

Tipe Koleksi: UHAMKA - Skripsi FIKES

Hubungan Karakteristik dan Perilaku Penggunaan Smartphone serta Faktor Lainnya dengan Kualitas Tidur pada Siswa/i SMK Kesehatan Fahd Islamic School Tahun 2021.

Muazhoh Adawiah

Deskripsi Lengkap: <http://lib.uhamka.ac.id/detail.jsp?id=75543&lokasi=lokal>

Abstrak

Tidur merupakan suatu kebutuhan dasar yang harus dipenuhi bagi setiap manusia dengan status perubahan kesadaran dan reaksi individu terhadap lingkungan yang menurun. Kurang tidur dapat memberikan dampak yang buruk bagi kondisi kesehatan tubuh maupun kehidupan sehari-hari. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara karakteristik dan perilaku penggunaan smartphone serta faktor lainnya dengan kualitas tidur. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa/i SMK Kesehatan Fahd Islamic School dan sampel yang digunakan sebanyak 254 siswa/i dengan teknik sampel kuota. Metode yang digunakan analitik kuantitatif dengan pendekatan Cross Sectional. Hasil dari analisis bivariat menggunakan uji Chi Square yang menunjukkan ada hubungan antara perilaku penggunaan smartphone ($p=0,031$), kecemasan ($p=0,002$) dan minum kopi ($p=0,045$) dengan kualitas tidur, dan tidak terdapat hubungan antara jenis kelamin ($p=0,728$), kelas ($p=0,463$), jurusan ($p=0,752$), lingkungan ($p=0,318$), kelelahan ($p=0,083$) dan olahraga ($p=0,211$) dengan kualitas tidur. Menyikapi hal tersebut, perlu diadakannya edukasi secara menyeluruh kepada siswa/i untuk mengetahui bahwa pentingnya tidur yang cukup.