

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Tugas akhir ialah tugas dikerjakan seluruh mahasiswa semester akhir di institusi sarjana tinggi, Universitas, dan Sekolah Tinggi. Kondisi yang dihadapi seorang mahasiswa yaitu terlalu cepatnya proses date line yang diberikan sehingga kebanyakan mahasiswa mengalami gangguan kecemasan dan sering kali harus merekalakan waktu tidur mereka demi mengerjakan tugas akhir (Kinasi, 2012).

Kendala tersebut menyebabkan gangguan kejiwaan seperti stres, frustrasi, menghilangnya motivasi dan tidak cepat dalam pengerjaan tugas akhir. Bahkan akibat dari kesulitan-kesulitan yang sering dirasakan mahasiswa mengerjakan tugas akhir yang berproses menjadikan sikap respon psikologis yang berdampak negatif serta menimbulkan keadaan yang tidak biasa yaitu kecemasan pada diri mahasiswa (Hidayat, 2013).

Dari data dari badan kesehatan dunia WHO (2016), ada sekitar 3,6 % dari seluruh manusia di dunia mengalami gangguan mental kecemasan. Menurut RISKESDAS tahun 2018 prevalensi di Indonesia menunjukkan angka sebesar 9,8% yang terjadi gangguan kecemasan. Gangguan kecemasan yang paling besar terjadi di Indonesia berada di provinsi Sulteng sekitar 19,8% dan prevalensi terendah berada di provinsi Jambi 3,6%. Hasil pengkajian yang dilakukan di suatu rumah sakit yang berada di Amerika mengutarakan stimulus yang mengakibatkan gangguan dalam istirahat

serta pola tidur di RS dalam mendapatkan kenyamanan (62%), nyeri (58%), cemas (30%), takut (25%), lingkungan baru (18%), tempat beristirahat tidur kurang nyaman (10%) (Setyawan, 2017).

Bedasarkan data RISKESDAS 2018 menunjukkan prevalensi gangguan kecemasan di Jawa Tengah pada remaja tercatat sebanyak 7,71% yang mengalami peningkatan dari tahun 2013 yang berjumlah 4,7% hasil tersebut mengalami peningkatan sekitar 3,01%. Prevalensi gangguan kecemasan paling besar terjadi di Jepara yaitu 12,77% dan prevalensi terendah terjadi di Grobogan yaitu 4%. Di kota Semarang sendiri mempunyai tingkat kecemasan yang lumayan besar yaitu 5,8%. Berdasarkan penelitian yang di lakukan di Jawa Tengah menemukan bahwa sebanyak 54% remaja di Jawa Tengah mempunyai kualitas istirahat tidur cukup buruk serta 46% remaja mempunyai kualitas istirahat tidur baik. Remaja laki laki yang lebih dominan mempunyai kualitas istirahat tidur lebih baik daripada remaja perempuan yang mempunyai kualitas tidur lumayan buruk (Apriana, 2015).

Menurut hasil riset yang dilaksanakan Hastuti (2016) dengan judul hubungan antara tingkat cemas dengan kualitas tidur pada mahasiswa menunjukkan ada hubungan artinya nilai  $p = 0,014$  berarti  $p < 0,05$ . Jadi dalam hasil hipotesis tingkat cemas mengakibatkan kualitas istirahat tidur mahasiswa. Menurut hasil dari table korelasi dari hasil riset mengatakan responden tidak mengalami gangguan mental kecemasan mempunyai kualitas istirahat tidur lebih baik sejumlah 11 orang (20,8%), responden di kategorikan gangguan kecemasan ringan memiliki kualitas istirahat tidur

tidak baik atau buruk sebanyak 15 orang (28,3%) responden yang dikategorikan memiliki gangguan kecemasan sedang mempunyai kualitas kurang baik sebanyak 9 responden (17,0%). Hasil dari riset ini bisa disimpulkan jika seseorang semakin cemas maka kualitas tidur mereka akan semakin buruk.

Hasil penelitian Ritonga (2018) yang berjudul pengaruh kecemasan terhadap kualitas tidur pada pasien dewasa sebelum operasi yang sudah dilaksanakan kepada 74 responden pasien dewasa, didapatkan hasil dominan responden mengalami gangguan kecemasan yang sedang terdapat 38 orang (51,35%), terdapat 24 responden (32,43%) mempunyai gangguan cemas ringan, dan 12 responden (16,22%) mempunyai cemas berat. adapun responden terdapat Kualitas tidur yang buruk sebesar (60,81%) dan hasil kualitas tidur baik sebesar 29 orang (39,18%). Responden perempuan yang mengalami gangguan kecemasan sedang (skor 5 s/d 6) dan berat (skor 7 s/d 8) karena kekuatan laki laki dan perempuan untuk menghadapi kecemasan berbeda-beda. Selain itu perempuan selalu menunjukkan tindakan yang tidak biasa seperti mudah menangis pada kondisi tertentu, sedangkan pada pria kecemasan yang dirasakan tidak di ekspresikan seperti wanita mereka menunjukanya dengan lebih banyak berdiam diri. Menurut Data WHO (2016), disebutkan penderita kecemasan berupa akut atau kronik mencapai angka 3,6 % dengan angka banding 2 banding 1 penduduk pria serta wanita.

Bedasarkan hasil penelitian Setyawan, (2017) dengan judul hubungan tingkat kecemasan terhadap kebutuhan tidur pada pasien pre operasi dilakukan

pengambilan sampel menggunakan teknik purposive sampling, dan jumlah sampel 53 responden. Dan cara mengumpulkan data digunakan angket penelitian. Pengolahan serta analisis data memakai analisa univariat dan distribusi frekuensi serta analisa bivariat memakai uji statistik Chi Square dengan taraf signifikan  $\alpha$  0,05. Data hasil statistik didapatkan nilai  $p=0,000$  yang berarti  $p < \alpha$  (0,05) serta bisa ditarik kesimpulan jika ada hubungan antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada pasien pre operasi.

Dari hasil penelitian yang dilakukan Gunawan, (2018) dengan judul hubungan antara motivasi, dukungan keluarga dan kecemasan mahasiswa menghadapi ujian proposal pada 44 responden, didapatkan 27 (61,4%) terdapat responden yang mendapatkan gangguan kecemasan berat yang ditunjukkan dengan adanya kecemasan berat yang dapat dilihat oleh responden dengan mengelukan rasa pusing, susah tidur, sakit kepala, tidak bisa berkonsentrasi dan bingung. Hasil dari penelitian didapatkan data bahwa 4,5% responden didapatkan kecemasan kategori ringan mempunyai motivasi cukup baik. Analisa data memakai Spearman's Rho signifikansi sebesar  $0,254 > 0,05$ , hal ini tidak ada keterkaitan hubungan antara motivasi dengan kecemasan.

Hasil penelitian Fachrunnisa, (2015) terhadap faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas tidur pasien CHF dapat di peroleh data pada pasien yang mengalami nyeri didapatkan  $p\text{value } 0,925 > \alpha$  (0,05), sehingga diperoleh kesimpulan adanya hubungan tingkat nyeri dan kualitas tidur. Hasil uji statistik faktor kecemasan didapatkan  $p\text{value } 0,001 < \alpha$  (0,05), jadi

ada hubungan antara kecemasan dan kualitas tidur. Hasil uji statistik terhadap faktor pernapasan (PND) diperoleh  $p\text{value } 0,008 < \alpha (0,05)$ , didapatkan juga hubungan antara pernafasan dengan kualitas tidur. Uji statistik terhadap faktor kelebihan cairan didapatkan  $p\text{ value } 0,985 > \alpha (0,05)$ , adanya hubungan kelebihan cairan dan kualitas tidur.

Hasil studi lapangan, peneliti menemukan bahwa 8 dari 10 mahasiswa menyatakan bahwa mengalami kesulitan saat mengerjakan tugas akhir antara lain mencari judul atau topik, referensi jurnal atau buku, dll. Hal tersebut menjadikan mahasiswa harus berlebur sampai larut malam bahkan sampai pagi demi menyelesaikan tugas akhir dan mereka juga menjadi cemas serta kualitas tidur mereka kurang karena harus menyelesaikan tugas akhir.

Berdasarkan permasalahan diatas peneliti mengambil judul penelitian yang berjudul "Hubungan Antara Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Yang Mengerjakan Tugas Akhir Di Fakultas Teknik Universitas Islam Sultan Agung".

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian masalah dalam latar belakang di atas dapat disimpulkan untuk melakukan penelitian yaitu "Hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada mahasiswa teknik yang sedang mengerjakan tugas akhir di Semarang "

### **C. Tujuan**

#### 1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui Hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada mahasiswa teknik angkatan 2014-2015 yang mengerjakan tugas di fakultas teknik unissula.

#### 2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik Mahasiswa di Fakultas Teknik UNISSULA
- b. Mengidentifikasi tingkat kecemasan pada Mahasiswa Tekni Fakultas Teknik UNISSULA
- c. Mengidentifikasi kualitas tidur pada pada Mahasiswa Teknik Fakultas Teknik UNISSULA
- d. Menganalisis tingkat keeratan hubungan antara kecemasan dan kualitas tidur pada mahasiswa

### **D. Manfaat Penelitian**

#### 1. Pelayanan Keperawatan

Penelitian ini bisa berguna sebagai sumber informasi ilmiah untuk menambah pengetahuan dalam penanganan masalah kecemasan dan kualitas tidur pada mahasiswa.

#### 2. Pendidikan Keperawatan

Data riset ini di harapkan bisa sebagai awal mula mendapat informasi, menambah wawasan dan pengetahuan mengenai kecemasan dengan kualitas tidur pada mahasiswa, dan dapat diterapkan sebagai pengetahuan baik dalam perkuliahan maupun praktek di lapangan.

### 3. Penelitian Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat menambah wawasan ilmiah tentang hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada mahasiswa teknik sipil yang mengerjakan tugas akhir di fakultas teknik unissula.