

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA**

Skripsi, Januari 2025

AMALYA JANANI LUBIS, No. NRP 2010211027

**PENGARUH KUALITAS TIDUR, KEGIATAN ORGANISASI, DAN JARAK
TEMPUH TERHADAP IPK MAHASISWA ANGKATAN 2021 FAKULTAS
KEDOKTERAN UPN VETERAN JAKARTA**

RINCIAN HALAMAN (63 halaman, 8 tabel, 2 gambar, 3 bagan, 5 lampiran)

ABSTRAK

Prestasi belajar dapat dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal. Kualitas tidur yang dimiliki setiap individu berbeda dan kelompok mahasiswa fakultas kedokteran memiliki resiko tinggi memiliki gangguan tidur dan rentan untuk memiliki kualitas tidur yang buruk. Mahasiswa yang mengikuti kegiatan organisasi harus dapat memajemen waktu dengan baik antara kegiatan akademik dengan kegiatan organisasi yang diikuti agar tidak berdampak pada prestasi belajar. Jarak tempat tinggal terhadap kampus juga menjadi faktor yang mempengaruhi konsentrasi belajar mahasiswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kualitas tidur, kegiatan organisasi, dan jarak tempuh terhadap IPK mahasiswa fakultas kedokteran. Penelitian merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain penelitian potong melintang. Penelitian ini dilaksanakan di Fakultas Kedokteran UPN Veteran Jakarta pada rentang bulan Oktober-Desember 2024. Pengambilan sampel pada penelitian menggunakan metode acak sederhana dan didapatkan besar sampel sebanyak 118 orang yang dihitung menggunakan rumus slovin. Pengambilan data menggunakan kuesioner dan dianalisis menggunakan analisis univariat dan bivariat dengan uji korelasi Spearman. Berdasarkan hasil didapatkan bahwa p-value <0,05 pada variabel pengaruh jarak tempuh terhadap IPK, sedangkan pada variabel pengaruh kualitas tidur dan kegiatan organisasi terhadap IPK didapatkan p-value >0,05. Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat pengaruh jarak tempuh mahasiswa terhadap IPK mahasiswa fakultas kedokteran.

Kata kunci : jarak tempuh, mahasiswa, organisasi, prestasi, tidur

**FACULTY OF MEDICINE
UNIVERSITY PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA**

Undergraduate Thesis, January 2025

AMALYA JANANI LUBIS, No. NRP 2010211027

**The Impact of Sleep Quality, Organizational Activities, and Commuting Distance on
GPA of 2021 Medical Students at UPN Veteran Jakarta Faculty of Medicine**

PAGE DETAIL (63 pages, 8 tables, 2 pictures, 3 charts, 5 appendices)

ABSTRACT

Academic performance is influenced by internal and external factors. Medical students are prone to sleep disorders and poor sleep quality. Effective time management between academic and organizational activities is crucial. Commuting distance also affects students' concentration. This quantitative study aims to examine the impact of sleep quality, organizational activities, and commuting distance on the GPA of medical students. This cross-sectional study was conducted at the Faculty of Medicine, UPN Veteran Jakarta, from October to December 2024. Simple random sampling yielded 118 participants, calculated using Slovin's formula. Data collection employed questionnaires, analyzed using univariate and bivariate analysis with Spearman correlation test. Results showed a significant relationship between commuting distance and GPA (p -value < 0.05), while sleep quality and organizational activities had no significant impact (p -value > 0.05). Commuting distance significantly affects the GPA of medical students. Effective time management and strategies to optimize commuting time are essential.

Keywords: *extracurricular, distance, sleep, students*