ABSTRAK

HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DENGAN KUALITAS TIDUR PADA PASIEN ANSIETAS DI POLI JIWA RSUD PROF. DR. ALOEI SABOE

Kecemasan merupakan gangguan psikologis. Individu yang mengalami kecemasan cenderung mengalami kesulitan tidur. Kondisi tersebut dapat berdampak pada aktivitas sehari-hari dan kualitas hidup pasien. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada pasien ansietas di Poli Jiwa RSUD Prof. Dr. Aloei Saboe Kota Gorontalo. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif analitik dengan pendekatan cross sectional. Jumlah sampel sebanyak 93 responden yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Instrumen yang digunakan yaitu *Zung Self Rating Anxiety Scale* (ZRAS) untuk mengukur tingkat kecemasan dan *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI) untuk mengukur kualitas tidur. Analisis data menggunakan uji Spearman Rank dengan tingkat signifikansi $\alpha = 0,05$. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami kecemasan sedang sebanyak 73 responden (78,5%) dan memiliki kualitas tidur buruk sebanyak 84 responden (90,3%). Hasil uji Spearman Rank diperoleh nilai p-value = 0,001 ($p < 0,05$) dengan nilai koefisien korelasi $r = 0,341$ yang menunjukkan adanya hubungan antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada pasien ansietas di Poli Jiwa RSUD Prof. Dr. Aloei Saboe Kota Gorontalo. Hubungan tersebut bersifat positif, yang berarti semakin tinggi tingkat kecemasan maka semakin buruk kualitas tidur pasien. Kesimpulan penelitian ini adalah terdapat hubungan signifikan antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pada pasien ansietas.

Kata Kunci: Tingkat kecemasan, kualitas tidur, pasien ansietas.

ABSTRACT

RELATIONSHIP BETWEEN ANXIETY LEVELS AND SLEEP QUALITY IN ANXIETY PATIENTS AT POLI JIWA RSUD PROF. DR. ALOEI SABOE

Anxiety is a psychological disorder. Individuals who experience anxiety tend to have difficulty sleeping. This condition can have an impact on daily activities and quality of life. This study aimed to determine the relationship between anxiety levels and sleep quality in anxiety patients at Poli Jiwa RSUD Prof. Dr. Aloei Saboe, Kota Gorontalo. This study used a quantitative analytical design with a cross-sectional approach. The sample consisted of 93 respondents selected using purposive sampling technique. The instruments used were the Zung Self Rating Anxiety Scale (ZRAS) to measure anxiety levels and the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) to measure sleep quality. Data analysis using Spearman Rank with a significance level of α = 0.05. The results showed that the majority of respondents experienced moderate anxiety, totaling 73 respondents (78.5%), and had poor sleep quality, totaling 84 respondents (90.3%). The Spearman Rank test showed a p-value = 0.001 (p < 0.05) with a correlation coefficient r = 0.34, indicating a relationship between anxiety levels and sleep quality in anxiety patients at Poli Jiwa RSUD Prof. Dr. Aloei Saboe, Kota Gorontalo. This relationship was positive, meaning the higher the anxiety level, the worse the sleep quality. The conclusion of this study is that there is a significant relationship between anxiety levels and sleep quality in anxiety patients.

Keywords: Anxiety level, sleep quality, anxiety patients.