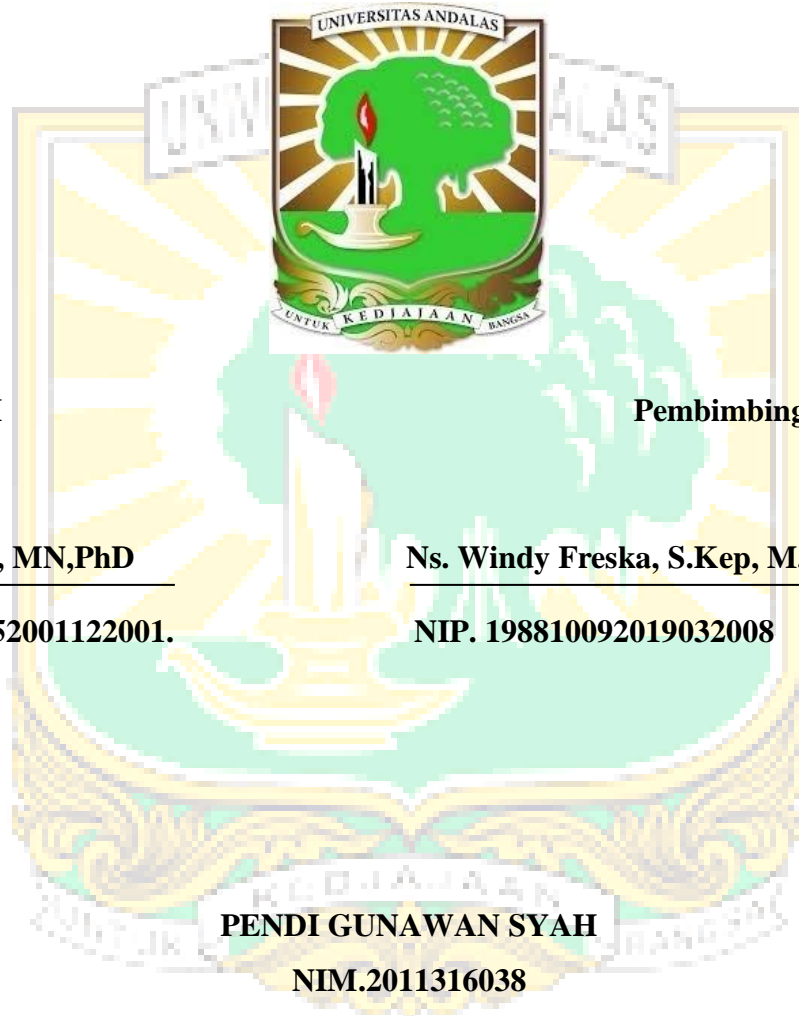


SKRIPSI

**HUBUNGAN ANTARA PERILAKU MEROKOK DENGAN KUALITAS TIDUR
PADA MAHASISWA TEKNIK SIPIL
DI UNIVERSITAS ANDALAS**

Penelitian Keperawatan Dasar



Pembimbing I

Nelwati, S.Kp, MN, PhD

NIP. 197710252001122001.

Pembimbing II

Ns. Windy Freska, S.Kep, M.Kep

NIP. 198810092019032008

PENDI GUNAWAN SYAH

NIM.2011316038

FAKULTAS KEPERAWATAN

UNIVERSITAS ANDALAS

2022

**FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS
2022**

**Nama : Pendi Gunawan Syah
NIM : 201316038**

**Hubungan Antara Perilaku Merokok Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Teknik
Sipil Universitas Andalas Tahun 2022**

ABSTRAK

Ada beberapa faktor penyebab gangguan kualitas tidur, diantaranya perilaku merokok. Perokok di Sumatra Barat termasuk dalam 10 besar provinsi jumlah perokok terbesar di Indonesia dan di kota Padang 66.2% anak usia di bawah 20 tahun merupakan perokok aktif. Zat nikotin yang ada di dalam rokok akan menyebabkan hormon adrenalin meningkat sehingga akan membuat seseorang terganggu terhadap tidurnya, sedangkan masalah tidur di dunia mengalami peningkatan pada tahun 2020 di dari 24% menjadi 40% di Indonesia 26 juta orang mengalami masalah tidur, Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan perilaku merokok dengan kualitas tidur pada mahasiswa. Penelitian ini menggunakan desain *analitik* menggunakan pendekatan *cross sectional study*. Sampel penelitian ini 234 orang mahasiswa yang di ambil dengan cara *stratified random sampling*. Pengumpulan data dengan menggunakan kuisisioner GNSBQ (*Glover Nilson Smoking Behavioral Questionnaire*) dan PSQI (*Pittsburg Sleep Quality Index*). Data olah dengan Uji *Chi-Square*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebanyak 86.7% mengalami kualitas tidur buruk dan 43.6% memiliki perilaku merokok berat. Hasil uji statistik *Chi-Square* menunjukkan nilai $p=0,00$ ($p<0,05$), yang menunjukkan terdapat hubungan yang bermakna antara perilaku merokok dengan kualitas tidur pada mahasiswa laki-laki Teknik Sipil Universitas Andalas. Berdasarkan hasil penelitian diharapkan mahasiswa tersebut dapat memberhentikan atau mengurangi perilaku merokok mereka dan memperhatikan kebutuhan tidurnya agar kualitas tidur yang dirasakan menjadi baik.

Kata kunci : Perilaku Merokok, Gangguan Kualitas Tidur, Mahasiswa Teknik Sipil Unand
Daftar Pustaka : 64 (2007-2022)

**FACULTY OF NURSING
ANDALAS UNIVERSITY
2022**

**Name: Pendi Gunawan Syah
NIM : 201316038**

Relationship Between Smoking Behavior and Sleep Quality in Civil Engineering Students at Andalas University in 2022

There are several factors that cause sleep quality disturbances, including smoking behavior. Smokers in West Sumatra are included in the top 10 provinces with the largest number of smokers in Indonesia and in the city of Padang 66.2% of children under 20 years of age are active smokers. The nicotine substance in cigarettes will cause the hormone adrenaline to increase so that it will disturb a person's sleep, while sleep problems in the world will increase in 2020 from 24% to 40% in Indonesia 26 million people experience sleep problems. This study aims to determine the relationship between smoking behavior and sleep quality in college students. This study used an analytic design using a cross sectional study approach. The sample of this research was 234 students who were taken by means of stratified random sampling. Data collection using the GNSBQ (Glover Nilson Smoking Behavioral Questionnaire) and PSQI (Pittsburg Sleep Quality Index) questionnaires. Processed data with Chi-Square Test. The results of this study showed that as much as 86.7% experienced poor sleep quality and 43.6% had heavy smoking behavior. The results of the Chi-Square statistical test showed a value of $p = 0.00$ ($p < 0.05$), which indicated that there was a significant relationship between smoking behavior and sleep quality in male students of Civil Engineering at Andalas University. Based on the results of the study, it is hoped that these students can stop or reduce their smoking behavior and pay attention to their sleep needs so that the perceived quality of sleep is good

Keywords: Smoking Behavior, Sleep Quality Disturbance, Unand Civil Engineering Students

Bibliography : 64 (2007-2022)