



# UNIVERSITAS PELITA HARAPAN

## FAKULTAS KEDOKTERAN

### ABSTRAK

Calvin Tjugito (00000014157)

Hubungan Adiksi *Smartphone* terhadap Nilai Rerata PSQI dan Komponennya pada Mahasiswa Preklinik Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan

**Latar Belakang** – Pesatnya perkembangan teknologi informasi dan komunikasi menyebabkan tingginya jumlah penggunaan *gadget*. Salah satu *gadget* yang paling mudah di akses merupakan *smartphone*, teknologi yang berisi kan berbagai macam aplikasi untuk mengakses berita, catatan, jejaring sosial, ilmu pengetahuan bahkan hingga hiburan. Banyaknya kemudahan, akses, serta hiburan yang di tawarkan *smartphone* membuat masyarakat terutama pada kalangan mahasiswa terkadang menggunakan *smartphone* dengan durasi berlebih. Berbagai manfaat yang di berikan oleh teknologi ini, tidak serta merta datang tanpa efek samping yang di timbulkan pada penggunaannya, salah satunya merupakan kualitas tidur pengguna.

**Tujuan Penelitian** – Studi ini dibuat untuk mengetahui hubungan adiksi *smartphone* terhadap kualitas tidur mahasiswa preklinik universitas pelita harapan fakultas kedokteran.

**Bahan dan Cara** – 9 Studi ini merupakan studi analitik dengan pendekatan potong lintang. Penelitian akan dilaksanakan pada bulan Oktober 2020 di Universitas Pelita Harapan. Studi ini menggunakan teknik non probability sampling. Data di kumpulkan dengan cara menyebar kuesioner ke responden. Uji statistik akan menggunakan t-test.

**Hasil Penelitian** – Penelitian ini mendapatkan 148 sampel. Sebagian besar sampel memiliki adiksi *smartphone* (55,4% vs 44,6%) dan memiliki rata-rata skor PSQI sebesar  $5,14 \pm 2,53$ . Ditemukan kelompok dengan adiksi memiliki rata-rata skor PSQI global yang lebih tinggi (5,88 vs 4,22) dan hubungannya signifikan secara statistik ( $p$  0,01). Komponen PSQI yang berbeda secara signifikan adalah komponen pertama, kedua, ketiga, keempat, dan ketujuh dengan kelompok adiksi memiliki rata-rata yang lebih tinggi pada seluruh komponen tersebut.

**Kesimpulan** – Sebagian besar subyek memiliki adiksi *smartphone*. Ditemukan bahwa adiksi *smartphone* memperburuk kualitas tidur.

**Kata Kunci** – *Smartphone*, mahasiswa, kualitas tidur



# UNIVERSITAS PELITA HARAPAN

## FAKULTAS KEDOKTERAN

---

### *ABSTRACT*

Calvin Tjugito (00000014157)

The Relation between Smartphone Addiction and Mean Value of PSQI and PSQI Components of Preclinic student of Universitas Pelita Harapan

**Background** -Rapidly growing information and communication technology causing increase in gadget usage number. One of the easiest gadget to access is smartphone, the technology that filled with many kind of application to access news, notes, social network, knowledge even entertainment. Lot of convenience, access also entertainment that smartphone offer resulting in majority of people especially college student sometimes using smartphone with excess duration. Many of the benefit that given by this technology, didn't come without any side effect that inflicted on the user, one of it is impact on the sleep quality of its user.

**Aim** - This study made to find the relation between smarphone addiction and sleep quality on preclinic student in Pelita Harapan University Faculty of Medicine.

**Material and Method** - 95 medical students This Study is a analtyc study with cross sectional approach. Research will be conducted in Oktober 2020 at Pelita Harapan University. This study using non probability sampling. Data collected by spreading the qestionaire to the respondent.

**Result** - This study obtained 148 samples. Most of the sample had smartphone addiction (55.4% vs 44.6%) and had a mean PSQI score of  $5.14 \pm 2.53$ . It was found that the addiction group had a higher mean PSQI score (5.88 vs 4.22) and the association was statistically significant ( $p < 0.01$ ). Significant difference was found in the first, second, third, fourth, and seventh component of PSQI with addiction group having a higher mean score for all of those components.

**Conclusion**- Most of the subjects have smartphone addiction. It was found that smartphone addiction worsened sleep quality.

**Key Words** - *Smartphone*, College Student, Sleep Quality