

## DAFTAR PUSTAKA

- Ali, M., & Aminoto, T. (2018). 'Brain Gym Dapat Meningkatkan Konsentrasi Belajar Mahasiswa Stei Indonesia Rawamangun Jakarta Timur'. *Jurnal Ilmu Dan Teknologi Kesehatan*, 5(2), pp. 173–178. Available at: <https://doi.org/10.32668/jitek.v5i2.7>
- Aprilia, D., Suranata, K., & Ketut Darsana. (2014). 'Penerapan Konseling Kognitif Dengan Teknik Pembuatan Kontrak (Contingency Contracting) Untuk Meningkatkan Konsentrasi Belajar Siswa Kelas X TKR1 SMK Negeri 3 Singaraja'. *Jurnal Undiksa Jurusan Bimbingan Konseling*, 2(1), pp. 2–3.
- Arti Febriyanti Hutasuhut, M. A. R. A. (2020). 'Analisis Fungsi Kognitif pada Lansia Ditinjau dari Jenis Kelamin, Riwayat Pendidikan, Riwayat Penyakit, Aktivitas Fisik, Aktivitas Kognitif dan Keterlibatan Sosial'. *Journal Psikologi Malahayati*, 2(1), pp. 60–75.
- Asmadi. (2018). '*Teknik Prosedural Keperawatan: Konsep dan Aplikasi Kebutuhan Dasar Klien*'.
- Ayu Yolanda, A., Arie Wuryanto, M., Kusariana, N., & Dian Saraswati (2019) 'Bagian Epidemiologi dan Penyakit Tropik Fakultas Kesehatan Masyarakat. Hubungan Aktivitas Fisik, Screen Based Activity dan Sleep Hygiene dengan Kualitas Tidur pada Remaja Usia 15-18 Tahun (Studi pada Siswa di SMA Negeri 1 Ungaran)'. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(1), pp. 2356–3346.
- Baso, M. C., Langi, F. L. F. ., & Sekeon, S. A. (2019). 'Hubungan Antara Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Tidur Pada Remaja Di Sma Negeri 9 Manado'. *Kesmas*, 7(5), pp. 5–10.
- Burhanto. (2019). '*Keperawatan Gerontik. Kalimantan Timur: Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur*'.
- Caesarridha, D. K. (2021). 'Hubungan Kualitas Tidur Dengan Konsentrasi Belajar Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Di Masa Pandemi Covid-19'. *Jurnal Medika Utama*, 2(4), pp. 1213–1217.
- Clariska, W., Yuliana, Y., & Kamariyah, K. (2020). 'Hubungan Tingkat Stres dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi'. *Jurnal Ilmiah Ners Indonesia*, 1(2), pp. 94–102. Available at: <https://doi.org/10.22437/jini.v1i2.13516>
- Fachlefi, S., & Rambe, A. S. (2021). 'Hubungan Kualitas Tidur dan Fungsi Kognitif Siswa MAN Binjai'. *SCRIPTA SCORE Scientific Medical Journal*, 3(1), pp. 8–16. Available at: <https://doi.org/10.32734/scripta.v3i1.5351>
- Fariba, K. A., & Tadi, P. (2022). 'Parasomnias'. *NCBI Bookshelf*.
- Fridaram, O., Isthari, E., Cicilia, P. G. C., Nuryani, A., & Wibowo, D. H. (2021). 'Meningkatkan Konsentrasi Belajar Peserta Didik dengan Bimbingan Klasikal Metode Cooperative Learning Tipe Jigsaw'. *Magistrorum et Scholarium*:

*Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(2), pp. 161–170. Available at: <https://doi.org/10.24246/jms.v1i22020p161-170>

- Gautam, P., Dahal, M., Baral, K., Acharya, R., Khanal, S., Kasaju, A., Sangroula, R. K., Gautam, K. R., Pathak, K., & Neupane, A. (2021). 'Sleep Quality and Its Correlates among Adolescents of Western Nepal: A Population-Based Study'. *Sleep Disorders*, 2021, pp. 1–8. Available at: <https://doi.org/10.1155/2021/5590715>
- Gustiawati, I., & Murwani, A. (2020). 'Hubungan Kualitas Tidur Dengan Konsentrasi Belajar Siswa Kelas VII Dan VIII'. *Jurnal Kesehatan Poltekkes Kemenkes Ri Pangkalpinang*, 8(2), pp. 107. Available at: <https://doi.org/10.32922/jkp.v8i2.187>
- Harleen Kaur, Benjamin C. Spurling, P. C. B. et al. (2022). 'Chronic insomnia. *Sleep Disorders: Diagnosis and Therapeutics*'. Available at: [https://doi.org/10.5005/jp/books/14227\\_28](https://doi.org/10.5005/jp/books/14227_28)
- Husna, S. M., Maison, Kurniawan, D. A., & Resnawati. (2021). 'Analisis Konsentrasi Belajar Siswa pada Mata Pelajaran Fisika di Kelas X IPA MAN 1 Merangin'. *Prosiding Seminar Nasional Hasil Riset Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 62–74.
- Hutagalung, N., Marni, E., & Erianti, S. (2022). 'Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Tingkat Satu Program Studi Keperawatan STIKes Hang Tuah Pekanbaru'. *Jurnal Keperawatan Hang Tuah (Hang Tuah Nursing Journal)*, 2(1), pp. 77–89. Available at: <https://doi.org/10.25311/jkh.vol2.iss1.535>
- Ilahi, A., Maraguna, T., Nurbaiti, & Theresia, M. (2022). 'Upaya Meningkatkan Konsentrasi Belajar Tematik Menggunakan Model Pembelajaran Example Non Example Kelas V SD Negeri 200302 Padangsidempuan'. *JIPDAS (Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar) Institut Pendidikan Tapanuli Selatan*, 3(2), pp. 7–16.
- Jiang, F. (2020). 'Sleep and Early Brain Development. *Annals of Nutrition and Metabolism*', 75(Suppl1), pp. 44–53. Available at: <https://doi.org/10.1159/000508055>
- Kesehatan, J., Kefis, J., Izzulhaq, F. F., & Hidayati, A. (2022). 'Pengaruh Schroth Exercise Terhadap Peningkatan Fungsional pada Anak Penderita Skoliosis : Studi Kasus'. 2, pp. 2020–2023.
- Keswara, U. R., Syuhada, N., & Wahyudi, W. T. (2019). 'Perilaku penggunaan gadget dengan kualitas tidur pada remaja'. *13(3)*, pp. 233–239.
- Kim, M., Um, Y. H., Kim, T. W., Kim, S. M., Seo, H. J., Jeong, J. H., Lee, J., Kim, S., Cho, I. H., Kim, S. Y., & Hong, S. C. (2021). 'Association Between Age and Sleep Quality: Findings From a Community Health Survey'. *Sleep Medicine Research*, 12(2), pp. 155–160. Available at:

<https://doi.org/10.17241/SMR.2021.01158>

- Leman, M., Lubis, L. D., Daulay, M., Adella, C. A., & Megawati, E. R. (2021). 'Hubungan Kualitas Tidur Dengan Fungsi Kognitif Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara'. *JIMKI: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kedokteran Indonesia*, 9(2), pp. 27–35. Available at: <https://doi.org/10.53366/jimki.v9i2.474>
- Liu, B., Gao, F., Zhang, J., Zhou, H., Sun, N., Li, L., Liang, L., Ning, N., Wu, Q., & Zhao, M. (2020). Sleep quality of students from elementary school to university: A cross-sectional study. *Nature and Science of Sleep*, 12, pp. 855–864. Available at: <https://doi.org/10.2147/NSS.S266493>
- Liu, X., Lang, L., Wang, R., Chen, W., Ren, X., Lin, Y., Chen, G., Pan, C., Zhao, W., Li, T., Han, C., He, L., & Gu, Y. (2021). Poor sleep quality and its related risk factors among university students. *Annals of Palliative Medicine*, 10(4), 4479–4485. <https://doi.org/10.21037/apm-21-472>
- M. Nazia, A.R. Nur, M. Azizah, E. Nur, et. al. (2022). 'Wechsler Adult Intelligence Scale'. *Jurnal Flourishing*, 2(1), pp. 32–37. Available at: <https://doi.org/10.4135/9781412952644.n478>
- Melly, Lubis, L. D., Daulay, M., Adella, C. A., Roina, E., & Megawati. (2021). 'Universitas Sumatera Utara The Association Of Sleep Quality With Cognitive Function Among Students Faculty Of Medicine'. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kedokteran*, 9(11), pp. 27–35.
- Miranda, A. A., & Alvina, A. (2019). 'Hubungan kadar asam urat dengan fungsi kognitif pada lansia'. *Jurnal Biomedika Dan Kesehatan*, 2(2), pp. 65–70. Available at: <https://doi.org/10.18051/jbiomedkes.2019.v2.65-70>
- Muhtazah, F., Nugrahini, S., & Kahanjak, D. N. (2023). 'Hubungan Kualitas Tidur Dengan Konsentrasi Pada Mahasiswa Preklinik Fakultas Kedokteran Universitas Palangka Raya Tahun 2022'. *Medica Palangka Raya: Jurnal Riset Mahasiswa*, 1(1), pp. 1–8. Available at: <https://e-journal.upr.ac.id/index.php/medica>
- Munthe, I. P. (2017). 'Hubungan Kualitas Tidur Dengan Memori Jangka Pendek Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara'. *Jurnal Ibnu Sina Biomedika*, 1(2), pp. 137–153.
- Nurbaiti, N., Indrianti, R., Kemenkes, P., & Ii, J. (2022). 'Penggunaan Stroop Test Di Bidang Kesehatan'. *Metrik Serial Teknologi Dan Sains*, 3(2), pp. 8–15.
- Pangestu, K., & Dwiana, A. (2020). 'Hubungan kualitas tidur dengan memori jangka pendek pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Angkatan 2017'. *Tarumanagara Medical Journal*, 2(2), pp. 302–307.

- Potter Patricia A, P. A. G. (2011). *Fundamental Ilmu keperawatan: Konsep, Proses dan Praktik. Volume 1 Edisi 7. Jakarta : Salemba Medika.*
- Prabowo, C. A., & Widodo, W. (2018). 'Mengukur Tingkat Perkembangan Kognitif Siswa Sekolah Dasar dalam Bidang Sains menggunakan Tes Kemampuan Penalaran Ilmiah Determining Elementary Students' Cognitive Development Levels in Science Using Scientific Reasoning Skills Test'. *15(2004)*, pp. 69–73.
- Putri, B. V. F. M., Amalia, E., & Sari, D. P. (2021). 'Hubungan Antara Burnout Dan Kualitas Tidur Dengan Prestasi Akademik Mahasiswa Kedokteran Universitas Mataram'. *Prosiding Sanintek Lembaga Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat Universitas Mataram'*, 3(11), pp. 282–292.
- Reza, R. R., Berawi, K., Karima, N., & Budiarto, A. (2019). 'Fungsi Tidur dalam Manajemen Kesehatan'. *Majority*, 8(2), pp. 247–253.
- Riasari, N. S., Djannah, D., Wirastuti, K., & Silviana, M. (2022). 'Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Penurunan Fungsi Kognitif pada Pasien Prolanis Klinik Pratama Arjuna Semarang'. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 6, pp. 3049–3056. Available at: <https://jptam.org/index.php/jptam/article/view/3345%0Ahttps://jptam.org/index.php/jptam/article/download/3345/2847>
- Schupp, M., & Hanning, C. D. (2003). 'Physiology of sleep'. *Continuing Education in Anaesthesia, Critical Care and Pain*, 3(3), pp. 69–74. Available at: <https://doi.org/10.1093/bjacepd/mkg069>
- Shi, Y., & Qu, S. (2021). 'Cognitive Ability and Self-Control's Influence on High School Students' Comprehensive Academic Performance'. *Frontiers in Psychology*, 12(12), pp. 1–10. Available at: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.783673>
- Sonda, I., Wariki, W., & Kuhan, F. (2021). 'Gangguan Kualitas Tidur Dan Indeks Prestasi Siswa Kelas XII SMA Negeri 1 Manado Di Masa Pandemi COVID-19'. *J Kedokt Tropik*, 9(2), pp. 334–340.
- Stefanie, & Irawaty, E. (2019). 'Hubungan kualitas tidur dengan hasil belajar pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara'. *Tarumanegara Medical Journal*, 1(2), pp. 403–409. Available at: <https://journal.untar.ac.id/index.php/tmj/article/view/3843>
- Sukmawati, N. M. H., & Putra, I. G. S. W. (2019). 'Reabilitas kuesioner pittsburgh sleep quality index (PSQI) versi bahasa indonesia dalam mengukur kualitas tidur lansia'. *Universitas Wamadewa*, 3(2), pp. 30–38.
- Ulfah, M., Utomo, D., & Semarang, P. K. (2021). 'Factors That Affecting Sleep Quality in Adolescents at Tegal'. *1*, pp. 25–31.
- Utami, A. N. (2020). 'Klasifikasi Gangguan Tidur REM Behaviour Disorder Berdasarkan Sinyal EEG menggunakan Machine Learning'. *Jurnal Sistem*

*Cerdas*, 03(02), pp. 216–230.

- Wang, Z., Heizhati, M., Wang, L., Li, M., Yang, Z., Lin, M., Abudereyimu, R., Hong, J., Yang, W., Yao, L., Liu, S., Hu, J., & Li, N. (2022). 'Poor sleep quality is negatively associated with low cognitive performance in general population independent of self-reported sleep disordered breathing'. *BMC Public Health*, 22(1), pp. 1–9. Available at: <https://doi.org/10.1186/s12889-021-12417-w>
- Zavec, Z., Nagy, T., Galkó, A., Nemeth, D., & Janacsek, K. (2020). 'The relationship between subjective sleep quality and cognitive performance in healthy young adults: Evidence from three empirical studies'. *Scientific Reports*, 10(1), pp. 1–12. Available at: <https://doi.org/10.1038/s41598-020-61627-6>

**LAMPIRAN****Lampiran 1. *Informed Consent*****LEMBAR PERSETUJUAN RESPONDEN (*INFORMED CONSENT*)**

Yang bertanda tangan dibawah ini:


Nama/Inisial : Ad [REDACTED] da  
Kelas : [REDACTED]  
Umur : 16 Tahun 6 Bulan  
Jenis kelamin : Wanita

Setelah mendapatkan penjelasan dari peneliti terkait pemeriksaan yang akan diberikan, saya bersedia menjadi responden penelitian yang berjudul "Hubungan Kualitas Tidur dengan Konsentrasi Belajar dan Fungsi Kognitif Pada Siswa Sekolah Menengah Atas Islam Terpadu Ibnu Sina Makassar" yang akan dilakukan oleh Maryam Nurul Pratiwi Mahasiswa Program Studi S1 Fisioterapi Fakultas Keperawatan Universitas Hasanuddin.

Demikian lembar persetujuan ini dibuat dengan penuh kesadaran dan tanpa dipaksa dari pihak lain untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Makassar, 19 Juni ..... 2023

Responden

(  )  
Adinda

## Lampiran 2. Surat Izin Penelitian



**PEMERINTAH PROVINSI SULAWESI SELATAN**  
**DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU**  
 Jl. Bougainville No.5 Telp. (0411) 441077 Fax. (0411) 448936  
 Website : <http://simap-new.sulselprov.go.id> Email : [ptsp@sulselprov.go.id](mailto:ptsp@sulselprov.go.id)  
 Makassar 90231

---

Nomor	: <b>18616/S.01/PTSP/2023</b>	Kepada Yth.
Lampiran	: -	Ketua Yayasan SMA Islam Terpadu Ibnu Sina Makassar
Perihal	: <b><u>Izin penelitian</u></b>	

di-  
**Tempat**

Berdasarkan surat Dekan Fak. Keperawatan Univ. Hasanuddin Makassar Nomor : 1755/UN4.18.1/PT.01.04/2023 tanggal 06 Juni 2023 perihal tersebut diatas, mahasiswa/peneliti dibawah ini:

N a m a	: <b>MARYAM NURUL PRATIWI</b>	
Nomor Pokok	: R021191023	
Program Studi	: Fisioterapi	
Pekerjaan/Lembaga	: Mahasiswa (S1)	
Alamat	: Jl. P. Kemerdekaan Km, 10 Makassar	

PROVINSI SULAWESI SELATAN

Bermaksud untuk melakukan penelitian di daerah/kantor saudara dalam rangka menyusun SKRIPSI, dengan judul :

**" HUBUNGAN ANTARA KUALITAS TIDUR DENGAN KONSENTRASI BELAJAR DAN FUNGSI KOGNITIF PADA SISWA SEKOLAH MENENGAH ATAS ISLAM TERPADU IBNU SINA MAKASSAR "**

Yang akan dilaksanakan dari : Tgl. **07 Juni s/d 07 Juli 2023**

Sehubungan dengan hal tersebut diatas, pada prinsipnya kami **menyetujui** kegiatan dimaksud dengan ketentuan yang tertera di belakang surat izin penelitian.

Demikian Surat Keterangan ini diberikan agar dipergunakan sebagaimana mestinya.

Diterbitkan di Makassar  
Pada Tanggal 07 Juni 2023

**A.n. GUBERNUR SULAWESI SELATAN**  
**PLT. KEPALA DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU**  
**SATU PINTU PROVINSI SULAWESI SELATAN**



**Drs. MUH SALEH, M.Si.**  
 Pangkat : PEMBINA UTAMA MUDA  
 Nip : 19690717 199112 1002

Tembusan Yth

1. Dekan Fak. Keperawatan Univ. Hasanuddin Makassar di Makassar;
2. *Pertinggal.*

### Lampiran 3. Surat Telah Menyelesaikan Penelitian



Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Muhammad Haerul, S.Pd., M.Pd., Gr.  
 Jabatan : Kepala SMAIT Ibnu Sina  
 NIY : 901013081008

Dengan ini menerangkan bahwa:

Nama : Maryam Nurul Pratiwi  
 NIM : R021191023  
 Program Studi : S1 Fisioterapi  
 Fakultas : Keperawatan Universitas Hasanuddin

Benar telah melaksanakan penelitian pada Program Studi Fisioterapi Fakultas Keperawatan Universitas Hasanuddin dengan Judul Skripsi "Hubungan Antara Kualitas Tidur Dengan Konsentrasi Belajar dan Fungsi Kognitif Pada Siswa Sekolah Menengah Atas Islam Terpadu Ibnu Sina Makassar" yang dilaksanakan pada tanggal 15 Juni 2023.

Demikian surat keterangan ini diberikan kepada yang bersangkutan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya, dalam rangka proses penyelesaian studi (Skripsi) pada Program Studi S1 Fisioterapi Fakultas Keperawatan Universitas Hasanuddin.

Makassar, 22 Dzulhijjah 1444 H  
 11 Juli 2023 M

Kepala SMAIT Ibnu Sina

Muhammad Haerul, S.Pd., M.Pd., Gr.  
 NIY. 901013081008

**YAYASAN AMAL JARIYAH IBNU SINA**  
**SEKOLAH MENENGAH ATAS ISLAM TERPADU IBNU SINA**

HEAD OFFICE : Jl. Andi Tadde No. 26, Tallo, Makassar, Sulawesi Selatan 90214 NPSN : 69972283

admin\_makassar@sitibnusina.sch.id 085242535492 www.sit-ibnusina.sch.id @sitibnusinamks SIT Ibnu Sina Makassar Official



## Lampiran 4. Surat Keterangan Lolos Kaji Etik



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN  
RISET, DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS HASANUDDIN  
**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT**  
Jln.Perintis Kemerdekaan Km.10 Makassar 90245, Telp.(0411) 585658,  
E-mail : [fk.unhas@gmail.com](mailto:fk.unhas@gmail.com), website: <https://fk.unhas.ac.id/>

### **REKOMENDASI PERSETUJUAN ETIK**

Nomor : 4226/UN4.14.1/TP.01.02/2023

Tanggal: 27 Juni 2023

Dengan ini Menyatakan bahwa Protokol dan Dokumen yang Berhubungan dengan Protokol berikut ini telah mendapatkan Persetujuan Etik :

No.Protokol	19623091186	No. Sponsor Protokol	
Peneliti Utama	<b>Maryam Nurul Pratiwi</b>	Sponsor	Pribadi
Judul Peneliti	<b>Hubungan Antara Kualitas Tidur Dengan Konsentrasi Belajar dan Fungsi Kognitif Pada Siswa Sekolah Menengah Atas Islam Terpadu Ibnu Sina Makassar</b>		
No.Versi Protokol	1	Tanggal Versi	19 Juni 2023
No.Versi PSP	1	Tanggal Versi	19 Juni 2023
Tempat Penelitian	<b>Sekolah Menengah Atas Islam Terpadu Ibnu Sina Makassar</b>		
Judul Review	<input checked="" type="checkbox"/> Exempted <input type="checkbox"/> Expedited <input type="checkbox"/> Fullboard	Masa Berlaku <b>27 Juni 2023</b> Sampai <b>27 Juni 2024</b>	Frekuensi review lanjutan
Ketua Komisi Etik Penelitian	Nama : Prof.dr.Veni Hadju,M.Sc,Ph.D	Tanda tangan	Tanggal 27 Juni 2023
Sekretaris komisi Etik Penelitian	Nama : Dr. Wahiduddin, SKM.,M.Kes	Tanda tangan	Tanggal 27 Juni 2023

Kewajiban Peneliti Utama:

1. Menyerahkan Amandemen Protokol untuk persetujuan sebelum di implementasikan
2. Menyerahkan Laporan SAE ke Komisi Etik dalam 24 Jam dan dilengkapi dalam 7 hari dan Laporan SUSAR dalam 72 Jam setelah Peneliti Utama menerima laporan
3. Menyerahkan Laporan Kemajuan (*progress report*) setiap 6 bulan untuk penelitian resiko tinggi dan setiap setahun untuk penelitian resiko rendah
4. Menyerahkan laporan akhir setelah Penelitian berakhir
5. Melaporkan penyimpangan dari protocol yang disetujui (*protocol deviation/violation*)
6. Mematuhi semua peraturan yang ditentukan



## Lampiran 5. Alat Ukur *Pittsburgh Sleep Quality Index*

### Kuesioner Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)

#### PETUNJUK

Pertanyaan berikut ini berkaitan dengan kebiasaan tidur yang biasa anda lakukan selama 7 hari terakhir. Jawaban dari anda akan mengindikasikan tanggapan yang paling akurat pada mayoritas sehari-hari atau malam-malam yang anda lalui 7 hari terakhir. Mohon anda menjawab semua pertanyaan :

#### DATA UMUM

- 16 • Usia
- Wati • Jenis Kelamin
- X 1114 • Kelas

A. Jawablah pertanyaan berikut ini! Selain pertanyaan no 1 dan 3 Berikan tanda (✓) pada salah satu jawaban yang anda anggap paling sesuai!

1.	Jam berapa biasanya anda tidur pada malam hari ?	23.00			
		≤15 menit	16-30 menit	31-60 menit	>60 menit
2.	Berapa lama (dalam menit) yang anda perlukan untuk dapat mulai tertidur setiap malam? Waktu yang dibutuhkan saat mulai berbaring hingga tertidur	✓			
3.	Jam berapa biasanya anda bangun di pagi hari?	05.00			
		>7 jam	6-7 jam	5-6 jam	≤5 jam
4.	Berapa jam lama tidur anda pada malam hari? (hal ini mungkin berbeda dengan jumlah jam yang anda habiskan ditempat tidur) Jumlah jam tidur per malam		✓		

## Lampiran 6. Alat Ukur *Stroop Test*

### *Stroop Test*

#### **PETUNJUK**

Responden akan diminta menyebutkan warna yang dituliskan berbeda dengan kata yang tercetak pada tulisan tersebut, akan terdapat 4 ronde, setiap ronde akan meningkat kecepatannya

#### **DATA UMUM**

- Usia :
- Jenis Kelamin :
- Kelas :

GREEN YELLOW RED GREEN BLACK  
 BROWN RED GREEN YELLOW BLUE  
 YELLOW BLACK PURPLE PINK GREEN  
 BLUE PINK YELLOW BLACK YELLOW  
 RED BLUE GREEN YELLOW PINK  
 PINK BROWN BLACK YELLOW BROWN

#### **Skor Penilaian**

<10 = sangat rendah  
 10-15 = rendah  
 15-20 = tinggi  
 >20 = sangat tinggi

## Lampiran 7. Alat Ukur *Digit Span Test*

### *Digit Span Test*

#### PETUNJUK

Mulai dengan *Forward Digit Span Test*, selesaikan uji coba pertama dan kedua sebelum melanjutkan ke *Backward Digit Span Test*. Memberikan Intruksi “dengarkan baik-baik saat saya mengatakan beberapa angka. Ketika saya selesai menyebutkannya, kemudian Anda mengatakannya”. *Digit Span Test* diberikan dengan kecepatan 1 per detik. Mengucapkan angka dalam nada tunggal tanpa menggunakan variasi nada suara. Tes dihentikan setelah peserta mengalami kegagalan pada 2 kali percobaan. Skor yang diperoleh adalah jumlah total dari *forward* dan *backward* yang diulang dengan benar.

#### DATA UMUM

- Usia :
- Jenis Kelamin :
- Kelas :

##### 1. Forward Digits

**“Dengarkan baik-baik saat saya mengatakan beberapa angka. Ketika saya selesai, Anda mengatakannya”.**

No	Percobaan Pertama	Respon / atau x Percobaan Kedua	Respon / atau x Total
1	43		16
2	792		847
3	5941		7253
4	93872		75396
5	152649		216748
6	3745261		4925136
7	82973546		69174253
8	246937185		371625948

##### 2. Backward Digits

**“Dengarkan baik-baik saat saya mengatakan beberapa angka, kali ini saya akan mengatakan dengan mundur. Ketika saya selesai, Anda mengatakannya”.**

No	Percobaan Pertama	Respon / atau x Percobaan Kedua	Respon / atau x Total
1	83		29
2	457		615
3	2619		3852
4	28736		59413
5	624719		276391
6	4183627		1586937
7	52624197		96417385

#### Total Skor

Total Forward Skor :

Total Backward Skor :

Total Forward dan Backward Skor :

## Lampiran 8. Hasil Olah SPSS

### Statistics Karakteristik Responden

#### Case Processing Summary

	Valid		Cases Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
JENIS KELAMIN * KUALITAS TIDUR	60	100.0%	0	0.0%	60	100.0%

#### JENIS KELAMIN \* KUALITAS TIDUR Crosstabulation

Count

		KUALITAS TIDUR				Total
		BAIK	RINGAN	SEDANG	BURUK	
JENIS KELAMIN	LAKI-LAKI	5	2	11	14	32
	PEREMPUAN	6	4	10	8	28
Total		11	6	21	22	60

#### Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2- sided)
Pearson Chi-Square	2.185 <sup>a</sup>	3	.535
Likelihood Ratio	2.209	3	.530
Linear-by-Linear Association	1.496	1	.221
N of Valid Cases	60		

a. 2 cells (25.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 2.80.

### Case Processing Summary

	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
JENIS KELAMIN * KONSENTRASI BELAJAR	60	100.0%	0	0.0%	60	100.0%

### JENIS KELAMIN \* KONSENTRASI BELAJAR Crosstabulation

Count

		KONSENTRASI BELAJAR				Total
		SANGAT RENDAH	RENDAH	SEDANG	SANGAT TINGGI	
JENIS KELAMIN	LAKI-LAKI	2	15	9	6	32
	PEREMPUAN	2	10	7	9	28
Total		4	25	16	15	60

### Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2- sided)
Pearson Chi-Square	1.590 <sup>a</sup>	3	.662
Likelihood Ratio	1.595	3	.661
Linear-by-Linear Association	.903	1	.342
N of Valid Cases	60		

a. 2 cells (25.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 1.87.

### Case Processing Summary

	Valid		Cases Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
JENIS KELAMIN * FUNGSI KOGINITIF	60	100.0%	0	0.0%	60	100.0%

### JENIS KELAMIN \* FUNGSI KOGINITIF Crosstabulation

Count

		FUNGSI KOGINITIF			Total
		RENDAH	SEDANG	TINGGI	
JENIS KELAMIN	LAKI-LAKI	1	11	20	32
	PEREMPUAN	2	12	14	28
Total		3	23	34	60

### Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	1.174 <sup>a</sup>	2	.556
Likelihood Ratio	1.181	2	.554
Linear-by-Linear Association	1.146	1	.284
N of Valid Cases	60		

a. 2 cells (33.3%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 1.40.

### Case Processing Summary

	Valid		Cases Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
KELAS * KUALITAS TIDUR	60	100.0%	0	0.0%	60	100.0%

### KELAS \* KUALITAS TIDUR Crosstabulation

Count

		KUALITAS TIDUR				Total
		BAIK	RINGAN	SEDANG	BURUK	
KELAS	X IPA	5	2	6	4	17
	X IPS	0	1	0	2	3
	XI IPA	1	2	6	6	15
	XI IPS	4	1	3	3	11
	XII IPA	1	0	3	6	10
	XII IPS	0	0	3	1	4
Total		11	6	21	22	60

### Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2- sided)
Pearson Chi-Square	15.852 <sup>a</sup>	15	.392
Likelihood Ratio	18.097	15	.258
Linear-by-Linear Association	2.228	1	.136
N of Valid Cases	60		

a. 20 cells (83.3%) have expected count less than 5. The minimum expected count is .30.

### Case Processing Summary

	Valid		Cases Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
KELAS * KONSENTRASI BELAJAR	60	100.0%	0	0.0%	60	100.0%



**KELAS \* KONSENTRASI BELAJAR Crosstabulation**

Count

		KONSENTRASI BELAJAR				Total
		SANGAT RENDAH	RENDAH	SEDANG	SANGAT TINGGI	
KELAS	X IPA	2	9	3	3	17
	X IPS	0	0	0	3	3
	XI IPA	0	4	5	6	15
	XI IPS	1	4	3	3	11
	XII IPA	1	5	4	0	10
	XII IPS	0	3	1	0	4
Total		4	25	16	15	60

**Chi-Square Tests**

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	20.511 <sup>a</sup>	15	.153
Likelihood Ratio	24.098	15	.063
Linear-by-Linear Association	.384	1	.535
N of Valid Cases	60		

a. 22 cells (91.7%) have expected count less than 5. The minimum expected count is .20.

**Case Processing Summary**

	Valid		Cases Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
KELAS * FUNGSI KOGINITIF	60	100.0%	0	0.0%	60	100.0%

**KELAS \* FUNGSI KOGINITIF Crosstabulation**

Count

		FUNGSI KOGINITIF		
		<b>Chi-Square Tests</b>		
		Value	df	Asymptotic Significance (2- sided)
Pearson Chi-Square		12.077 <sup>a</sup>	10	.280
Likelihood Ratio		12.686	10	.242
Linear-by-Linear Association		2.122	1	.145
N of Valid Cases		60		

a. 12 cells (66.7%) have expected count less than 5. The minimum expected count is .15.

**Case Processing Summary**

	Valid		Cases Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
UMUR * KUALITAS TIDUR	60	100.0%	0	0.0%	60	100.0%

**UMUR \* KUALITAS TIDUR Crosstabulation**

Count

		KUALITAS TIDUR				Total
		BAIK	RINGAN	SEDANG	BURUK	
UMUR	15	1	1	2	3	7
	16	5	2	6	4	17
	17	4	3	7	7	21
	18	1	0	6	8	15
Total		11	6	21	22	60

### Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2- sided)
Pearson Chi-Square	6.668 <sup>a</sup>	9	.672
Likelihood Ratio	8.270	9	.507
Linear-by-Linear Association	2.280	1	.131
N of Valid Cases	60		

a. 10 cells (62.5%) have expected count less than 5. The minimum expected count is .70.

### Case Processing Summary

	Valid		Cases Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
UMUR * KONSENTRASI BELAJAR	60	100.0%	0	0.0%	60	100.0%

### UMUR \* KONSENTRASI BELAJAR Crosstabulation

Count

		KONSENTRASI BELAJAR				Total
		SANGAT RENDAH	RENDAH	SEDANG	SANGAT TINGGI	
UMUR	15	1	4	1	1	7
	16	1	5	4	7	17
	17	0	7	8	6	21
	18	2	9	3	1	15
Total		4	25	16	15	60

### Case Processing Summary

	Valid		Cases Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
UMUR * FUNGSI KOGINITIF	60	100.0%	0	0.0%	60	100.0%

### UMUR \* FUNGSI KOGINITIF Crosstabulation

Count

		FUNGSI KOGINITIF			Total
		RENDAH	SEDANG	TINGGI	
UMUR	15	1	3	3	7
	16	0	8	9	17
	17	2	9	10	21
	18	0	3	12	15
Total		3	23	34	60

### Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	7.491 <sup>a</sup>	6	.278
Likelihood Ratio	8.629	6	.196
Linear-by-Linear Association	2.664	1	.103
N of Valid Cases	60		

a. 6 cells (50.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is .35.

### Case Processing Summary

	Valid		Cases Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
KUALITAS TIDUR *	60	100.0%	0	0.0%	60	100.0%
KONSENTRASI BELAJAR						

### KUALITAS TIDUR \* KONSENTRASI BELAJAR Crosstabulation

Count

		KONSENTRASI BELAJAR				Total
		SANGAT RENDAH	RENDAH	SEDANG	SANGAT TINGGI	
KUALITAS TIDUR	BAIK	0	8	1	2	11
	RINGAN	0	2	1	3	6
	SEDANG	3	7	9	2	21
	BURUK	1	8	5	8	22
Total		4	25	16	15	60

### Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	14.800 <sup>a</sup>	9	.097
Likelihood Ratio	15.394	9	.081
Linear-by-Linear Association	.847	1	.358
N of Valid Cases	60		

a. 10 cells (62.5%) have expected count less than 5. The minimum expected count is .40.

### Case Processing Summary

	Valid		Cases Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
KUALITAS TIDUR * FUNGSI KOGINITIF	60	100.0%	0	0.0%	60	100.0%

### KUALITAS TIDUR \* FUNGSI KOGINITIF Crosstabulation

Count

		FUNGSI KOGINITIF			Total
		RENDAH	SEDANG	TINGGI	
KUALITAS TIDUR	BAIK	1	3	7	11
	RINGAN	1	3	2	6
	SEDANG	0	9	12	21
	BURUK	1	8	13	22
Total		3	23	34	60

### Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	4.454 <sup>a</sup>	6	.616
Likelihood Ratio	4.920	6	.554
Linear-by-Linear Association	.174	1	.677
N of Valid Cases	60		

a. 7 cells (58.3%) have expected count less than 5. The minimum expected count is .30.

Berdasarkan hasil Uji Chi Square diperoleh nilai kesimpulan bahwa nilai *Asymptotic Significance (2-sided)* tidak ada yang memenuhi karena nilai *Asymptotic Significance (2-sided)* > 0,05. Sehingga semua variable tidak ada yg berhubungan

### Correlations

		skor_kualitas_tidur	skor_konsentrasi_belajar
skor_kualitas_tidur	Pearson Correlation	1	.103
	Sig. (2-tailed)		.435
	N	60	60
skor_konsentrasi_belajar	Pearson Correlation	.103	1
	Sig. (2-tailed)	.435	
	N	60	60

### Correlations

		skor_kualitas_tidur	skor_fungsi_koginitif
skor_kualitas_tidur	Pearson Correlation	1	.115
	Sig. (2-tailed)		.383
	N	60	60
skor_fungsi_koginitif	Pearson Correlation	.115	1
	Sig. (2-tailed)	.383	
	N	60	60

**Lampiran 9. Dokumentasi**

Pengisian Biodata Responden



Pengujian Stroop Test dan Digit Span Test



Pengisian Kuisisioner PSQI



Pengisian Kuisisioner PSQI



**HUBUNGAN ANTARA KUALITAS TIDUR  
DENGAN KONSENTRASI BELAJAR DAN  
FUNGSI KOGNITIF PADA SISWA SEKOLAH  
MENENGAH ATAS ISLAM TERPADU IBNU  
SINA MAKASSAR**

*THE RELATIONSHIP BETWEEN QUALITY OF  
SLEEP WITH LEARNING CONCENTRATION AND  
COGNITIVE FUNCTION IN STUDENTS OF  
INTEGRATED ISLAMIC HIGH SCHOOL OF IBNU  
SINA MAKASSAR*

**MARYAM NURUL PRATIWI<sup>1</sup>, DJOHAN ARAS<sup>2</sup>,  
ADI AHMAD GONDO<sup>3</sup>, MEUTIAH MUTMAINAH  
ABDULLAH<sup>4</sup>, ANDI ARBAIM HASYIM<sup>5</sup>**

UNIVERSITAS HASANUDDIN

Jl. Perintis Kemerdekaan No. KM. 10, Tamalanrea  
Indah, Kec. Tamalanrea, Kota Makassar, Sulawesi  
Selatan 90245

e-mail : [maryampratiwi@gmail.com](mailto:maryampratiwi@gmail.com)

**Abstrak**

Gangguan tidur menjadi salah satu masalah yang sering terjadi pada remaja. Kurangnya durasi tidur, penundaan waktu tidur dan perbedaan pola tidur pada hari sekolah dan akhir pekan menjadi perubahan pola tidur yang berdampak pada menurunnya kualitas tidur. Pola tidur yang buruk mempengaruhi kemampuan konsentrasi seseorang, kualitas tidur yang buruk dapat menyebabkan daya ingat atau konsentrasi menurun baik dalam belajar maupun mengingat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kualitas tidur dengan konsentrasi belajar dan fungsi kognitif pada siswa Sekolah Menengah Atas Islam Terpadu Ibnu Sina Makassar. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini dengan purposive sampling melalui pendekatan *cross sectional*. Jumlah sampel dalam penelitian ini yaitu 60 orang siswa Sekolah Menengah Atas Islam Terpadu Ibnu Sina Makassar. Tingkat kualitas tidur siswa diukur menggunakan *Pittsburgh Sleep Quality Index*, Konsentrasi belajar menggunakan *Stroop Test* dan Fungsi Kognitif menggunakan *Digit Span Test*. Data dianalisis menggunakan uji *spearman*. Hasil penelitian ini menunjukkan hasil bahwa tidak terdapat hubungan antara kualitas tidur dengan konsentrasi belajar ( $p > 0,005$ ). Pada hubungan kualitas tidur dengan fungsi kognitif juga tidak ditemukan hubungan ( $p > 0,005$ ).

**Kata kunci:** Siswa, Kualitas Tidur, Konsentrasi Belajar, Fungsi Kognitif

**Lampiran 11. Biodata Penulis****BIODATA**

Nama : Maryam Nurul Pratiwi  
 Tempat/Tanggal Lahir : Baubau, 16 November 2000  
 Jenis Kelamin : Perempuan  
 Agama : Islam  
 Email : maryampratiwi@gmail.com  
 Alamat Asal : Jalan H. La Ode Manarfa, Kec. Murhum,  
 Baubau  
 Alamat Sekarang : Jalan Sahabat V, Kec. Tamalanrea, Makassar  
 Nama Ayah : Jufrin, S.Pd  
 Nama Ibu : Hj. Hartini, S.IP

**Riwayat Pendidikan**

Program Studi S1 Fisioterapi Universitas Hasanuddin	Tahun 2019-Sekarang
SMA Negeri 2 Baubau	Tahun 2016-2019
SMP Negeri 7 Baubau	Tahun 2012-2016
SD Negeri 2 Baadia	Tahun 2007-2012
TK Negeri Pembina	Tahun 2005-2007

**Riwayat Organisasi**

Divisi Penelitian, Pengembangan dan Pembinaan Anggota (P3A) HMI-Komisariat FK-UH	Periode 2022-2023
Divisi Kesekretariatan HIMAFISIO F.KEP-UH	Periode 2021-2022
Divisi Pemberdayaan Perempuan HMI Komisariat FK-UH	Periode 2021-2022