

## **BAB V**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Hasil Penelitian**

##### **1. Gambaran Umum**

Stikes Widya Dharma Husada Tangerang adalah sebuah institusi yang bergerak dibidang Pendidikan ilmu Kesehatan dibawah naungan universitas Pamulang. Stikes Widya Dharma Husada Tangerang ini berada di wilayah Tangerang Selatan dimana jurusan Ilmu Keperawatan terdiri dari 2 program yaitu : program regular dan program B ( kelas karyawan ).

Untuk Program B sendiri khususnya Tahun Akademik 2020/ 2021 Semester Awal terdapat 22 mahasiswa/i kelas pamulang dan 4 kelas semester Akhir sebanyak 136 mahasiswa/i. Adapun Sebagian besar dari mereka semuanya berprofesi sebagai perawat baik yang bekerja di rumah sakit ataupun di puskesmas.

Dimasa pandemic ini mahasiswa/I Stikes Widya Dharma Husada Tangerang tetap melaksanakan kuliah secara daring, sehingga dalam menjalankan tugasnya sebagai perawat tetap dilaksanakan seperti biasa.

##### **2. Analisa Univariat**

Analisa ini dilakukan pada setiap variabel dari hasil penelitian. Pada umumnya dalam analisis ini hanya menghasilkan distribusi frekuensi dan presentase dari setiap variabel, yaitu Tingkat kecemasan dan kualitas tidur tenaga perawat pada masa pandemic covid 19, tetapi sampai belum melihat adanya hubungan.

Adapun Analisa univariat ini terdiri dari :

a. Karakteristik responden

Bagian ini akan diuraikan tentang karakteristik 86 responden berdasarkan Tempat kerja , ruang tugas, jenis kelamin,Usia.

Tabel 5.1.Karakteristik responden hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur perawat pada masa pandemic covid 19

<b>NO</b>	<b>Karakteristik Responden</b>	<b>Parameter</b>	<b><math>\Sigma</math></b>	<b>%</b>
<b>1</b>	Tempat Kerja	Rumah sakit	76	87 %
		Puskesmas	11	13 %
<b>2</b>	Ruang Tugas	Hd	1	1%
		ICU	8	9%
		Nicu	1	1%
		OK	6	7%
		Poli	14	16%
		Rawat inap	35	41%
		UGD	16	19%
		Lain - lain	5	6%
<b>3</b>	Jenis Kelamin	Laki	24	28%
		Perempuan	62	72%
<b>4</b>	Usia	22 – 31	42	49%
		32 – 41	33	38%
		42 – 51	10	12%
		52 - 61	1	1%

Dari table 5.1 diatas terlihat bahwa mayoritas mahasiswa/I program B Stikes Widya Dharma Husada Tangerang bekerja di Rumahsakit dan bertugas di ruang rawat inap dengan berjenis kelamin perempuan dan usia yang masih dapat dikatakan produktif (usia 22 – 41). Hal ini berkaitan dengan angka prevalensi terkonfirmasi positif covid 19 adalah perawat yang bertugas di rawat inap, dimana mereka pada awal hingga pertengahan pandemic covid angka kejadian mengalami peningkatan di bandingkan dengan ruangan khusus rawat covid 19. Hal ini di mungkinkan karena dirawat ruang khusus covid memang dipersiapkan untuk penanganan pandemic, sedangkan ruang rawat inap pada awalnya focus pada perawatan pasien non covid.

b. Variabel Penelitian

Pada variable penelitian ini terdiri dari tingkat kecemasan perawat dan kualitas tidur perawat selama masa pandemic covid 19

1) Tingkat Kecemasan Perawat perawat pada masa pandemic covid 19

Table 5.2 Tingkat kecemasan perawat dalam Hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur perawat pada masa pandemic covid 19

<b>PARAMETER</b>	<b><math>\Sigma</math></b>	<b>%</b>
<b>Normal</b>	80	93%
<b>Ringan</b>	6	7%
<b>Sedang</b>	0	
<b>Berat</b>	0	

Dari Tabel 5.2 di atas jelas terlihat bahwa tingkat kecemasan perawat masih normal, hal ini dapat dimungkinkan karena kesigapan serta kesiapan pemerintah dalam mengantisipasi kesiapan tenaga Kesehatan khususnya perawat dalam penanganan covid 19 dengan langsung memberikan pelatihan kilat serta penyediaan sarana prasarana awal penanganan covid 19. Namun demikian meskipun tingkat kecemasan kategori ringan sebanyak 7 % tidak boleh diabaikan karna bisa saja hal ini dapat mengganggu produktifitas kerja tim, sehingga kemungkinan dapat mempengaruhi kinerja dalam memberikan asuhan keperawatan selama tugas atau bahkan mengganggu kualitas tidur perawat.

## 2) Kualitas tidur perawat

Pada pengukuran kualitas tidur ini pada penialaian terstandar terdapat 7 komponen yaitu : kualitas tidur subyektif responden, latensi tidur responden, lama tidur responden, efisiensi tidur responden, gangguan Ketika tidur malam, kecenderungan pemakaian obat untuk membantu tidur responden, dan gangguan aktivitas responden pada siang hari.

Tabel 5.3 Gambaran kualitas tidur subyektif responden dalam hubungan tingkat kecemasan dan kualitas tidur perawat pada masa pandemic covid 19

<b>Parameter</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>%</b>
<b>Sangat Baik</b>	9	11 %
<b>Baik</b>	43	50 %
<b>Kurang</b>	25	28 %
<b>Sangat Kurang</b>	9	11 %

Dari table 5.3 secara umum responden memiliki kualitas tidur baik menurut subyektifitas responden. Hal ini dikarenakan pertanyaan pada kuisioner bersifat subyektifitas. Tetapi harus diwaspadai pula bahwa nilai kualitas tidur secara subyektif dengan kategori kurang meskipun hanya mencapai 28 %, ini membuktikan bahwa selama pandemic covid 19 kualitas tidur beberapa responden mengalami gangguan, yang mungkin juga dikarenakan kecemasan yang muncul meskipun masih bisa diatasi dengan coping individu yang mereka miliki.

Tabel 5.4 Gambaran Latensi tidur responden dalam hubungan Tingkat kecemasan dengan kualitas Tidur perawat pada masa pandemic covid 19.

<b>Parameter</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>%</b>
<b>sangat baik</b>	15	17%
<b>baik</b>	33	38%
<b>kurang</b>	30	35%
<b>sangat kurang</b>	8	9%

Pada Tabel 5.4 Mayoritas latensi tidur responden antara kategorik baik dan kurang memiliki persentase yang hamper sama. Hal ini membuktikan bahwa selama pandemic covid 19 responden yang juga sebagai perawat untuk latensi tidurnya tidak maksimal, dimana responden mayoritas mengalami kendala dalam memulai waktu tidur selama 30 menit pertama. Dan kondisi ini memungkinkan bahwa alam bawah sadar responden sebetulnya sudah mulai mengalami kecemasan terhadap pandemic covid 19 .

Tabel 5.5 Gambaran Lama tidur responden pada malam hari dalam hubungan tingkat kecemasan dengan Hubungan tidur perawat pada masa pandemic covid 19

<b>Parameter</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>%</b>
<b>Sangat Baik</b>	9	10%
<b>Baik</b>	68	79%
<b>Kurang</b>	9	10%
<b>Sangat Kurang</b>	0	0%

Berdasarkan table 5.5 secara kuantitas lama tidur responden dapat dikatakan baik karena jumlah waktu tidur responden sesuai standard yaitu 6 – 7 jam. Hal ini dikarenakan karna hanya focus pada jumlah lama responden tidur tanpa memperhatikan pukul berapa responden memulai tidur dan pukul berapa responden bangun Kembali.

Tabel 5.6 Gambaran Efisiensi tidur responden dalam hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur perawat pada masa pandemic covid 19.

<b>Parameter</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>%</b>
<b>Sangat Baik</b>	58	67%
<b>Baik</b>	21	24%
<b>Kurang</b>	2	2%
<b>Sangat Kurang</b>	5	6%

Pada Tabel 5.6 didapatkan data bahwa Efisiensi tidur responden sangat baik yaitu dengan nilai 67 %. Hal ini dikarenakan terdapat pengaruh dari lama

waktu tidur responden selama pandemic covid 19 yang bisa dikatakan normal, tanpa memperhatikan kualitas dan aktivitas awal tidur responden.

Tabel 5.7. Gambaran gangguan tidur malam yang dialami responden dalam hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur pasien pada masa pandemic covid 19.

<b>Parameter</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>%</b>
<b>Sangat Baik</b>	11	13%
<b>Baik</b>	56	65%
<b>Kurang</b>	19	22%
<b>Sangat Kurang</b>	0	0%

Dari table 5.7 didapatkan data bahwa responden Sebagian besar tidak pernah mengalami gangguan tidur malam yang hingga mengahurkan responden terbangun. Hal ini dimungkinkan karena factor kelelahan responden dalam menjalankan tugasnya sebagai perawat serta motivasi besar untuk meningkatkan imun pada masa pandemic covid 19, sehingga responden menanamkan berfikir positif harus melepaskan semua beban tugas Ketika tidur dan mencoba dalam kondisi rileks.

Tabel 5.8 Gambaran Penggunaan Obat responden Ketika mengawali aktivitas tidur dalam Hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur perawat pada masa pandemic covid 19.

<b>Parameter</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>%</b>
<b>Tidak pernah</b>	56	65%
<b>1x seminggu</b>	29	34%
<b>2x seminggu</b>	1	1%
<b>3x seminggu</b>	0	0%

Dari table 5.8 dapat diketahui bahwa selama pandemic covid ini responden dalam memenuhi kebutuhan tidurnya tidak pernah menggunakan obat – obatan untuk membantu tidurnya sebanyak 65 %. Hal ini dikarenakan latar belakang responden sebagai perawat mengerti akan efek samping dari obat – obatan tersebut serta responden mengetahui bagaimana cara memenuhi kebutuhan tidur yang baik seperti apa. Tetapi perlu di waspadai juga nilai pemakaian obat= obatan 1x seminggu dalam pemenuhan kebutuhan tidur responden dengan nilai 34 % , dimana data ini membuktikan bahwa ada kemungkinan terjadi gangguan tidur hingga memerlukan obat-obatan dalam mengatasi masalah kebutuhan tidur selain itu juga data ini data mengarahkan, bahwa terdapat kemungkinan terjadi kecemasan pada responden sehingga bermasalah dalam pemenuhan kebutuhan tidur.

Tabel 5.9 Gambaran gangguan aktivitas responden di siang hari dalam hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur perawat pada masa pandemic covid 19

<b>Parameter</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>%</b>
<b>Tidak antusias</b>	0	0%
<b>Kecil</b>	9	10%
<b>Sedang</b>	47	55%
<b>Besar</b>	30	35%

Dari table 5.9 didapatkan data bahwa gangguan aktivitas responden pada siang hari kategori sedang sebanyak 55 % dan kategori besar 35 %, hal ini membuktikan bahwa responden memang mengalami gangguan kebutuhan tidur meskipun pada pernyataan data sebelumnya menyatakan bahwa lama tidurnya baik masih memenuhi standar kebutuhan tidur serta tidak mengalami gangguan tidur pada malam hari. Hal ini dapat disebabkan oleh semakin meningkatnya angka kejadian positif covid 19 khususnya angka meninggal covid 19 dikalangan Kesehatan khususnya tenaga perawat, serta semakin kacaunya waktu tidur responden meskipun jumlah waktu tidur mencukupi standard. Atau dapat juga disebabkan semakin meningkatnya rasa kecemasan yang tanpa disadari oleh responden sebagai tenaga perawat yang kontak langsung dengan masyarakat terkonfirmasi covid 19 tetapi tanpa gejala.

Tabel 5.10 Gambaran kualitas tidur responden dalam hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur perawat pada pandemic covid 19

<b>Parameter</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>%</b>
<b>Baik</b>	7	8%
<b>Buruk</b>	79	92%

Dari table 5.10 didapatkan data bahwa kualitas responden secara keseluruhan memiliki kualitas tidur yang buruk sebanyak 92 %. Hal ini mungkin dikarenakan peningkatan kasus covid 19 sebelum di lakukan vaksinasi dan mungkin juga karna responden sedang menghadapi semester akhir sebagai mahasiswa Stikes Widya Dharma Husada Tangerang. Sehingga meskipun dalam penskorangan responden memiliki skor 5 – 10 maka responden dinyatakan kualitas tidurnya buruk.

### 3. Analisa Bivariat

Pada Analisa Bivariat ini peneliti akan membandingkan antara tingkat kecemasan responden dengan kualitas tidur responden, hingga menyajikan apakah antara variable tingkat kecemasan dengan kualitas tidur responden memiliki hubungan.

Tabel 5.11 Gambaran tingkat kecemasan dan kualitas tidur perawat pada masa pandemic covid 19

<b>Parameter</b>	<b>kategorik</b>	$\Sigma$	<b>%</b>
<b>Tingkat kecemasa</b>	normal	80	93%
	Ringan	6	7%
	Sedang	0	
	Berat	0	
<b>Kualitas Tidur</b>	Baik	7	8%
	Buruk	79	92%

Tabel 5.12 Hubungan Tingkat kecemasan dengan kualitas tidur tenaga perawat pada masa pandemic covid 19

Tingkat Kecemasan	Kualitas Tidur		%	Total
	Baik	Buruk		
Normal	7	73	93%	80
Ringan	0	6	7%	6
<b>Total</b>	7	79	100%	86

Dari table 5.12 didapatkan data bahwa responden dengan kondisi tingkat kecemasan normal masih mengalami kualitas tidur buruk.

Data tersebut didapatkan dari hasil perhitungan data menggunakan PSPP dengan nilai Sommer'd nilai  $\alpha = 0,51$  ,berarti  $\geq 0,05$  dengan  $r = 0.8$  yang menunjukkan bahwa tidak adanya hubungan yang signifikan antara dua variabel, dan nilai gamma Pvalue 1,00 dengan std.error 0.00 ini menunjukkan bahwa korelasi dua variable sangat lemah atau benar – benar tidak ada hubungan antara dua variabel. Sehingga dapat di simpulkan bahwa tidak ada Hubungan Tingkat kecemasan dengan Kualitas tidur tenaga perawat pada masa Pandemi covid 19 yang dialami oleh mahasiswa/I keperawatan Program B Stikes Widya Dharma Husada Tangerang.

## B. Pembahasan

Tabel 5.1.Karakteristik responden hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur perawat pada masa pandemic covid 19

Pada hasil penelitian ditemukan bahwa karakteristik saat pengolahan data tentang Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Kualitas Tidur tenaga perawat

pada masa pandemic ini di dominasi oleh jenis kelamin perempuan (62 responden), Bekerja di rumah Sakit sebanyak 76, dan bertugas di ruang rawat inap sebanyak 35, untuk usia di dominasi kelompok umur 22 – 41 tahun sebanyak 75 responden. Hal ini sangat memungkinkan sekali responden mengalami kecemasan yang kemudian dapat mengganggu kebutuhan tidur mereka di masa pandemic ini.

Secara teori, menurut Stuart 2013, bahwasannya karakteristik diatas memang sangat berpengaruh terhadap tingkat kecemasan seseorang. Jenis kelamin Perempuan cenderung lebih peka terhadap perubahan baik secara emosional ataupun kondisi sehingga menimbulkan kecemasan, lingkungan seperti tempat kerja dan ruang kerja juga dapat mempengaruhi terjadinya perubahan tingkat cemas, usia dan Pendidikan seseorang akan menentukan bagaimana ia akan melakukan coping serta berpola pikir dalam menghadapi perubahan yang mendadak serta membutuhkan adaptasi secara cepat, sehingga seseorang dapat tetap beraktifitas serta memodifikasi kehidupannya selama menghadapi stresor.

Sedangkan dalam buku Alimul, Aziz H. 2015, menjelaskan bahwa Usia, Lingkungan, kelelahan aktivitas, obat, serta stress dapat mempengaruhi seseorang dalam pemenuhan kebutuhan tidurnya, dan secara tidak langsung jika salah satu kebutuhan tidurnya tidak terpenuhi maka seseorang akan dikatakan memiliki kualitas tidur yang buruk.

Berdasarkan Penelitian terdahulu tentang tingkat Kecemasan Menurut Blacburn & Davidson (dalam Safaria & Saputra, 2012) menjelaskan faktor-faktor yang menimbulkan kecemasan, seperti pengetahuan yang dimiliki seseorang mengenai situasi yang sedang dirasakannya, apakah situasi tersebut mengancam atau tidak memberikan ancaman, serta adanya pengetahuan mengenai kemampuan diri untuk mengendalikan dirinya.

Sesuai penelitian terdahulu tentang kualitas tidur ; merupakan fenomena yang sangat kompleks yang melibatkan berbagai domain, antara lain, penilaian terhadap lama waktu tidur, gangguan tidur, masa laten tidur, disfungsi tidur pada siang hari, efisiensi tidur, kualitas tidur, penggunaan obat tidur. Jadi apabila salah satu dari ketujuh domain tersebut terganggu maka akan mengakibatkan terjadinya penurunan kualitas tidur (Buysee 1989 dalam Indarwati, 2012).

Berdasarkan fakta, teori serta penelitian terdahulu maka jelas sekali Karakteristik Usia, Jenis kelamin, Lingkungan kerja, serta Pendidikan seseorang sangatlah mempengaruhi bagaimana menghadapi perubahan dan stresor tinggi seperti pandemic covid 19. Karena karakteristik tersebut dapat menentukan seseorang bagaimana harus beradaptasi secara cepat dan berlangsung dalam jangka waktu yang cukup lama, khususnya pada masa pandemic covid 19 ini seorang perawat yang sekaligus sebagai mahasiswa harus tetap beraktivitas memenuhi kebutuhan serta tuntutan yang ada untuk tetap bertahan sampai pandemic berakhir. Hal ini terbukti dengan hasil penelitian Sebagian besar responden tingkat kecemasannya normal yaitu 80 responden ( 90 %).

Begitupun dengan kualitas tidur seseorang karakteristik diatas memang sangat berpengaruh pada masa pandemi covid 19 ini, semakin bertambahnya usia semakin berkurang waktu tidur, mudah Lelah, serta mudah terpicu stress psikologi yang akhirnya membawa seseorang secara tidak sadar dalam kondisi cemas yang berakibat penurunan kualitas tidur, jenis kelamin yang mayoritas perempuan secara kodrat memiliki psikologi dan emosi yang lebih peka ditambah dengan factor kelelahan dilingkungan kerja yang mengharuskan melaksanakan shift dinas yang lebih lama ditambah lagi harus menggunakan APD yang membuat semua kurang nyaman. Mungkin secara lama tidur dari hasil penelitian mayoritas responden dikatakan normal, tapi Ketika di skoring

dari 7 domain salah satu dari domain tersebut tidak mencukupi nilai yang terstandar maka dikatakan seseorang tersebut pada kondisi kualitas tidur buruk. Hal ini terbukti dengan hasil skoring kualitas tidur responden 79 (92 %) memiliki kualitas tidur buruk, meskipun secara skrong mayoritas dari mereka memiliki nilai rentang 6 – 10.

Table 5.2 Tingkat kecemasan perawat dalam Hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur perawat pada masa pandemic covid 19

Dari hasil Penelitian mayoritas responden memiliki tingkat kecemasan normal sebanyak 80 responden ( 93 % ).Hal ini terjadi di dukung oleh karakteristik responden seorang perawat dan sekaligus sebagai mahasiswa Program B Stikes Widya Dharma Husada Tangerang serta usia responden yg mayoritas usia 22 – 41 tahun.

Secara teori ( Stuard 2013 ) tingkat kecemasan seseorang akan baik atau normal meskipun dalam situsi stress psikologi Ketika seseorang memeiliki tingkat pengetahuan tinggi dan baik, lingkungan yang mendukung untuk beradaptasi,serta kematangan berfikir sesuai tingkat usia dan perkembangannya.

Sesuai penelitian terdahulu ( fadli dkk, 2020 ) mengatakan bahwa kecemasan dan usia, jenis kelamin, status keluarga, kejujuran pasien, ketersediaan peralatan perlindungan pribadi, dan pengetahuan sangat mempengaruhi seseorang dalam menghadapi kecemasan serta bagaimana seseorang melakukan koping dalam menjalani kehidupan selama pandemic covid 19. Khususnya tentang ketersediaan peralatan perlindungan pribadi, sehingga seseorang dapat menurunkan tingkat kecemasannya akan resiko tinggi terinfeksi covid 19.

Dari uraian diatas secara fakta, teori serta penelitian terdahulu maka jelas mengapa hasil penelitian mayoritas responden memiliki tingkat kecemasan normal. Selain responden memiliki tingkat pengetahuan yang tinggi yaitu sebagai mahasiswa keperawatan program B Stikes Widya Dharma Husada Tangerang, responden juga sebagai perawat di rumah sakit dan puskesmas. Hal ini menyebabkan pola pikir responden tentang pandemic covid 19 sangat baik sehingga mengerti dan dapat melakukan antisipasi terhadap resiko terinfeksi virus covid 19 serta memahami bagaimana harus melakukan prevensi, kuratif serta rehabilitative covid 19, ditambah lagi kelompok usia responden yang tergolong dalam usia produktif sehingga mendukung responden untuk mampu berfikir dan bertindak cepat selama menghadapi pandemic ini. Sedangkan untuk factor lingkungan, sejak pandemic ini awal masuk ke Indonesia, pemerintah langsung melakukan antisipasi berkaitan dengan pandemic covid 19 antara lain : penyuluhan dan pelatihan kilat tentang penanganan covid 19 pada tenaga paramedis khususnya perawat, menyediakan sarana dan prasarana khusus pandemic serta mengeluarkan protap- protap penanganan pandemic covid 19, dan yang tidak kalah pentingnya mengeluarkan tentang kebijakan lock down negara serta dukungan social pemerintah khususnya reward kinerja perawat.

Tabel 5.10 Gambaran kualitas tidur responden dalam hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur perawat pada pandemic covid 19

Sesuai Hasil Penelitian mayoritas responden memiliki kualitas tidur yang buruk yaitu sebanyak 79 responden ( 92 %). Hal ini dikarenakan terdapat salah satu dari 7 domain kualitas tidur responden tidak tercukupi khususnya pada domain latensi tidur, kecenderungan menggunakan obat, serta gangguan aktivitas siang, meskipun secara skor mayoritas responden memiliki nilai 6 – 10.

Secara teori dalam Alimul Aziz Ketika seseorang tidak mencapai tidur kondisi REM maka akan beresiko mengalami gangguan aktivitas sehari – hari seperti mudah marah, terdapat lingkaran hitam sekitar mata, mudah Lelah dan menguap, dan pada akhirnya cenderung akan meminta bantuan untuk mencapai tahapan tidur yang sempurna dengan menggunakan obat – obatan untuk mencapai tahapann tidur yang sempurna.

Sedangkan menurut penelitian terdahulu muflih 2019, dalam penelitiannya menjelaskan bahwa kualitas tidur seseorang sangat dipengaruhi oleh kondisi stress yang dihadapi oleh pasien pre operasi. Dimana pasien tidak dapat tidur karna membayangkan proses operasi yang menyebabkan kondisi mudah marah, dan lebih sensitive Ketika berinteraksi dengan yang lain.

Dari hal diatas sangatlah jelas ketika seseorang digali secara subyektif dengan pertanyaan positif tentang aktivitas tidur maka cenderung hasilnya baik. Ketika digali lebih dalam tentang aktivitas tidurnya dengan pertanyaan tertutup maka responden responden secara otomatis menjawab dengan kejujurannya dalam menjalani tahapan tidur, yang pada akhirnya terdeteksi bahwa latensi tidur seseorang harus diperhatikan bukan sekedar mencukupi jumlah total lama tidur tetapi tahapan sebelum tidur pun harus diperhatikan khususnya menghadapi stress psikologi seperti pandemic covid 19 ini. Karna Ketika kondisi ini tidak teratasi maka akan terlihat pada penurunan hingga gangguan aktivitas di siang hari yang kemudian dalam kondisi tertentu akan mendorong seseorang untuk menggunakan cara instan yaitu mengkonsumsi obat tidur. 7 domain yang ad ajika salah satunya tidak terpenuhi maka jelas kualitas tidur seseorang mengalami penurunan atau buruk.

Tabel 5.12 Hubungan Tingkat kecemasan dengan kualitas tidur tenaga perawat pada masa pandemic covid 19

Dari hasil penelitian didapatkan data bahwa responden dengan kondisi tingkat kecemasan normal masih mengalami kualitas tidur buruk sebanyak 73 responden .

Data tersebut didapatkan dari hasil perhitungan data menggunakan PSPP dengan nilai Sommer'd nilai  $\alpha = 0,51$  ,berarti  $\geq 0,05$  dengan nilai  $r = 0.8$  yang menunjukkan bahwa tidak adanya hubungan yang signifikan antara dua variabel, dan nilai gamma Pvalue 1,00 dengan std.error 0.00 ini menunjukkan bahwa korelasi dua variable sangat lemah atau benar – benar tidak ada hubungan antara dua variabel. Sehingga dapat di simpulkan bahwa  $H_0$  diterima atau “ Tidak ada Hubungan Tingkat kecemasan dengan Kualitas tidur tenaga perawat pada masa Pandemi covid 19” yang dialami oleh mahasiswa/I keperawatan Program B Stikes Widya Dharma Husada Tangerang.

Hasil penelitian terdahulu muflih 2019 Cemas merupakan suatu fenomena yang sering kita jumpai dalam kehidupan sehari-hari, cemas merupakan reaksi emosional terhadap penilaian dari stimulus. Namun pada dasarnya cemas yang berlebihan merupakan suatu keadaan ketika individu mengalami atau beresiko mengalami suatu perubahan nyaman atau mengganggu gaya hidup yang diinginkannya.

Aris Yulianto, 2018; Kecemasan merupakan respon perasaan yang dapat meningkatkan kadar norepinefrin dalam darah melalui stimulasi sistem saraf simpatis, perubahan kimia ini akan menyebabkan kualitas tidur buruk. apabila tidak ditangani dengan tepat maka kerja jantung lebih berat serta mempunyai resiko empat kali lebih banyak mengalami serangan jantung dan stroke pada pasien dengan gangguan kardiovaskuler.

Dari uraian diatas, pada penelitian ini tidak sesuai dengan hasil diatas karna kesimpulan penelitian  $H_0$  diterima yang artinya tidak adak hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur perawat pada pama pandemic covid 19. Hal

ini disebabkan hasil tingkat kecemasan responden normal tetapi memiliki kualitas tidur buruk, penulis focus pada uraian kecemasan dengan kualitas tidur aris yulianto 2018, dikatakan disana bahwa perubahan kimia tentang peningkatan atau penurunan kadar norepinephrine dalam darah yang menstimulasi saraf simpatis dapat mempengaruhi kualitas tidur seseorang.

Begitupun pada penelitian ini penulis berasumsi bahwa Ketika seseorang menyatakan tenang atau tidak cemas, mungkin mereka dapat meyakinkan orang lain bahwa ia tidak dalam kondisi kecemasan, tetapi secara kimia tubuh mereka tidak akan bisa berbohong saraf simpatis bekerja dibawah alam sadar mereka yang mengkondisikan sebetulnya mereka dalam kondisi cemas meskipun ringan, dan kondisi ini dapat mempengaruhi kualitas tidur mereka terbukti pada hasil pengumpulan data bahwa terdapat salah satu domain yang tidak terpenuhi oleh responden yaitu gangguan aktivitas siang hari, sehingga mereka memiliki kualitas tidur buruk meskipun dengan tingkat kecemasan normal. beban kerja bertambah serta dinamisnya tanda dan gejala covid 19, atau kesibukan tugas akhir mahasiswa dapat juga mempengaruhi kualitas tidur seseorang.

Alasan lain mengapa pada penelitian ini tidak ada hubungan antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur yaitu pelaksanaan atau proses penggalian data penelitian ini dilakukan pada waktu pemerintah telah melaksanakan proses vaksinasi bertahap, angka kejadian covid sudah mulai menurun, responden berprofesi perawat dan sebagai mahasiswa sehingga memungkinkan sekali memiliki coping serta proses adaptasi yang cepat dan baik selama pandemic covid 19, dan meskipun kuisioner penelitian ini terstandar tetapi mungkin juga proses via google form atau online dapat mempengaruhi jawaban yang diberikan responden khususnya tentang tingkat kecemasan.

