

ABSTRAK

HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN DERAJAT KEPARAHAN INSOMNIA PADA MAHASISWA KEDOKTERAN FASE PREKLINIK TAHUN 2018-2019 FK-KMK UNIVERSITAS GADJAH MADA

Syifa Nabiel Hadera

Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat, dan Keperawatan
Universitas Gadjah Mada Yogyakarta

LATAR BELAKANG : Dalam menjalani pendidikan preklinik, terdapat tuntutan akademik seperti jumlah materi yang banyak dan jadwal yang relatif padat sehingga mahasiswa kedokteran pada fase preklinik rentan mengalami kecemasan. Kecemasan merupakan reaksi dari pikiran dan tubuh terhadap situasi stres, berbahaya, atau asing. Kecemasan dengan tingkat rendah berguna sebagai sebuah peringatan yang normal dari dalam diri terhadap adanya potensi bahaya, tetapi pada kecemasan dengan tingkat sedang hingga berat dapat menimbulkan peringatan palsu. Peringatan palsu tersebut menyebabkan terjadinya insomnia dimana terdapat perubahan pada pola tidur.

TUJUAN : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat kecemasan dengan derajat keparahan insomnia pada mahasiswa kedokteran fase preklinik tahun 2018-2019 Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat, dan Keperawatan Universitas Gadjah Mada.

METODE : Penelitian ini menggunakan metode analitik observasional dengan desain *cross sectional*. Data diperoleh dari kuesioner yang diberikan kepada mahasiswa kedokteran fase preklinik tahun 2018-2019 FK-KMK UGM. Kuesioner yang digunakan, yaitu *Generalized Anxiety Disorder-7* untuk mengetahui tingkat kecemasan dan *Insomnia Severity Index* untuk mengetahui derajat keparahan insomnia. Metode *sampling* yang digunakan adalah *whole sampling*. Dilakukan uji analisis *Spearman's Rank* untuk mengetahui korelasi tingkat kecemasan dengan derajat keparahan insomnia.

HASIL : Dari 130 orang subjek, terdapat 61 orang (46,92%) subjek yang tidak cemas. Terdapat 51 orang (39,23%) subjek yang cemas ringan. Terdapat 11 orang (8,46%) subjek yang cemas ringan dan 7 orang (5,38%) subjek yang cemas berat. Terdapat 72 orang (54,61%) subjek yang tidak insomnia. Terdapat 42 orang (33,07%) subjek yang insomnia ringan. Terdapat 16 orang (12,30%) subjek yang insomnia sedang dan tidak ada subjek yang insomnia berat. Berdasarkan analisis *Spearman's rank* terdapat hubungan antara tingkat kecemasan dengan derajat keparahan insomnia ($\rho = 0,394$) dan signifikan secara statistik dengan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$).

KESIMPULAN : Terdapat hubungan antara tingkat kecemasan dengan derajat keparahan insomnia pada mahasiswa kedokteran fase preklinik tahun 2018-2019 FK-KMK Universitas Gadjah Mada.

Kata Kunci : kecemasan, insomnia, mahasiswa kedokteran, preklinik, GAD-7, ISI.

ABSTRACT

RELATIONSHIP OF ANXIETY LEVEL AND DEGREE OF SEVERITY OF INSOMNIA AMONG MEDICAL STUDENTS IN PRE-CLINICAL PHASE 2018-2019 FK-KMK UNIVERSITAS GADJAH MADA

Syifa Nabiel Hadera

*Faculty of Medicine, Public Health, and Nursing
Gadjah Mada University Yogyakarta*

BACKGROUND : *There are great academic demands on medical students during the preclinical phase, which leads to the vulnerability of this population to anxiety. Anxiety is a mind and body reaction to stressful, dangerous, and unfamiliar stimuli. On a low-level, anxiety can be beneficial as a warning to a potentially hazardous situation. However, a medium-to-high amount of anxiety can create a false alarm leading to insomnia.*

OBJECTIVE : *This study aims to determine the relationship between anxiety levels and degree of severity of insomnia in preclinic phase medical student batch 2018-2019 FK-KMK Universitas Gadjah Mada.*

METHOD : *This study used an observational analytic cross sectional design. The data were obtained from a questionnaire given to preclinic phase medical students batch 2018-2019 FK-KMK Universitas Gadjah Mada. Questionnaire used are Generalized Anxiety Disorder-7 to find out the level of anxiety and Insomnia Severity Index to find out the incidence of insomnia. The sampling method used was whole sampling. Data were analyzed using Spearman's Rank analysis test to determine the correlation between anxiety levels and the incidence of insomnia.*

RESULTS : *Of the 130 subjects, there were 61 (46,92%) subjects with no anxiety. There were 51 (39,23%) subjects with mild anxiety. There were 11 (8,46%) subjects with moderate anxiety and 7 (5,38%) subjects with severe anxiety. There were 72 (54,61%) with no insomnia. There were 42 (33,07%) subjects with mild insomnia. There were 16 (12,30%) subjects with moderate insomnia and none of subjects had severe insomnia. Based on the Spearman's rank statistical analysis, there was a relationship between levels of anxiety and insomnia ($\rho = 0,394$) and statistically significant with $p = 0,000$ ($p < 0,05$).*

CONCLUSION : *There is relationship between anxiety levels and degree of severity of insomnia in preclinic phase medical student batch 2018-2019 FK-KMK Universitas Gadjah Mada.*

Keywords : *anxiety, insomnia, medical student, preclinic, GAD-7, ISI.*