



## Hubungan *Anxiety Disorder* dengan Kualitas Tidur Mahasiswa dalam Menghadapi Ujian *Objective Structured Clinical Examination* (OSCE)

Eillen Duhita<sup>1\*</sup>, Yusrika<sup>2</sup>, Saufa Sarah<sup>3</sup>

<sup>1-3</sup> Universitas Abulyatama Aceh, Indonesia

Email : [Duhitaeillen@gmail.com](mailto:Duhitaeillen@gmail.com)<sup>1\*</sup>, [yusrika.d3kep@abulyatama.ac.id](mailto:yusrika.d3kep@abulyatama.ac.id)<sup>2</sup>, [saufa\\_kebidanan@abulyatama.ac.id](mailto:saufa_kebidanan@abulyatama.ac.id)<sup>3</sup>

**Abstract.** *Anxiety is an excessive state of tension characterized by feelings due to a response to stress or conflicting conditions. This study aims to investigate the relationship between anxiety disorders and sleep quality among nursing students during the Objective Structured Clinical Examination (OSCE) in the Diploma III Nursing Program, Faculty of Health Sciences, Abulyatama University. This study consisted of 168 individuals. The sample was 65 respondents selected using a purposive sampling technique. The research was conducted from July 25th to 29th, 2025. This study employed a descriptive analytical method with a cross-sectional approach. The research instruments were the Zung Self-Rating Anxiety Scale (ZSAS) and the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI). The data was analyzed using the Chi-Square test. The research results indicated a significant relationship between anxiety disorders and the sleep quality of students during the OSCE at the Diploma III Nursing Program, Abulyatama University, with a p-value of 0.025 ( $p < 0.05$ ). Based on this finding, this study proves a relationship between anxiety disorders and sleep quality among the Diploma III students during the OSCE preparation. This study suggests that students and the university provide counselling sessions before the test to reduce the effects of anxiety disorders in students. Therefore, this study serves as a resource to raise awareness on how to manage emotions during exam preparation.*

**Keywords:** *Anxiety Disorders; Anxiety; Nursing Students; OSCE; Sleep Quality.*

**Abstrak.** Kecemasan adalah suatu keadaan tegang yang berlebihan yang ditandai dengan perasaan khawatir yang timbul sebagai respons terhadap kondisi stres atau konflik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara gangguan kecemasan dan kualitas tidur mahasiswa selama OSCE (*Objective Structured Clinical Examination*) di Program Diploma III Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Abulyatama. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 168 orang. Sampel terdiri dari 65 responden dari populasi yang diambil menggunakan teknik *purposive sampling*. Penelitian dilakukan dari tanggal 25 hingga 29 Juli 2025, menggunakan metode deskriptif analitik dengan pendekatan *cross-sectional*. Instrumen penelitian meliputi kuesioner (ZSAS) dan *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI). Data dianalisis secara statistik menggunakan uji Chi-Square. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara gangguan kecemasan dan kualitas tidur mahasiswa selama OSCE di Program Diploma III Keperawatan, Universitas Abulyatama, dengan nilai p-value 0,025 ( $p < 0,05$ ). Kesimpulannya, penelitian ini menemukan adanya hubungan antara gangguan kecemasan dan kualitas tidur pada mahasiswa yang akan mengikuti OSCE. Para peneliti menyarankan agar mahasiswa dan pihak universitas mengadakan sesi konseling mengenai pelaksanaan OSCE untuk mengurangi terjadinya gangguan kecemasan pada mahasiswa. Hasil penelitian ini dapat menjadi sumber informasi dalam meningkatkan kesadaran tentang pentingnya kemampuan mahasiswa dalam mengelola emosi untuk memfasilitasi partisipasi mereka dalam ujian.

**Kata kunci:** Gangguan Kecemasan; Kecemasan; Kualitas Tidur; Mahasiswa Keperawatan; OSCE.

### 1. LATAR BELAKANG

Kemajuan teknologi yang berkembang pesat selama ini banyak memberi imbas pada pola pikir dan perilaku masyarakat, dengan kemudahan untuk beraktifitas yang telah disediakan dari kemajuan teknologi menimbulkan dampak yang tidak sehat dalam kehidupan, salah satu yang sering berinteraksi dengan media sosial secara berlebihan sehingga menciptakan kehidupan emosional yang tidak stabil disebabkan hasil tontonan video berupa film, sinetron ataupun

konten lainnya. Akibat aktifitas yang berlebihan menyebabkan kurang istirahat yang membuat kehidupan berjalan abnormal.

Salah satu dampak yang sering menghantui masyarakat modern saat ini berupa muncul kecemasan yang berlebih dalam segala aspek kehidupan masyarakat, baik itu pada lingkungan pekerjaan, pendidikan dan juga keluarga, akibatnya kecemasan tersebut menjadi suatu penyakit di dalam pergaulan dan interaksi manusia. Ketika muncul kecemasan yang berlebihan akan menyulitkan seseorang untuk hidup secara normal, tidak dapat tidur secara normal dan menikmati kehidupan dengan tenang.

Kondisi kesehatan spikis yang tidak normal merupakan beban jiwa yang dihadapi oleh sebahagian besar remaja di seluruh dunia. Berdasarkan hasil pendataan dari World Health Organization (WHO), bahwa pada tahun 2019, terdapat sebanyak 301 juta orang hidup dengan anxiety disorders, dimana termasuk 58 juta anak-anak dan remaja diseluruh dunia. Sedangkan di Indonesia berdasarkan survey yang dilaksanakan oleh lembaga (Indonesia National Adolescent Mental Health survey 9I-NAMHS) 15 juta lebih remaja Indonesia mengalami masalah kesehatan mental yang mencakup pada spikis kehidupan remaja, dengan gangguan kecemasan sebagai masalah kesehatan mental yang paling umum terjadi, namun prevalensi kecemasan cenderung lebih tinggi terjadi pada remaja perempuan (Persakmi.or.id).

Sedangkan di Aceh menurut data Badan Pusat Statistik (BPS) Aceh sebanyak 25,58% penduduk di Aceh mengalami persoalan kesehatan, dimana 2% diantaranya diindikasikan termasuk dalam kategori kesehatan spikis masyarakat. Banyak diantaranya dialami oleh para remaja karena perubahan pola hidup yang dijalani oleh remaja akibat dari perkembangan media sosial. (BPS.go.id 2015)

Kondisi persoalan labil dari dampak kecemasan berlebihan yang dialami oleh remaja pada masa mengikuti pendidikan lebih kearah ketidakmampuan remaja mengontrol emosi dalam pergaulan, muncul kecemasan yang berlebihan, tidak memperoleh waktu istirahat malam yang cukup. Seperti penelitian yang dilaksanakan oleh Annisa (2023) dengan judul “Hubungan Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Keperawatan Tingkat 3 di STIKes Abdi Nusantara

Tahun 2023 Dalam Menghadapi Ujian Objective Structured Clinical Examination (OSCE)”. Dengan hasil penelitian disebutkan bahwa OSCE adalah model asesmen yang digunakan dalam ilmu kesehatan (kedokteran, keperawatan, farmasi, kedokteran gigi) untuk menilai keterampilan klinis dan kompetensi mahasiswa yang terdiri dari komunikasi, pemeriksaan klinis. Dimana dalam penelitian ini menggunakan pendekatan crosssectional dengan teknik pengumpulan sampel random sampling. Analisis yang digunakan dalam

penelitian ini adalah univariat dan bivariat serta menggunakan dengan jumlah sampel sebanyak 44 responden yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi, hasil analisis bivariat menggunakan chi square hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur di STIKes Abdi Nusantara Tahun 2023.

Gangguan kecemasan merupakan salah satu masalah kesehatan spikis yang paling umum dengan prevalensi seumur hidup lebih dari 20%. Secara klinis, kecemasan tidak dianggap sebagai gangguan homogen, tetapi disubklasifikasikan menjadi gangguan kecemasan umum, panik, dan fobia (Meier dan Deckert, 2019). Gangguan kecemasan merupakan situasi psikologis seseorang yang merasakan gelisah atau takut berlebihan dan sulit untuk dikendalikan (Kemenkes RI, 2018). Kecemasan merupakan bukan suatu penyakit melainkan suatu tanda atau gejala yang secara spikologi berdampak pada kehidupan normal manusia dalam berkatifitas.

Gangguan kecemasan dapat terjadi di semua kalangan umur serta menimbulkan berbagai gejala. Ketika seseorang mengalami cemas yang berlebihan akan berdampak buruk terhadap kesehatan (Murwani dan Utari, 2021). Kecemasan seringkali mengganggu tidur seseorang. Gangguan kecemasan dapat meningkatkan kadar norepinefrin darah dengan merangsang sistem saraf simpatik. Kondisi ini menyebabkan siklus tidur NREM tahap IV dan pengurangan tidur REM dengan sering terbangun saat tidur (Pangaribuan et al., 2022).

Gangguan tidur juga salah satu gejala umum dari gangguan kecemasan. Orang-orang yang dilanda rasa khawatir sering merenungkan kekhawatiran di tempat tidur dan kecemasan di malam hari ini dapat membuat tidak bisa tidur (Suni, 2022).

Tidur merupakan salah satu proses fisiologis penting pada manusia yang bertujuan untuk mempertahankan Kesehatan dan melanjutkan fungsi biopiskososio dan budaya. Tidur dapat mempengaruhi kesehatan dan kualitas hidup. Kualitas tidur yang rendah menjadi indikator dari banyak penyakit medis dan ada hubungan yang kuat antara kesehatan fisik, psikologis dan tidur (Haryati et al., 2020).

Selanjutnya kualitas tidur didefinisikan sebagai kepuasan seseorang terhadap pengalaman tidur, mengintegrasikan aspek inisiasi tidur, pemeliharaan tidur, kuantitas tidur, dan penyegaran saat bangun. Kualitas tidur yang paling penting adalah durasi tidur, dan yang kedua adalah perasaan segar dan terjaga tanpa rasa kantuk selama hari bebas stimulan. Kualitas tidur yang buruk menyebabkan peningkatan resiko masalah mental (Arnis, 2018).

Sedangkan Objektif Structured Clinical Examination (OSCE) merupakan sebuah model penilaian yang digunakan dalam ilmu kesehatan (kedokteran, keperawatan, farmasi, kedokteran gigi) yang bertujuan untuk mengevaluasi keterampilan dan kompetensi klinik pada

mahasiswa yang terdiri dari komunikasi, pemeriksaan klinis, prosedur medis, penulisan resep dan interpretasi hasil. OSCE juga merupakan sebuah metode yang objektif untuk penilaian klinik, keterampilan teknis dan praktis (Fauzi dan Affandi, 2018).

Pada format ujian ini mahasiswa (kandidat) akan melewati beberapa tahapan yang setiap tahapan menguji kemampuan praktek yang berbeda dengan penguji yang berbeda-beda, pada setiap tahapan ruang kandidat akan diuji dalam waktu 5– 10 menit di bawah pengamatan penguji.

Saat ini pada Universitas Abulyatama terdapat Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan (FIKES) Program studi D3 keperawatan, pemilihan tempat penelitian sesuai dengan kondisi yang dialami oleh mahasiswa ketika menghadapi ujian OSCE untuk memenuhi salah satu keahlian dan kemampuan menjadi tenaga medis, pada hasil penelitian awal dengan beberapa responden yang dijadikan sampel, ada beberapa responden memberi jawaban bahwa kecemasan yang berlebihan ketika mendengar akan dilaksanakan ujian OSCE, seperti kesusahan tidur di malam hari. Sedangkan beberapa mahasiswa lainnya tidak memiliki pengaruh ujian OSCE dengan kualitas tidur mahasiswa, sehingga kecemasan yang muncul masih dalam batas kewajaran. maka peneliti tertarik untuk mengetahui lebih dekat persoalan hubungan anxiety disorder dalam mempengaruhi kualitas tidur pada mahasiswa Fikes Universitas Abulyatama, khususnya terhadap mahasiswa D3 Keperawatan.

## **2. KAJIAN TEORITIS**

Konsep Kecemasan (anxiety), dimana kecemasan (anxiety) merupakan proses normal dalam kehidupan seseorang, dimana gangguan kecemasan dapat terjadi di semua kalangan umur serta menimbulkan berbagai gejala. Ketika seseorang mengalami cemas yang berlebihan akan berdampak buruk terhadap kesehatan (Murwani dan Utari, 2021).

Anxiety merupakan suatu keadaan tegang yang berlebihan yang ditandai dengan perasaan khawatir yang timbul akibat adanya respon terhadap kondisi stress atau konflik. Hal ini terjadi ketika seseorang mengalami perubahan situasi dalam hidupnya dan dituntut untuk mampu beradaptasi (Rahmadhan, 2019).

Menurut World Health Organisation (WHO) masalah gangguan jiwa memang sudah menjadi masalah yang sangat serius di seluruh dunia yang dihadapi oleh setiap individu, salah satunya yaitu anxiety atau kecemasan. Studi menurut Global Burden of Disease (GBD) memperkirakan bahwa kecemasan berkontribusi terhadap 26,8 juta penyebab kecacatan per tahun pada tahun 2010 (Ratnaningtyas, 2020).

Hubungan Objective Structured Clinical Examination (OSCE) dengan Timbulnya Kecemasan Mahasiswa diploma keperawatan yang sedang menimba ilmu kesehatan juga sebagai peserta didik juga tidak terlepas dari ujian. Ujian yang biasa dihadapi berupa ujian Multiple Choice Question (MCQ) dan ujian keterampilan berupa Objective Structured Clinical Examination (OSCE). Objective Structured Clinical Examination (OSCE) adalah suatu format uji untuk mengetahui kompetensi keterampilan mahasiswa, dengan cara mahasiswa diminta untuk mendemonstrasikan skillnya di hadapan penguji. (Dwi Nurul, 2020)

Pengujian mahasiswa kesehatan berupa kemampuan dalam mengimpelentasi ilmu medis dalam praktek lapangan. Mahasiswa akan diminta untuk melewati setiap station tersebut setelah ada tanda yang berupa bel atau isyarat lainnya. Mahasiswa atau pun penguji tidak diperbolehkan untuk berkomunikasi satu sama lain. Keadaan seperti itu menyebabkan mahasiswa berpotensi mengalami kecemasan. Kecemasan tersebut terjadi akibat adanya ketakutan gagal dalam Objective Structured Clinical Examination (OSCE), pada peraturan yang telah ada di Fakultas Kesehatan Abulyatama Banda Aceh.

Kecemasan merupakan suatu keadaan tegang berlebihan yang ditandai dengan perasaan khawatir yang timbul akibat adanya respons terhadap kondisi stress atau konflik. Kecemasan dipengaruhi oleh faktor fisik, umur, jenis kelamin, psikososial, biologis. Faktor biologis kecemasan mempengaruhi tiga neurotransmitter yaitu norepinephrine, serotonin, Gamma Amino Butyric Acid (GABA), pada pasien dengan gangguan kecemasan didapati kadar serotonin dan Gamma Amino Butyric Acid (GABA) yang rendah.

Hypothalamus merupakan pusat tidur utama dan hipokretin (oreksin), asetilkolin, serta glutamat merupakan neuropeptida yang disekresikan oleh hypothalamus yang mempertahankan kondisi terbangun. Adenosin, melatonin, serotonin, L-triptopan, Gamma Amino Butyric Acid (GABA) mendorong terjadinya tidur. Melatonin disintesis dari tryptophan melalui 5-hydroxylase oleh tryptophan 5-hydroxylase menjadi 5-hydroxytryptophan, kemudian mengalami dekarboksilasi oleh aromatic aminoacid decarboxylase menjadi 5-hydroxy tryptamine (serotonin), di kelenjar pineal serotonin mengalami N-asetilasi oleh N-acetyl transferase (NAT) menjadi N-acetylserotonin (Hendi Aryadi, 2018).

### **3. METODE PENELITIAN**

Analisis bivariate, ialah menganalisis data dengan menggunakan program analisis statistik yaitu SPSS untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan yang bermakna diantara variable, dengan di uji menggunakan metode Chi-Square dengan batas kemaknaan yang dipakai 5% ( $p < 0,05$ ) (Sulistyaningsih. 2019).

#### 4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada tanggal 25 Juli s/d 29 Juli 2025, dengan membagikan kuesioner kepada 65 mahasiswa dikampus Universitas Abulyatama. Adapun hasil penelitian dapat dilihat sebagai berikut.

##### Karakteristik Responden

**Tabel 1.** Karakteristik Responden Berdasarkan Umur, Jenis Kelamin Pada Mahasiswa Diploma 3 Keperawatan Abulyatama (n=65)

NO	Karakteristik Responden	f	%
<b>1.</b>	<b>Jenis Kelamin</b>		
	Laki-Laki	29	44.6
	Perempuan	36	55.4
	<b>Jumlah</b>	<b>65</b>	<b>100.0</b>
<b>2.</b>	<b>Usia</b>		
	21 tahun	33	50.8
	22 tahun	29	44.6
	23 tahun	3	4.6
	<b>Jumlah</b>	<b>57</b>	<b>100.0</b>

*Sumber: Data Primer (Diolah tahun 2025)*

Tabel 1. Berdasarkan tabel karakteristik responden, Dari total 65 responden yang terlibat dalam penelitian ini, mayoritas adalah perempuan sebanyak 36 orang (55,4%), laki-laki. Berdasarkan usia, sebagian besar responden berada pada rentang usia 21 tahun dan 22 tahun, dengan 33 orang (50,8%).

##### Analisis univariat

**Tabel 2.** Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan kecemasan Pada Mahasiswa Diploma 3 Keperawatan Abulyatama (n=65)

No	Kecemasan	f	%
1.	Ringan	30	46.1
2.	Sedang	12	18.5
3.	Berat	23	35.4
	<b>Jumlah</b>	<b>65</b>	<b>100.0</b>

*Sumber: Data Primer (Diolah tahun 2025)*

Berdasarkan tabel 2. Dari total 65 responden, sebagian besar mengalami tingkat kecemasan ringan sebanyak 30 orang (46,1%).

**Tabel 3.** Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Diploma 3 Keperawatan Abulyatama (n=65)

No	Kualitas Tidur	f	%
1.	Baik	32	49.2
2.	Tidak Baik	33	50.8
	<b>Jumlah</b>	<b>65</b>	<b>100.0</b>

*Sumber: Data Primer (Diolah tahun 2025)*

Berdasarkan tabel 3. Dari total 65 responden, hampir setengah dari mereka melaporkan kualitas tidur yang baik, yaitu sebanyak 32 orang (49,2%).

### Analisa Bivariat

**Tabel 4.** Hubungan *Anxiety* Disoreder Dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Dalam Menghadapi *Ujian Objective Structured Clinical Examination (Osce)* Pada Mahasiswa Diploma 3 Keperawatan Abulyatama (n=65)

Variabel Kecemasan	Kualitas Tidur				Total	P Value	
	Baik		Tidak Baik				
	f	%	f	%	f	%	
Ringan	20	66.7	10	33.3	30	100.0	<b>0,025</b>
sedang	3	25.0	9	75.0	12	100.0	
Berat	9	39.1	14	60,9	23	100.0	

Berdasarkan tabel 4. Berdasarkan data dari 65 responden, terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur ( $p = 0,025$ ). Responden dengan kecemasan ringan sebagian besar melaporkan kualitas tidur yang baik, yaitu 20 orang (66,7%), sementara hanya 10 orang (33,3%)

### PEMBAHASAN

Hubungan *Anxiety Disorder* Dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Dalam Menghadapi *Ujian Objective Structured Clinical Examination (Osce)* Pada Mahasiswa Diploma Tiga Keperawatan Universitas Abulyatama

Berdasarkan table 4. Berdasarkan data dari 65 responden, terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur ( $p=0,025$ ). Responden dengan kecemasan ringan sebagian besar melaporkan kualitas tidur yang baik, ayitu 20 orang (66,7%), sementara hanya 10 orang (33,3%) yang mengeluhkan kualitas tidur tidak baik. Sebaliknya, pada tingkat kecemasan sedang, mayoritas responden mengalami kualitas tidur yang tidak baik sebanyak 9 orang (75,0%), dan hanya 3 orang (25,0%) yang memiliki kualitas tidur baik. Pada kelompok kecemasan berat, terdapat 9 orang (39. 2%) yang melaporkan kualitas tidur baik dan 14 orang (60,9%) yang mengalami kualitas tidur tidak baik.

Setelah dilakukan uji statistik menggunakan chi-square, diperoleh nilai p-value sebesar 0,025 ( $p < 0,05$ ), yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *anxiety disorder* dengan kualitas tidur mahasiswa dalam menghadapi *ujian objective structured clinical examination (osce)* pada mahasiswa diploma tiga keperawatan universitas abulyatama.

Menurut (Dwi et al, 2024), kecemasan merupakan suatu pengalaman yang mengimplikasikan perasaan kebingungan, ketakutan, ketidak pastian, rasa tidak berdaya, dan kegelisahan. Salah satu proses evaluasi kesiapan praktik klinik mahasiswa adalah melalui ujian OSCE. Saat ujian, mahasiswa harus menunjukkan keterampilan di setiap stase yang diawasi secara ketat. Kekhawatiran tentang penilaian performa, kurangnya persiapan, atau rasa takut gagal dapat meningkatkan tingkat kecemasan. Tekanan akademik yang tinggi pada mahasiswa, terutama akibat kurikulum yang kompleks seperti ujian OSCE, seringkali memicu masalah kesehatan mental seperti kecemasan

Hasil penelitian dari Wijaya (2024) yang berjudul hubungan Tingkat kecemasan dengan kualitas tidur mahasiswa profesi ners menjelang ujian osce, hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur mahasiswa profesi ners angkatan 12 menjelang ujian OSCE di Universitas Widya Nusantara dengan nilai  $p=0,02$ , ini berarti  $H_0$  di terima dan  $H_a$  di tolak

Sejalan dengan Annisa dan Cusmarih (2023), yang berjudul hubungan kecemasan dengan kualitas tidur mahasiswa keperawatan Tingkat 3 di stikes Apdi Nusantara tahun 2023 dalam menghadapi ujian objective structured clinical examination (osce). Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur di STIKes Abdi Nusantara Tahun 2023, didapatkan nilai  $p\text{ value} = 0,004 (< 0,05)$  atau  $H_0$  ditolak.

Hasil Maria et al (2023), yang berjudul hubungan kualitas tidur dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi ujian osce pada mahasiswa fakultas kedokteran umum universitas Malahayati Angkatan 2019. hasil terdapat hubungan antara kualitas tidur dan tingkat kecemasan dalam menghadapi Objective Structured Clinical Examination (OSCE) pada mahasiswa Fakultas Kedoktera Umum Universitas Malahayati Angkatan 2019, dengan  $p\text{ value} 0,001$ .

Menurut asumsi peneliti tentang Hubungan Anxiety Disoreder Dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Dalam Menghadapi Ujian Objctive Structured Clinical Examination (Osce) Pada Mahasiswa Diploma Tiga Keperawatan Universitas Abulyatama, adanya kecenderungan mahasiswa yang memiliki tingkat kecemasan tinggi sebagian besar mengalami kualitas tidur yang buruk, kecemasan yang timbul dikarenakan kurangnya rasa percaya diri mahasiswa akan lulus saat menghadapi ujian OSCE. Dampak dari kecemasan tersebut akan mempengaruhi tidur mahasiswa menjadi buruk, sejalan dengan Annisa DF (2016) Sebuah penelitian yang dilakukan untuk saat ujian osce menggunakan Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) sebagai pengukur kualitas tidur menunjukkan hasil 123 (56,9%) siswa dengan skor  $>5$  menunjukkan kualitas tidur yang buruk.

## **5. KESIMPULAN DAN SARAN**

### **Kesimpulan**

Setelah dilakukan penelitian mengenai hubungan yang antara anxiety dengan kualitas tidur mahasiswa dalam mengikuti ujian OSCE, diperoleh nilai p-value sebesar 0,025 ( $p < 0,05$ ). Nilai ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara anxiety dengan kualitas tidur mahasiswa dalam mengikuti ujian OSCE. Dengan demikian,  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, Artinya, semakin baik anxiety disorder, maka kualitas tidur pada mahasiswa lebih rendah. Sebaliknya, semakin tidak baik anxiety disorder maka risiko terjadinya kualitas tidur juga meningkat pada mahasiswa.

### **Saran**

Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat bagi berbagai pihak. Bagi responden, hasil penelitian dapat dijadikan sebagai acuan atau pedoman dalam upaya mencegah dan mengurangi anxiety disorder yang berpengaruh terhadap kualitas tidur mahasiswa saat menghadapi ujian Objective Structured Clinical Examination (OSCE). Bagi institusi pendidikan, penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai bahan referensi dan sumber informasi yang berguna dalam proses pembelajaran, khususnya dalam merancang strategi pendampingan dan dukungan psikologis bagi mahasiswa. Sementara itu, bagi peneliti selanjutnya, hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan ilmiah serta menjadi acuan dalam penelitian lanjutan yang berkaitan dengan hubungan anxiety disorder dan kualitas tidur mahasiswa dalam menghadapi ujian Objective Structured Clinical Examination (OSCE).

## **DAFTAR REFERENSI**

- Afandi, P. (2018). Manajemen sumber daya manusia: Teori, konsep, dan indikator. Zanafa Publishing.
- Ahmad, I. E., Rijal, S., & Haryati, H. (2020). Faktor yang mempengaruhi kualitas tidur mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Halu Oleo. *Jurnal Surya Medika*, 5(2), 42-53. <https://doi.org/10.33084/jsm.v5i2.1290>
- Annisa, A., et al. (2023). Hubungan kecemasan dengan kualitas tidur mahasiswa keperawatan tingkat III di STIKes Abdi Nusantara tahun 2023 dalam menghadapi objective structured clinical examination (OSCE).
- Arnis, M. (2018). Penerapan prinsip-prinsip pengelolaan Badan Usaha Milik Desa (BUMDes) dalam memperkuat ekonomi pedesaan di Desa Pantan Makmur Kecamatan Jaya Kabupaten Aceh Jaya (Skripsi). Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh.

- Aryadi, A., et al. (2018). Korelasi kualitas tidur terhadap tingkat depresi, cemas, dan stres mahasiswa Kedokteran Universitas Udayana. *Callosum Neurology Journal*, 1(1), 10-15. <https://doi.org/10.29342/cnj.v1i1.4>
- Haryati, H., & Yunaningsih, S. (2020). Faktor yang mempengaruhi kualitas tidur mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Halu Oleo. *Jurnal Surya Medika*, 5(2), 22-33. <https://doi.org/10.33084/jsm.v5i2.1288>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Profil kesehatan Indonesia tahun 2017. Kemenkes RI. <http://www.depkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Profil-Kesehatan-Indonesia-tahun-2017.pdf>
- Maria, S., et al. (2023). Diabetes mellitus in older adults: Prevalence and incidence results of the FIBRA study. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, 25(5), e210203. <https://doi.org/10.1590/1981-22562022025.210203.en>
- Meier, S. M., & Deckert, J. (2019). Genetics of anxiety disorders. *Current Psychiatry Reports*, 21(1), 1-8. <https://doi.org/10.1007/s11920-019-1002-7>
- 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), 129-135. <https://doi.org/10.35842/formil.v6i2.353>
- Pangaribuan, L., et al. (2022). Faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian tuberkulosis pada umur 15 tahun ke atas di Indonesia. *Buletin Penelitian Sistem Kesehatan*, 23(1), 10-17. <https://doi.org/10.22435/hsr.v23i1.2594>
- PERSAKMI. (2017). Pos gizi terpadu (Posgidu) dan pos gizi keliling (Posgiling) sebagai upaya terobosan Puskesmas Jrengik dalam penanggulangan kasus gizi. <https://persakmi.or.id/artikel/pos-gizi-terpadu-posgidu-dan-pos-gizi-kelilingposgiling-sebagai-upaya-terobosan-puskesmas-jrengik-dalam-penanggulangan-kasus-gizi-buruk/>
- Rahmadani, D. N. (2020). Hubungan tingkat kecemasan dalam menghadapi objective structured clinical examination (OSCE) dengan kualitas tidur pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara (Skripsi). Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
- Ramadhan, A. F., Sukohar, A., & Saftarina, F. (2019). Perbedaan derajat kecemasan antara mahasiswa tahap akademik tingkat awal dan tingkat akhir di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.
- Ratnaningtyas, T. O., & Fitriani, D. (2020). Hubungan kecemasan dengan kualitas tidur pada mahasiswa tingkat akhir (Skripsi). Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. <https://doi.org/10.52118/edumasda.v3i2.40>
- Sulistyaningsih. (2019). Metodologi penelitian kebidanan kuantitatif dan kualitatif. Yogyakarta.
- Suni, A. (2022). Kepemimpinan dan manajemen keperawatan. Bumi Medika.

Wijaya. (2024). Hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur mahasiswa profesi ners menjelang ujian OSCE.

World Health Organization. (2019). Family planning/contraception methods. World Health Organization.