3
5	Bab 7 (Kesimpulan dan saran)	15	5
6	Naskah Publikasi	25	4

Keputusannya : **LOLOS / ~~TIDAK LOLOS~~** plagiasi

Malang, 11 Januari 2025  
 Petugas pengecek plagiasi



**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: +62 341 562 050

**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



UNIVERSITAS  
MUHAMMADIYAH  
MALANG



## FAKULTAS ILMU KESEHATAN

### ILMU KEPERAWATAN

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



**Kampus I**  
Jl. Bandung 1 Malang, Jawa Timur  
P: +62 341 551 253 (Hunting)  
F: +62 341 480 435

**Kampus II**  
Jl. Bendungan Sutarni No.188 Malang, Jawa Timur  
P: +62 341 551 149 (Hunting)  
F: +62 341 562 050

**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



UNIVERSITAS  
MUHAMMADIYAH  
MALANG



## FAKULTAS ILMU KESEHATAN

### ILMU KEPERAWATAN

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

### KARTU KENDALI DETEKSI PLAGIASI

Nama : NUR AFRA NIZA  
 NIM : 202110420311036  
 Program Studi : Ilmu Keperawatan  
 Bidang Minat : keperawatan jiwa  
 Dosen pembimbing 1 : Sri Widowati, Ns, S.Kep.,M.Kep.  
 Dosen pembimbing 2 :  
 Judul Naskah : hubungan kualitas tidur dan dukungan keluarga terhadap tingkat kecemasan mahasiswa

No	Jenis naskah	Nilai Max	Hasil deteksi								
			1			2			3		
			Tgl	Paraf	Hasil	Tgl	Paraf	Hasil	Tgl	Paraf	Hasil
1	Bab 1 (Pendahuluan)	10	11-01-2025		0						
2	Bab 2 (Tinjauan Pustaka)	25	11-01-2025		0						
3	Bab 3 dan 4 (Kerangka konsep dan Metodologi penelitian)	35	11-01-2025		0						
4	Bab 5 dan 6 (Hasil dan Pembahasan)	15	11-01-2025		3						
5	Bab 7 (Kesimpulan dan saran)	15	11-01-2025		5						
6	Naskah Publikasi	25	11-01-2025		4						



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: +62 341 551 148 (Hunting)  
 F: +62 341 562 050

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