

**HUBUNGAN ANTARA KUALITAS TIDUR DENGAN KONSENTRASI BELAJAR  
PADA MAHASISWA KEPANITERAAN KLINIK FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS ANDALAS**



**Diajukan ke Fakultas Kedokteran Universitas Andalas sebagai  
pemenuhan salah satu syarat untuk mendapatkan  
gelar Sarjana Kedokteran**

**Oleh**

**NADHILA SHAFIRA FITRI**

**NIM 1310312011**

**Pembimbing:**

**dr. Nur Afrainin Syah, M.Med.Ed, Ph.D**

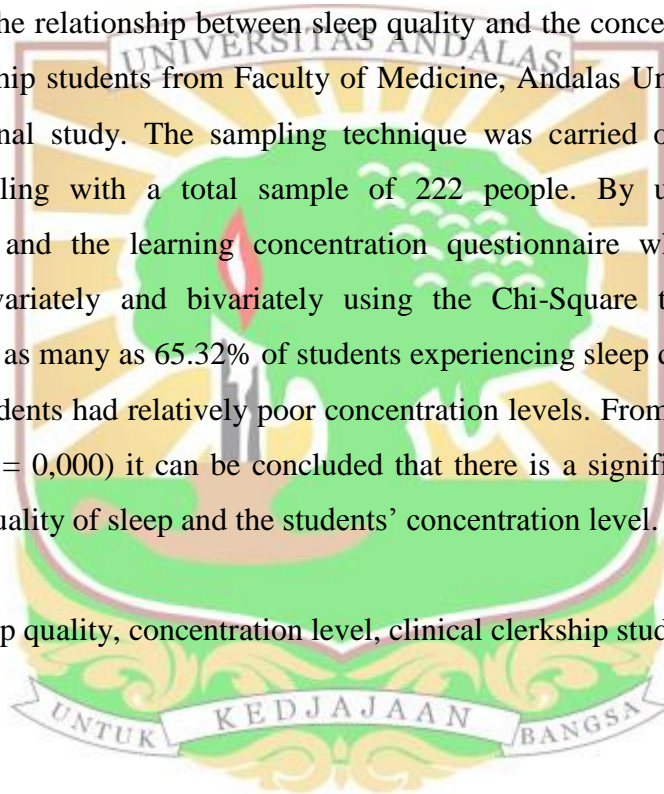
**Dra. Asterina, MS**

**FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS ANDALAS  
PADANG  
2020**

## ABSTRACT

Everyone needs enough sleep so the body can function normally. Lack of sleep will result in decreased ability to concentrate, make decisions, and participate in daily activities. Most of the difficulties young adults experience in their learning process are caused by drowsiness and fatigue due to lack of sleep. Medical students are a subgroup of the population who are vulnerable to poor sleep quality. This is thought to be due to high academic demands, clinical assignments, lifestyle choices, and emotionally challenging work. This study aims to determine the relationship between sleep quality and the concentration level of clinical clerkship students from Faculty of Medicine, Andalas University. This is a cross-sectional study. The sampling technique was carried out by stratified random sampling with a total sample of 222 people. By using the PSQI questionnaire and the learning concentration questionnaire which were then analyzed univariately and bivariately using the Chi-Square test, the results obtained were as many as 65.32% of students experiencing sleep disturbances and 77.48% of students had relatively poor concentration levels. From the Chi-Square test results ( $p = 0,000$ ) it can be concluded that there is a significant correlation between the quality of sleep and the students' concentration level.

Keyword: sleep quality, concentration level, clinical clerkship students



## ABSTRAK

Setiap orang memerlukan kadar tidur yang cukup agar tubuh dapat berfungsi normal. Kurangnya kebutuhan tidur akan berdampak pada menurunnya kemampuan untuk berkonsentrasi, membuat keputusan, dan berpartisipasi dalam aktivitas sehari-hari. Dewasa muda banyak yang mengalami hambatan dalam proses belajar disebabkan oleh rasa mengantuk dan lelah akibat kurang tidur. Mahasiswa kedokteran adalah salah satu subkelompok dari populasi yang sangat rentan terhadap kualitas tidur yang buruk. Hal ini diduga karena tuntutan akademis yang tinggi, tugas klinis, pilihan gaya hidup, sampai pekerjaan yang menantang secara emosional. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kualitas tidur terhadap konsentrasi belajar mahasiswa kepaniteraan klinik FK Unand. Jenis penelitian yang digunakan adalah secara analitik dengan metode *cross-sectional*. Teknik pengambilan sampel dilakukan secara *stratified random sampling* dengan total sampel didapatkan sebanyak 222 orang. Dengan menggunakan kuesioner PSQI dan kuesioner konsentrasi belajar yang kemudian dianalisis secara univariat dan bivariat menggunakan uji *Chi-Square*, didapatkan hasil berupa sebanyak 65,32% mahasiswa mengalami gangguan tidur dan 77,48% mahasiswa memiliki tingkat konsentrasi yang tergolong kurang. Dan dari hasil uji *Chi-Square* ( $p = 0,000$ ) dapat disimpulkan bahwa terdapat bermakna antara kualitas tidur dengan tingkat konsentrasi belajar mahasiswa.

Kata kunci: kualitas tidur, konsentrasi belajar, mahasiswa kepaniteraan klinik, koas