

ABSTRAK

Nama : Yanuar Ahmad Navis
Program Studi : Kedokteran
Judul : Pengaruh Kecanduan Smartphone Dengan Kualitas Tidur
Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas YARSI

Latar belakang : Smartphone merupakan teknologi canggih. penggunaan smartphone sudah berkembang pesat, Sebagian pengguna smartphone adalah mahasiswa karena tuntutan akademik yang mengharuskan mahasiswa memperbanyak wawasan. tidur merupakan kebutuhan biologis setiap orang. Efek samping akibat kurangnya tidur yaitu imun tubuh menurun, letih, stress, dan depresi. Tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui Pengaruh Kecanduan Penggunaan Smartphone Dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas YARSI dan Tinjauannya Menurut Pandangan Islam.

Metode : Penelitian menggunakan jenis kuantitatif dengan metode regresi dengan pendekatan cross-sectional. Populasi penelitian 123 mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas YARSI Angkatan 2020. Penelitian menggunakan metode simple random sampling. Instrumen pengumpulan data adalah kuesioner SAS dan PSQI.

Hasil : Berdasarkan analisis didapatkan hasil t pengaruh kecanduan smartphone terhadap kualitas tidur sebesar 5,657 dengan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$, disimpulkan bahwa kecanduan smartphone berpengaruh terhadap kualitas tidur. Tingginya kecanduan smartphone menyebabkan rendahnya kualitas tidur. Berdasarkan uji determinasi nilai R^2 didapatkan hasil 20,9% dan sisanya dipengaruhi oleh variabel lain.

Kesimpulan : Berdasarkan hasil penelitian Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Yarsi angkatan 2020 mengalami kecanduan smartphone dengan mayoritas perempuan. Mahasiswa dengan kecanduan smartphone seringkali mengalami kurang tidur. Besarnya pengaruh kecanduan smartphone terhadap kualitas tidur sebesar 20,9%. Menurut pandangan islam terdapat unsur yang harus diperhatikan dalam menggunakan smartphone sehingga dapat bermanfaat bagi pengguna.

Kata kunci : Kecanduan smartphone, Kualitas tidur, Universitas Yarsi

ABSTRACT

Name : Yanuar Ahmad Navis
Study Program : Medicine
Title : The Effect of Smartphone Addiction With Sleep Quality In
YARSI University Medical Faculty Students

Background : Smartphone is an advanced technology. the use of smartphones has grown rapidly, most smartphone users are students because of academic demands that require students to broaden their horizons. Sleep is a biological need for everyone. Side effects due to lack of sleep are decreased immune system, fatigue, stress, and depression. The purpose of the study was to find out the Effect of Smartphone Use Addiction on Sleep Quality on Students of the YARSI University Medical Faculty and its Review according to the Islamic View.

Methods : This study uses a quantitative type with a regression method with a cross-sectional approach. The study population was 123 students of the Faculty of Medicine, YARSI University Batch 2020. The study used a simple random sampling method. The data collection instruments were SAS and PSQI questionnaires.

Result : The results obtained that the effect of smartphone addiction on sleep quality is 5.657 with a significance value of $0.000 < 0.05$, saying that smartphone addiction affects sleep quality. High smartphone addiction causes low quality of sleep. Based on the determination test, the value of R^2 obtained was 20.9% and was influenced by other variables.

Conclusion : Students of the Faculty of Medicine Yarsi University class of 2020 experience smartphone addiction with the majority of women. Students with smartphone addiction often experience sleep deprivation. The magnitude of the influence of smartphone addiction on sleep quality is 20.9%. According to the Islamic view, there are elements that must be considered in using a smartphone so that it can be useful for users.

Keywords : smartphone addicting, sleep quality, YARSI University