



**HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN TERHADAP  
KUALITAS TIDUR SAAT MENGHADAPI UJIAN SOCA PADA  
MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS  
PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA**

**SKRIPSI**

**MUHAMAD RIO NURRAHMAN**

**1910211023**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
PROGRAM STUDI KEDOKTERAN PROGRAM SARJANA  
2023**



**HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN TERHADAP  
KUALITAS TIDUR SAAT MENGHADAPI UJIAN SOCA PADA  
MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS  
PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA**

**SKRIPSI**

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar  
Sarjana Kedokteran**

**MUHAMAD RIO NURRAHMAN**

**1910211023**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
PROGRAM STUDI KEDOKTERAN PROGRAM SARJANA  
2023**

## PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan semua sumber yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan benar

Nama : Muhamad Rio Nurrahman

NIM : 1910211023

Tanggal : 16 Januari 2023

Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku

Jakarta, 16 Januari 2023

Yang menyatakan



Muhamad Rio Nurrahman

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT. karena atas izin dan ridho-Nya, proposal penelitian yang berjudul “HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN TERHADAP KUALITAS TIDUR SAAT MENGHADAPI UJIAN SOCA PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA” dapat terselesaikan. Banyak pihak yang memainkan peran penting dalam kehidupan penulis pada periode perkuliahan dari awal hingga saat ini, sehingga penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih dan penghormatan sebesar - besarnya kepada:

1. Dr. dr. H. Taufiq Fredrik Pasiak, M.Kes., M.Pd.I., selaku Dekan FK UPN “Veteran” Jakarta yang selalu mengawasi dan memperhatikan kami para mahasiswa.
2. dr. Mila Citrawati, M.Biomed. Sp. KKLP, selaku Ketua Program Studi Kedokteran Program Sarjana UPNVJ dan Tim *Research* Program yang memfasilitasi dalam penyusunan skripsi.
3. dr. Agneta Irmarahayu, M.Pd.Ked., Sp. KKLP, selaku dosen pembimbing 1 yang sedari awal telah mencurahkan perhatian, waktu, pikiran, dan tenaganya untuk membimbing, mengarahkan, dan menyemangati penulis dalam penyusunan skripsi.
4. Andri Pramesyanti Pramono, M.Biomed, Ph,D, selaku dosen pembimbing 2 yang selalu memberikan semangat, arahan dan bimbingan, dan mendorong penulis agar segera menyelesaikan skripsi.
5. dr. Hikmah Muktamiroh, M.Med.Ed, Sp. KKLP, selaku dosen penguji yang memberikan banyak masukan, arahan, bantuan, dan membesarkan hati penulis dengan nasihat yang tak terkira nilainya.
6. Penulis mengucapkan terimakasih kepada keluarga penulis terutama kedua orang tua penulis yang telah membiayai segala kebutuhan penulis, memotivasi dan mendorong serta membantu penulis agar penulis segera menyelesaikan tugas akhir
7. Diva, Athallah, Adam, Zakky, Kevin, Andre, Bara, Fanshur, Fikram, Faris, Fallery, Ihsan dan teman – teman cowo FK UPNVJ angkatan 2019

lainnya yang telah membantu penulis untuk mencari informasi dan menyemangati penulis serta memberikan tempat singgah untuk penulis.

8. Teman - teman departemen Pendidikan Kedokteran yang berjuang bersama mengerjakan serta mencari informasi.
9. Seluruh mahasiswa calon sejawat FK UPN “Veteran” Jakarta angkatan 2019 yang telah kebersamai penulis selama masa perkuliahan

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna dan masih memiliki banyak kekurangan. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari pembaca.

Jakarta, 16 Januari 2023

Penulis

## **PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

---

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Muhamad Rio Nurrahman  
NIM : 1910211023  
Fakultas : Kedokteran  
Program Studi : Sarjana Kedokteran

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Hak Bebas Royalti Non eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul : **“HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN TERHADAP KUALITAS TIDUR SAAT MENGHADAPI UJIAN SOCA PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA.**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.  
Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 16 Januari 2023

Yang menyatakan,



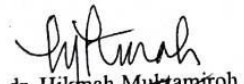
Muhamad Rio Nurrahman

## LEMBAR PENGESAHAN


Skripsi diajukan oleh:

Nama : Muhamad Rio Nurrahman  
NIM : 1910211023  
Program Studi : Kedokteran Program Sarjana  
Judul Skripsi : Hubungan Tingkat Kecemasan Terhadap Kualitas Tidur Saat Menghadapi Ujian SOCA Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta


Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Kedokteran pada Program Studi Kedokteran Program Sarjana, Fakultas Kedokteran, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.

  
dr. Hikmah Muktamiroh,  
M.Med.Ed., Sp.KKLP

**Penguji**

  
dr. Agheta Irmarahayu,  
M.Pd.Ked., Sp.KKLP

**Pembimbing 1**

  
Andri Pramesvanti  
Pramono, M.Biomed., Ph.D


**Pembimbing 2**



Dr. dr. H. Taufiq Fredrik Pasiak,

M.Kes., M.Pd.I

**Dekan Fakultas Kedokteran**

  
dr. Mila Citrawati, M.Biomed., Sp.KKLP

**Ketua Program Studi Kedokteran  
Program Sarjana**

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal ujian : 16 Januari 2023

**HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN TERHADAP KUALITAS TIDUR  
SAAT MENGHADAPI UJIAN SOCA PADA MAHASISWA FAKULTAS  
KEDOKTERAN UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL  
“VETERAN” JAKARTA**

**Muhamad Rio Nurrahman**

**Abstrak**

Riset Kesehatan Dasar menyatakan adanya peningkatan jumlah penderita gangguan emosional masyarakat dengan usia 15 tahun keatas dari 6% di tahun 2013 menjadi 9,8% pada tahun 2018. Ujian SOCA merupakan salah satu ujian lisan yang menjadi faktor munculnya kecemasan pada mahasiswa kedokteran. Kecemasan saat menghadapi ujian SOCA yang dialami mahasiswa kedokteran dapat mengakibatkan kualitas tidur menjadi buruk. Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan tingkat kecemasan terhadap kualitas tidur saat menghadapi ujian SOCA pada mahasiswa FK UPN “Veteran” Jakarta. Penelitian ini ialah penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode *probability sampling* dengan menggunakan teknik *proportional stratified random sampling*, sampel berjumlah 208 responden mahasiswa FK UPN “Veteran” Jakarta angkatan 2019, 2020, 2021. Mayoritas memiliki tingkat kecemasan ringan saat menghadapi ujian SOCA dengan jumlah 160 responden (76,9%) dan mayoritas mahasiswa memiliki kualitas tidur buruk dengan jumlah 169 responden atau sebesar (81,3%). Hasil analisa data penelitian ini menggunakan uji *chi-square* menunjukkan nilai *p-value* sebesar 0,035. Hasil analisa penelitian ini memiliki hubungan tingkat kecemasan saat menghadapi ujian SOCA terhadap kualitas tidur pada mahasiswa FK UPN “Veteran” Jakarta.

**Kata Kunci:** Kualitas tidur, tingkat kecemasan, ujian SOCA



**ASSOCIATION BETWEEN ANXIETY LEVEL AND SLEEP QUALITY  
WHEN FACING SOCA EXAMINATION OF STUDENTS IN THE  
FACULTY OF MEDICINE UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL  
"VETERAN" JAKARTA**

**Muhamad Rio Nurrahman**

**Abstract**

*Basic Health Research states that there has been an increase in the number of people with emotional disorders aged 15 years and above, from 6% in 2013 to 9.8% in 2018. The SOCA exam is one of the oral exams that causes anxiety in medical students. When facing the SOCA exam experienced by medical students, anxiety can cause poor sleep quality. This study aims to determine whether there is a association between the level of anxiety and the quality of sleep when facing the SOCA exam in medical students of the Faculty of Medicine UPN "Veteran" Jakarta. This research is a quantitative study using the probability sampling method using a proportional stratified random sampling technique, a sample of 208 respondents from the Faculty of Medicine UPN "Veteran" Jakarta class of 2019, 2020, and 2021. The majority had a mild level of anxiety when facing the SOCA exam, with a total of 160 respondents (76.9%), and the majority of students had poor sleep quality, with a total of 169 respondents (81.3%). The results of this research data analysis using the chi-square test obtained a p-value of 0.035. The results of the analysis of this study have a association between the level of anxiety when facing the SOCA exam and the quality of sleep in students of the Faculty of Medicine UPN "Veteran" Jakarta.*

**Keywords:** *Anxiety level, Sleep quality, SOCA examination*

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN SAMPUL</b> .....	<b>i</b>
<b>PERNYATAAN ORISINALITAS</b> .....	<b>ii</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>iii</b>
<b>PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI</b> .....	<b>v</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>vii</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>ix</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR BAGAN</b> .....	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xv</b>
<b>BAB I</b> .....	<b>1</b>
I.1 Latar Belakang .....	1
I.2 Rumusan Masalah .....	2
I.3 Tujuan Penelitian .....	3
I.3.1 Tujuan Umum.....	3
I.3.2 Tujuan Khusus.....	3
I.4 Manfaat Penelitian .....	3
I.4.1 Manfaat Teoritis .....	3
I.4.2 Manfaat Praktis.....	3
<b>BAB II</b> .....	<b>5</b>
II.1 Tidur .....	5
II.1.1 Definisi Tidur .....	5
II.1.2 Jenis – Jenis Tidur.....	5
II.1.3 Pola Tidur Normal.....	7

II.1.4 Faktor yang Memengaruhi Kualitas Tidur .....	8
II.1.5 Alat Ukur Kualitas Tidur .....	9
II.1.6 Kualitas Tidur.....	10
II.2 Kecemasan .....	11
II.2.1 Definisi Kecemasan .....	11
II.2.2 Klasifikasi Kecemasan .....	12
II.2.3 Faktor yang Menyebabkan Kecemasan .....	13
II.2.4 Alat Ukur Kecemasan .....	14
II.3 Student Oral Case Analysis .....	15
II.3.1 <i>Student oral Case Analysis</i> .....	15
II.4 Penelitian Terkait.....	16
II.5 Kerangka Teori .....	20
II.6 Kerangka Konsep.....	21
II.7 Hipotesis .....	21
<b>BAB III.....</b>	<b>22</b>
III.1 Jenis Penelitian .....	22
III.2 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	22
III.3 Subjek Penelitian .....	22
III.3.1 Populasi.....	22
III.3.2 Sampel .....	22
III.3.3 Perhitungan Besar Sampel .....	22
III.4 Kriteria Penelitian.....	23
III.5 Metode Pengumpulan Data .....	23
III.6 Identifikasi Variabel Penelitian .....	24
III.7 Definisi Operasional.....	24
III.8 Instrumen Penelitian .....	25

III.9 Teknik Pengumpulan Data .....	26
III.10 Pengolahan Data .....	26
III.11 Analisis Data .....	26
III.12 Alur Penelitian.....	28
<b>BAB IV .....</b>	<b>29</b>
IV.1 Deskripsi Tempat Penelitian .....	29
IV.1.1 Lokasi Penelitian .....	29
IV.2 Hasil Penelitian .....	29
IV.2.1 Deskripsi Hasil Penelitian .....	29
IV.2.2 Hasil Analisis Univariat.....	29
IV.2.2.1 Karakteristik Responden.....	29
IV.2.2.2 Gambaran Tingkat Kecemasan Saat Menghadapi Ujian SOCA	30
IV.2.2.3 Gambaran Kualitas Tidur.....	31
IV.2.3 Hasil Analisis Bivariat.....	31
IV.2.3.1 Hubungan Tingkat Kecemasan Saat Menghadapi Ujian SOCA Terhadap Kualitas Tidur Responden.....	31
IV.3 Pembahasan Hasil Penelitian .....	33
IV.3.1 Pembahasan Univariat .....	33
IV.3.1.1 Gambaran Tingkat Kecemasan Saat Menghadapi Ujian SOCA	33
IV.3.1.2 Gambaran Kualitas Tidur.....	34
IV.3.2 Pembahasan Bivariat .....	35
IV.3.2.1 Hubungan Tingkat Kecemasan Saat Menghadapi Ujian SOCA Terhadap Kualitas Tidur .....	35
IV.4 Kelebihan dan Keterbatasan Penelitian.....	37
IV.4.1 Kelebihan Penelitian.....	37
IV.4.2 Keterbatasan Penelitian .....	37

<b>BAB V.....</b>	<b>38</b>
V.1 Kesimpulan.....	38
V.2 Saran .....	38
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>39</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>44</b>

## **DAFTAR TABEL**

Tabel II.1 Penelitian Terkait .....	16
Tabel III.1 Perhitungan Sampel Stratifikasi.....	24
Tabel IV.1 Karakteristik Responden Penelitian.....	30
Tabel IV.2 Gambaran Tingkat Kecemasan Saat Menghadapi Ujian SOCA .....	30
Tabel IV.3 Gambaran Kualitas Tidur.....	31
Tabel IV.4 Hubungan Tingkat Kecemasan Saat Menghadapi Ujian SOCA Terhadap Kualitas Tidur Responden.....	32

## DAFTAR BAGAN

Bagan II.1 Kerangka Teori.....	20
Bagan II.2 Kerangka Konsep .....	21

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Persetujuan Etik .....	44
Lampiran 2 Lembar Penjelasan Penelitian.....	45
Lampiran 3 Lembar Persetujuan Penelitian .....	46
Lampiran 4 Lembar Identitas dan Pertanyaan Kriteria Responden .....	48
Lampiran 5 Kuesioner <i>Zung Self Rating Anxiety Scale (ZSAS)</i> .....	49
Lampiran 6 Kuesioner <i>Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)</i> .....	51
Lampiran 7 Hasil Analisa Data .....	53
Lampiran 8 Surat Bebas Plagiarisme .....	55
Lampiran 9 Hasil Uji Plagiarisme.....	56