

BAB V

PENUTUP

A. KESIMPULAN

1. Karakteristik responden berdasarkan Tingkat Kecemasan, sebagian besar adalah responden adalah termasuk kategori Kecemasan Ringan yaitu sebanyak 77 responden (72,0%)
2. Karakteristik responden berdasarkan Kualitas Tidur, sebagian besar adalah responden adalah termasuk kategori Buruk yaitu sebanyak 66 responden (61,7%).
3. Berdasarkan hasil analisis hubungan antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur ditemukan bahwa dari 107 responden terdapat responden yang mengalami tidak ada kecemasan dengan kualitas tidur yang baik sebanyak 20 responden (18.7%) Sedangkan responden yang mengalami cemas ringan dengan kualitas tidur buruk sebanyak 64 responden (59,8%), namun, untuk responden yang mengalami cemas sedang dengan kondisi kualitas tidur sangat buruk sebanyak 4 responden (3.7%). Hasil penelitian menyatakan bahwa ada hubungan antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur, dengan nilai *significancy* pada hasil uji *Spearman Rank* menunjukkan ($p = 0,000 < 0,05$).

B. SARAN

1. Bagi keilmuwan Keperawatan

Penelitian ini diharapkan bisa digunakan sebagai perbandingan dan referensi dalam rangka meningkatkan kualitas asuhan keperawatan jiwa khususnya tingkat kecemasan dengan kualitas tidur mahasiswa tingkat akhir

2. Bagi Peneliti Berikutnya

Diharapkan penelitian ini dapat digunakan untuk menambah informasi dan data tambahan yang dapat digunakan untuk meneliti selanjutnya tentang hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas tidur mahasiswa tingkat akhir serta diharapkan bagi peneliti selanjutnya dapat mengidentifikasi penyebab kecemasan mahasiswa dalam menyelesaikan tugas akhir, faktor yang mempengaruhi kecemasan dan kualitas tidur mahasiswa dalam penyelesaian tugas akhir dan mempersempit ruang lingkup penelitian seperti skripsi mahasiswa program studi keperawatan dan lain sebagainya.

3. Bagi Responden

Hasil penelitian ini diharapkan mampu dijadikan sebagai sumber informasi kepada semua mahasiswa terutama mahasiswa tingkat akhir yang belum mengetahui tentang hubungan antara tingkat kecemasan dengan kualitas tidur.