

ABSTRAK

Tidur yang berkualitas berperan penting dalam menjaga daya konsentrasi, fungsi kognitif, dan capaian akademik mahasiswa kedokteran. Penelitian ini dilakukan untuk menilai korelasi antara kualitas tidur dengan pencapaian IPK pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Prima Indonesia di angkatan 2023. Penelitian ini menggunakan desain analitis korelatif dengan pendekatan potong lintang dan melibatkan 162 responden yang dipilih melalui teknik *simple random sampling*. Kualitas tidur diukur menggunakan Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI), sedangkan data IPK diperoleh dari catatan akademik. Hasil menunjukkan 103 mahasiswa (63,6%) memiliki kualitas tidur buruk dengan skor PSQI > 5 , sedangkan nilai rata-rata IPK tercatat 3,29. Analisis uji korelasi Spearman menghasilkan koefisien $r_s = -0,505$ dengan nilai $p < 0,05$, yang menunjukkan adanya hubungan negatif bermakna antara kualitas tidur dan IPK. Dengan demikian, semakin rendah kualitas tidur, semakin menurun capaian akademik mahasiswa. Kesimpulannya, kualitas tidur merupakan faktor penting yang memengaruhi prestasi akademik, sehingga diperlukan upaya peningkatan pola tidur sehat dan pengelolaan waktu belajar untuk mendukung keberhasilan studi.

Kata kunci: kualitas tidur, PSQI, indeks prestasi kumulatif, mahasiswa kedokteran