



CORRELATION OF SLEEP QUALITY, SLEEP PROPENSITY AND ACADEMIC ACHIEVEMENT AMONG INTERNATIONAL PROGRAM

MEDICAL STUDENTS FACULTY OF MEDICINE UNIVERSITAS GADJAH MADA BATCH 2014

CHRISTINA LARISSA HADINATA, dr. Cecep S. Kristanto, Sp.KJ(K); Dra. Sumarni, M.Si; dr. Hj. Moetrarsi Sri Kanap

Universitas Gadjah Mada, 2016 | Diunduh dari <http://etd.repository.ugm.ac.id/>

CORRELATION OF SLEEP QUALITY, SLEEP PROPENSITY AND ACADEMIC ACHIEVEMENT AMONG MEDICAL STUDENTS OF FACULTY OF MEDICINE UNIVERSITAS GADJAH MADA BATCH 2014

Christina Larissa Hadinata*

ABSTRACT

Background: Sleep is basic human essential need. Adequate sleep is a necessity for the normal functioning of human being. One of the area of the brain that is affected greatly by sleep is pre-frontal cortex, an area responsible for cognition and memory. One of communities that prone to poor sleep quality are medical students. Being in a program that is highly demanding and huge social responsibility, sleep often sacrificed to fulfill the demands. However, medical students are not totally aware that sleep quality and sleep propensity or daytime sleepiness may impact their pre-frontal cortex functions, and thus may impact their overall academic achievements.

Objectives: To determine the correlation between sleep quality, sleep propensity and academic achievements among International program medical students, Faculty of Medicine Universitas Gadjah Mada batch 2014.

Methods: A cross-sectional study design in which 61 subjects were asked to fill-in three questionnaires: Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) to assess sleep quality, Epworth Sleepiness Scale (ESS) to assess sleep propensity, and Academic Achievement Questionnaire to assess academic achievements. The results were then interpreted and the correlation of sleep quality, sleep propensity and academic achievements are determined.

Results: This study showed that 28 (45.9%) students had poor sleep quality and 33 (54.1%) students had good sleep quality. Correlation analysis indicated weak negative, significant correlation between sleep quality and sleep propensity ($p=0.002$) and weak positive, significant correlation between sleep quality and academic achievements ($p=0.012$). However, there was no significant correlation between sleep propensity and academic achievement ($p=0.092$).

Conclusion: There was a positive, significant correlation between sleep quality and academic achievements among International program medical students, Faculty of Medicine Universitas Gadjah Mada batch 2004. However, there was no significant correlation between sleep propensity and academic achievements.

Keywords: Sleep quality, sleep propensity, academic achievement

KORELASI ANTARA KUALITAS TIDUR, KECENDERUNGAN TIDUR DAN PENCAPAIAN AKADEMIK PADA MAHASISWA KEDOKTERAN PROGRAM INTERNASIONAL, UNIVERSITAS GADJAH MADA, ANGKATAN 2014

Christina Larissa Hadinata*

ABSTRAK

Latar Belakang: Tidur adalah kebutuhan manusia yang utama. Tidur yang cukup mutlak dibutuhkan untuk kelangsungan hidup yang normal. Salah satu area otak yang sangat terpengaruh oleh tidur adalah korteks pre-frontal, sebuah area yang bertanggung jawab untuk belajar, kognisi dan memori. Salah satu komunitas yang cenderung memiliki kualitas tidur yang buruk adalah mahasiswa kedokteran. Berada di suatu program yang tinggi tuntutan serta tanggung jawab sosial yang besar, seringkali tidur dikorbankan demi memenuhi tanggung jawab tersebut. Sayangnya, mahasiswa kedokteran tidak sepenuhnya menyadari jika kualitas tidur dan kecenderungan tidur di siang hari dapat mempengaruhi fungsi korteks pre-frontal mereka yang kemudian berefek pada pencapaian akademik mereka.

Objektif: untuk mengetahui hubungan antara kualitas tidur, kecenderungan tidur, dan pencapaian akademik pada mahasiswa kedokteran program Internasional, Universitas Gadjah Mada angkatan 2014.

Cara Penelitian: penelitian menggunakan metoda cross-sectional, dengan total 61 subyek. Subyek diminta untuk mengisi tiga kuesioner: Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) to untuk mengukur kualitas tidur, Epworth Sleepiness Scale (ESS) to untuk mengukur kecenderungan tidur, dan Academic Achievement Questionnaire to untuk mengukur pencapaian akademik. Hasil pengisian kuesioner kemudian diinterpretasi untuk mengetahui korelasi antara kualitas tidur, kecenderungan tidur, dan pencapaian akademik mahasiswa.

Hasil: 28 (45.9%) mahasiswa mempunyai kualitas tidur yang buruk dan 33 (54.1%) mahasiswa mempunyai kualitas tidur yang baik. 59% mahasiswa mempunyai kecenderungan tidur yang sedang sampai parah. Analisis korelasi mengindikasikan adanya korelasi negatif yang berarti antara kualitas tidur dan kecenderungan tidur ($p=0.002$) dan korelasi positif yang berarti antara kualitas tidur dan pencapaian akademik ($p=0.012$). Tidak ada korelasi yang berarti antara kecenderungan tidur dan pencapaian akademik ($p=0.092$).

Kesimpulan: Ada korelasi yang positif dan berarti antara kualitas tidur dan pencapaian akademik pada mahasiswa kedokteran program Internasional, Universitas Gadjah Mada



UNIVERSITAS
GADJAH MADA

CORRELATION OF SLEEP QUALITY, SLEEP PROPENSITY AND ACADEMIC ACHIEVEMENT AMONG INTERNATIONAL PROGRAM

MEDICAL STUDENTS FACULTY OF MEDICINE UNIVERSITAS GADJAH MADA BATCH 2014

CHRISTINA LARISSA HADINATA, dr. Cecep S. Kristanto, Sp.KJ(K); Dra. Sumarni, M.Si; dr. Hj. Moetrarsi Sri Kanap

Universitas Gadjah Mada, 2016 | Diunduh dari <http://etd.repository.ugm.ac.id/>
angkatan 2014. Tidak ada korelasi yang berarti antara kecenderungan tidur dan pencapaian akademik.

Kata kunci: Kualitas tidur, kecenderungan tidur, mengantuk, pencapaian akademik.

* A student of International Program, Faculty of Medicine Universitas Gadjah Mada