

## Abstrak

Insomnia adalah gangguan tidur yang umumnya ditandai oleh kesukaran dalam memulai atau mempertahankan tidur yang bersifat sementara atau persisten. Kecemasan merupakan perasaan ketakutan yang menyeluruh, tidak menyenangkan, bersifat samar-samar, seringkali disertai gejala otonomik. Kecemasan merupakan suatu proses yang normal namun akan menjadi masalah ketika kecemasan tersebut mengganggu kehidupan sehari-hari. Kedua hal ini bisa muncul secara bersamaan pada suatu individu. Uji Kompetensi Mahasiswa Program Profesi Dokter (UKMPPD) merupakan suatu *exit exam* yang dapat menjadi sumber kecemasan bagi mahasiswa. Angka kejadian gangguan kecemasan dan insomnia pada mahasiswa yang cukup tinggi melatarbelakangi dilakukannya penelitian ini. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif observasional dengan pendekatan *cross-sectional*. Pengambilan sampel berdasarkan *total sampling* periode Februari 2020. Untuk menentukan karakteristik subyek dilakukan analisis deskriptif, sedangkan untuk menentukan nilai keterkaitan diuji menggunakan uji *pearson*. Subjek merupakan mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Jenderal Soedirman yang berumur antara 22-29 tahun. Kuesioner Kecemasan Akademis digunakan untuk menilai adanya kecemasan pada mahasiswa. Kuesioner *Insomnia Severity Index* untuk menilai insomnia. Dari 27 orang responden, didapatkan 14,80% mahasiswa mengalami kecemasan sedang dan 85,10% mengalami kecemasan berat. Tidak ada mahasiswa dengan kecemasan ringan. Kecemasan dan insomnia berhubungan signifikan ( $p < 0,05$ ) dengan arah hubungan antar variabel positif dan kekuatan antar variabel sedang. Kesimpulan dari penelitian ini yaitu sebagian besar responden berada pada tingkat kecemasan berat dengan insomnia sedang dan semakin tinggi kecemasan akademis maka akan semakin meningkat pula insomnia yang dialami.

## Abstract

Insomnia is a sleep disorder that is generally characterized by difficulty in started or maintained sleep that is temporary or persistent. Anxiety is a felt of fear that is overall, unpleasant, vague, often accompanied by autonomic symptoms. Anxiety is a normal process but will become a problem when the anxiety interferes with daily life. Both of these can appear simultaneously in an individual. Student Competency Test Doctor Professional Program (UKMPPD) is an exit exam that could be a source of anxiety for students. The incidence of anxiety disorders and insomnia in college students is quite high on the background of this research. This study was an observational descriptive study with a cross-sectional approach. Sampling was based on the total sampling period February 2020. To determine the characteristics of the subjects conducted a descriptive analysis, while to determine the value of the relationship was tested using the Pearson test. Subjects were students of the Faculty of Medicine, Jenderal Soedirman University, aged between 22-29 years. The Academic Anxiety Questionnaire was used to assess the presence of anxiety in students. Insomnia Severity Index questionnaire to assess insomnia. From 27 respondents, it was found that 14.80% of students experienced moderate anxiety and 85.10% experienced severe anxiety. There are no students with mild anxiety. Anxiety and insomnia were significantly related ( $p < 0.05$ ) with the direction of the relationship between positive variables and strength between moderate variables. The conclusion of this study is that most of the respondents are in the level of severe anxiety with moderate insomnia and the higher the academic anxiety, the more insomnia will experience.