

ABSTRAK

Abigael Lestari Handayani (01501170175),
Almita Rosa Litan (01501170166),
Delvhy Litani Siagian (01501170365).

FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN INSOMNIA PADA MAHASISWA KEPERAWATAN DI SATU UNIVERSITAS SWASTA INDONESIA BAGIAN BARAT

(xiii + 87 Halaman; 1 Bagan; 7 Tabel; 15 Lampiran)

Latar Belakang: Insomnia merupakan salah satu gangguan tidur yang dapat terjadi pada hampir sebagian orang di dunia. Seseorang dengan insomnia akan mengalami kesulitan untuk memulai tidur, mempertahankan tidur atau bangun terlalu dini. Fenomena yang ditemukan di Satu Universitas Swasta Indonesia Bagian Barat, terdapat 11 orang mahasiswa mengalami insomnia ringan dan 9 mengalami insomnia berat. **Tujuan Penelitian:** untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian insomnia pada mahasiswa di Satu Universitas Swasta Indonesia Bagian Barat. **Metode Penelitian:** Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel penelitian berjumlah 191 mahasiswa Angkatan 2017 dengan menggunakan teknik *purposive random sampling*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner *Insomnia Severity Index*, PASS, STAI dan kuesioner Penggunaan *Smartphone* di malam hari. Untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan insomnia peneliti menggunakan uji Kendall-tau c dan Somers' D. **Hasil:** Berdasarkan hasil uji statistik diketahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian insomnia pada mahasiswa yaitu kecemasan ($p=0,000$), stres ($p=0,000$) dan penggunaan *smartphone* di malam hari ($p=0,042$). Sehingga dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang berhubungan dengan insomnia adalah kecemasan, stress dan penggunaan *smartphone* di malam hari. **Rekomendasi:** Bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk meneliti tentang faktor-faktor lain yang dapat berhubungan dengan kejadian insomnia pada mahasiswa seperti usia, genetik, dan jenis kelamin.

Kata kunci : Kecemasan, Stres, Penggunaan *Smartphone* di malam hari,
Insomnia, Mahasiswa
Referensi : 64 (2011-2020)

ABSTRACT

Abigael Lestari Handayani (01501170175),
Almita Rosa Litan (01501170166),
Delvhy Litani Siagian (01501170365).

FACTORS RELATED TO INSOMNIA EVENTS IN NURSING STUDENTS IN ONE OF THE PRIVATE UNIVERSITY OF WESTERN INDONESIA

(xiii + 87 Pages; 1 Chart; 7 Tables; 15 Attachments)

Background: *Insomnia is one of the sleep disorders that can occur in some people in the world. Anyone who wants insomnia will have difficulty falling asleep, enduring sleep, or waking up early. The phenomenon found at the West Indonesia Private University, 11 students experienced mild insomnia and 9 difficulties with severe insomnia.* **Research Objectives:** *To determine the factors associated with the incidence of insomnia in students at the Western Indonesian Private University.* **Research Methods:** *This study uses quantitative research methods with cross-sectional research. The research sample borrowed 191 students from the 2017 Force using a purposive random sampling technique. The research instrument used the Insomnia Severity Index questionnaire, PASS, STAI, and the Smartphone Usage questionnaire at night. To determine the factors associated with insomnia, researchers used the Kendall-tau c test and Somers' D.* **Results:** *Based on the results of statistical tests, Knowing the factors associated with the incidence of insomnia in students, ($p = 0,000$), stress ($p = 0,000$) and smartphone use at night ($p = 0.042$). It can be concluded as factors related to questionable insomnia, stress, and smartphone usage at night.* **Recommendations:** *Further researches are advised to learn about other factors that can be associated with the incidence of insomnia in students such as age, genetics, and gender.*

Keywords: *Anxiety, Stress, Smartphone use at night, Insomnia, Students*

Reference: 64 (2011-2020)