

**KARYA TULIS ILMIAH**

**HUBUNGAN POLA TIDUR TERHADAP PRESTASI BELAJAR  
MAHASISWA FKIK UMY**

Disusun untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh  
Derajat Sarjana Kedokteran pada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta



**Disusun oleh  
ARUM PELANGI  
20120310141**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN DOKTER  
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA**

**2017**

**HALAMAN PENGESAHAN KARYA TULIS ILMIAH**

**HUBUNGAN POLA TIDUR TERHADAP PRESTASI BELAJAR  
MAHASISWA FKIK UMY**

**Disusun oleh :  
ARUM PELANGI  
20120310141**

**Telah disetujui dan diseminarkan pada tanggal 3 Mei 2017**

**Dosen Pembimbing**

**Dosen Penguji**

**dr. Ardiansyah, Sp.S**

**dr.H.Zamroni,Sp.S**

**NIK : 19751024200204173052**

**Mengetahui,  
Kaprosdi Pendidikan Dokter  
Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta**

**dr. Alfaina Wahyuni, Sp.OG., M. Kes**

**NIK : 197110281997173027**

## **PERNYATAAN**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Arum Pelangi  
NIM : 20120310141  
Program Studi : Pendidikan Dokter  
Fakultas : Kedokteran dan Ilmu Kesehatan

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya Tulis Ilmiah yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya sendiri dan belum diajukan dalam bentuk apapun kepada perguruan tinggi manapun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dalam karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam daftar pustaka dibagian akhir Karya Tulis Ilmiah ini. Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan Karya Tulis Ilmiah ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Yogyakarta, 26 April 2017

Yang Membuat Pernyataan:

Arum Pelangi

20120310141

## **KATA PENGANTAR**

Assalammu'alaikum Wr. Wb.

Alhamdulillahirobbil'alamiin, segala puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas segala rahmat, hidayah, inayah, dan ridlo-Nya, serta sholawat dan salam penulis haturkan kepada Nabi Besar Muhammad SAW atas syafaat-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah dengan judul **“HUBUNGAN POLA TIDUR TERHADAP PRESTASI BELAJAR MAHASISWA FKIK UMY”**.

Tujuan dari penyusunan karya tulis ilmiah ini adalah untuk memenuhi sebagian syarat memperoleh derajat Sarjana Kedokteran pada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. Dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini, penulis mendapat motivasi, bantuan, dukungan, dan bimbingan dari berbagai pihak, untuk itu penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. dr. H. Ardi Pramono, Sp. An., M. Kes., selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
2. dr. Ardiansyah, Sp. S., M. Kes., selaku dosen pembimbing dalam penyusunan proposal karya tulis ilmiah ini, yang selalu memberikan arahan, bantuan, bimbingan, petunjuk dan masukan selama ini kepada penulis.
3. dr. Zamroni, Sp.S., selaku dosen penguji hasil karya tulis ilmiah.
4. Kedua orang tua penulis, Bapak Drs.H.Suwedi dan Ibu Sri Indraini yang tidak henti-hentinya memberikan doa, semangat, dan dukungan baik moral maupun spiritual.
5. Kakak penulis, dr. Sekar Mutiara yang selalu menjadi guru dan panutan penulis, terima kasih atas doa, arahan, bimbingan, dan semangatnya.
6. Kakek penulis, Mbah Suwarto yang selalu memberikan doa dan semangat pada penulis.
7. Untuk yang tersayang Ipda Wahyu Aji Wibowo,S.Ikku persembahkan karya kecil ini untukmu semangat dan dukunganmu menjadi motivasi penulis.
8. Sahabatdan teman-teman serta semua pihak yang telah memberikan doa, dukungan, bantuan, kemudahan, dan semangat kepada penulis.

Penulis menyadari bahwa penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu penulis mengharapkan saran dan kritik yang membangun demi perbaikan di masa mendatang.

Akhir kata, penulis berharap semoga Karya Tulis Ilmiah ini dapat memberikan manfaat bagi ilmu pengetahuan serta bagi para pembaca.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Yogyakarta, 26 April 2017

Arum Pelangi

## DAFTAR ISI

<b>KARYA TULIS ILMIAH .....</b>	<b>1</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN KARYA TULIS ILMIAH .....</b>	<b>ii</b>
<b>PERNYATAAN.....</b>	<b>iii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>iv</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>vii</b>
<b>INTISARI .....</b>	<b>viii</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>ix</b>
<b>BAB I.....</b>	<b>1</b>
<b>PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Perumusan Masalah .....	3
C. Tujuan Penelitian .....	4
D. Manfaat Penelitian .....	4
1. Bagi pendidikan .....	4
2. Bagi Peneliti.....	4
E.Keaslian Penelitian .....	4
<b>BAB II .....</b>	<b>6</b>
<b>TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>6</b>
A. Landasan Teori.....	6
B. Kerangka Konsep .....	19
C. Hipotesis .....	20
<b>BAB III.....</b>	<b>21</b>
<b>METODE PENELITIAN.....</b>	<b>21</b>
A. Desain Penelitian .....	21
B. Populasi dan Sampel .....	21
C. Lokasi dan Waktu .....	22
D. Variabel Penelitian.....	23
E. Definisi Operasional .....	23
F. Instrumen Penelitian .....	24
G. Jalannya Penelitian.....	24
H. Analisis Data .....	25
<b>BAB IV .....</b>	<b>26</b>
<b>HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>26</b>
A. Hasil.....	26
B. Pembahasan.....	28
<b>BAB V .....</b>	<b>35</b>
<b>KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>35</b>
A. Kesimpulan .....	35
B. Saran.....	35
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>39</b>

## DAFTAR LAMPIRAN

<b>Lampiran 1</b> .....	<b>41</b>
Lembar Kuesioner.....	41
<b>Lampiran 2</b> .....	<b>44</b>
Hasil .....	44
Tabel.....	48

## **HUBUNGAN POLA TIDUR TERHADAP PRESTASI BELAJAR MAHASISWA FKIK UMY**

Arum Pelangi<sup>1</sup>, Ardiansyah<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Mahasiswa Program Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran dan Ilmu  
Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

<sup>2</sup>Departemen Saraf Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas  
Muhammadiyah Yogyakarta

### **INTISARI**

**Latar belakang:** Kualitas tidur yang baik dan masa tidur yang cukup adalah amat penting untuk mendapatkan prestasi belajar yang baik. Masalah dalam pola tidur dapat memberi kesan kepada mahasiswa sebagai peserta didik.

**Tujuan Penelitian:** Untuk mengetahui hubungan antara pola tidur dan prestasi belajar pada mahasiswa FKIK UMY.

**Metode:** Rancangan penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif analitik dengan desain penelitian *cross sectional*. 70 orang responden dipilih dengan teknik *proportionate stratified random sampling*. Pola tidur responden dinilai dengan kuesioner PSQI sedangkan untuk menilai prestasi belajar dengan indeks prestasi kumulatif terakhir.

**Hasil dan Pembahasan:** Terdapat hubungan antara pola tidur dan prestasi belajar pada mahasiswa FKIK UMY.

**Kesimpulan:** Beberapa mahasiswa masih memiliki prestasi belajar yang belum memuaskan dan pola tidur yang belum baik. Semakin tinggi nilai skor PSQI maka semakin rendah nilai IPK mahasiswa.

**Kata Kunci:** pola tidur, indeks prestasi kumulatif, prestasi belajar



**CORRELATION BETWEEN SLEEP PATTERN AND ACADEMIC  
ACHIEVEMENT IN FKIK UMY STUDENTS**

Arum Pelangi<sup>1</sup>, Ardiansyah<sup>2</sup>

<sup>1</sup>*Student of Medical and Health Science Muhammadiyah University of Yogyakarta*

<sup>2</sup>*Department of Neurology Muhammadiyah University of Yogyakarta*

**ABSTRACT**

**Background:** *The sufficient and good sleep quality is very important to get a good learning performance. Problems in sleep patterns may affect the students as learners .*

**Objective:** *To determine the correlation between sleep and student learning achievement in FKIK UMY students.*

**Methods:** *The study design used is descriptive analytic research with cross sectional design. 70 respondents selected by proportionate stratified random sampling technique. Sleep patterns of respondents rated the PSQI questionnaire while to assess learning achievement used the index of the last cumulative achievement.*

**Results and Discussion:** *there is correlation between sleep and student learning achievement in FKIK UMY students.*

**Conclusion:** *Some students still have not been satisfactory academic achievement and sleep patterns are not good. The higher the PSQI score, the lower cumulative index achievement of the student .*

**Keywords:** *sleep pattern, student achievement, cumulative index achievement*