

Hubungan Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Yang Menyusun Skripsi Di Stikes Surya Global Yogyakarta

Arita Murwani*¹, Husna Sri Utari A.G. Tawalili²

¹Dosen Keperawatan STIKes Surya Global Yogyakarta,

²Mahasiswa Keperawatan STIKes Surya Global Yogyakarta

*Email : nursearita76@gmail.com

Jln : Merpati 1 No. 14 Perumahan Griya Wira Bhuana Tegalsari, Tirtomartani, Kalasan, Sleman Yogyakarta

INFO ARTIKEL	ABSTRAK
Riwayat Naskah Dikirim 29 Maret 2021 Direvisi 15 September 2021 Diterima 27 Oktober 2021 Kata Kunci Kecemasan Kualitas Tidur skripsi	Kecemasan merupakan hal yang dialami oleh semua orang ketika mereka merasakan hal yang mengancam mereka. Kualitas tidur adalah ukuran dimana seseorang dapat kemudahan dalam memulai tidur dan untuk mempertahankan tidur. Skripsi merupakan penyusunan tugas akhir mahasiswa dalam suatu proses pembelajaran yang digunakan untuk evaluasi kegiatan belajar mengajar pada suatu institusi. Kendala yang sering dihadapi pada mahasiswa adalah menuangkan ide kedalam bahasa ilmiah dan kesulitan dengan standar tata tulis ilmiah. Kesulitan tersebut pada akhirnya dapat mengakibatkan gangguan psikologis. Bahkan akibatnya kesulitan yang dirasakan tersebut berkembang menjadi sikap yang negatif yang akhirnya dapat menimbulkan suatu kecemasan. Tujuan: Mengetahui hubungan kecemasan dengan kualitas tidur pada mahasiswa yang menyusun skripsi di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Surya Global Yogyakarta. Penelitian ini merupakan peneitian kuantitatif dengan design cross sectional, populasi dalam penelitian ini adalah 44 mahasiswa keperawatan angkatan 2016. Teknik pengamblan sampel dalam penelitian ini menggunakan total sampling yaitu berjumlah 44 responden. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan kuesioner. Hasil: Dengan menggunakan <i>uji chi square</i> $p\text{-value}=0,001$ ($p<0,05$). Dari hasil tersebut menunjukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kecemasan dengan kualitas tidur. Terdapat hubungan kecemasan dengan dengan kualitas tidur pada mahasiswa yang menyusun skripsi di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Surya Global Yogyakarta.

PENDAHULUAN

Kecemasan merupakan hal yang dialami oleh semua orang ketika mereka merasakan hal yang mengancam mereka, kecemasan sudah dianggap sebagai bagian dari kehidupan sehari-hari. Kecemasan dasar berasal dari suatu peningkatan yang berbahaya dari perasaan tak berteman dan tak berdaya dalam dunia penuh ancaman (1) Gangguan kecemasan adalah sekelompok gangguan dimana kecemasan merupakan gejala utama. (2)

Badan Kesehatan Dunia (WHO) memperkirakan bahwa pada tahun 2020 kecemasan merupakan penyebab utama dari ketidakmampuan seorang individu diseluruh dunia dan gangguan psikiatri akan menyumbang sekitar 15% dari angka kesakitan global. Amerika telah kehilangan setiap tahunnya uang sejumlah 80 miliar dolar akibat ketidak produktifan yang dikarenakan menderita gangguan psikologi (3)

Kesulitan tersebut pada akhirnya dapat mengakibatkan gangguan psikologis seperti stress, rendah diri, frustrasi, kehilangan motivasi, menunda penyusunan skripsi hingga memutuskan untuk tidak menyelesaikan skripsinya. Bahkan akibatnya kesulitan yang dirasakan tersebut berkembang menjadi sikap yang negatif yang akhirnya dapat menimbulkan suatu kecemasan pada mahasiswa (4) Disamping itu pada 126 studi lain mengenai kecemasan dengan kinerja akademis terhadap lebih dari 36.000 ditemukan bahwa semakin mudah cemas seseorang maka semakin buruk kinerja mereka (5)

Data prevalensi terkait gangguan kecemasan di Indonesia Menunjukkan bahwa sebesar 9,8% untuk usia 15 tahun ke atas sekitar 26 juta penduduk di Indonesia mengalami gangguan mental emosional yang ditunjukkan dengan gejala-gejala kecemasan depresi (6). Data covid di Indonesia sampai saat ini ada 484 ribu jiwa yang terkonfirmasi positif, 407 ribu yang sembuh dan 15.600 ribu yang terkonfirmasi meninggal dunia. Dari total jumlah kasus diatas didapat dari 34 propinsi yang ada di Indonesia. (7) Covid-19 ini sangat berdampak pada seluruh kegiatan masyarakat di Indonesia khususnya, termasuk dalam kegiatan belajar mengajar disekolah maupun universitas. Salah satu yang merasakan dampak adalah para mahasiswa khususnya semester akhir yang sedang mengerjakan skripsi

Skripsi merupakan penyusunan tugas akhir mahasiswa dalam suatu proses pembelajaran yang digunakan untuk evaluasi kegiatan belajar mengajar pada suatu institusi baik itu Perguruan Tinggi Negeri maupun Swasta. Kendala yang sering dihadapi pada mahasiswa adalah menuangkan ide kedalam bahasa ilmiah dan kesulitan dengan standar tata tulis ilmiah. Kualitas tidur adalah ukuran dimana seseorang itu dapat kemudahan dalam memulai tidur dan untuk mempertahankan tidur.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan design cross sectional, populasi dalam penelitian ini adalah 44 mahasiswa keperawatan angkatan 2016 di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Surya Global Yogyakarta. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan total sampling yaitu berjumlah 44 responden. Instrumen dalam penelitian ini

menggunakan *Zung SelfRating Anxiety Scale* (SAS/SRAS) dan *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI). Data dianalisis menggunakan uji *chi square*.

HASIL

Penelitian dilakukan terhadap 44 responden penelitian. Berdasarkan hasil analisis karakteristik seperti terlihat pada tabel berikut:

Tabel 1		
Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin dan Umur		
Karakteristik	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Jenis kelamin		
Laki-laki	38	86,4
Perempuan	6	13,6
Umur		
21 tahun	10	22,7
22 tahun	17	38,6
23 tahun	14	31,8
24 tahun	3	6,8
Total	44	100

Sumber: Data Primer, 2020

Analisis Univariat

Tabel 2.Distribusi Frekuensi Kecemasan pada Mahasiswa yang Menyusun Skripsi di STIKes Surya Global Yogyakarta

Kecemasan	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Normal	12	27,2
Ringan	8	18,2
Sedang	4	9,1
Berat	20	45,4
Total	44	100

Sumber: Data Primer, 2020

Tabel 3
Distribusi Frekuensi Kualitas Tidur pada Mahasiswa yang Menyusun Skripsi di STIKes Surya Global Yogyakarta

Kualitas tidur	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Baik	17	38,6
Buruk	27	61,4
Jumlah	44	100

Sumber: Data Primer, 2020

Analisa Bivariat

Tabel 4
Hubungan Kecemasan dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa yang Menyusun Skripsi di STIKes Surya Global Yogyakarta

Kecemasan	Kualitas tidur				Jumlah	%	<i>p-value</i>
	Baik		Buruk				
	F	%	F	%			
Normal	10	22,7	2	4,5	12	27,2	0,001
Ringan	1	2,3	7	16,1	8	18,2	
Sedang	0	40	4	9,0	4	9,1	
Berat	6	13,6	14	31,8	20	45,4	
Total	17	38,6	27	61,4	44	100	

Sumber: Data Primer, 2020

PEMBAHASAN

Kecemasan pada mahasiswa STIKes Surya Global Yogyakarta dengan jumlah 20 responden (45.4%) menunjukkan kecemasan berat, sebanyak 4 responden (9.1%) kecemasan sedang, sebanyak 8 responden (18.2%) kecemasan ringan, sebanyak 12 responden (27.2%) kecemasan normal. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa STIKes Surya Global Yogyakarta memiliki kecemasan berat. Kecemasan dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu umur, keadaan fisik sosial budaya, tingkat pendidikan, tingkat pengetahuan.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian hubungan kecemasan dengan kualitas tidur pada mahasiswa tingkat akhir. Berdasarkan hasil analisis bivariat dengan uji chi square diketahui ada hubungan antara kecemasan dengan kualitas tidur dengan $p\text{-value} = 0,014$. Ada hubungan antara kecemasan dengan kualitas tidur pada mahasiswa tingkat akhir. (8)

Penelitian ini sesuai dengan penelitian yang berjudul hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada pasien gagal jantung kongestif (chf). Hasil penelitian ini menunjukkan mayoritas responden memiliki kecemasan ringan sebanyak 35 orang (47,9%) dan kualitas tidur yang buruk sebanyak 47 orang (64,4%). Hasil analisis uji rank spearman $p\text{-alue} = 0,004 < 0,05$ maka terdapat hubungan antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur. Terdapat hubungan antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada pasien CHF. (9)

Berdasarkan penelitian dengan judul hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada mahasiswa keperawatan yang sedang mengerjakan skripsidi Pontianak. Jumlah usia terbanyak yaitu 21 tahun sebesar 57,1% dengan jenis kelamin perempuan sebesar 74,5%. Hasil analisis uji *fisher* menunjukkan nilai $p = 0,036$ yang berarti $p < 0,05$. Terdapat hubungan antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada mahasiswa keperawatan yang sedang mengerjakan skripsi di pontianak. (10)

Berdasarkan penelitian hubungan tingkat kecemaan dengan kualitas tidur pada mahasiswa baru luar pulau jawa universitas jember. Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden paling

banyak memiliki kecemasan sedang dengan kualitas tidur buruk sejumlah 68 orang. Analisa data menggunakan uji korelasi *spearman's* dengan *p-value* 0,000 ($\leq 0,05$) artinya terdapat hubungan antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada mahasiswa baru Luar Pulau Jawa Universitas Jember. (11)

Peneliti berasumsi bahwa kecemasan yang berat akan berdampak pada kualitas tidur seseorang dimana asumsi peneliti ini didukung dengan penelitian-penelitian sebelumnya dan teori-teori yang ada. Sehingga apabila seseorang tersebut memiliki kecemasan yang tinggi maka akan semakin buruk pula tidur seseorang. Hal ini dibuktikan dari hasil penelitian. Kualitas tidur pada mahasiswa STIKes Surya Global Yogyakarta yaitu sebanyak 22 responden (50%) menunjukkan kualitas tidur buruk dan sebanyak 22 responden (50%) menunjukkan kualitas tidur baik. Hal ini menunjukkan bahwa kualitas tidur pada mahasiswa STIKes Surya Global Yogyakarta memiliki kualitas tidur buruk.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Korelasi kualitas tidur terhadap tingkat depresi, cemas, stress mahasiswa kedokteran Universitas Udayana Sebanyak 132 responden terlibat dalam studi ini dengan jenis kelamin laki-laki sebanyak 37,1% dan berjenis kelamin perempuan sebanyak 62,9%, dengan rentang usia 18-22 tahun. Indeks kualitas tidur secara umum memiliki korelasi positif dengan tingkat depresi ($r=0,32$; $p<0,001$), tingkat cemas ($r=0,26$; $p=0,002$) dan tingkat stress ($r=0,36$; $p<0,001$) mahasiswa. Kualitas tidur secara umum berhubungan signifikan dengan tingkat depresi, cemas, dan stress mahasiswa kedokteran pre-klinik di Universitas Udaya Bali. (12)

Penelitian faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas tidur pasien post operasi laparatomi di ruang rawat inap rumah sakit pku muhammadiyah gombang. Hasil distribusi frekuensi faktor fisiologis sampel penelitian faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas tidur pasien post operasi laparatomi di ruang rawat inap RS PKU Muhammadiyah Gombang dengan jumlah 16 orang (Tabel 1) Nilai χ^2 tabel dengan $df = 1$, $\alpha = 5\%$ adalah 3,841. Setelah dilakukan analisis uji Chi Square didapatkan χ^2 hitung = 14,005 dan tingkat signifikansinya $p=0,000$ ($<0,05$) sehingga terdapat hubungan antara faktor psikologis dengan kualitas tidur pada pasien post operasi laparatomi di RS PKU Muhammadiyah Gombang. (13)

Menurut penelitian Kualitas Tidur Terhadap Kecemasan pada Warga Binaan Wanita. Hasil penelitian didapatkan 50 responden (85%) memiliki kualitas tidur buruk dan 36 responden (62%) kecemasan ringan. Tingkat kemaknaan atau $\alpha = 0,05$ diperoleh $P\text{-value} = 0,015$ sehingga $P\text{-value} < \text{Nilai } \alpha$ atau $0,015 < 0,05$. Berarti ada hubungan antara level kualitas tidur dengan tingkat kecemasan pada warga binaan wanita di lembaga pemasyarakatan. Kualitas tidur yang baik maka membuat tingkat kecemasan rendah atau tidak mengalami kecemasan. Sebaliknya apabila kualitas tidur buruk maka tingkat kecemasan yang dialami warga binaan wanita menjadi sedang bahkan mengalami tingkat kecemasan berat. (14)

Dari penelitian hubungan kualitas tidur dengan tingkat kecemasan pada pasien terpasang infus di ruang rawat inap interne RSUD dr. Achmad Mochtar Bukitinggi. Analisa data secara univariat lebih dari separoh yaitu 30 responden (47,6%) memiliki kualitas tidur baik dan 33 responden (52,4%) memiliki kualitas tidur buruk, lebih dari separoh 30 responden (47,6%)

memiliki tingkat kecemasan ringan dan 33 responden (52,4%) memiliki tingkat kecemasan sedang. Analisa bivariat ada hubungan kualitas tidur dengan tingkat kecemasan pada pasien terpasang infus di Ruang Rawat Inap Interne RSUD Dr Achmad Muchtar Bukittinggi Tahun 2018 diperoleh nilai ($p\text{-value} = 0,000$). (15)

Penelitian ini sejalan dengan faktor yang berhubungan dengan kualitas tidur pasien gagal ginjal kronik dengan terapi hemodialisa. Hasil analisa hubungan kecemasan dengan kualitas tidur baik lebih banyak pada responden dengan kecemasan ringan sebanyak (74,1%) dengan $p\text{-value}=0,006$ ($p\text{-value}\leq 0,05$). Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kecemasan terhadap kualitas tidur. (16)

Berdasarkan jurnal penelitian yang ada dan teori menyatakan bahwa kualitas tidur yang buruk salah satu faktor penyebabnya adalah kecemasan yang dimiliki seseorang. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di STIKes Surya Global Yogyakarta mayoritas responden memiliki kualitas tidur yang buruk hal ini bersamaan dengan kecemasan yang berat pada responden.

Hasil uji *chi square* pada tabel 4.4 diatas menunjukkan bahwa yang mengalami kecemasan normal dengan kualitas tidur baik sebanyak 11 responden (25%), kecemasan normal dengan kualitas tidur buruk sebanyak 1 responden (2,3%), kecemasan ringan dengan kualitas tidur baik sebanyak 5 responden (11,3%), kecemasan ringan dengan kualitas tidur buruk sebanyak 3 responden (6,8%), kecemasan sedang dengan kualitas tidur baik sebanyak 2 responden (4,5%), kecemasan sedang dengan kualitas tidur buruk sebanyak 2 responden (4,5%), kecemasan berat dengan kualitas tidur baik sebanyak 4 responden (9,1%), dan kecemasan berat dengan kualitas tidur buruk sebanyak 16 responden (36,3%). Dari tabel 4.4 menunjukkan hasil uji statistik menggunakan korelasi *chi square* diperoleh nilai $p = 0.001$ yang berarti $p < 0,05$ hal ini menunjukkan bahwa H_a diterima dan H_o ditolak yang artinya terdapat hubungan yang signifikan antara hubungan kecemasan dengan kualitas tidur pada mahasiswa yang menyusun skripsi di STIKes Surya Global Yogyakarta.

Penelitian dengan judul hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada pasien pre operasi sectio caesarea. Hasil penelitian didapatkan 52,1% responden mengalami kecemasan sedang, dan 64,6% responden mengalami kualitas tidur yang buruk. Dari hasil uji statistik menunjukkan terdapat hubungan antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada pasien pre operasi sectio caesarea di ruang Burangrang Rumah Sakit Tingkat II Dustira didapatkan hasil $p\text{-value} 0,002 \leq \alpha = 0,05$). Diharapkan penelitian ini dapat bermanfaat untuk pengembangan ilmu keperawatan dalam melakukan intervensi non farmakologi untuk menurunkan kecemasan dan meningkatkan kualitas tidur pada pasien pre operasi sectio caesarea. (17)

Sejalan dengan penelitian hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur penderita asma di rsud kabupaten karanganyar. Sebagian besar tingkat kecemasan pada seluruh responden adalah normal sebanyak 63,2% dan 31,6% seluruh responden dengan kualitas tidur buruk. Hasil analisis terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur dengan $p\text{-value} 0,000$ dengan koefisien korelasi 0,889 sehingga hubungan tersebut sangat kuat. (18)

Penelitian yang berjudul dukungan suami, kecemasan dan kualitas tidur ibu hamil trimester iii. Hasil perhitungan analisis berdasarkan tabel corelations kecemasan dengan kualitas tidur didapatkan nilai $r=0,262$ dengan signifikasi ($p=0,001$) ($p=0,001$) ($p<0,05$), maka dapat disimpulkan ada hubungan antara kecemasan dengan kualitas tidur. Sumbangan efektif kecemasan kepada kualitas tidur ibu hamil trimester III sebesar 6,86%. (19)

Penelitian dengan judul hubungan Tingkat kecemasan dengan kualitas tidur Pada pasien yang menjalani hemodialysis. Analisis data menggunakan uji *chi square*. Hasil penelitian dengan uji statistic menunjukan *p-value* 0,033 ($<\alpha$ 0,05) jadi terdapat hubungan antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pasien yang menjalani hemodialisa. (20)

Peneliti menyimpulkan dari hasil penelitian dan dari penelitian sebelumnya bahwa sebagian besar responden mengalami kecemasan berat juga kualitas tidur yang buruk dan dari hasil uji *chi square* $p=0,001$.

Penggunaan smartphone, computer dan leptop juga dapat mempengaruhi kualitas tidur pada mahasiswa yang Menyusun skripsi, seperti dalam penelitian ada hubungan intensitas penggunaan *smartphone* dengan kualitas tidur pada mahasiswa ilmu keperawatan Angkatan 2017 di STIKes Surya Global Yogyakarta dengan nilai p value $0,04<\alpha$ 0,05 (21)

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dari uji statistik *chi square* diperoleh hasil p value = 0.001 dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan kecemasan dengan dengan kualitas tidur pada mahasiswa yang menyusun skripsi di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Surya Global Yogyakarta.

DAFTAR PUSTAKA

1. Alwisol. 2011 Psikologi Kepribadian. Jakarta, *Kanisius*.
2. Lukaningsih, Zuyina Luk dan Bandiyah, Siti. Psikologi Kesehatan. Yogyakarta : Nuha Medika, 2011
3. Rohmana Desi, Jayatmi Irma, Darmaja Sobar, 2020. Determinan Kecemasan yang Terjadi Pada Ibu *Post Partum*. *Naskah Publikasi* diakses agustus 2020
4. Hastuti, R.Y, Sukandar, Nurhayati. 2016 Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Yang Menyusun Skripsi Di Stikes Muhammadiyah Klaten. Jawa Tengah. volume .11 no. 22 diakses 25 Agustus 2020
5. Prameswari, Ayu. 2014. Gambaran Tingkat Kecemasan Mahasiswa Progam Studi Diploma IV Bidan Pendidik Reguler dalam Menyusun CSR di STIKES Aisyiyah Yogyakarta Tahun 2014. Skripsi. Yogyakarta:
6. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2018). Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2018. Diakses Agustus 2020
7. Kementrian Kesehatan. (2020). Situasi Terkini Perkembangan Coronavirus Disease (COVID-19) Diambil kembali dari covid19.kemkes.go.id:
8. Ratnaningtyas T. O, Fitriani D. 2020 Hubungan Kecemasan Dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa Tingkat Akhir. Tangerang, *Naskah publikasi* diakses 25 agustus 2020

9. Wati Z. M, Oktarina Y, Rudini D. 2020 Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Pasien Yang Menjalani Hemodialisis. *Jurnal ilmiah ners Indonesia* diakses 2 januari 2021
10. Hidayati, N.E, Priyono, Anggraini. 2019 Hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada mahasiswa keperawatan yang sedang mengerjakan skripsi di Pontianak. Universitas kedokteran Tanjungpura, diakses 19 Agustus 2020
11. Hotijah Siti, 2019 Hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidurpada mahasiswa baru luar pulau jawa. *Naskah publikasih*, diakses 2 januari 2021
12. Aryadi I.P.H, Yusari I.G.A, Dhyani I.A.D, Kusmadana I.P.E, Sudira P.G. 2018 Korelasi Kualitas Tidur Terhadap Tingkat Depresi, Cemas, Dan Stres Mahasiswa Kedokteran Universitas Udayana. *Jurnal Berkala Neurologi Bali*, volume 1 : 10.15. 2018 diakses 2 januari 2021
13. Nurlela S, Suryono, Yuniar I, 2019 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Tidur Pasien Post Operasi Laparatomi Di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Pku Muhammadiyah Gombong. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, volume 5, No. 1, february 2019 diakses 2 januari 2021
14. Fahmi A. K, Agista D, Soekardjo. 2020 Kualitas Tidur Terhadap Kecemasan pada Warga Binaan Wanita. *Jurnal Kesehatan Perintis*, volume 7 no. 1 2020 diakses 2 januari 2021
15. Demur D. R. 2018 Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tingkat Kecemasan Pada Pasien Terpasang Infus Di Ruang Rawat Inap Interne Rsud Dr. Achmad Mochtar Bukitinggi. *Jurnal Kesehatan Perintis*, volume 5 no. 2 2018 diakese 2 januari 2021
16. Ningrum Cahya AW, Imardiani, Rahma 2017 faktor yang berhubungan dengan kualitas tidur pasien gagal ginjal kronik dengan terapi hemodialisa. *jurnal seminar nasional Keperawatan*. vol 3 no 1 2017
17. Melanie R, Jamaludin W. 2018 Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Pasien Pre Operasi Sectio Caesarea. *Pinlitamas*, volume 1 no. 1 2018 diakses 2 januari 2021
18. Budayani S. Satiti. 2015 Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Penderita Asma Di Rsud Kabupaten Karanganyar. *Naskah publikasih*, diakses 2 januari 2021
19. Wahyuni Sri. 2017 Dukungan Suami, Kecemasan Dan Kualitas Tidur Ibu Hamil Trimester III. *Naskah publikasi*, diakses 2 januari 2021
20. Danamik A. Veronica. 2020 Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Pasien Yang Menjalani Hemodialisis. *Jurnal keperawatan priorily*, volume 3 no. 1 2020 diakses 2 januari 2021.
21. Murwani, A., Umam M.K., 2021. Hubungan Intensitas Penggunaan *Smartphone* dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa Angkatan 2017 Program Studi Ilmu Keperawatan di Stikes Surya Global Yogyakarta. *Jurnal Formil (Forum Ilmiah) Kesmas Respati*, vol. 6 No. 1 tahun 2021