

FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAKASSAR

Waode Rizqi Auliya Arifma¹, Andi Tenri Padad², Juliani Ibrahim³, Rusli Malli⁴

¹Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Makassar Angkatan 2022 /
Email: izqiauliyaa@med.unismuh.ac.id

²Departemen Ilmu Kedokteran Jiwa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Makassar, ³Departemen Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Makassar, ⁴Departemen Al-Islam dan Kemuhammadiyahan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Makassar

“HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN FUNGSI KOGNITIF PADA MAHASISWA BARU FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAKASSAR ANGKATAN 2024”

ABSTRAK

Latar Belakang: Kualitas tidur merupakan faktor penting dalam menjaga fungsi kognitif, terutama pada mahasiswa kedokteran yang memiliki tuntutan akademik tinggi. Gangguan tidur dapat berdampak negatif terhadap konsentrasi, daya ingat, serta kemampuan berpikir, sehingga berpotensi menurunkan performa akademik.

Tujuan Penelitian: Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara kualitas tidur dengan fungsi kognitif pada mahasiswa baru Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar, angkatan 2024.

Metode: Penelitian ini menggunakan desain observasional analitik dengan pendekatan *cross-sectional*. Sampel penelitian berjumlah 102 responden yang diambil menggunakan teknik total sampling. Pengukuran kualitas tidur dilakukan menggunakan kuesioner Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) sedangkan fungsi kognitif dinilai menggunakan Montreal Cognitive Assessment (MoCA-Ina). Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji Fisher's Exact dengan tingkat kemaknaan $p < 0,05$.

Hasil: Sebagian besar responden memiliki kualitas tidur buruk (89,2%) dan mengalami penurunan fungsi kognitif ringan (72,5%). Hasil uji Fisher's Exact menunjukkan nilai p-value sebesar 0,000 ($p < 0,05$), yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kualitas tidur dengan fungsi kognitif.

Kesimpulan: Terdapat hubungan yang signifikan antara kualitas tidur dengan fungsi kognitif pada mahasiswa baru Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar, angkatan 2024. Mahasiswa dengan kualitas tidur buruk cenderung mengalami penurunan fungsi kognitif. Oleh karena itu, diperlukan upaya untuk meningkatkan kualitas tidur guna mendukung kesehatan kognitif dan prestasi akademik mahasiswa.

Kata Kunci: Kualitas tidur, fungsi kognitif, mahasiswa kedokteran, PSQI, MoCA

**FACULTY OF MEDICINE AND HEALTH SCIENCES
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAKASSAR**

Waode Rizqi Auliya Arifma¹, Andi Tenri Padad², Juliani Ibrahim³, Rusli Malli⁴

Faculty of Medicine and Health Sciences, Universitas Muhammadiyah Makassar, Class of 2022 /

Email: izqiauliyaa@med.unismuh.ac.id

²Department of Psychiatry, Faculty of Medicine and Health Sciences, Universitas Muhammadiyah Makassar, ³Department of Public Health, Faculty of Medicine and Health Sciences, Universitas Muhammadiyah Makassar, ⁴Department of Al-Islam and Kemuhammadiyahan, Faculty of Medicine and Health Sciences, Universitas Muhammadiyah Makassar

**“THE RELATIONSHIP BETWEEN SLEEP QUALITY AND COGNITIVE
FUNCTION IN NEW STUDENTS OF THE FACULTY OF MEDICINE,
MUHAMMADIYAH UNIVERSITY OF MAKASSAR, CLASS OF 2024”**

ABSTRACT

Background: Sleep quality is an important factor in maintaining cognitive function, particularly among medical students who face high academic demands. Poor sleep quality can negatively affect concentration, memory, and thinking ability, thereby potentially reducing academic performance.

Objective: This study aims to analyze the relationship between sleep quality and cognitive function among first-year medical students of the Faculty of Medicine, Universitas Muhammadiyah Makassar, class of 2024.

Methods: This study employed an analytic observational design with a cross-sectional approach. A total of 102 respondents were included using a total sampling technique. Sleep quality was measured using the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI), while cognitive function was assessed using the Montreal Cognitive Assessment Indonesian version (MoCA-Ina). Data were analyzed using univariate and bivariate analyses with Fisher's Exact test, with a significance level of $p < 0.05$.

Results: The majority of respondents had poor sleep quality (89.2%) and experienced mild cognitive impairment (72.5%). The results of Fisher's Exact test showed a p-value of 0.000 ($p < 0.05$), indicating a statistically significant relationship between sleep quality and cognitive function.

Conclusion: There is a significant relationship between sleep quality and cognitive function among first-year medical students of the Faculty of Medicine, Universitas Muhammadiyah Makassar, class of 2024. Students with poor sleep quality tend to have lower cognitive function. Therefore, efforts are needed to improve sleep quality in order to support cognitive health and academic performance.

Keywords: Sleep quality, cognitive function, medical students, PSQI, MoCA.