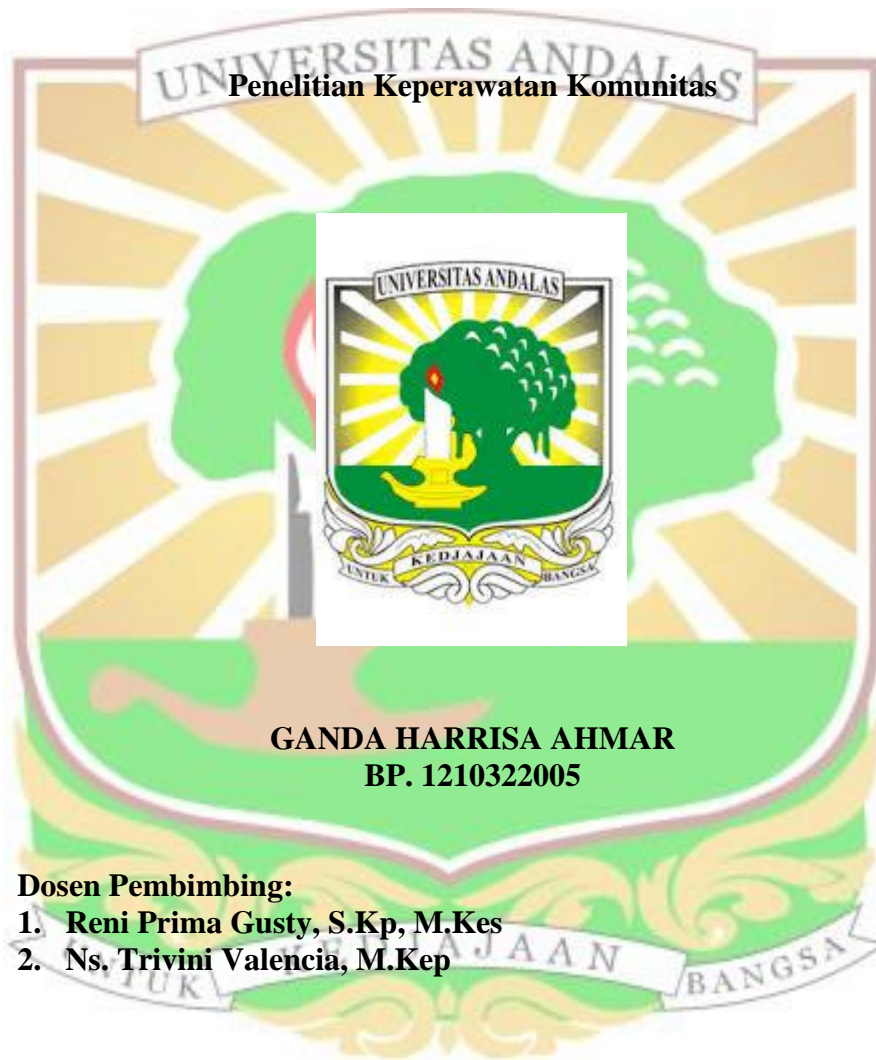


SKRIPSI

**HUBUNGAN KECANDUAN PENGGUNAAN *SMARTPHONE*
DENGAN KUALITAS TIDUR PADA REMAJA
DI SMAN 9 PADANG TAHUN 2016**



**GANDA HARRISA AHMAR
BP. 1210322005**

Dosen Pembimbing:

- 1. Reni Prima Gusty, S.Kp, M.Kes**
- 2. Ns. Trivini Valencia, M.Kep**

**PROGRAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS
2016**

FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS
DESEMBER 2016

Nama : Ganda Harrisa Ahmar
No. BP : 1210322005

Hubungan Kecanduan Penggunaan *Smartphone* dengan Kualitas Tidur pada Remaja
di SMAN 9 Padang Tahun 2016

ABSTRAK

Kualitas tidur yang buruk pada remaja telah dikaitkan kepada penurunan performa akademik di sekolah. Penggunaan *smartphone* secara berlebihan akhir-akhir ini telah meningkat di kalangan remaja hingga tahap kecanduan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kecanduan penggunaan *smartphone* dengan kualitas tidur remaja di SMAN 9 Padang tahun 2016. Penelitian menggunakan *deskriptif analitik* dengan metode *cross sectional*. Pengambilan sampel dilakukan secara *proportional random sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 235 orang yang terdiri dari 120 orang laki-laki dan 115 orang perempuan. Kecanduan *smartphone* diukur menggunakan *Smartphone Addiction Scale Short Version* yang dikhususkan untuk remaja. Sedangkan untuk kualitas tidur diukur menggunakan *Pittsburgh Sleep Quality Index*. Hasil penelitian menunjukkan 74,5% remaja memiliki kualitas tidur buruk dan 55,7% remaja mengalami kecanduan *smartphone*. Terdapat hubungan bermakna antara kecanduan *smartphone* dengan kualitas tidur remaja ($p=0,000$), maka disimpulkan jika kecanduan *smartphone* akan mempengaruhi kualitas tidur. Disarankan kepada sekolah melalui Unit Kesehatan Sekolah (UKS) untuk dapat memberikan informasi tentang dampak dari kualitas tidur yang buruk serta bahaya kecanduan penggunaan *smartphone* pada remaja. Agar bimbingan konseling di sekolah lebih berperan aktif terhadap remaja yang kecanduan penggunaan *smartphone*, karena akan berdampak buruk pada kualitas tidur yang dapat mempengaruhi performa akademik remaja di sekolah.

Kata kunci : kecanduan *smartphone*, kualitas tidur, remaja
Daftar Pustaka : 48 (2002-2016)

FACULTY OF NURSING
ANDALAS UNIVERSITY
DECEMBER 2016

Name : Ganda Harrisa Ahmar
Registered Number : 1210322005

*Relationship of Smartphone Use Addiction with Sleep Quality of Adolescence in
Public Senior High School 9 Padang in 2016*

ABSTRACT

Poor sleep quality in adolescents has been linked to reduced academic performance in school. Smartphone overuse recently has increased among adolescents and this reach addiction stage. The aim of current study was to investigate the relationship between smartphone use addiction with sleep quality of adolescents in public senior high school 9 Padang in 2016. This study using descriptive analytical with cross sectional method. Samples was taken by proportional random sampling in total 235 people who consist of 120 males and 115 females. Smartphone addiction was assessed using Smartphone Addiction Scale Short Version which it was desinged for adolecents. While sleep quality were evaluated using Pittsburgh Sleep Quality Index. Study result revealed 74,5% adolescents had poor sleep quality and 55,7% adolescents experienced smartphone addiction. There was a significant relationship between smartphone addiction and sleep quality in adolescents ($p=0,000$), which it is concluded smartphone addiction affect sleep quality. Suggested to school through school health unit to inform effects of poor sleep quality and harm of addicted smartphone use in adolescents. Suggested to counseling guidance in school for more active role on adolescents who are addicted to smartphone use, because it will have negatif impact on sleep quality that may affect the academic performance of adolescets in school.

Keywords : adolecents, sleep quality, smartphone addiction
Bibliography : 48 (2002-2016)