

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN STRES DENGAN GEJALA INSOMNIA PADA  
MAHASISWA TINGKAT AKHIR FAKULTAS KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS ANDALAS**

**Penelitian Keperawatan Jiwa**



**NIA SAPUTRI**

**NIM. 1911312003**

**Pembimbing Utama**  
**Fitra Yeni, S.Kp, MA**

**Pembimbing Pendamping**  
**Ns. Esthika Ariany Maisa, M.Kep**

**FAKULTAS KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS ANDALAS  
JULI 2023**

FAKULTAS KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS ANDALAS  
Juli 2023

Nama : Nia Saputri  
NIM : 1911312003

Hubungan Stres dengan Gejala Insomnia pada  
Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Keperawatan  
Universitas Andalas

**ABSTRAK**

Mahasiswa tingkat akhir dihadapi dengan berbagai tuntutan dan tekanan akademik yang akan memicu respon psikologis sehingga beresiko mengalami gejala insomnia. Salah satu penyebab gejala insomnia adalah stres. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan, arah dan kekuatan hubungan antara stres dengan gejala insomnia pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Keperawatan Universitas Andalas. Jenis penelitian ini adalah analitik korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 114 mahasiswa tingkat akhir dengan teknik pengambilan sampel *stratified random sampling*. Penelitian ini dilaksanakan mulai dari bulan Mei sampai dengan Juni tahun 2023. Instrumen yang digunakan adalah *Insomnia Severity Index (ISI)* dan *Perceived Stress Scales (PSS)*. Analisis data menggunakan uji korelasi *Spearman rank*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa tingkat akhir Fakultas Keperawatan Universitas Andalas mengalami gejala insomnia ringan dengan stres sedang. Terdapat hubungan yang bermakna antara stres dengan gejala insomnia pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Keperawatan Universitas Andalas dengan arah hubungan positif dan kekuatan hubungan sedang, artinya semakin tinggi stres maka semakin buruk gejala insomnia ( $p = 0,000$  dan  $r = 0,416$ ). Diharapkan pada mahasiswa tingkat akhir dapat melakukan coping manajemen stres dan mengatur pola tidur dengan baik agar dapat meminimalisir gejala insomnia.

Kata Kunci : gejala insomnia, mahasiswa tingkat akhir, stres

Daftar Pustaka: 83 (2005 - 2023)

FACULTY OF NURSING  
ANDALAS UNIVERSITY  
July 2023

Name : Nia Saputri  
Student ID Number : 1911312003

*The Relationship Between Stress and Insomnia Symptoms in  
Final State Students of The Faculty of Nursing  
Andalas University*

**ABSTRACT**

*Final-year students are faced with various academic demands and pressures that will trigger psychological responses so they are at risk of experiencing insomnia symptoms. One of the causes of insomnia symptoms is stress. The purpose of this study was to determine the relationship, direction, and strength of the relationship between stress and insomnia symptoms in final-year students of the Faculty of Nursing, Andalas University. This type of research is an analytic correlation with the cross sectional approach. The sample in this study amounted to 114 final-year students with a stratified random sampling technique. This research was conducted from May to June 2023. The instruments used were the Insomnia Severity Index (ISI) and Perceived Stress Scales (PSS). Data analysis used the Spearman's rho correlation test. The results of this study indicate that final-year students of the Faculty of Nursing, Andalas University experience symptoms of mild insomnia with moderate stress. There is a significant relationship between stress and insomnia symptoms in final-year students of the Faculty of Nursing, Andalas University, with a positive relationship direction and moderate relationship strength, meaning that the higher the stress, the worse the insomnia symptoms ( $p = 0.000$  and  $r = 0.416$ ). It is hoped that final-year students will be able to cope with stress management and manage sleep patterns well to minimize insomnia symptoms.*

*Keywords : insomnia symptoms, final-year students, stress*

*References : 83 (2005-2023)*