

ABSTRAK

HUBUNGAN ANTARA GANGGUAN TIDUR MENURUT KUESIONER *PITTSBURGH SLEEP QUALITY INDEX* DENGAN PRESTASI AKADEMIK MAHASISWA SEMESTER ENAM FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS KRISTEN MARANATHA

Kristiani*, Ade Kurnia Surawijaya, Fen Tih*****

*Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Maranatha

**Bagian Psikiatri Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Maranatha

***Bagian Biokimia Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Maranatha

Jl. Prof. Drg. Surya Sumantri MPH No.65 Bandung 40164 Indonesia

Abstrak

Tidur merupakan kebutuhan esensial setiap orang. Tidur memiliki efek yang bermakna bagi tubuh manusia untuk dapat berfungsi dengan optimal. Gangguan tidur merupakan salah satu gangguan yang pernah dialami oleh hampir seluruh manusia dewasa. Mahasiswa kedokteran secara umum memiliki beban akademik yang besar, sehingga mahasiswa kedokteran masuk kedalam kelompok yang rentan mengalami gangguan tidur. Gangguan tidur dapat menyebabkan penurunan kualitas hidup seseorang, gangguan berbagai sistem fisiologis tubuh, khususnya sistem neurokognitif. Hal ini berpotensi menyebabkan penurunan pencapaian akademik bagi mahasiswa kedokteran. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara gangguan tidur menurut kuesioner *Pittsburg Sleep Quality Index* (PSQI) dengan prestasi akademik mahasiswa semester enam Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Maranatha (FK UKM). Penilaian gangguan tidur dilakukan dengan mengisi kuesioner PSQI, sedangkan prestasi akademik ditentukan oleh nilai ujian Materi Pengetahuan (MP) dan *Structured Oral Case Analysis* (SOCA). Data yang diperoleh dianalisis secara statistik menggunakan uji Fisher's exact dan uji korelasi Spearman. Uji Fisher's exact menunjukkan hasil yang tidak signifikan pada hubungan antara gangguan tidur dengan nilai MP ($p=0,058$) dan nilai SOCA ($p=0,631$). Uji korelasi Spearman menunjukkan hasil yang tidak signifikan pada hubungan antara gangguan tidur dengan nilai ujian MP ($p=0,084$, $r= -0,153$) dan nilai ujian SOCA ($p=0,095$, $r= -0,148$). Simpulan dari penelitian ini adalah tidak ditemukannya hubungan antara gangguan tidur dengan prestasi akademik pada mahasiswa semester enam angkatan 2017 FK UKM.

Kata kunci: Gangguan tidur, prestasi akademik, mahasiswa kedokteran

ABSTRACT

CORRELATION BETWEEN SLEEP DISTURBANCES ACCORDING TO THE PITTSBURGH SLEEP QUALITY INDEX QUESTIONNAIRE WITH ACADEMIC PERFORMANCE OF SIXTH SEMESTER MEDICAL STUDENTS IN MARANATHA CHRISTIAN UNIVERSITY

Kristiani*, Ade Kurnia Surawijaya, Fen Tih*****

**Faculty of Medicine Maranatha Christian University*

***Department of Physiatric Faculty of Medicine Maranatha Christian University*

****Department of Biochemistry of Medicine Maranatha Christian University
Jl. Prof. Drg. Surya Sumantri MPH No. 65 Bandung 40164 Indonesia*

Abstract

Sleep is an essential need for everyone. It has a crucial effect for human body to be able function optimally. Sleep disturbances is one of condition which has been experienced by almost every human adult. Medical students generally have a large academic load, hence, they tend to fall into the group that is prone to sleep disturbances. Sleep disturbance can cause a decrease in the quality of life, various disruption of physiological systems of the body, especially the neurocognitive system. This has potentially cause a decrease in academic performance for medical students. This study aims to determine the correlation between sleep disturbances according to the Pittsburg Sleep Quality Index (PSQI) questionnaire with academic performance of the sixth semester medical students of Maranatha Christian University (UKM). The assessment of sleep disturbances was carried out by filling out the PSQI questionnaire, while academic performance was determined by the result of multiple-choice question (MCQ) and Structured Oral Case Analysis (SOCA) test scores. The data obtained were analyzed statistically using Fisher's exact test and Spearman's correlation test. Fisher's exact test showed insignificant results on the correlation between sleep disturbances with MCQ values ($p = 0.058$) and SOCA values ($p = 0.631$). The Spearman correlation test showed insignificant results on the correlation between sleep disturbances and MCQ test scores ($p = 0.084$, $r = -0.153$) and SOCA test scores ($p = 0.095$, $r = -0.148$). This study concludes that there is no correlation between sleep disturbances and academic performance in the sixth semester medical students of class 2017 UKM.

Keywords: *Sleep disturbance, academic performance. medical students*

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah	3
1.4 Manfaat Karya Tulis Ilmiah	3
1.4.1 Manfaat Akademis.....	3
1.4.2 Manfaat Praktis	4
1.5 Kerangka Pemikiran dan Hipotesis Penelitian.....	4
1.5.1 Kerangka Pemikiran	4
1.5.2 Hipotesis Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
2.1 Tidur.....	6
2.1.1 Definisi Tidur	6
2.1.2 Jenis-jenis Tidur	7
2.1.3 Efek Fisiologis Tidur.....	9
2.1.4 Gangguan Tidur.....	10
2.2 Kualitas Tidur.....	15
2.2.1 Pengertian.....	15
2.2.2 Pittsburgh Sleep Quality Index	16
2.3 Prestasi Akademik.....	17
BAB III BAHAN DAN METODE PENELITIAN	21
3.1 Alat dan Bahan Penelitian	21

3.1.1	Alat Penelitian	21
3.1.2	Bahan Penelitian.....	21
3.2	Subjek Penelitian.....	21
3.3	Lokasi dan Waktu Penelitian.....	22
3.4	Besar Sampel.....	22
3.5	Rancangan Penelitian	22
3.5.1	Desain Penelitian.....	22
3.5.2	Populasi dan Sampel.....	22
3.5.3	Variabel Penelitian	23
3.5.4	Definisi Operasional.....	23
3.6	Prosedur Penelitian.....	24
3.7	Analisis Data	25
3.8	Etik Penelitian	25
BAB IV	HASIL DAN PEMBAHASAN.....	27
4.1	Karakteristik Subjek Penelitian	27
4.2	Hubungan antara Gangguan Tidur dengan Prestasi Akademik.....	28
4.2.1	Analisis Statistik Deskriptif dengan Uji <i>Fisher's Exact</i>	28
4.2.2	Uji Korelasi Spearman	29
4.3	Pembahasan.....	30
4.4	Pengujian Hipotesis Penelitian	34
4.4.1	Hipotesis	34
4.4.2	Hal-Hal yang Tidak Mendukung	34
4.4.3	Simpulan	34
BAB V	SIMPULAN DAN SARAN.....	35
5.1	Simpulan	35
5.2	Saran	35
DAFTAR PUSTAKA		36
LAMPIRAN.....		38
LAMPIRAN 1.....		38
LAMPIRAN 2.....		39
LAMPIRAN 3.....		41
LAMPIRAN 4.....		43
LAMPIRAN 5.....		46
RIWAYAT HIDUP		49

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
2.1 Sistem penilaian acuan patokan (PAP) FK UKM.....	20
3.1 Komponen yang dianalisis dalam kuesioner PSQI.....	23
3.2 Sistem penilaian acuan patokan (PAP) FK UK	24
4.1 Karakteristik sampel dalam penelitian.....	27
4.2 Hubungan antara Gangguan Tidur dengan Nilai Ujian MP.....	29
4.3 Hubungan antara Gangguan Tidur dengan Nilai Ujian SOCA.....	29
4.4 Hubungan antara Gangguan Tidur dengan Nilai Ujian MP dan SOCA	30



DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1 Pola elektroensefalogram (EEG) pada tidur gelombang lambat.....	8
2.2 Pola EEG pada tidur paradoks	9
2.3 Pola EEG pada keadaan terjaga dan mata terbuka.....	9
2.4 Spektrum rangsangan dari periode bangun dan tidur.....	12

