

ABSTRAK

Latar Belakang : Kualitas tidur yang baik akan membantu mengubah ingatan jangka pendek menjadi ingatan jangka panjang sehingga daya ingat/memori menjadi lebih baik dan lama. Kualitas tidur yang buruk menyebabkan gangguan konsentrasi dan gangguan kesehatan yang berdampak buruk terhadap prestasi akademik. **Tujuan :** Mengetahui hubungan kualitas tidur terhadap indeks prestasi kumulatif pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara Angkatan 2013. **Metode :** Jenis penelitian yaitu deskriptif analitik dengan desain *cross sectional*. Pengambilan sampel yaitu dengan teknik total sampling. Analisis data menggunakan uji *chi-square*. **Hasil :** Dari 122 orang, sebanyak 43 orang (35%) memiliki kualitas tidur baik dan 79 orang (65%) memiliki kualitas tidur buruk. Sebanyak 13 orang (30%) memiliki kualitas tidur baik disertai IPK dengan pujian dan sebanyak 41 orang (52%) memiliki kualitas tidur buruk disertai IPK memuaskan. Berdasarkan uji *chi-square* didapati hasil $p=0,019$ ($p<0,05$). **Kesimpulan :** Terdapat hubungan antara kualitas tidur dengan indeks prestasi kumulatif pada mahasiswa FK UMSU angkatan 2013.

Kata kunci : Kualitas tidur, IPK, Mahasiswa Kedokteran, PSQI

ABSTRACT

Background: *The quality of a good sleep will help change the short-term memory into long-term memory so that memory better and longer. Poor quality sleep causes concentration problems and health problems that adversely affect academic achievement.* **Objective:** *To determine the correlation of the sleep quality and grade point average on Medical Students of Muhammadiyah's University of North Sumatra class of 2013.* **Methods:** *The research is descriptive analytic with cross sectional design. Sampling is the total sampling technique. Data analysis using chi-square test.* **Results:** *Of the 122 people, as many as 43 people (35%) had a good sleep quality and 79 people (65%) had poor sleep quality. A total of 13 people (30%) had a good sleep quality is accompanied GPA with honors and as many as 41 people (52%) had poor sleep quality with a satisfactory GPA. Based on the chi-square test found the result $p= 0.019$ ($p <0.05$).* **Conclusion:** *There is a correlation between sleep quality with a grade point average on Medical Students of UMSU class of 2013.*

Keywords: *Sleep Quality, GPA, Medical Students, PSQI*