

Hubungan kecanduan penggunaan smartphone dengan kualitas tidur pada mahasiswa RIK UI = The correlation between smartphone addiction and sleep quality among college students at RIK UI / Sarip Hidayat

Sarip Hidayat, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20387957&lokasi=lokal>

Abstrak

Kecanduan smartphone dapat mengakibatkan individu tidak mampu mengontrol waktu penggunaan smartphone bahkan hingga larut malam sehingga dapat mempengaruhi kualitas tidur.

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi tentang hubungan kecanduan penggunaan smartphone dengan kualitas tidur pada mahasiswa RIK UI menggunakan metode penelitian potong lintang (Cross-sectional). Sampel berjumlah 165 mahasiswa yang didapatkan dari hasil skrining awal mengenai perilaku berisiko kecanduan. Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu Total Sampling hasil skrining. Instrumen pengukuran yang digunakan adalah Smartphone Addiction Scale untuk mengukur kecanduan smartphone dan Pittsburgh Sleep Quality Index untuk mengukur kualitas tidur. Penelitian ini dianalisis menggunakan uji korelasi Pearson.

Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan yang bermakna dan berkorelasi positif antara skor kecanduan smartphone dengan skor kualitas tidur pada mahasiswa RIKUI ($p=0,011$; $r=0,197$).

Saran dari penelitian ini yaitu perlu adanya promosi kesehatan sebagai upaya preventif dan dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai hubungan kecanduan penggunaan smartphone dan kualitas tidur pada mahasiswa rumpun sosial dan rumpun sains serta penelitian lebih lanjut mengenai kecanduan smartphone menggunakan analisis multivariat.

Smartphone addiction was causing individual unable to control smartphone usage. The excessive smartphone usage especially at the night is possibly impact on the quality of sleep.

This study is aiming to identify correlation between smartphone addiction and sleep quality among college students at RIKUI, used cross-sectional method. This Study was using sample amounted 165 respondents as addiction screening result.

There are two questionnaires type used, Smartphone Addiction Scale for measuring addiction and Pittsburgh Quality Sleep Index for measuring sleep quality. This study was analyzed by Pearson Correlation test.

The result showed a significant relationship and positively correlation between smartphone addiction and sleep quality among college students ($p=0,011$; $R=0,197$).

Researcher suggested for next research to do research at social science faculty or science and technology faculty for comparison and multivariate analysis in various factors of smartphone addiction as advance research.