

**HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN MEMORI JANGKA PENDEK  
PADA MAHASISWA BARU PROGRAM STUDI KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS ANDALAS ANGGKATAN 2024**



**Skripsi**

**Diajukan ke Fakultas Kedokteran Universitas Andalas sebagai  
Pemenuhan Salah Satu Syarat untuk Mendapatkan  
Gelar Sarjana Kedokteran**

**Oleh :**

**YUFTHIRA DINA**

**NIM : 2110317001**

**Pembimbing :**

**dr. Fika Tri Anggraini, M.Sc, Ph.D**

**Dr. dr. Nita Afriani, M. Biomed**

**FAKULTAS KEDOKTERAN**

**UNIVERSITAS ANDALAS**

**PADANG**

**2025**

## **ABSTRACT**

### **THE RELATIONSHIP BETWEEN SLEEP QUALITY AND SHOR-TERM MEMORY IN NEW STUDENTS OF THE MEDICAL STUDY AT ANDALAS UNIVERSITY CLASS OF 2024**

**By**

**Yufthira Dina, Fika Tri Anggraini, Nita Afriani, Restu Susanti,  
Lili Irawati, Eldi Sauma**

*One of the prominent phenomena among first-year college students is impaired sleep quality, which leads to a decline in short-term memory. Poor sleep quality among first-year students is common due to the process of adapting to academic, social, personal-emotional, and institutional attachment challenges. This study aims to examine the relationship between sleep quality and short-term memory in first-year Medical Student at the Faculty of Medicine, Andalas University, Class of 2024.*

*This research employs a cross-sectional design with an observational analytical approach, using primary data form 151 subjects. Data collection was conducted using the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) questionnaire to assess sleep quality and the Digit Span Test to measure short-term memory. Data were analyzed using the Chi-Square test to determine the relationship between sleep quality and short-term memory.*

*The results show that 67,7% (105 students) of the first-year medical students had poor sleep quality, 74,8% (116 students) had good short-term memory in the forward subtest, and 65,2% (101 students) had good short-term memory in the backward subtest. Statistical analysis revealed no significant relationship between sleep quality and short-term memory in both the digit span forward test ( $p=0,307$ ) and backward test ( $p=0,197$ ).*

*In conclusion, there is no statistically significant relationship between sleep quality and short-term memory among first-year Medical Student at Andalas University, Class of 2024.*

**Keyword :** *sleep quality, short-term memory, PSQI, Digit Span Test, first-year students.*

## ABSTRAK

### HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN FUNGSI MEMORI JANGKA PENDEK PADA MAHASISWA BARU PROGRAM STUDI KEDOKTERAN UNIVERSITAS ANDALAS ANGGKATAN 2024

Oleh

Yufthira Dina, Fika Tri Anggraini, Nita Afriani, Restu Susanti,  
Lili Irawati, Eldi Sauma

Salah satu fenomena yang menjadi perhatian di populasi mahasiswa baru adalah terganggunya kualitas tidur yang menyebabkan terjadinya penurunan memori jangka pendek. Kualitas tidur pada mahasiswa baru cenderung buruk karena mahasiswa baru melalui proses adaptasi akademik, sosial, pribadi-emosional, dan keterikatan pada institusi. Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui hubungan kualitas tidur dengan memori jangka pendek pada mahasiswa baru Program Studi Kedokteran Universitas Andalas Angkatan 2024.

Penelitian ini menggunakan pendekatan *cross sectional* dengan metode analitik observasional menggunakan data primer sebanyak 151 subjek. Pengumpulan data dilakukan dengan kuisisioner *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI) untuk kualitas tidur dan *Digit Span Test* untuk memori jangka pendek. Data yang diperoleh kemudian dianalisis dengan uji *Chi-Square* untuk mengetahui hubungan kualitas tidur dengan memori jangka pendek.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 67,7% (105 orang) mahasiswa baru Program Studi Kedokteran Universitas Andalas Angkatan 2024 memiliki kualitas tidur buruk, 74,8% (116 orang) memiliki memori jangka pendek subtest *forward* baik, 65,2% (101 orang) memiliki memori jangka pendek subtest *backward* baik, dan tidak ada hubungan yang signifikan antara kualitas tidur dengan memori jangka pendek pada pemeriksaan *digit span test forward* ( $p=0,307$ ) dan *digit span test backward* ( $p=0,197$ ).

Kesimpulan penelitian ini adalah tidak adanya hubungan signifikan secara statistik antara kualitas tidur dengan memori jangka pendek pada mahasiswa baru Program Studi Kedokteran Universitas Andalas Angkatan 2024.

**Kata Kunci :** kualitas tidur, memori jangka pendek, PSQI, *digit span test*, mahasiswa baru.