

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

- a. Gambaran kualitas tidur mahasiswa kedokteran UPNVJ angkatan 2023 mayoritas memiliki kualitas tidur yang buruk yaitu sebanyak 128 orang (83.1%) dan yang memiliki kualitas tidur yang baik hanya sebanyak 26 orang (16.9%).
- b. Gambaran prestasi akademik mahasiswa kedokteran UPNVJ angkatan 2023 memiliki rata-rata IPS yaitu sebesar 3.44 dengan IPS paling tinggi yaitu 3.90 dan IPS paling rendah yaitu 2.00.
- c. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara penerapan kurikulum OBE dengan prestasi akademik pada mahasiswa kedokteran UPNVJ angkatan 2023.
- d. Terdapat hubungan yang signifikan antara kualitas tidur dengan prestasi akademik pada mahasiswa kedokteran UPNVJ angkatan 2023 dengan tingkat korelasi yang lemah yaitu sebesar -0.206 dan arah hubungan yang negatif.

V.2 Saran

- a. Bagi mahasiswa, diharapkan mahasiswa kedokteran UPNVJ angkatan 2023 dan seterusnya untuk lebih menjaga kualitas tidur yang dimiliki dikarenakan berdasarkan hasil penelitian ini diketahui bahwa mayoritas mahasiswa kedokteran angkatan 2023 memiliki kualitas tidur yang buruk.

- b. Bagi institusi, diharapkan institusi dapat mengurangi jadwal padat atau hal-hal lain yang mungkin dapat memengaruhi kualitas tidur pada mahasiswa kedokteran UPNVJ serta melakukan evaluasi kembali terhadap penerapan kurikulum OBE supaya menjadi lebih baik kedepannya.
- c. Bagi peneliti lain, diharapkan agar peneliti selanjutnya dapat mempertimbangkan untuk meneliti faktor-faktor yang memengaruhi kualitas tidur dan prestasi akademik seperti faktor kesehatan individu serta meneliti efektivitas dari penerapan kurikulum OBE pada FK UPNVJ.