

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecemasan dengan insomnia pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Universitas Mercu Buana Yogyakarta. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 63 mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Universitas Mercu Buana Yogyakarta. Memiliki karakteristik mahasiswa yang sedang menyusun skripsi, pada angkatan 2015 di Universitas Mercu Buana Yogyakarta kampus 3. Metode pengumpulan data menggunakan Skala Kecemasan dan Skala Insomnia. Teknik analisis data yang digunakan adalah korelasi *product moment* dari Karl Pearson. Berdasarkan hasil analisis data diperoleh koefisien korelasi (r) sebesar 0,783 dengan $p = 0,00$ ($p < 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif yang signifikan antara kecemasan dengan insomnia. Diterimanya hipotesis dalam penelitian ini menunjukkan koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,613 sehingga dapat dikatakan bahwa variabel kecemasan memiliki kontribusi 61,3% terhadap insomnia dan sisanya 38,7% dikontribusikan oleh faktor lain.

Kata kunci: kecemasan, insomnia, mahasiswa

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between anxiety and insomnia in students who are writing their thesis at Mercu Buana University, Yogyakarta. The subjects in this study were 63 students who were writing their thesis at Mercu Buana University, Yogyakarta. Having the characteristics of students who are preparing their thesis, in class of 2015 at Mercu Buana University Yogyakarta campus 3. Methods of data collection are using Anxiety Scale and Insomnia Scale. The data analysis technique used is the product moment correlation from Karl Pearson. Based on the results of data analysis obtained correlation coefficient (r) of 0.783 with $p = 0.00$ ($p < 0.05$). These results indicate that there is a significant positive relationship between anxiety and insomnia. The acceptance of the hypothesis in this study showed a coefficient of determination (R^2) of 0.613 so that it can be said that the anxiety variable contributed 61.3% to insomnia and the remaining 38.7% was contributed by other factors.

Keywords: anxiety, insomnia, students