

ABSTRACT

THE CORRELATION BETWEEN EFL STUDENTS' SLEEP QUALITY AND THEIR READING COMPREHENSION AT THE ELEVENTH GRADE OF SMAN 13 BANDAR LAMPUNG

By

ROSA INDAH SARI

This study aims to determine the correlation between sleep quality and reading comprehension of senior high school students in the context of learning English as a foreign language (EFL) at SMAN 13 Bandar Lampung. This study uses a quantitative approach with a correlational design. Data on sleep quality were collected through questionnaires, while reading comprehension was measured using tests distributed to 33 eleventh-grade students. The results showed a significant correlation between sleep quality and students' reading comprehension with a correlation coefficient value of $r = 0.467$ and a significance value of $p = 0.006$. This indicates that the correlation between the two variables is positive. It can be concluded that sleep quality is one of the non-linguistic factors related to students' reading comprehension skills. Therefore, attention to students' sleep quality is important in supporting cognitive readiness and success in English learning, especially reading comprehension skills.

Keywords: EFL, reading comprehension, sleep quality

ABSTRAK

HUBUNGAN ANTARA KUALITAS TIDUR SISWA EFL DAN PEMAHAMAN MEMBACA PADA SISWA KELAS XI SMAN 13 BANDAR LAMPUNG

Oleh

ROSA INDAH SARI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kualitas tidur dan pemahaman membaca siswa sekolah menengah atas dalam konteks pembelajaran bahasa Inggris sebagai bahasa asing (EFL) di SMAN 13 Bandar Lampung. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Data kualitas tidur dikumpulkan melalui kuesioner, sedangkan pemahaman membaca diukur menggunakan tes yang diberikan kepada 33 siswa kelas XI. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kualitas tidur dan pemahaman membaca siswa dengan nilai koefisien korelasi sebesar $r = 0,467$ dan nilai signifikansi $p = 0,006$. Hal ini menunjukkan bahwa hubungan antara kedua variabel bersifat positif. Dapat disimpulkan bahwa kualitas tidur merupakan salah satu faktor nonlinguistik yang berkaitan dengan kemampuan pemahaman membaca siswa. Oleh karena itu, perhatian terhadap kualitas tidur siswa penting untuk mendukung kesiapan kognitif dan keberhasilan dalam pembelajaran bahasa Inggris, khususnya kemampuan pemahaman membaca.

Kata Kunci: EFL, pemahaman membaca, kualitas tidur