

**HUBUNGAN KONSUMSI KOPI DENGAN KUALITAS TIDUR PADA
MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS ISLAM
SUMATERA UTARA**

SKRIPSI

Oleh

NABILA SALWA RIZAL

71180811123



UNIVERSITAS ISLAM SUMATERA UTARA

FAKULTAS KEDOKTERAN

MEDAN

2022

**HUBUNGAN KONSUMSI KOPI DENGAN KUALITAS TIDUR PADA
MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS ISLAM
SUMATERA UTARA**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Kelulusan Menjadi Sarjana
Kedokteran**

Oleh

NABILA SALWA RIZAL

71180811123



FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS ISLAM SUMATERA UTARA

MEDAN

2022

HALAMAN PERSETUJUAN

Hasil Penelitian dengan Judul:

**HUBUNGAN KONSUMSI KOPI DENGAN KUALITAS TIDUR PADA
MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS ISLAM
SUMATERA UTARA**

Yang dipersiapkan oleh :

NABILA SALWA RIZAL
71180811123

Hasil Penelitian ini telah diperiksa dan disetujui

Medan, 2022

Disetujui,
Dosen Pembimbing

(dr. Dian Afriandi, M. Kes)

Dosen Pembanding I

Dosen Pembanding II

(H. Aulia, S. Si., M. Sc.)

(dr. Bambang Susanto, M. Kes)

HALAMAN PENGESAHAN

Judul Skripsi : **HUBUNGAN KONSUMSI KOPI DENGAN
KUALITAS TIDUR PADA MAHASISWA
FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS
ISLAM SUMATERA UTARA**

Nama Mahasiswa : **NABILA SALWA RIZAL**

Nomor Induk Mahasiswa : **71180811123**

Telah diuji dan dinyatakan LULUS didepan tim penguji pada hari Selasa tanggal

18 Januari 2022

Tim Penguji Skripsi

Dosen Pembimbing

(dr. Dian Afriandi, M. Kes)

Dosen Penguji I

Dosen Penguji II

(H. Aulia, S. Si., M. Sc.)

(dr. Bambang Susanto, M. Kes)

Diketahui

Dekan

(dr. Indra Janis, MKT)

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatulahi Wabarakatuh

*Bismillahirrahmanirrahim, Alhamdulillah Rabbal'alam*in, segala puji bagi Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul **“Hubungan Konsumsi Kopi Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara”** Selama proses penyusunan skripsi ini, penulis banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, oleh karena itu pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Dr. H. Yanhar Jamaluddin, M.AP, selaku Rektor Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara yang telah memberikan kesempatan kepada saya untuk mengikuti pendidikan program sarjana di Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara.
2. dr. H. Indra Janis, MKT selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara.
3. dr. Irma Yanti Rangkuti, M.Si, M.Biomed selaku Kepala Prodi Sarjana Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara.
4. dr. Dian Afriandi, M. Kes, selaku dosen pembimbing yang telah banyak memberikan bimbingan, pengarahan, masukan, saran, waktu, tenaga dan dukungan kepada penulis sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik.
5. Bapak H. Aulia, S. Si., M. Sc., selaku dosen penguji I yang telah memberikan saran yang konstruktif dalam penyempurnaan penulisan skripsi dan memberikan pengarahan dalam melakukan penelitian ini.
6. dr. Bambang Susanto, M. Kes, selaku dosen penguji II yang telah memberikan saran yang konstruktif dalam penyempurnaan penulisan skripsi dan memberikan pengarahan dalam melakukan penelitian ini.
7. Dosen dan *staff* Program Studi Pendidikan Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara yang telah memberikan ilmu dan bantuannya sehingga penyusunan proposal penelitian ini dapat berjalan dengan baik.
8. Kedua orang tua yang sangat saya cintai, Ayahanda Afrizal dan Ibunda Ade Herawati yang senantiasa menyebut saya dalam setiap doanya yang tiada

henti, memberikan bantuan dukungan dan pengorbanan baik material dan moral yang tak terkira sehingga saya berada di tahap ini.

9. Abang dan Adik kandung saya, Yazid Al Hafizh Rizal dan Raihan Al Amin Rizal yang sangat saya cintai yang juga selalu mendoakan, selalu memberikan dukungan, masukan, saran, dan semangat kepada saya dalam menyelesaikan skripsi ini.
10. Teman tersayang saya, Riky Ovaliansyah Harahap yang selalu mendukung saya baik dalam proses perkuliahan hingga menyelesaikan skripsi ini dan terima kasih sudah mendampingi saya dalam hal apapun.
11. Sahabat dan teman seperjuangan yang sudah seperti saudara Ananda Annisa Fitri Batu Bara, Tyta Rizky Anugrah Lubis, Indah Quadri Novela, Nurhanifa Meiviani, Raja Ardina dan Shafura yang selalu memberikan semangat, saran dan dukungan dalam menyelesaikan proposal penelitian ini.
12. Sahabat saya yang selalu memberikan semangat dan dukungan dari jarak jauh Deony Liana Haqi dan Evelyin Anggriani Gurning.
13. Teman-teman seperjuangan Mahasiswa/I angkatan 2018 Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara yang selalu memberikan motivasi, semangat dan dukungannya.
14. Semua rekan dan pihak yang tidak dapat disebutkan satu-persatu, yang sudah memberikan bantuan dalam penulisan proposal penelitian ini.
15. *Last but not least, I wanna thank me for believing in me. I want to thank me for doing all this hard work, I wanna thank me for never quitting. I want to thank me for just being me at all times.*

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis menyadari atas kekurangan dan ketidak sempurnaan. Untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran demi perbaikan di masa mendatang. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat sebagai sumber informasi untuk perkembangan ilmu pengetahuan khususnya bidang kesehatan bagi Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara.

Medan, 2021
Penulis,

Nabila Salwa Rizal

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN PERSETUJUAN	
HALAMAN PENGESAHAN	
ABSTRAK	i
ABSTRACT	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR.....	viii
DAFTAR SINGKATAN.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN.....	x
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	3
1.3 Tujuan Penelitian	3
1.3.1 Tujuan Umum	3
1.3.2 Tujuan Khusus	4
1.4 Manfaat Penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	5
2.1 Kopi	5
2.1.1 Definisi Kopi	5
2.2 Kafein	5
2.2.1 Definisi dan Struktur Kopi	5
2.2.2 Manfaat dan Kegunaan Kafein.....	6
2.2.3 Farmakodinamik Kafein.....	6
2.2.4 Farmakokinetik Kafein.....	6
2.3 Tidur	7
2.3.1 Definisi Tidur	7
2.3.2 Fisiologi Tidur	7
2.3.3 Tahapan Tidur	8
2.4 Kualitas Tidur	10

2.4.1	Definisi Kualitas Tidur	10
2.4.2	Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kualitas Tidur	11
2.4.3	Efek Kafein pada Kualitas Tidur	12
2.4.4	<i>Pittsburgh Quality Scale Indeks (PSQI)</i>	13
2.5	Kerangka Teori	13
2.6	Kerangka Konsep.....	14
2.7	Hipotesa Penelitian	15
BAB III	METODE PENELITIAN	16
3.1.	Jenis Penelitian	16
3.2.	Waktu dan Lokasi Penelitian.....	16
3.2.1.	Waktu Penelitian	16
3.2.2.	Lokasi Penelitian	16
3.3.	Populasi dan Sampel Penelitian	16
3.3.1.	Populasi Penelitian	16
3.3.2.	Sampel Penelitian	17
3.3.3.	Kriteria Inklusi dan Eksklusi	17
3.4.	Variabel Penelitian	18
3.4.1.	Variabel Independen.....	18
3.4.2.	Variabel Dependen	18
3.5.	Defenisi Operasional	18
3.6.	Instrumen Penelitian.....	21
3.7.	Teknik Pengumpulan Data	22
3.7.1.	Data Primer.....	22
3.7.2.	Data Sekunder	22
3.8.	Pengolahan Data dan Analisis Data	22
3.8.1.	Pengolahan Data	22
3.8.2.	Analisis Data	23
BAB IV	HASIL DAN PEMBAHASAN	24
4.1.	Hasil Penelitian	24
4.1.1.	Deskripsi Lokasi Penelitian.....	24
4.1.2.	Analisis Univariat.....	24
4.1.3.	Analisis Bivariat	27
4.2.	Pembahasan	28
BAB V	KESIMPULAN DAN SARAN	31
5.1.	Kesimpulan.....	31
5.2.	Saran.....	31
DAFTAR PUSTAKA	33

DAFTAR TABEL

Halaman

Tabel 3.1. Daftar Mahasiswa FK UISU Angkatan 2018, 2019, 2020, 2021	16
Tabel 3.2. Definisi Operasional.....	19
Tabel 4.1. Karakteristik Responden	25
Tabel 4.2. Deskripsi Hasil Kuesioner Konsumsi Kafein Responden.....	25
Tabel 4.3. Jumlah Banyaknya Cangkir Kopi Yang Dikonsumsi Per Hari	26
Tabel 4.4. Jenis Kopi Yang Dikonsumsi Responden	26
Tabel 4.5. Waktu Konsumsi Kopi Responden	27
Tabel 4.6. Kualitas Tidur.....	27

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1. Struktur Kimia Kafein	5
Gambar 2.2. Bagan Kerangka Teori	14
Gambar 2.3. Bagan Kerangka Konsep	14

DAFTAR SINGKATAN

REM	:	<i>Rapid Eye-Movement</i>
NREM	:	<i>Non Rapid Eye-Movement</i>
PSQI	:	<i>Pittsburgh Sleep Quality Index</i>
LVM	:	<i>Low Voltage Mix Frequencies</i>
EOG	:	<i>Electrooculography</i>
EMG	:	<i>Electromyography</i>
EEG	:	<i>Electroensefalography</i>

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Daftar Riwayat Hidup
- Lampiran 2. Surat Permohonan Survey Awal
- Lampiran 3. Surat Izin Survey Awal
- Lampiran 4. Surat Izin Penelitian
- Lampiran 5. Ethical Clearance
- Lampiran 6. Surat Keterangan Selesai Penelitian
- Lampiran 7. Surat Pernyataan Keabsahan Daftar Pustaka
- Lampiran 8. Daftar Absensi Bimbingan Proposal Penelitian
- Lampiran 9. Daftar Absensi Bimbingan Hasil Penelitian
- Lampiran 10. Lembar Persetujuan Responden (Informed Consent)
- Lampiran 11. Kuesioner
- Lampiran 12. Output SPSS
- Lampiran 13. Dokumentasi Penelitian

DAFTAR PUSTAKA

- Ambarwati, R. (2017). Tidur, irama sirkadian dan metabolisme tubuh. *Jurnal Keperawatan*, *X*(1), 42–46.
<http://www.litbang.kemkes.go.id:8080/handle/123456789/33428>
- Auliansyah, D., Carolia, N., Studi, P., Dokter, P., Kedokteran, F., Lampung, U., Farmakologi, B., Kedokteran, F., & Lampung, U. (2018). Peran kafein dalam tatalaksana nyeri kepala dan kafein withdrawal. *J Agromedicine Unila*, *5*(2), 592–595.
- Baihaq, M. I., Effendi, D. H., & Kurniaty, N. (2019). *Efek Pola Konsumsi Teh Kemasan Terhadap Kualitas Tidur dan Pola Tidur Mahasiswa / Mahasiswi Prodi Farmasi Universitas Islam Bandung Menggunakan Metode Kuesioner*. *5*(2), 218–224.
- Chaudhary, N. S., Grandner, M. A., Jackson, N. J., & Chakravorty, S. (2016). Caffeine consumption, insomnia, and sleep duration: Results from a nationally representative sample. *Nutrition*, *176*(3), 139–148.
<https://doi.org/10.1016/j.nut.2016.04.005>. Caffeine
- Dharmadi, N. L. G. A. C., Purnawati, S., & Adiputra, L. M. I. S. H. (2021). Hubungan Konsumsi Kopi Terhadap Peluang Kelulusan Ujian Blok Mahasiswa Psskpd Angkatan 2017 Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *Angewandte Chemie International Edition*, *6*(11), 951–952., *10*(3), 21–27. <https://doi.org/10.24843.MU.2021.V10.i3.P04>
- Fikriana, P. A. (2020). *Hubungan Konsumsi Kopi Terhadap Kualitas Tidur Pada Barista Di Kecamatan Medan Baru*. 60.
<http://repositori.usu.ac.id/bitstream/handle/123456789/31139/170100215.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Guyton, A. C., & Hall, J. E. (2013). *Guyton and Hall Buku Ajar Fisiologi Kedokteran 12th Edition* (M. Widjajakusumah, A. Tanzil, & E. Ilyas (eds.); 12th ed.). ECG.
- Handojo, M., Pertiwi, J. ., & Ngantung, D. (2018). Hubungan gangguan kualitas tidur menggunakan PSQI dengan fungsi kognitif pada PPDS pasca jaga malam. *Jurnal Sinaps*, *1*(1), 91–101.

- Ilmaz, D. I. Y., Anrikulu, F. A. T., & Ikmen, Y. U. D. (2017). *Research on Sleep Quality and the Factors Affecting the Sleep Quality of the Nursing Students*. 43, 20–21. <https://doi.org/10.12865/CHSJ.43.01.03>
- Khairani, M. (2017). *Pengaruh Minuman Kopi terhadap Kualitas Tidur Mahasiswa/i Angkatan 2015 Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara*. 65. <http://repositori.usu.ac.id/bitstream/handle/123456789/4766/140100005.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Liu, J., Zhu, L., & Liu, C. (2020). Sleep Quality and Self-Control: The Mediating Roles of Positive and Negative Affects. *Frontiers in Psychology*, 11(December), 1–7. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.607548>
- Manggopa, R., Kundre, R., & Katuuk, M. (2019). Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Insomnia Pada Atlet Gym. *Jurnal Keperawatan*, 7(2), 1–6. <https://doi.org/10.35790/jkp.v7i2.24471>
- Maulina, N., Sayuti, M., & Said, B. H. (2020). Hubungan Konsumsi Kopi Dengan Frekuensi Denyut Nadi Pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Malikussaleh Tahun 2019. *AVERROUS: Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan Malikussaleh*, 6(1), 17. <https://doi.org/10.29103/averrous.v6i1.2624>
- Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Novita, L., & Aritonang, B. (2017). Penetapan kadar kafein pada minuman berenergi sediaan sachet yang beredar di sekitar pasar petisah medan. *Jurnal Kimia Saintek Dan Pendidikan*, 1(1), 37–42.
- Oktaria, S. (2019). Hubungan Antara Konsumsi Minuman Berkafein Dengan Pola Tidur Pada Mahasiswa Teknik. *Jurnal Kesehatan Masyarakat & Gizi (Jkg)*, 1(2), 10–15. <https://doi.org/10.35451/jkg.v1i2.110>
- Pickering, C., & Grgic, J. (2019). Caffeine and Exercise: What Next? *Sports Medicine*, 49(7), 1007–1030. <https://doi.org/10.1007/s40279-019-01101-0>
- Putri, O., Yasinta, I., Candrasari, A., & Sintowati, R. (2021). *Hubungan*

- Konsumsi Kopi Dengan Kualitas dan Kuantitas Tidur Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta. 659, 105–111.*
- Ravaandran, N. A. (2018). *Hubungan Konsumsi Kafein dan Makanan dengan Kualitas Tidur Pada Siswa SMA Perguruan Al-Azhar Medan Tahun 2018.*
- Reza, R. R., Berawi, K., Karima, N., & Budiarto, A. (2019). Fungsi Tidur dalam Manajemen Kesehatan. *Medical Journal Of Lampung University, 8(2), 247–253.*
<https://juke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/majority/article/view/2479>
- Riyanti, E., Silviana, E., & Santika, M. (2020). Analisis Kandungan Kafein Pada Kopi Seduhan Warung Kopi Di Kota Banda Aceh. *Lantanida Journal, 8(1), 1.* <https://doi.org/10.22373/lj.v8i1.5759>
- Rizal, N. S. (2021). *No Title.*
- Sastroasmoro, S., & Ismael, S. (2011). *Dasar-dasar Metodologi Penelitian Klinis Edisi Ke-4 (Ke-4).* Sagung Seto.
- Selvaruj, A. S. A. (2016). Efek Konsumsi Minuman Yang Mengandung Kafein Terhadap Kualitas Tidur Mahasiswa Angkatan 2013 Fakultas Kedokteran Universitas Andalas. *Jurnal Fakultas Kedokteran Universitas Andalas 1, 6–9.* [http://scholar.unand.ac.id/61716/2/2. BAB 1 %28Pendahuluan%29.pdf](http://scholar.unand.ac.id/61716/2/2.BAB%20Pendahuluan%29.pdf)
- Sherwood, L. (2014). *Fisiologi Manusia Dari Sel Ke Sistem 8th Edition (2014 (ed.); 8th ed.).* ECG.
- Simanjuntak, M. I. A. (2017). *Hubungan Kualitas Tidur dengan Intensitas dan Frekuensi Nyeri Kepala pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara Angkatan 2014.*
<http://repositori.usu.ac.id/bitstream/handle/123456789/4882/140100011.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Sitepu, J. N. (2020). Hubungan Kualitas Tidur dengan Atensi pada Mahasiswa/ i Fakultas Kedokteran Universitas HKBP Nommensen Medan. *Nommensen Journal of Medicine, 6(1), 26–31.*

<https://doi.org/10.36655/njm.v6i1.261>

- SK, J., NK, I., AN, F., FA, B., RA, A., YM, M., & AM, A. (2017). Sleep Quality among Medical Students at King Abdulaziz University: A Cross-sectional Study. *Journal of Community Medicine & Health Education*, 07(05). <https://doi.org/10.4172/2161-0711.1000561>
- Štefan, L., Sporiš, G., Kristievic, T., & Knjaz, D. (2018). Associations between sleep quality and its domains and insufficient physical activity in a large sample of Croatian young adults: A cross-sectional study. *BMJ Open*, 8(7), 1–11. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2018-021902>
- Sukmawati, N. M. H., & Putra, I. G. S. W. (2019). Reliabilitas Kusioner Pittsburgh Sleep Quality Index (Psqi) Versi Bahasa Indonesia Dalam Mengukur. *Jurnal Lngkungan Dan Pembangunan*, 3(2), 30–38.
- Susilo, R. D. (2017). *Hubungan Antara Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah Pada Mahasiwa Semester VIII Program Studi Keperawatan Stikes Bhakti Husada Muliamadiun*. 1–102.
- Suyono, E. M. (2016). *Pengaruh Konsumsi Kopi Arabika (Coffea arabica) Terhadap Daya Tahan Otot Dengan Metode Push Up*.
- Tampubolon, J. P. A. (2019). *Pola Konsumsi Kafein Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Angkatan 2017 Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara*. 48. <http://repository.uisu.ac.id/handle/123456789/307>
- Temple, J. L., Bernard, C., Lipshultz, S. E., Czachor, J. D., Westphal, J. A., & Mestre, M. A. (2017). The Safety of Ingested Caffeine: A Comprehensive Review. *Frontiers in Psychiatry*, 8(May), 1–19. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2017.00080>
- Zarwinda, I., & Sartika, D. (2019). Pengaruh Suhu Dan Waktu Ekstraksi Terhadap Kafein Dalam Kopi. *Lantanida Journal*, 6(2), 180. <https://doi.org/10.22373/lj.v6i2.3811>

LAMPIRAN 1

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Nama : Nabila Salwa Rizal
Tempat, Tanggal Lahir : Medan, 12 Januari 2000
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Alamat : Jl. Griya Wisata Indah Blok I Nomor 2,
Medan Johor.
Status : Belum Menikah
Contact Person : 081375686216
Email : nblslwrzl@gmail.com

Riwayat Pendidikan :

1. TK Bunayyah Medan (2003 – 2005)
2. SDIT Al-Hijrah (2005 – 2011)
3. SMP Al-Azhar Medan (2011 – 2014)
4. SMA Negeri 1 Medan (2014 – 2017)
5. Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara (2018-Sekarang)

LAMPIRAN 2



UNIVERSITAS ISLAM SUMATERA UTARA FAKULTAS KEDOKTERAN

KAMPUS JL. STM NO. 77 MEDAN
KAMPUS JL. SM. RAJA NO. 2 A MEDAN - 20212
TELP. (061) 42778962

Nomor : 1000.A /L/E.03/VIII/2021
Lampiran : -
Hal : Permohonan Survey Awal

Medan 25 Muharram 1442 H
04 Agustus 2021 M

Kepada Yth.
Dekan Fakultas Kedokteran UISU
di
Tempat

Dengan hormat, kami doakan semoga Bapak berada dalam keadaan sehat wal afiat dan sukses menjalankan tugas sehari-hari. Amin.

Sehubungan dengan rencana penyusunan Proposal Skripsi mahasiswa FK UISU dengan tema "Pengaruh Konsumsi Kopi Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Angkatan 2018 – 2020 Fakultas Kedokteran UISU" maka dengan ini kami memohon izin agar mahasiswa FK UISU yang bernama :

Nama : Nabila Salwa Rizal
NPM : 71180811123

Untuk dapat melaksanakan **Survey Awal** di Fakultas Kedokteran UISU.

Demikianlah disampaikan dan atas perhatiannya kami ucapkan terimakasih.

An. Dekan
Wakil Dekan Bidang Akademik dan Dakwah Islamiyah



dr. Dewi Pangestuti, M.Biomed

- Tembusan :
1. Yth. Dekan Fakultas Kedokteran UISU (sebagai laporan)
 2. Pertinggal

NB : Tetap menjalankan protokol kesehatan dengan menjaga jarak, memakai masker dan menjaga kebersihan tangan / menggunakan handsinitizer

LAMPIRAN 3



UNIVERSITAS ISLAM SUMATERA UTARA FAKULTAS KEDOKTERAN

KAMPUS JL. STM NO. 77 MEDAN
KAMPUS JL. SM. RAJA NO. 2 A MEDAN - 2012
TELP. (061) 42778962

Nomor : 1126/L/E.03/VIII/2021
Lampiran : -
Hal : Izin Survey Awal

Medan, 22 Dzulhijjah 1442 H
31 Agustus 2021 M

Kepada Yth.
Bapak Dekan Fakultas Kedokteran
Universitas Islam Sumatera Utara
Di
Tempat

Assalamu`alaikum wr.wb

Dengan hormat, kami doakan semoga Bapak berada dalam keadaan sehat wal afiat dan sukses menjalankan tugas sehari-hari. Amin.

Sehubungan adanya surat Wakil Dekan Bidang Akademik dan Dakwah Islamiyah Fakultas Kedokteran UISU Nomor : 1000.A/L/E.03/VIII/2021 tanggal 04 Agustus 2021 tentang Permohonan Izin Survey Awal, dengan ini disampaikan bahwa pada prinsipnya kami tidak keberatan menerima mahasiswa/i Bapak untuk pengambilan data di Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera.

Berkenaan dengan hal tersebut diatas dengan ini kami menerima mahasiswa/i yang tertera namanya dibawah ini :

Nama : Nabila Salwa Rizal
NPM : 71180811123
Tema Skripsi : Pengaruh Konsumsi Kopi Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Angkatan 2018-2020 Fakultas Kedokteran UISU.

Untuk melakukan penelitian dengan ketentuan dan peraturan yang berlaku di Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara.

Demikianlah disampaikan dan atas perhatiannya kami ucapkan terimakasih.

Wassalamu`alaikum wr.wb



Dekan
dr. Indra Janis, MKT

- Peringgal

LAMPIRAN 4



UNIVERSITAS ISLAM SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEDOKTERAN

KAMPUS JL. STM NO. 77 MEDAN
KAMPUS JL. SM. RAJA NO. 2 A MEDAN - 20212
TELP. (061) 42778962

Nomor : 1796 /L/E.03/XII/2021
Lampiran : -
Hal : Permohonan Izin Penelitian

Medan, 23 Jumadil Awal 1443 H
27 Desember 2021 M

Kepada Yth.
Dekan Fakultas Kedokteran UISU
di
Tempat

Dengan hormat, kami doakan semoga Bapak berada dalam keadaan sehat wal afiat dan sukses menjalankan tugas sehari-hari. Amin.

Sehubungan dengan rencana penyusunan Proposal Skripsi mahasiswa FK UISU dengan tema "Hubungan Konsumsi Kopi Dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara" maka dengan ini kami memohon izin agar mahasiswa FK UISU yang bernama :

Nama : Nabila Salwa Rizal
NPM : 71180811123

Untuk dapat melaksanakan **Penelitian** di Fakultas Kedokteran UISU.

Demikianlah disampaikan dan atas perhatiannya kami ucapkan terimakasih.

An Dekan
Wakil Dekan Bidang Akademik dan Dakwah Islamiyah



dr. Dewi Pangestuti, M.Biomed

- Tembusan :
1. Yth. Dekan Fakultas Kedokteran UISU (sebagai laporan)
 2. Pertinggal

NB : Tetap menjalankan protokol kesehatan dengan menjaga jarak, memakai masker dan menjaga kebersihan tangan / menggunakan handsinitizer.

LAMPIRAN 5



KETERANGAN LAYAK ETIK DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION "ETHICAL EXEMPTION"

No.184/EC/KEPKM.UISU/XII/2021

Protokol penelitian yang diusulkan oleh :
The research protocol proposed by

Peneliti utama : Nabila Salwa Rizal
Principal In Investigator

Nama Institusi : Universitas Islam Sumatera Utara
Name of the Institution

Dengan judul:
Title

"Hubungan Konsumsi Kopi Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara"

"Hubungan Konsumsi Kopi Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara"

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 17 Desember 2021 sampai dengan tanggal 17 Desember 2022.

This declaration of ethics applies during the period December 17, 2021 until December 17, 2022.



dr. Suryani Eka Mustika, Sp.PA

LAMPIRAN 6



UNIVERSITAS ISLAM SUMATERA UTARA FAKULTAS KEDOKTERAN

KAMPUS JL. STM NO. 77 MEDAN
KAMPUS JL. SM. RAJA NO. 2 A MEDAN - 20212
TELP. (061) 42778962

SURAT KETERANGAN SELESAI PENELITIAN

Nomor : 1809/E/1.02/XII/2021

Yang bertanda tangan dibawah ini, menerangkan bahwa :

Nama : Nabila Salwa Rizal
NPM : 71180811123
Judul Penelitian : Hubungan Konsumsi Kopi Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara.
Lokasi Penelitian : Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara

Nama tersebut diatas telah menyelesaikan penelitian tersebut di Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara.

Demikianlah surat keterangan ini kami perbuat dengan sebenarnya untuk dapat dipergunakan seperlunya. Atas perhatiannya, kami ucapkan terima kasih.

Medan, 28 Desember 2021

Dekan

dr. Indra Janis, MKT

LAMPIRAN 7



UNIVERSITAS ISLAM SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIT PENELITIAN

KAMPUS : JL. STM NO. 77 SUKA MAJU, MEDAN – 20146
KAMPUS JL. SM RAJA NO. 2A MEDAN – 20212
TELP. (061) 4572733, 4143491, 4142993, FAX. 061 – 4142495

SURAT PERNYATAAN KEABSAHAN DAFTAR PUSTAKA

Saya yang bertanda tangan dibawah ini telah memeriksa kebenaran daftar pustaka yang digunakan oleh

Nama Mahasiswa : Natik Salwa Rizal
NPM : 71180811123
Judul Skripsi : Pengaruh Konsumsi Kopi dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Angkatan 2018-2020 Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara

Demikian pernyataan ini disampaikan, atas kerjasamanya diucapkan terima kasih.

Dosen Pembimbing Skripsi


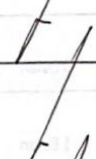


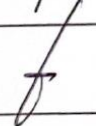

(dr. Dian Afriandi, M. Kes)

LAMPIRAN 8

** diisi oleh unit penelitian

LEMBAR KEGIATAN BIMBINGAN PROPOSAL PENELITIAN

Dosen Pembimbing : dr. Dian Afriandi, M. Kes.

TANGGAL	MATERI DISKUSI	KETERANGAN	PARAF
15/06 - 21	Pengarahan Judul	Pengarahan Judul	
22/06 - 21	Pengesahan Judul	Pengesahan Judul	
26/08 - 21	Pengajuan Bab I, II, III	Pengajuan Bab I, II, III	
8/9 - 21	Revisi Bab I, II, III	Revisi Bab I, II, III	
13/10 - 21	Revisi Bab I, II, III	Revisi Bab I, II, III	
21/10 - 21	Bab I, II, III	ACC	

LAMPIRAN 9

LEMBAR KEGIATAN BIMBINGAN HASIL PENELITIAN

NO. SURAT	PA. MASTER	NO. DISKUSI	LOKASI
Dosen Pembimbing : <u>dr. Dian F. Nandi, M. Kes.</u>			

TANGGAL	MATERI DISKUSI	KETERANGAN	PARAF
21/12/2021	Pengajuan Bab IV, V	Pengajuan Bab IV, V	
23/12/2021	Revisi Bab IV, V	Revisi Bab IV, V	
25/12/2021	Pengajuan Bab IV, V	Pengajuan Bab IV, V	
28/12/2021	Revisi Bab IV, V	Revisi Bab IV, V	
29/12/2021	Pengajuan Bab IV, V	Pengajuan Bab IV, V	
31/12/2021	ACC	ACC	

LAMPIRAN 10

LEMBAR PERSETUJUAN RESPONDEN

(Informed Consent)

Saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan **bersedia** untuk turut berpartisipasi sebagai responden penelitian yang bertujuan untuk mengetahui efek konsumsi minuman kopi terhadap kualitas tidur. Saya telah diberi penjelasan bahwa peneliti telah mendapat izin pelaksanaan penelitian dan tidak akan merugikan saya selama mengikuti prosedur penelitian ini.

Penelitian ini akan diberi kode dan identitas saya akan dirahasiakan selama penelitian berlangsung. Semua data dan jawaban yang saya berikan terjamin kerahasiaannya dan hanya akan digunakan untuk keperluan pengolahan data. Saya tidak mendapat keuntungan secara langsung dari penelitian ini, tetapi penelitian ini akan memberikan informasi yang dapat dijadikan data untuk meningkatkan informasi tentang konsumsi minuman berkafein pada remaja.

Partisipasi ini bersifat suka rela dan saya berhak mengundurkan diri sebagai responden tanpa resiko apapun apabila ada pertanyaan yang menimbulkan respon emosional yang membuat saya tidak nyaman dan terganggu.

Saya telah membaca lembar persetujuan ini dan saya **secara sadar bersedia** menjadi responden dalam penelitian ini.

LAMPIRAN 11

KUESIONER KONSUMSI KOPI DAN KUALITAS TIDUR

Nama :
Umur :
Jenis kelamin :
Riwayat penyakit :
Riwayat penggunaan obat :
Lingkarkan pertanyaan dibawah.

A. Kuesioner konsumsi kafein

1. Apakah anda peminum kopi ? YA atau TIDAK(jika tidak,jawab pertanyaan bagian B)

Jika anda peminum kopi berkafein, anda diminta untuk menjawab pertanyaandibawah ini dengan membuat lingkaran pada jawaban yang anda pilih.

2. Berapa banyak cangkir kopi yang anda minum?
 - A. 2 cangkir kopi atau kurang
 - B. 3-4 cangkir kopi
 - C. 5-6 cangkir kopi
 - D. 7-8 cangkir kopi
 - E. 9 cangkir kopi atau lebih
3. Jenis minuman kopi apakah yang sering anda konsumsi?
 - A. Cappucino
 - B. Black coffee
 - C. Coffee mix
 - D. Kopi Instan
 - E. Jenis minuman kopi lain

4. Waktu kapan anda minum kopi?

A. Sarapan pagi

B. Waktu makan siang

C. Waktu sore

D. Waktu sebelum tidur

B. Kuesioner Kualitas Tidur

Selama satu bulan terakhir,

1. Jam berapa biasanya anda mulai tidur malam ?
2. Berapa lama (menit) waktu yang anda butuhkan untuk mulai tertidur setiap malam ?
3. Jam berapa anda biasanya bangun pagi ?
4. A. Berapa jam anda benar-benar tidur setiap malam?
B. Berapa jam anda berada di atas tempat tidur?

	Tidak pernah	<1 kali dalam seminggu	1 atau 2 kalidalam seminggu	≥ 3 kalidalam seminggu
5. Dalam satu bulan terakhir, berapa sering anda mengalami kesulitan untuk tertidur, karena....				
a. Tidak dapat tertidur dalam 30 menit sejak berbaring				
b. Terbangun di tengah malam atau terlalu dini				
c. Terbangun untuk ke toilet				
d. Kesulitan bernapas				
e. Batuk atau mengorok				
f. Kedinginan di malam hari				
g. Kepanasan di malam hari				
h. Mimpi buruk				
i. Terasa nyeri				
j. Alasan lain.....				
6. Dalam satu bulan terakhir, seberapa sering anda konsumsi obat tidur?				
7. Dalam satu bulan terakhir, seberapa sering anda sulit untuk tidak mengantuk/tetap terbangun ketika menyetir, makan, bersosialisasi, atau aktivitas lainnya?				
8. Dalam satu bulan terakhir, seberapa antusias anda dalam berusaha untuk menyelesaikan masalah yang ada?				
9. Dalam satu bulan terakhir, menurut anda, bagaimana kualitas tidur anda?	Sangat bagus	Bagus	Cukup buruk	Sangat buruk

LAMPIRAN 12**OUTPUT SPSS****Frequency Table****Umur**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	<18 tahun	1	1.2	1.2	1.2
	18-20 tahun	52	63.4	63.4	64.6
	>20 tahun	29	35.4	35.4	100.0
	Total	82	100.0	100.0	

Jenis Kelamin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-laki	24	29.3	29.3	29.3
	Perempuan	58	70.7	70.7	100.0
	Total	82	100.0	100.0	

Riwayat Penyakit

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Maag	1	1.2	20.0	20.0
	Asma	1	1.2	20.0	40.0
	Alergi	1	1.2	20.0	60.0
	Maag & Asma	1	1.2	20.0	80.0
	Asma & Alergi	1	1.2	20.0	100.0
	Total	5	6.1	100.0	
Missing	System	77	93.9		
Total		82	100.0		

Riwayat Penggunaan Obat

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	80	97.6	97.6	97.6
Antasida, inhaler	1	1.2	1.2	98.8
Sabutamol, Citrizine	1	1.2	1.2	100.0
Total	82	100.0	100.0	

Peminum kopi

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Tidak	25	30.5	30.5	30.5
Ya	57	69.5	69.5	100.0
Total	82	100.0	100.0	

Berapa banyak cangkir kopi per hari

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid A. 2 Cangkir kopi atau kurang	53	64.6	93.0	93.0
B. 3-4 cangkir kopi	4	4.9	7.0	100.0
Total	57	69.5	100.0	
Missing System	25	30.5		
Total	82	100.0		

Jenis minuman kopi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	A. Cappucino	21	25.6	36.8	36.8
	B. Black coffee	9	11.0	15.8	52.6
	C. Coffee Mix	6	7.3	10.5	63.2
	D. Kopi instan	15	18.3	26.3	89.5
	E. Jenis lain	6	7.3	10.5	100.0
	Total	57	69.5	100.0	
Missing	System	25	30.5		
Total		82	100.0		

Waktu kapan minum kopi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	A. Sarapan pagi	3	3.7	5.3	5.3
	B. Waktu makan siang	6	7.3	10.5	15.8
	C. Waktu Sore	30	36.6	52.6	68.4
	D. Sebelum tidur	18	22.0	31.6	100.0
	Total	57	69.5	100.0	
Missing	System	25	30.5		
Total		82	100.0		

Jam berapa mulai tidur malam?

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Val		22	26.8	26.8	26.8
id	jam 1	5	6.1	6.1	32.9
	Jam 1	1	1.2	1.2	34.1
	JAM 1	1	1.2	1.2	35.4
	jam 10	5	6.1	6.1	41.5
	Jam 10	2	2.4	2.4	43.9
	jam 11	16	19.5	19.5	63.4
	JAM 11	1	1.2	1.2	64.6
	jam 12	16	19.5	19.5	84.1
	Jam 12	5	6.1	6.1	90.2
	JAM 12	1	1.2	1.2	91.5
	jam 2	3	3.7	3.7	95.1
	jam 3	1	1.2	1.2	96.3
	jam 8	1	1.2	1.2	97.6
	jam 9	1	1.2	1.2	98.8
	jam 9-10	1	1.2	1.2	100.0
	Total	82	100.0	100.0	

Berapa menit waktu untuk tertidur?

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Val	<=15 menit	36	43.9	43.9	43.9
id	16-30 menit	35	42.7	42.7	86.6
	31-60 menit	3	3.7	3.7	90.2
	>60 menit	8	9.8	9.8	100.0
	Total	82	100.0	100.0	

Jam berapa anda bangun pagi?

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	10	2	2.4	2.4	2.4
	3	2	2.4	2.4	4.9
	5	4	4.9	4.9	9.8
	5.30	1	1.2	1.2	11.0
	6	4	4.9	4.9	15.9
	7	2	2.4	2.4	18.3
	8	2	2.4	2.4	20.7
	8.30	2	2.4	2.4	23.2
	jam 05.3	1	1.2	1.2	24.4
	jam 06.3	1	1.2	1.2	25.6
	jam 5	19	23.2	23.2	48.8
	jam 5.30	10	12.2	12.2	61.0
	jam 6	14	17.1	17.1	78.0
	jam 6.10	1	1.2	1.2	79.3
	jam 6.30	2	2.4	2.4	81.7
	Jam 6.30	1	1.2	1.2	82.9
	jam 6.40	1	1.2	1.2	84.1
	jam 7	4	4.9	4.9	89.0
	jam 7-8	1	1.2	1.2	90.2
	jam 7.30	2	2.4	2.4	92.7
	jam 8	3	3.7	3.7	96.3
	jam 8.30	1	1.2	1.2	97.6
	jam 9	2	2.4	2.4	100.0
	Total	82	100.0	100.0	

Berapa jam anda benar benar tidur malam?

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	2	1	1.2	1.2	1.2
	4	4	4.9	4.9	6.1
	5	19	23.2	23.2	29.3
	6	30	36.6	36.6	65.9
	7	19	23.2	23.2	89.0
	8	5	6.1	6.1	95.1
	9	2	2.4	2.4	97.6
	10	2	2.4	2.4	100.0
	Total	82	100.0	100.0	

Berapa jam anda berada di atas tempat tidur?

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	5	6	7.3	7.3	7.3
	6	17	20.7	20.7	28.0
	7	25	30.5	30.5	58.5
	8	15	18.3	18.3	76.8
	9	4	4.9	4.9	81.7
	10	12	14.6	14.6	96.3
	11	1	1.2	1.2	97.6
	12	2	2.4	2.4	100.0
	Total	82	100.0	100.0	

Tidak dapat tertidur dalam 30 menit sejak berbaring

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Pernah	16	19.5	19.5	19.5
	<1 kali seminggu	28	34.1	34.1	53.7
	1 atau 2 kali seminggu	29	35.4	35.4	89.0
	>=3 kali seminggu	9	11.0	11.0	100.0
	Total	82	100.0	100.0	

Terbangun di tengah malam atau terlalu dini

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Pernah	16	19.5	19.5	19.5
	<1 kali seminggu	31	37.8	37.8	57.3
	1 atau 2 kali seminggu	24	29.3	29.3	86.6
	>=3 kali seminggu	11	13.4	13.4	100.0
	Total	82	100.0	100.0	

Terbangun untuk ke toilet

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Pernah	23	28.0	28.0	28.0
	<1 kali seminggu	42	51.2	51.2	79.3
	1 atau 2 kali seminggu	11	13.4	13.4	92.7
	>=3 kali seminggu	6	7.3	7.3	100.0
	Total	82	100.0	100.0	

Kesulitan Bernapas

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Pernah	64	78.0	78.0	78.0
	<1 kali seminggu	12	14.6	14.6	92.7
	1 atau 2 kali seminggu	4	4.9	4.9	97.6
	>=3 kali seminggu	2	2.4	2.4	100.0
	Total	82	100.0	100.0	

Batuk atau Mengorok

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Pernah	56	68.3	68.3	68.3
	<1 kali seminggu	22	26.8	26.8	95.1
	1 atau 2 kali seminggu	3	3.7	3.7	98.8
	>=3 kali seminggu	1	1.2	1.2	100.0
	Total	82	100.0	100.0	

Kedingingan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Pernah	23	28.0	28.0	28.0
	<1 kali seminggu	39	47.6	47.6	75.6
	1 atau 2 kali seminggu	12	14.6	14.6	90.2
	>=3 kali seminggu	8	9.8	9.8	100.0
	Total	82	100.0	100.0	

Kepanasan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Pernah	35	42.7	42.7	42.7
	<1 kali seminggu	32	39.0	39.0	81.7
	1 atau 2 kali seminggu	12	14.6	14.6	96.3
	>=3 kali seminggu	3	3.7	3.7	100.0
	Total	82	100.0	100.0	

Mimpi buruk

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Pernah	41	50.0	50.0	50.0
	<1 kali seminggu	29	35.4	35.4	85.4
	1 atau 2 kali seminggu	12	14.6	14.6	100.0
	Total	82	100.0	100.0	

Terasa Nyeri

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Pernah	70	85.4	85.4	85.4
	<1 kali seminggu	8	9.8	9.8	95.1
	1 atau 2 kali seminggu	3	3.7	3.7	98.8
	>=3 kali seminggu	1	1.2	1.2	100.0
	Total	82	100.0	100.0	

Alasan lain

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Pernah	81	98.8	98.8	98.8
	<1 kali seminggu	1	1.2	1.2	100.0
	Total	82	100.0	100.0	

Seberapa sering anda konsumsi obat tidur?

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Pernah	80	97.6	97.6	97.6
	<1 kali seminggu	1	1.2	1.2	98.8
	1 atau 2 kali seminggu	1	1.2	1.2	100.0
	Total	82	100.0	100.0	

Seberapa sering anda sulit untuk tetap tidak mengantuk saat beraktivitas

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Pernah	33	40.2	40.2	40.2
	<1 kali seminggu	25	30.5	30.5	70.7
	1 atau 2 kali seminggu	18	22.0	22.0	92.7
	>=3 kali seminggu	6	7.3	7.3	100.0
	Total	82	100.0	100.0	

Seberapa antusias anda dlm berusaha menyelesaikan masalah

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Pernah	17	20.7	20.7	20.7
	<1 kali seminggu	25	30.5	30.5	51.2
	1 atau 2 kali seminggu	30	36.6	36.6	87.8
	>=3 kali seminggu	10	12.2	12.2	100.0
	Total	82	100.0	100.0	

Menurut anda bagaimana kualitas tidur anda?

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat bagus	4	4.9	4.9	4.9
	Bagus	56	68.3	68.3	73.2
	Cukup buruk	21	25.6	25.6	98.8
	Sangat buruk	1	1.2	1.2	100.0
	Total	82	100.0	100.0	

Kualitas tidur secara obyektif

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Baik	4	4.9	4.9	4.9
	Cukup Baik	56	68.3	68.3	73.2
	Sangat Buruk	22	26.8	26.8	100.0
	Total	82	100.0	100.0	

Durasi Tidur

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	>7	11	13.4	13.4	13.4
	6-7	21	25.6	25.6	39.0
	5-6	33	40.2	40.2	79.3
	<5	16	19.5	19.5	98.8
	5	1	1.2	1.2	100.0
	Total	82	100.0	100.0	

Efisiensi Tidur

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	>85 %	18	22.0	22.0	22.0
	75-84%	21	25.6	25.6	47.6
	65- 74%	35	42.7	42.7	90.2
	<65%	8	9.8	9.8	100.0
	Total	82	100.0	100.0	

Gangguan Tidur

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	0	44	53.7	53.7	53.7
	1-9	22	26.8	26.8	80.5
	10-18	9	11.0	11.0	91.5
	19-27	7	8.5	8.5	100.0
	Total	82	100.0	100.0	

Penggunaan Obat Tidur

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Pernah	26	31.7	31.7	31.7
	<1 kali seminggu	34	41.5	41.5	73.2
	1 atau 2 kali seminggu	17	20.7	20.7	93.9
	>=3 kali seminggu	5	6.1	6.1	100.0
	Total	82	100.0	100.0	

Disfungsi Aktivitas

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	0	57	69.5	69.5	69.5
	1-2	6	7.3	7.3	76.8
	3-4	14	17.1	17.1	93.9
	5-6	5	6.1	6.1	100.0
	Total	82	100.0	100.0	

Latensi Tidur

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	0	13	15.9	15.9	15.9
	1-2	8	9.8	9.8	25.6
	3-4	36	43.9	43.9	69.5
	5-6	24	29.3	29.3	98.8
	5	1	1.2	1.2	100.0
	Total	82	100.0	100.0	

Kualitas Tidur

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik	15	18.3	18.3	18.3
	Buruk	67	81.7	81.7	100.0
Total		82	100.0	100.0	

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Peminum kopi * Kualitas Tidur	82	100.0%	0	0.0%	82	100.0%

Peminum kopi * Kualitas Tidur Crosstabulation

			Kualitas Tidur		Total
			Baik	Buruk	
Peminum kopi	Tidak	Count	4	21	25
		% within Peminum kopi	16.0%	84.0%	100.0%
	Ya	Count	11	46	57
		% within Peminum kopi	19.3%	80.7%	100.0%
Total		Count	15	67	82
		% within Peminum kopi	18.3%	81.7%	100.0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	.126 ^a	1	.722		
Continuity Correction ^b	.002	1	.964		
Likelihood Ratio	.129	1	.719		
Fisher's Exact Test				1.000	.493
Linear-by-Linear Association	.125	1	.724		
N of Valid Cases	82				

a. 1 cells (25.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 4.57.

b. Computed only for a 2x2 table

Risk Estimate

	Value	95% Confidence Interval	
		Lower	Upper
Odds Ratio for Peminum kopi (Tidak / Ya)	.797	.227	2.795
For cohort Kualitas Tidur = Baik	.829	.292	2.354
For cohort Kualitas Tidur = Buruk	1.041	.841	1.288
N of Valid Cases	82		

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
	Peminum kopi * Kualitas Tidur	82	100.0%	0	0.0%	82

Peminum kopi * Kualitas Tidur Crosstabulation

			Kualitas Tidur		Total
			Baik	Buruk	
Peminum kopi	Tidak	Count	4	21	25
		Expected Count	4.6	20.4	25.0
		% within Peminum kopi	16.0%	84.0%	100.0%
	Ya	Count	11	46	57
		Expected Count	10.4	46.6	57.0
		% within Peminum kopi	19.3%	80.7%	100.0%
Total	Count	15	67	82	
	Expected Count	15.0	67.0	82.0	
	% within Peminum kopi	18.3%	81.7%	100.0%	

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	.126 ^a	1	.722		
Continuity Correction ^b	.002	1	.964		
Likelihood Ratio	.129	1	.719		
Fisher's Exact Test				1.000	.493
Linear-by-Linear Association	.125	1	.724		
N of Valid Cases	82				

a. 1 cells (25.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 4.57.

b. Computed only for a 2x2 table

Risk Estimate

	Value	95% Confidence Interval	
		Lower	Upper
Odds Ratio for Peminum kopi (Tidak / Ya)	.797	.227	2.795
For cohort Kualitas Tidur = Baik	.829	.292	2.354
For cohort Kualitas Tidur = Buruk	1.041	.841	1.288
N of Valid Cases	82		

LAMPIRAN 13

