

## ABSTRAK

**Ajeng Syaifi Tamalla**, 180103040274, *Prevalensi Insomnia Pada Mahasiswa UIN Antasari Yang Sedang Mengerjakan Skripsi*, Pembimbing: (1) Musfichin, MA (2) Dra. Hj. Siti Faridah, M.Ag., pada Program Studi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora, UIN Antasari Banjarmasin. 2024

Kata Kunci : *Insomnia*, Mahasiswa, Skripsi, Tingkat *Insomnia*

Pengerjaan skripsi hingga larut malam dapat membuat letih saat terbangun pagi hari. Proses pengerjaan yang memerlukan waktu membuat beberapa mahasiswa begadang dalam pengerjaannya, jam tidur yang tidak beraturan, hingga pikiran bagaimana caranya agar cepat terselesaikan. Pengerjaan skripsi tidak hanya dilakukan pada malam hari, tetapi juga pada pagi, siang atau sore hari, tetapi jika malam hari terdapat gangguan dan kendala saat tidur tentu akan mempengaruhi kegiatan pagi hari. Baik gangguan konsentrasi ataupun gangguan dalam bersosialisasi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui prevalensi *insomnia* pada mahasiswa UIN Antasari yang sedang mengerjakan skripsi.

Metode yang digunakan adalah metode kuantitatif deskriptif dengan teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah dengan jenis *sampling purposive*. Populasi yang digunakan adalah mahasiswa UIN Antasari yang sedang mengerjakan skripsi berjumlah 4.426 orang mahasiswa, kemudian sampel ditentukan dengan *table Issac* dan *Michael* tingkat kesalahan 10% maka di dapat sebanyak 255 sampel. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner, dengan analisis data menggunakan *IBM SPSS Statistic 27*.

Hasil pada penelitian ini adalah mayoritas mahasiswa mengalami tingkat *insomnia* sedang 169 (66,3%) kemudian dilihat berdasarkan a. jenis kelamin laki-laki mengalami tingkat *insomnia* sedang dengan 41 (56,2%), b. Berdasarkan jenis kelamin perempuan, tingkat *insomnia* sedang 128 (70,3%), c. berdasarkan Angkatan mahasiswa menunjukkan, angkatan 2017 tingkat *insomnia* sedang 4 (66,7%), Angkatan 2018 tingkat *insomnia* sedang 28 (66,7%), Angkatan 2019 tingkat *insomnia* sedang 36 (65,5%), dan angkatan 2020 *insomnia* tingkat sedang 101 (66,4%) d. berdasarkan semester 7, *insomnia* tingkat sedang 101 (66,0%), Semester 9, tingkat sedang 35 (64,8%), Semester 11, tingkat *insomnia* tingkat sedang 26 (66,7%), Semester 13, tingkat *insomnia* sedang 4 (66,7%). e. berdasarkan fakultas, fakultas Ushuluddin dan humaniora tingkat *insomnia* sedang 65 (72,2%), fakultas Tarbiyah dan Keguruan *insomnia* sedang 53 (69,7%), Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi tingkat *insomnia* sedang 10 (50,0%) Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam, tingkat *insomnia* sedang 24 (63,2%), Fakultas Syariah tingkat *insomnia* sedang 17 (54,8%)