

SKRIPSI

**HUBUNGAN KECANDUAN INTERNET DAN DEPRESI DENGAN
KUALITAS TIDUR PADA MAHASISWA KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS**

Penelitian Keperawatan Jiwa



Dr. Ns. Rika Sarfika, S.Kep., M.Kep

Ns. Muthmainnah, M.Kep

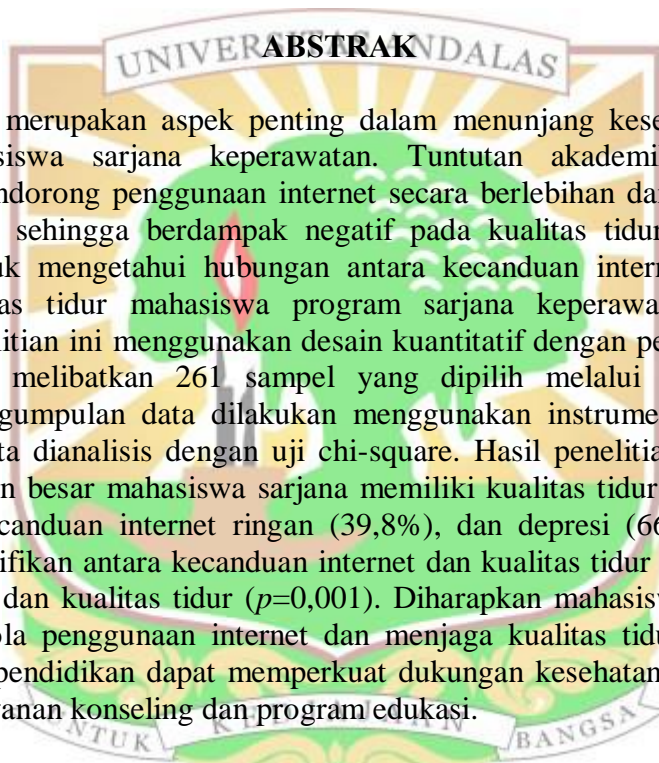
**FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS**

2026

**FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS
JANUARI, 2026**

Nama : Azizah Jihan Hanifah
NIM : 2211312022

**Hubungan Kecanduan Internet dan Depresi dengan Kualitas Tidur
pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Andalas**



Kualitas tidur merupakan aspek penting dalam menunjang kesehatan fisik dan mental mahasiswa sarjana keperawatan. Tuntutan akademik yang tinggi berpotensi mendorong penggunaan internet secara berlebihan dan meningkatkan risiko depresi, sehingga berdampak negatif pada kualitas tidur. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecanduan internet dan depresi dengan kualitas tidur mahasiswa program sarjana keperawatan Universitas Andalas. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional dan melibatkan 261 sampel yang dipilih melalui simple random sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan instrumen IAT, PHQ-9, dan PSQI. Data dianalisis dengan uji chi-square. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa sarjana memiliki kualitas tidur buruk (53,3%), mengalami kecanduan internet ringan (39,8%), dan depresi (66,3%). Terdapat hubungan signifikan antara kecanduan internet dan kualitas tidur ($p=0,001$), serta antara depresi dan kualitas tidur ($p=0,001$). Diharapkan mahasiswa keperawatan dapat mengelola penggunaan internet dan menjaga kualitas tidur dengan baik, serta institusi pendidikan dapat memperkuat dukungan kesehatan mental melalui penyediaan layanan konseling dan program edukasi.

Kata kunci : Depresi, Kecanduan Internet, Kualitas Tidur

Daftar Pustaka : 102 (1967 – 2025)

**FACULTY OF NURSING
ANDALAS UNIVERSITY
JANUARY, 2026**

Name : Azizah Jihan Hanifah
Student ID : 2211312022

***The Relationship between Internet Addiction and Depression with Sleep Quality
among Nursing Students at Andalas University***

ABSTRACT

Sleep quality is an important aspect in supporting the physical and mental health of undergraduate nursing students. High academic demands have the potential to encourage excessive internet use and increase the risk of depression, thus negatively affecting sleep quality. This study aimed to determine the relationship between internet addiction and depression with sleep quality among undergraduate nursing students at Universitas Andalas. This study used a quantitative cross-sectional design and involved 261 participants selected using simple random sampling.. Data were collected using the instruments IAT, PHQ-9, and PSQI. Data were analyzed using the chi-square test. The results showed that most undergraduate students had poor sleep quality (53.3%), mild internet addiction (39.8%), and depression (66.3%). Significant associations were found between internet addiction and sleep quality ($p=0.001$), as well as between depression and sleep quality ($p=0.001$). It is hoped that undergraduate nursing students can manage their internet use and maintain good sleep quality, while educational institutions can enhance mental health support by providing counseling services and educational program.

Keywords : Depression, Internet Addiction, Sleep Quality

Bibliography : 102 (1967 – 2025)