

KATA PENGANTAR

Puji Syukur kepada Tuhan yang Maha Esa atas segala berkat yang telah diberikan-Nya, sehingga Tugas Akhir Skripsi ini dapat diselesaikan.

Tugas Akhir Skripsi dengan judul “Hubungan Adiksi Smartphone terhadap Nilai Rerata PSQI dan Komponennya pada Mahasiswa Preklinik Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan” ini ditujukan untuk memenuhi salah satu persyaratan akademik guna memperoleh gelar Sarjana Kedokteran di Universitas Pelita Harapan

Terima kasih atas bimbingan dan doa dari berbagai pihak yang telah membantu dalam proses pengerjaan Tugas Akhir ini, yaitu kepada;

1. dr. Veronica Wiwing, Sp. MK selaku dosen pembimbing tugas akhir yang telah sabar membantu penulis dalam memberikan bimbingan dan masukan sehingga tugas akhir ini dapat diselesaikan dengan sebaik-baiknya
 2. dr. Andree Kurniawan, Sp. PD dan Ibu Gladies Mercya G Neolaka, S.SI, M.Biomed, selaku dosen penguji yang telah memberikan kritik dan saran yang membangun selama pelaksanaan sidang tugas akhir
 3. Keluarga penulis terutama Ayah dan Ibu penulis yang senantiasa bersabar, memberikan dukungan, semangat, kasih sayang dan doa.
 4. Agnes Gracia Wandanu yang selalu bersabar memberikan dukungan moral dan tiada henti memberi dorongan kepada penulis dalam menyelesaikan tugas akhir.
 5. Patrick P Lukito selaku sahabat penulis yang senantiasa mendukung dan menghibur penulis
 6. Teman-teman angkatan 2015 FK UPH yang telah saling membantu dalam penyelesaian tugas akhir
 7. Semua pihak yang telah berpartisipasi namun tidak dapat disebutkan satu persatu.
- Akhir kata, penulis menyadari bahwa masih terdapat banyak kekurangan dalam Tugas Akhir Skripsi ini. Oleh karena itu, kritik dan saran dari pembaca akan sangat bermanfaat bagi penulis. Semoga Tugas Akhir ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang membacanya.

Tangerang, 21 April 2021
Penulis

(Calvin Tjugito)

DAFTAR ISI

JUDUL	i
PERNYATAAN DAN PERSETUJUAN UNGGAH TUGAS AKHIR	ii
PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING TUGAS AKHIR	iii
PERSETUJUAN DOSEN PENGUJI TUGAS AKHIR	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR TABEL	x
BAB I PENDAHULUAN	2
1.1 Latar Belakang	2
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Pertanyaan Penelitian	4
1.4 Tujuan Penelitian.....	5
1.4.1 Tujuan Umum.....	5
1.4.2 Tujuan Khusus.....	5
1.5 Manfaat Penelitian.....	5
1.5.1 Manfaat akademik	5
1.5.2 Manfaat praktis	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1 Tidur	6
2.1.1 Definisi.....	6
2.1.2 Fungsi.....	6
2.1.3 Fisiologis.....	7
2.1.4 Konsep dan hal-hal lain yang mempengaruhi kualitas tidur.....	13
2.1.5 Kebutuhan jumlah tidur normal.....	15

2.1.6	Skala pengukuran kualitas tidur	15
2.2	<i>Smartphone</i>	17
2.2.1	Pengertian dan fitur <i>smartphone</i>	17
2.2.2	Sejarah singkat perkembangan <i>smatphone</i> dan <i>smartphone</i> di Indonesia 18	
2.2.3	Aplikasi dan dampak penggunaan <i>smartphone</i> pada mahasiswa	20
2.3	Hubungan penggunaan <i>smartphone</i> terhadap kualitas tidur	21
2.4	Metode pengukuran tingkat adiksi <i>smartphone</i>	22
BAB III KERANGKA KONSEP, KERANGKA TEORI DAN HIPOTESIS		23
3.1	Kerangka Teori	23
3.2	Kerangka Konsep	24
3.3	Hipotesis	24
3.4	Definisi Operasional	25
BAB IV METODE PENELITIAN		31
4.1	Desain Penelitian	31
4.2	Waktu Dan Tempat Penelitian	31
4.3	Populasi Dan Sampel Penelitian	31
4.4	Kriteria Inklusi Dan Eksklusi	31
4.5	Instrumen Dan Tata Cara Pengumpulan Data	32
4.6	Cara Perhitungan Sampel	32
4.7	Alur Penelitian	33
4.8	Pengolahan Data	33
4.9	Uji Statistik	34
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN		35
5.1	Hasil	35
5.2	Pembahasan	39
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN		43
6.1	Kesimpulan	43
6.2	Saran	43

DAFTAR PUSTAKA.....	44
LAMPIRAN.....	48

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Gelombang Otak Tahap N1	9
Gambar 2. 2 Gelombang otak tahap N2.....	10
Gambar 2. 3 Gelombat otak tahap N3	11
Gambar 2. 4 Gelombat otak tahap REM.....	12
Gambar 3. 1 Kerangka teori.....	23
Gambar 3. 2 Kerangka Konsep.....	24
Gambar 4. 1 Alur Penelitian	33

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Karakteristik Ritme EEG	12
Tabel 2. 2 Karakteristik tahap tidur	13
Tabel 2. 3 Kebutuhan tidur berdasarkan usia.....	15
Tabel 3. 1 Definisi Operasional	25
Table 5. 1 Karakteristik subyek berdasarkan usia dan PSQI	35
Table 5. 2 Karakteristik subyek berdasarkan jenis kelamin dan adiksi <i>smartphone</i> ..	36
Table 5. 3 Hubungan antara adiksi dengan PSQI	36
Table 5. 4 Hubungan antara jenis kelamin dengan PSQI	38