



Lampiran 01. Jadwal Penelitian

[illegible]

Lampiran 02. Lembar Inform Consent

Hubungan Kualitas Tidur Dengan Konsentrasi Belajar pada Mahasiswa Kedokteran di Fakultas Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha Tahun 2025

Kuesioner ini digunakan sebagai instrumen untuk penyusunan skripsi mengenai "**Hubungan Kualitas Tidur Dengan Konsentrasi Belajar pada Mahasiswa Kedokteran di Fakultas Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha Tahun 2025**" Komang Harum Barlianty Suari (2218011042) mahasiswa Fakultas Kedokteran, Universitas Pendidikan Ganesha.

Mohon kesediaan Saudara/I untuk meluangkan waktu mengisi kuesioner ini secara **lengkap** dan **benar**. Semua kerahasiaan responden akan **aman** dan **terjaga**. Terima kasih atas bantuannya.

Petunjuk pengisian kuesioner:

1. Responden diharapkan untuk mencantumkan informasi secara lengkap dan benar
4. Responden diharapkan untuk menuliskan data dengan menggunakan huruf kapital.
5. Responden diharapkan untuk menggunakan tanda centang pada kuesioner Konsentrasi Belajar.
5. Responden diharapkan untuk melingkari angka yang sesuai pada kuesioner PSQI.

Tanggal Pengisian: / /2025

Lampiran 03. Lembar Persetujuan Responden Penelitian

PERNYATAAN PERSETUJUAN SETELAH PENJELASAN (PSP)/INFORMED CONSENT

Saya telah membaca atau memperoleh penjelasan, sepenuhnya menyadari, mengerti, dan memahami tentang tujuan, manfaat, dan risiko yang mungkin timbul dalam penelitian, serta telah diberi kesempatan untuk bertanya dan telah dijawab dengan memuaskan, juga sewaktu-waktu dapat mengundurkan diri dari keikutsertaannya, maka saya **setuju/tidak setuju**^{*)} ikut dalam penelitian ini, yang berjudul:

HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN KONSENTRASI BELAJAR PADA MAHASISWA KEDOKTERAN DI FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA TAHUN 2025

Saya dengan sukarela memilih untuk ikut serta dalam penelitian ini tanpa tekanan/paksaan siapapun. Saya akan diberikan salinan lembar penjelasan dan formulir persetujuan yang telah saya tandatangani untuk arsip saya.

	Tanggal Persetujuan	Tanda tangan (bila tidak bisa dapat digunakan cap jempol)
Nama Peserta:		
Usia:		
Alamat:		
No. HP:		
Nama Peneliti:		
Nama Saksi:		

^{*)} Coret yang tidak perlu

Lampiran 04. Lembar Kuesioner penelitian

Apakah anda saat ini sedang menjalani pengobatan/terapi untuk penyakit kesehatan mental oleh psikiater/psikolog?

- a. Ya
- b. Tidak

Apakah Anda saat ini memiliki riwayat penyakit kronis, seperti asma berat, diabetes melitus tipe 1, penyakit ginjal kronis (CKD), penyakit autoimun (seperti lupus), kanker, dll?

- a. Ya
- b. Tidak

Apakah Anda melakukan aktivitas fisik intensitas sedang dengan durasi minimal 150–300 menit per minggu, atau aktivitas fisik intensitas tinggi dengan durasi minimal 75–150 menit per minggu?

- a. Ya
- b. Tidak

Mohon diisi data berikut:

Tinggi badan:

Berat badan:

a. Kuesioner PSQI

Perintah: Pertanyaan berikut berhubungan dengan kebiasaan tidur Anda dalam sebulan terakhir. Mohon jawab semua pertanyaan sesuai dengan kondisi Anda. Selama sebulan terakhir ini:

1. Jam berapa biasanya Anda tidur?
2. Berapa lama (dalam menit) Anda bisa mengantuk dan jadi tertidur tiap malam?
3. Jam berapa biasanya Anda bangun pagi?
4. Berapa jam Anda benar-benar tertidur pada malam hari?
(Jawaban ini berbeda dengan waktu yang Anda habiskan di tempat tidur)

5. Dalam sebulan yang lalu, seberapa sering Anda mengalami gangguan tidur dikarenakan	Tidak selama sebulan yang lalu	Kurang dari sekali dalam seminggu	Sekali atau dua kali dalam seminggu	Tiga atau lebih dari tiga kali dalam seminggu
--	--------------------------------	-----------------------------------	-------------------------------------	---

a. Tidak bisa tidur selama 30 menit				
b. Terbangun di tengah malam atau dini hari				
c. Terbangun karena harus ke toilet				
d. Tidak bisa bernafas dengan nyaman				
e. Batuk atau mendengkur keras				
f. Merasa kedinginan				
g. Merasa kepanasan				
h. Mengalami mimpi buruk				
i. Mengalami nyeri				
j. Alasan lain, deskripsikan termasuk berapa sering Anda mengalami gangguan tidur dikarenakan alasan lain ini				
6. Selama sebulan terakhir, berapa lama Anda mengonsumsi obat (dengan atau tanpa resep) untuk memudahkan Anda tidur?				

7. Selama sebulan terakhir, seberapa sering Anda mengalami masalah untuk tetap terjaga atau mengantuk ketika menyetir kendaraan, saat makan, atau aktivitas sosial				
8. Selama sebulan terakhir, berapa banyak masalah yang ingin Anda selesaikan				
	Sangat Bagus	Cukup Bagus	Kurang Bagus	Tidak Bagus
9. Selama sebulan terakhir, bagaimanakah penilaian Anda terhadap kualitas tidur Anda?				

b. Kuesioner Konsentrasi Belajar

No	Pernyataan	Tidak pernah	Jarang	Sering	Sangat sering
1	Saya mampu memperhatikan pelajaran dengan baik. (tetap dapat memusatkan perhatian pada materi perkuliahan hingga setidaknya menit ke-20.)				
2	Saya mendengarkan penjelasan dosen saat kuliah. (mendengarkan penjelasan dosen tanpa terganggu atau melakukan aktivitas lain saat kuliah berlangsung)				
3	Ketika saya tidak mengerti terkait materi pelajaran, saya bertanya kepada dosen/teman.				
4	Saya dapat menjawab pertanyaan yang diberikan oleh dosen ketika kuliah.				

5	Saya kurang percaya diri untuk memberikan pendapat ketika proses belajar.				
6	Saya bersemangat saat belajar dikelas.				
7	Saya selalu siap dalam mengikuti pelajaran.				
8	Saya merasa malas belajar ketika dikelas.				
9	Saya merasa tenang saat belajar.				
10	Saya sulit berkonsentrasi ketika kelas ramai.				
11	Saya ikut berpartisipasi dalam proses diskusi di kelas.				
12	Saya sering melamun ketika pelajaran berlangsung.				
13	Saya biasanya mengobrol dengan teman ketika merasa bosan saat belajar dikelas.				
14	Saya fokus ketika belajar dikelas. (tetap fokus pada materi perkuliahan setidaknya hingga menit ke-20)				
15	Saya takut untuk menyampaikan pendapat ketika diskusi.				
16.	Saya merasa senang ketika mengikuti proses pembelajaran.				
17.	Saya dapat memahami pelajaran dengan baik ketika suasana kelas tenang.				
18.	Saya nyaman ketika belajar diruangan yang tenang.				

Lampiran 05. Kisi-kisi kuesioner penelitian

No	Komponen	No.Item	Sistem Penilaian	
			Jawaban	Nilai Skor
1	kualitas Tidur Subyektif	9	Sangat Baik Baik Kurang Sangat kurang	0 1 2 3
2	Latensi Tidur	2	≤15 menit 16-30 menit 31-60 menit >60 menit	0 1 2 3
		5a	Tidak Pernah 1x Seminggu 2x Seminggu >3x Seminggu	0 1 2 3
	Skor Latensi Tidur	2+5a	0 1-2 3-4 5-6	0 1 2 3
3	Durasi Tidur	4	> 7 jam 6-7 jam 5-6 jam < 5jam	0 1 2 3
4	Efisiensi Tidur Rumus : Durasi Tidur : lama di tempat tidur) X 100% *Durasi Tidur (no.4) *Lama Tidur (kalkulasi respon no.1 dan 3)	1, 3, 4	> 85% 75-84% 65-74% <65%	0 1 2 3
5	Gangguan Tidur	5b, 5c, 5d, 5e, 5f, 5g, 5h, 5i, 5i, 5j	0 1-9 10-18 19-27	0 1 2 3
6	Penggunaan Obat	6	Tidak pernah 1x Seminggu 2x Seminggu >3x Seminggu	0 1 2 3
7.	Disfungsi di siang hari	7	Tidak Pernah 1x Seminggu 2x Seminggu	0 1 2

			>3x Seminggu	3
		8	Tidak Antusias	0
			Kecil Sedang	1
			Besar	2
				3
		7+8	0	0
			1-2	1
			3-4	2
			5-6	3

Keterangan Kolom Nilai Skor:

- 0 = Sangat Baik
- 1 = Cukup Baik
- 2 = Agak Buruk
- 3 = Sangat Buruk

Untuk menentukan Skor akhir yang menyimpulkan kualitas Tidur keseluruhan: Jumlahkan semua hasil skor mulai dari komponen 1 sampai 7

Dengan hasil ukur:

- Baik : ≤ 5
- Buruk : > 5

Lampiran 06. Hasil kuesioner PSQI

No	Angkatan	Jenis Kelamin	Subjective Sleep Quality	Sleep Latency	Sleep Duration	Habitual Sleep Efficiency	Sleep Disturbances	Use of Sleep Medication	Daytime Disfunction	TOTAL SKOR PSQI
1	2022	perempuan	3	3	1	0	2	0	3	12
2	2022	Laki-laki	1	3	1	0	1	3	1	10
3	2022	Laki-laki	2	1	3	0	2	0	2	10
4	2022	perempuan	2	2	2	1	1	0	2	10
5	2022	perempuan	2	1	1	0	1	0	1	6
6	2022	perempuan	0	2	1	0	1	0	2	6
7	2022	perempuan	2	3	3	1	1	0	1	11
8	2022	perempuan	1	2	1	0	2	0	2	8
9	2022	perempuan	2	2	2	0	1	0	3	10
10	2022	perempuan	1	1	0	0	1	0	2	5
11	2022	Laki-laki	3	3	1	1	1	0	2	11
12	2022	perempuan	1	1	0	0	1	0	1	4
13	2022	Laki-laki	1	1	3	0	1	0	2	8
14	2022	perempuan	2	2	1	0	1	0	1	7
15	2022	perempuan	1	2	1	0	1	0	1	6
16	2024	Laki-laki	1	2	1	0	1	0	1	6
17	2024	perempuan	2	2	3	1	1	0	2	11
18	2024	perempuan	1	1	0	0	1	0	2	5
19	2024	perempuan	3	2	2	0	1	0	2	10
20	2024	perempuan	2	1	3	0	1	0	2	9
21	2024	Laki-laki	1	2	1	0	1	0	2	7
22	2024	Laki-laki	0	1	1	0	1	0	1	4
23	2022	Laki-laki	1	2	1	0	2	0	2	8
24	2024	perempuan	2	1	1	0	1	0	2	7
25	2024	Laki-laki	1	1	1	0	1	0	2	6
26	2024	perempuan	1	0	2	0	1	0	2	6
27	2022	Laki-laki	0	1	0	0	1	0	0	2
28	2024	perempuan	3	3	3	3	2	0	3	17
29	2023	perempuan	2	1	3	2	1	0	3	12
30	2024	Laki-laki	1	1	1	0	1	0	0	4
31	2024	perempuan	2	1	1	0	1	0	3	8
32	2024	perempuan	2	2	3	0	1	0	1	9
33	2023	Laki-laki	2	1	2	0	2	0	3	10
34	2024	perempuan	1	1	3	0	1	0	1	7
35	2024	Laki-laki	2	1	2	0	1	0	1	7
36	2024	perempuan	1	2	2	0	1	0	1	7
37	2024	perempuan	2	0	1	0	0	0	2	5
38	2023	perempuan	2	2	3	0	2	0	3	12

39	2024	perempuan	2	1	1	0	1	0	1	6
40	2024	perempuan	2	2	3	2	1	0	2	12
41	2022	perempuan	1	1	1	0	2	1	2	8
42	2022	perempuan	1	2	1	0	1	0	1	6
43	2022	perempuan	2	2	1	0	2	1	1	9
44	2022	perempuan	1	2	1	0	2	0	2	8
45	2022	perempuan	3	3	3	1	1	1	2	14
46	2023	Laki-laki	3	1	3	0	1	0	1	9
47	2024	perempuan	2	1	1	0	2	0	2	8
48	2022	perempuan	0	0	1	0	1	0	2	4
49	2022	perempuan	0	2	0	0	1	0	2	5
50	2022	perempuan	2	0	1	0	1	0	1	5
51	2022	perempuan	1	2	1	0	1	0	2	7
52	2022	perempuan	2	3	0	0	1	2	2	10
53	2024	perempuan	2	2	1	0	1	0	2	8
54	2024	perempuan	3	3	1	0	2	1	2	12
55	2022	perempuan	3	3	1	1	1	0	1	10
56	2024	Laki-laki	1	2	1	0	1	2	1	8
57	2024	perempuan	2	2	1	0	1	2	3	11
58	2024	Laki-laki	1	1	3	2	1	0	2	10
59	2024	Laki-laki	3	2	3	0	0	0	3	11
60	2023	perempuan	2	1	1	0	1	0	2	7
61	2022	perempuan	1	2	1	0	1	0	1	6
62	2024	perempuan	3	3	3	1	1	0	1	12
63	2022	perempuan	1	1	0	0	1	0	2	5
64	2022	perempuan	1	1	1	0	1	0	1	5
65	2024	perempuan	2	2	0	0	1	0	3	8
66	2022	perempuan	1	2	1	0	1	0	1	6
67	2022	perempuan	1	1	1	0	1	0	1	5
68	2023	Laki-laki	1	1	1	0	2	0	1	6
69	2024	perempuan	2	0	2	0	1	0	1	6
70	2023	perempuan	1	1	1	0	1	0	1	5
71	2022	perempuan	1	1	0	0	1	0	1	4
72	2022	perempuan	1	1	1	0	1	0	2	6
73	2023	perempuan	3	3	2	3	1	0	3	15
74	2023	perempuan	2	2	1	0	1	0	2	8
75	2023	Laki-laki	2	2	1	0	1	0	2	8
76	2024	perempuan	0	1	2	1	1	0	0	5
77	2022	Laki-laki	1	0	2	0	1	0	1	5
78	2024	perempuan	2	2	1	2	1	0	0	8
79	2024	perempuan	3	2	0	0	1	0	2	8
80	2024	Laki-laki	1	0	1	0	2	0	2	6
81	2024	Laki-laki	1	1	1	0	2	0	2	7
82	2024	Laki-laki	1	0	3	0	1	0	0	5
83	2024	Laki-laki	1	1	2	0	1	0	0	5
84	2024	perempuan	3	1	3	0	1	0	3	11

85	2023	perempuan	1	1	3	0	1	0	1	7
86	2022	perempuan	1	2	3	2	3	1	1	13
87	2022	Laki-laki	1	0	1	0	1	0	1	4
88	2024	perempuan	1	1	1	0	1	0	0	4
89	2024	perempuan	2	2	3	3	0	0	3	13
90	2023	Laki-laki	1	1	2	0	1	0	1	6
91	2023	perempuan	1	1	1	0	0	0	1	4
92	2024	perempuan	2	1	2	0	1	0	1	7
93	2024	Laki-laki	0	1	0	0	2	0	1	4
94	2024	perempuan	1	0	3	0	1	0	2	7
95	2023	Laki-laki	2	2	1	0	1	0	1	7
96	2023	Laki-laki	1	0	3	0	0	0	2	6
97	2023	perempuan	1	1	1	0	1	0	1	5
98	2023	Laki-laki	0	2	1	0	1	0	1	5
99	2024	perempuan	2	0	1	0	0	0	1	4
100	2023	perempuan	2	0	1	0	1	0	2	6
101	2023	perempuan	0	1	1	0	1	0	2	5
102	2023	perempuan	2	1	1	0	2	0	1	7
103	2023	Laki-laki	2	2	3	1	2	1	2	13
104	2024	Laki-laki	2	1	1	0	1	0	2	7
105	2024	perempuan	3	3	1	1	2	0	3	13
106	2023	perempuan	1	1	1	0	1	0	3	7
107	2024	perempuan	1	1	1	0	1	0	1	5
108	2024	Laki-laki	3	1	1	0	1	0	2	8
109	2024	perempuan	2	3	3	3	3	0	3	17
110	2024	perempuan	3	3	0	0	3	0	3	12
111	2024	perempuan	3	3	1	0	3	0	3	13
112	2024	Laki-laki	2	2	1	0	3	0	3	11
113	2024	Laki-laki	3	3	1	0	2	0	2	11
114	2024	Laki-laki	1	1	1	0	2	0	2	7
115	2024	Laki-laki	2	2	1	0	2	0	2	9
116	2024	perempuan	1	2	0	0	2	0	1	6
117	2024	perempuan	2	3	1	0	2	0	2	10
118	2023	perempuan	2	2	0	0	1	0	2	7
119	2022	Laki-laki	3	3	2	0	1	0	2	11
120	2023	perempuan	2	3	1	0	2	0	2	10
121	2022	Laki-laki	3	3	1	0	2	0	2	11
122	2023	perempuan	1	2	2	0	1	0	2	8
123	2023	Laki-laki	1	2	1	0	1	0	1	6
124	2022	perempuan	2	3	2	0	2	0	2	11
125	2023	perempuan	1	1	1	0	1	0	2	6
126	2023	Laki-laki	3	3	1	0	2	0	1	10
127	2022	perempuan	3	3	2	0	2	0	2	12
128	2023	Laki-laki	3	3	1	0	2	0	2	11
129	2022	perempuan	3	3	2	1	1	0	2	12
130	2023	perempuan	2	2	1	0	1	0	2	8

131	2023	perempuan	1	1	1	0	1	0	1	5
132	2022	Laki-laki	2	3	2	1	1	0	2	11
133	2023	perempuan	1	1	1	0	1	0	2	6
134	2022	Laki-laki	3	3	1	0	2	0	2	11
135	2023	Laki-laki	1	1	0	0	1	0	1	4
136	2023	Laki-laki	1	2	1	0	1	0	3	8
137	2022	perempuan	3	3	2	1	1	0	2	12
138	2022	perempuan	3	3	1	0	1	0	1	9
139	2022	perempuan	3	3	1	0	1	0	1	9
140	2022	perempuan	0	0	0	0	1	0	2	3
141	2022	perempuan	1	1	0	0	1	0	1	4
142	2023	perempuan	2	2	1	0	1	0	2	8
143	2022	perempuan	0	1	0	0	1	0	2	4
144	2023	Laki-laki	1	1	0	0	1	0	1	4
145	2022	perempuan	0	1	0	0	1	0	1	3



Lampiran 07. Hasil Kuesioner Kosentrasi Belajar

No	Angkatan	Jenis Kelamin	Penerimaan Materi (1,2,6)	Merespon Materi (17)	Gerakan Anggota Badan (13)	Mengemukakan Ide (5,11,15)	Kemampuan Mengaplikasikan Pengetahuan (4,12)	Kemampuan Menganalisis (7,9)	Kesiapan Pengetahuan (10,14)	Minat pada mata pelajaran (3,16)	Tidak Merasa Bosan Selama Pembelajaran (8,10,18)	TOTAL SKOR KONSENTRASI BELAJAR
1	2022	perempuan	4	3	4	8	6	3	6	6	11	51
2	2022	Laki-laki	12	4	2	7	4	8	7	8	9	61
3	2022	Laki-laki	9	4	2	7	6	7	7	6	10	58
4	2022	perempuan	9	3	3	6	4	6	6	6	8	51
5	2022	perempuan	7	4	3	9	4	5	7	6	11	56
6	2022	perempuan	10	3	2	7	3	6	6	6	8	51
7	2022	perempuan	7	3	3	11	5	4	6	4	9	52
8	2022	perempuan	6	3	4	9	5	4	4	5	8	48
9	2022	perempuan	8	4	3	8	5	6	6	7	9	56
10	2022	perempuan	9	3	3	7	6	6	6	4	9	53
11	2022	Laki-laki	9	4	4	8	4	6	7	7	9	58
12	2022	perempuan	8	3	2	8	4	5	7	5	10	52
13	2022	Laki-laki	10	4	3	7	5	6	8	6	11	60
14	2022	perempuan	6	2	2	6	4	4	4	4	6	38
15	2022	perempuan	11	4	1	9	4	6	5	6	6	52
16	2024	Laki-laki	8	3	3	9	5	6	7	6	10	57
17	2024	perempuan	10	4	3	8	4	6	7	6	9	57
18	2024	perempuan	9	3	2	9	4	4	6	5	8	50
19	2024	perempuan	10	4	1	7	4	8	8	8	9	59
20	2024	perempuan	9	3	2	6	4	6	5	6	6	47
21	2024	Laki-laki	8	3	3	8	5	6	5	6	8	52
22	2024	Laki-laki	12	4	3	8	4	7	8	6	9	61
23	2022	Laki-laki	10	3	3	8	6	6	5	6	8	55
24	2024	perempuan	12	4	2	7	4	7	6	7	7	56
25	2024	Laki-laki	7	3	2	9	6	4	6	3	10	50

26	2024	perempuan	12	4	3	7	3	7	6	7	8	57
27	2022	Laki-laki	6	2	1	5	4	5	4	7	8	42
28	2024	perempuan	12	4	4	11	4	6	8	7	9	65
29	2023	perempuan	7	4	4	11	6	4	6	7	9	58
30	2024	Laki-laki	10	3	3	9	5	7	6	6	7	56
31	2024	perempuan	8	4	2	8	6	6	7	4	10	55
32	2024	perempuan	8	4	3	8	5	5	7	4	10	54
33	2023	Laki-laki	8	3	3	9	4	5	6	6	9	53
34	2024	perempuan	10	3	2	8	5	6	5	6	7	52
35	2024	Laki-laki	9	3	2	6	5	6	6	6	7	50
36	2024	perempuan	11	4	2	10	4	7	8	6	9	61
37	2024	perempuan	9	2	1	8	3	6	5	6	6	46
38	2023	perempuan	6	3	3	8	5	4	5	5	9	48
39	2024	perempuan	7	3	2	7	5	5	6	5	8	48
40	2024	perempuan	9	3	2	9	6	7	5	6	8	55
41	2022	perempuan	8	3	2	7	4	5	5	5	9	48
42	2022	perempuan	9	4	1	8	4	5	7	4	10	52
43	2022	perempuan	8	3	3	8	4	4	7	4	11	52
44	2022	perempuan	6	3	3	7	4	5	6	4	8	46
45	2022	perempuan	7	4	2	9	5	6	5	4	9	51
46	2023	Laki-laki	9	4	2	7	4	6	5	6	8	51
47	2024	perempuan	9	4	3	8	5	6	6	7	9	57
48	2022	perempuan	11	4	3	8	5	5	8	6	10	60
49	2022	perempuan	12	4	2	7	5	7	7	6	9	59
50	2022	perempuan	6	4	2	7	6	6	5	6	10	52
51	2022	perempuan	9	4	3	8	4	6	6	6	9	55
52	2022	perempuan	9	4	2	7	6	6	8	6	10	58
53	2024	perempuan	8	4	3	7	4	6	7	5	11	55
54	2024	perempuan	9	3	3	7	5	6	5	5	7	50
55	2022	perempuan	7	3	3	9	5	5	6	5	9	52
56	2024	Laki-laki	9	4	2	8	5	6	6	5	9	54

57	2024	perempuan	7	3	2	5	5	4	5	5	6	42
58	2024	Laki-laki	9	3	2	8	4	6	5	6	7	50
59	2024	Laki-laki	6	1	4	6	5	2	2	2	9	37
60	2023	perempuan	9	4	2	5	4	6	5	7	7	49
61	2022	perempuan	9	3	3	8	5	5	6	5	8	52
62	2024	perempuan	9	3	2	7	4	6	4	5	6	46
63	2022	perempuan	10	4	4	9	6	5	6	6	9	59
64	2022	perempuan	11	4	2	8	5	8	6	6	7	57
65	2024	perempuan	10	4	2	8	5	6	6	5	8	54
66	2022	perempuan	8	4	2	8	5	5	5	7	8	52
67	2022	perempuan	10	4	2	8	6	8	7	7	9	61
68	2023	Laki-laki	7	2	3	6	6	4	5	5	7	45
69	2024	perempuan	9	4	1	6	3	5	5	6	7	46
70	2023	perempuan	9	3	2	7	4	6	5	6	7	49
71	2022	perempuan	9	3	3	6	5	6	7	6	9	54
72	2022	perempuan	8	3	2	6	4	4	6	7	10	50
73	2023	perempuan	7	3	1	12	5	6	6	5	11	56
74	2023	perempuan	9	4	2	7	4	6	6	6	8	52
75	2023	Laki-laki	8	3	3	7	6	6	6	6	8	53
76	2024	perempuan	4	2	2	6	3	3	3	2	5	30
77	2022	Laki-laki	9	4	2	11	4	7	6	6	8	57
78	2024	perempuan	6	2	2	6	4	4	4	4	6	38
79	2024	perempuan	11	3	3	9	3	6	7	6	10	58
80	2024	Laki-laki	7	3	1	9	6	6	7	6	8	53
81	2024	Laki-laki	10	4	2	8	4	7	6	6	9	56
82	2024	Laki-laki	7	3	3	7	6	4	6	3	9	48
83	2024	Laki-laki	9	3	3	7	5	6	5	5	7	50
84	2024	perempuan	7	3	2	6	4	6	6	5	9	48
85	2023	perempuan	8	3	3	9	4	6	7	6	9	55
86	2022	perempuan	9	3	3	8	6	4	6	5	9	53
87	2022	Laki-laki	9	3	2	7	4	6	6	6	8	51
88	2024	perempuan	10	4	2	6	5	5	8	7	10	57

89	2024	perempuan	8	3	2	7	6	5	4	5	7	47
90	2023	Laki-laki	8	3	1	7	4	5	6	3	8	45
91	2023	perempuan	8	4	2	8	5	5	7	7	10	56
92	2024	perempuan	7	3	2	8	6	6	6	6	8	52
93	2024	Laki-laki	9	4	3	7	5	6	5	5	8	52
94	2024	perempuan	8	3	3	8	5	6	6	6	9	54
95	2023	Laki-laki	8	4	3	8	4	6	7	6	10	56
96	2023	Laki-laki	8	3	2	9	4	6	4	5	6	47
97	2023	perempuan	9	4	2	8	5	6	7	5	8	54
98	2023	Laki-laki	7	3	3	6	5	3	5	4	5	41
99	2024	perempuan	6	2	3	7	4	5	3	3	7	40
100	2023	perempuan	10	3	2	8	5	6	5	6	8	53
101	2023	perempuan	9	3	3	10	5	5	6	6	11	58
102	2023	perempuan	8	3	2	6	5	6	5	5	7	47
103	2023	Laki-laki	7	2	2	11	5	5	5	4	7	48
104	2024	Laki-laki	7	4	2	9	5	4	6	3	11	51
105	2024	perempuan	9	3	2	11	4	6	6	5	8	54
106	2023	perempuan	9	4	3	8	6	6	6	8	9	59
107	2024	perempuan	9	3	3	7	5	6	5	6	6	50
108	2024	Laki-laki	6	3	3	9	4	4	6	7	8	50
109	2024	perempuan	8	2	2	6	6	5	6	6	8	49
110	2024	perempuan	6	1	4	9	5	4	6	5	9	49
111	2024	perempuan	5	3	4	10	6	4	6	5	12	55
112	2024	Laki-laki	6	3	4	10	5	4	5	5	10	52
113	2024	Laki-laki	6	3	2	10	6	5	5	6	11	54
114	2024	Laki-laki	7	3	3	9	6	4	4	3	8	47
115	2024	Laki-laki	7	3	4	10	7	4	6	3	11	55
116	2024	perempuan	6	3	4	11	6	4	6	3	11	54
117	2024	perempuan	6	3	4	11	7	5	6	4	11	57
118	2023	perempuan	6	4	3	9	5	5	6	4	12	54
119	2022	Laki-laki	7	3	4	7	6	2	5	4	11	49
120	2023	perempuan	6	4	4	11	6	5	5	4	12	57
121	2022	Laki-laki	5	4	3	7	7	5	5	6	12	54
122	2023	perempuan	6	3	3	9	4	3	5	4	10	47

123	2023	Laki-laki	7	4	3	9	5	5	6	5	11	55
124	2022	perempuan	3	4	4	8	6	5	5	5	10	50
125	2023	perempuan	7	4	3	9	4	6	2	4	9	48
126	2023	Laki-laki	4	4	4	10	5	4	4	3	10	48
127	2022	perempuan	3	3	2	9	7	2	5	4	12	47
128	2023	Laki-laki	6	4	1	10	6	4	5	4	11	51
129	2022	perempuan	4	3	3	9	6	3	4	6	10	48
130	2023	perempuan	5	4	3	7	5	6	5	4	12	51
131	2023	perempuan	9	4	3	9	6	6	5	5	10	57
132	2022	Laki-laki	3	3	3	11	6	2	5	4	11	48
133	2023	perempuan	5	4	3	8	5	5	5	4	11	50
134	2022	Laki-laki	3	4	3	8	5	2	5	5	11	46
135	2023	Laki-laki	5	3	4	7	5	3	5	3	11	46
136	2023	Laki-laki	4	4	3	9	4	5	5	3	11	48
137	2022	perempuan	4	3	3	8	6	2	4	5	10	45
138	2022	perempuan	3	1	3	9	6	2	5	5	9	43
139	2022	perempuan	5	1	3	9	6	2	5	3	10	44
140	2022	perempuan	12	3	3	5	5	7	5	8	6	54
141	2022	perempuan	9	4	3	5	5	7	5	4	7	49
142	2023	perempuan	4	3	4	8	6	4	5	4	11	49
143	2022	perempuan	11	3	3	5	3	6	6	7	8	52
144	2023	Laki-laki	7	4	2	9	5	5	6	5	12	55
145	2022	perempuan	10	3	3	6	5	7	5	5	6	50

Lampiran 08. Hasil Pengolahan Data Menggunakan SPSS

1) Distribusi Responden Berdasarkan Angkatan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	2022	52	35.9	35.9	35.9
	2023	36	24.8	24.8	60.7
	2024	57	39.3	39.3	100.0
	Total	145	100.0	100.0	

2) Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-laki	47	32.4	32.4	32.4
	perempuan	98	67.6	67.6	100.0
	Total	145	100.0	100.0	

3) Distribusi Kualitas Tidur (*Score PSQI*) Responden

	N					Std.			
	Valid	Missing	Mean	Median	Mode	Deviation	Minimum	Maximum	Sum
Subjective Sleep Quality	145	0	1.63	2.00	1	.888	0	3	237
Sleep Latency	145	0	1.63	2.00	1	.920	0	3	236
Sleep Duration	145	0	1.35	1.00	1	.924	0	3	196
Habitual Sleep Efficiency	145	0	.24	.00	0	.648	0	3	35
Sleep Disturbances	145	0	1.24	1.00	1	.581	0	3	180
Use of Sleep Medication	145	0	.10	.00	0	.420	0	3	15
Daytime Disfunction	145	0	1.68	2.00	2	.770	0	3	244
Total Score PSQI	145	0	7.88	7.00	6	2.987	2	17	1143

4) Distribusi Kualitas Tidur (Score PSQI) Responden Berdasarkan Angkatan

Total Score PSQI

Angkatan	N	Mean	Median	Maximum	Minimum	Range	Std. Deviation
2022	52	7.73	8.00	14	2	12	3.088
2023	36	7.53	7.00	15	4	11	2.656
2024	57	8.25	8.00	17	4	13	3.101
Total	145	7.88	7.00	17	2	15	2.987

5) Distribusi Kualitas Tidur (Score PSQI) Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Total Score PSQI

Jenis Kelamin	N	Mean	Median	Maximum	Minimum	Range	Std. Deviation
Laki-laki	47	7.62	7.00	13	2	11	2.650
perempuan	98	8.01	7.00	17	3	14	3.141
Total	145	7.88	7.00	17	2	15	2.987

6) Distribusi Konsentrasi Belajar Responden

	N		Mean	Median	Mode	Std.	Minimum	Maximum	Sum
	Valid	Missing				Deviation			
Penerimaan Materi	145	0	7.85	8.00	9	2.116	3	12	1138
Merespon Materi	145	0	3.30	3.00	3	.708	1	4	478
Gerakan Anggota Badan	145	0	2.62	3.00	3	.800	1	4	380
Mengemukakan Ide	145	0	7.97	8.00	8	1.500	5	12	1156
Mengaplikasikan Pengetahuan	145	0	4.90	5.00	5	.926	3	7	710
Kemampuan Menganalisis	145	0	5.23	6.00	6	1.337	2	8	758
Kesiapan Pengetahuan	145	0	5.67	6.00	6	1.118	2	8	822
Minat pada Pelajaran	145	0	5.27	5.00	6	1.265	2	8	764
Tidak Merasa Bosan	145	0	8.87	9.00	9	1.659	5	12	1286

Total Skor Konsentrasi Belajar	145	0	51.67	52.00	52	5.336	30	65	7492
---------------------------------------	------------	----------	--------------	--------------	-----------	--------------	-----------	-----------	-------------

7) Distribusi Konsentrasi Belajar Responden Berdasarkan Angkatan

Total Skor Konsentrasi Belajar

Angkatan	N	Mean	Median	Maximum	Minimum	Range	Std. Deviation
2022	52	52.00	52.00	61	38	23	5.041
2023	36	51.36	51.00	59	41	18	4.428
2024	57	51.56	52.00	65	30	35	6.135
Total	145	51.67	52.00	65	30	35	5.336

8) Distribusi Konsentrasi Belajar Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Total Skor Konsentrasi Belajar

Jenis Kelamin	N	Mean	Median	Maximum	Minimum	Range	Std. Deviation
Laki-laki	47	51.40	51.00	61	37	24	5.127
perempuan	98	51.80	52.00	65	30	35	5.455
Total	145	51.67	52.00	65	30	35	5.336

9) Hasil Uji Normalitas

Kolmogorov-Smirnov ^a			
	Statistic	df	Sig.
Total Score PSQI	.127	145	.000
Total Skor Konsentrasi Belajar	.070	145	.083

a. Lilliefors Significance Correction

10) Uji Statistik Rank Spearman Korelasi Kualitas Tidur dengan Konsentrasi Belajar

		Total Score PSQI	Total Skor Konsentrasi Belajar
Spearman's rho	Total Score PSQI	1.000	-.070
	Correlation Coefficient		
	Sig. (2-tailed)	.	.405
	N	145	145
Total Skor Konsentrasi Belajar	Total Skor Konsentrasi Belajar	-.070	1.000
	Correlation Coefficient		
	Sig. (2-tailed)	.405	.
	N	145	145



Lampiran 09. Surat Keterangan Kelaikan Etik



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS,
DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT
KOMISI ETIK PENELITIAN
Jalan Udayana Singaraja, Bali Kode Pos
81116 Tlp. (0362) 22570 Fax. (0362) 25735
Laman: www.undiksha.ac.id

KETERANGAN PEMBEBASAN ETIK (ETHICAL EXEMPTION)

No: 199/UN.48.16.04/PT/2025

Komite Etik Penelitian Universitas Pendidikan Ganesha, dalam upaya melindungi hak asasi manusia dan kesejahteraan subjek penelitian dan menjamin bahwa penelitian yang menggunakan formulir survei/registrasi/surveilans/epidemiologi/humaniora/sosial budaya/bahan biologi tersimpan/sel punca dan non klinis lainnya berjalan dengan memperhatikan implikasi etik, hukum, sosial, non klinis lainnya yang berlaku, telah mengkaji teliti proposal penelitian berjudul :

The Research Ethics Committee Universitas Pendidikan Ganesha, in order to protect the right and welfare of the research subject, and to guaranty that the research using survei questionnaire/registry/surveillance/epidemiology/humaniora/social-cultural/archived biological materials/stem cell/other non-clinical materials, will carried out according to ethical, legal, social implications and other applicable regulations, has been thoroughly reviewed the proposal entitled:

"Hubungan Kualitas Tidur Dengan Konsentrasi Belajar Pada Mahasiswa Kedokteran Di Fakultas Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha Tahun 2025"

Nomor Prokotel : 143/01/09/11/2025
Nama Penelitian Utama : Komang Harum Barlianty Suari
Principal Researcher
Pembimbing/Peneliti Lain : 1. Dr. dr. I Made Kusuma Wijaya, S.Ked., M.Kes.
Supervisor/Other Researcher 2. dr. Ni Luh Putu Pranena Sastri, S.Ked., MHPE, FFRI.
Nama Institusi : Fakultas Kedokteran, Undiksha
Institution
Tempat Penelitian : Fakultas Kedokteran, Undiksha
Research location

proposal tersebut dibebaskan pelaksanaannya.
hereby declare that the proposal is exempted.

Mengetahui,
Plt. Kepala LPPM Undiksha,

I Gusti Lanang Agung Parwata
NIP 196906061994121001

Ditetapkan di : Singaraja
Issued in
Tanggal : 24 November 2025
Date
Ketua,
Chairman,

Komang Hendra Setiawan
NIP. 198209302009121003

Lampiran 10. LOA Publikasi Artikel



Alamat: Jl. Rusdi Toana No.1 Kota Palu – Sulawesi Tengah, Indonesia

E-mail: pptij@jurnal.unismuhpalu.ac.id

Website: <https://jurnal.unismuhpalu.ac.id/index.php/JKS>

Letter of Acceptance

Date: 18 Desember 2025

Jurnal Kolaboratif Sains (JKS)

Dear Author(s)

Komang Harum Barlianty Suari¹, I Made Kusuma Wijaya², Ni Luh Putu Pranena Sastri³

^{1,2}Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran, Universitas Pendidikan Ganesha, Indonesia

³Program Studi Profesi Dokter Fakultas Kedokteran, Universitas Pendidikan Ganesha, Indonesia

*Corresponding Author: E-mail: harumsuari24@gmail.com

It's my pleasure to inform you that, after the peer review, your paper **HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN KONSENTRASI BELAJAR PADA MAHASISWA KEDOKTERAN DI FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA TAHUN 2025** with content unaltered to publish with JURNAL KOLABORATIF SAINS in Volume 8 Issue 12 (Desember 2025).

Thank you for making the journal a vehicle for your research interests.

With regards
Yours sincerely



Dr. Guasmin
Editor in Chief

Jurnal Kolaboratif Sains indexed by:



Office:

Universitas Muhammadiyah Palu

Jalan Rusdi Toana No.1, Talise, Kec. Mantikulore, Kota Palu, Sulawesi Tengah 94118

Lampiran 11. Dokumentasi Pengumpulan Data

