

Daftar Pustaka

- A. Prayitno. (2002). Gangguan Pola Tidur pada Kelompok Usia Lanjut dan Penatalaksanaannya. *Jurnal Kedokteran Trisakti*, 21 (1).
- Afrianingrum, R., Mulyono, S., & Ti, M. (2013). Pengaruh Jejaring Sosial Terhadap Aktivitas Belajar Mahasiswa Fakultas Komputer Institut Bisnis Nusantara. *Pengaruh Media Sosial Terhadap Pola Pikir Mahasiswa*, 1, 23.
- Akoso. (2009). *Bebas Insomnia*. Yogyakarta : Kanisius.
- Ariani, M., Elita, V., & Zulfitri, R. (2015). Hubungan Intensitas Penggunaan Jejaring Sosial Terhadap Kualitas Tidur Remaja di SMAN 3 Siak. *Journal of Nurshing Care*.
- Ariani, N., Yuniarti, N. N. L. P., & Adriana, N. D. (2012). Pengaruh Pemberian Aromaterapi Cendana Terhadap Kualitas Tidur Remaja Di Panti Asuhan Dharma Jati Ii Denpasar Tahun 2012. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1–7.
- Asmadi. (2008). *Teknik Prosedural Keperawatan : konsep dan Aplikasi Kebutuhan Dasar Klien*. Jakarta : Salemba Medika.
- Boyd, D. M. (2008). danah boyd Social Network Sites : The Role of Networked Publics. *Digital Media*, 7641, 119–142.
- Buente, Wayne., & Robbin, A. (2008). *Trends in Internet Information Behavior: 2000-2004*. *Journal of the America Society for Information Science*. [http://palimpsest.fisip.unair.ac.id/im %0Aages/pdf/astutik.pdf](http://palimpsest.fisip.unair.ac.id/im%0Aages/pdf/astutik.pdf).
- Crowley, K. (2011). Sleep and sleep disorders in older adults. In *Neuropsychology Review* (Vol. 21, Issue 1, pp. 41–53). <https://doi.org/10.1007/s11065-010-9154-6>
- Danim, S. (2013). *Perkembangan Peserta Didik*. Alfabeta.
- Dewi, N. (2011). *Hubungan antara Kecanduan Internet dan Kecemasan dengan Insomnia pada Mahasiswa S1 FK UNS yang sedang Skripsi*. 16(22).
- Donskoy, I., & Loghmanee, D. (2018). Insomnia in Adolescence. *Medical Sciences*, 6(3), 72. <https://doi.org/10.3390/medsci6030072>

- Erliana, E., Haroen, H., & Susanti, R. D. (2009). Perbedaan tingkat insomnia lansia sebelum dan sesudah latihan relaksasi otot progresif (progressive muscle relaxation) di BPSTW Ciparay Bandung. *Perbedaan Tingkat Insomnia Lansia Sebelum Dan Sesudah Latihan Relaksasi Otot Progresif (Progressive Muscle Relaxation) Di BPSTW Ciparay Bandung*, 10.
- Fatmasari, M. (2010). *Perbedaan Proporsi Kejadian Insomnia Pada Kelompok Remaja, Dewasa, Dan Lansia Di Rw I Bener Ngrampal Sragen*. 1–44.
- Fauziah, R. R. N. (2013). *Gambaran Kualitas Tidur pada Wanita Lanjut Usia (Lansia) di Panti Sosial Tresna Wredha (PSTW) Budi Pertiwi Bandung Universitas Pendidikan Indonesia*.
- Gamble, M., & Kwal, T. (2002). *Communication Works, Seventh Edition*. Madison Avenue: McGraw-Hill Education.
- Green, M. J., Espie, C. A., & Benzeval, M. (2014). Social class and gender patterning of insomnia symptoms and psychiatric distress: A 20-year prospective cohort study. *BMC Psychiatry*, 14(1). <https://doi.org/10.1186/1471-244X-14-152>
- GWI. (2015). *Global Social Media Users Statistics : Digital Report in Indonesia*.
- GWI. (2021). *Global Social Media Users Statistics*.
- Hardjito. (2002). Internet Untuk Pembelajaran. In *Jurnal Teknologi Pendidikan* (Edisi No. 10/VI/Teknodik/Oktober/2002).
- Helpiastuti, S. B. (2016). *Media Sosial dan Perempuan (Analisis Wacana terhadap Facebook sebagai Media Komunikasi Terkini bagi Perempuan)*. 1–11.
- Henderi, Yusup, M., & Graha., Y. I. (2007). *Pengertian Media Sosial (Online)*. 3.
- Heny, LP, dkk. (2013). Pengaruh Masase Punggung terhadap Kualitas Tidur pada Lansia dengan Insomnia di Panti Sosial Tresna Werdha Wana Seraya Denpasar. *Jurnal Dunia Kesehatan*, 2 (2).
- Hidayat. (2006). *Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia : Aplikasi Konsep dan Proses Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Hidayat. (2008). *Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia : Aplikasi Konsep dan Proses Keperawatan (2 edition)* (2nd ed.). Jakarta : Salemba Medika.
- Hulukati, W., & Djibran, M. R. (2018). Analisis Tugas Perkembangan Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo. *Bikotetik (Bimbingan*

Dan Konseling Teori Dan Praktik), 2(1), 73.
<https://doi.org/10.26740/bikotetik.v2n1.p73-80>

- Iskandar, Y., & Setyonegoro, R. K. (1985). *Psikiatri Biologik Vol III. Japardi, Iskandar. (2002). Gangguan Tidur*. Jakarta : Yayasan Dharma Graha.
- Iwan. (2009). *Skala Insomnia (KSPBJ-Insomnia Rating Scale)*.
- Januarti, D. W., Pratiknjo, M. H., & Muliarti, T. (2018). Perilaku Mahasiswa Dalam Menggunakan Media Sosial di Universitas Sam Ratulangi Manado. *Journal Unair*, 21, 1–20.
- Jumiatmoko. (2016). “Whatsapp” Messenger Dalam Tinjauan Manfaat Dan Adab. *Wahana Akademika*, 3 (1), 51–66. <https://doi.org/10.21580/wa.v3i1.872>
- Kang, J., & Lee, H. (2017). Modeling user interest in social media using news media and wikipedia. *Information Systems*, 65, 52–64. <https://doi.org/10.1016/j.is.2016.11.003>
- Kaplan, A. M., & Haenlein, M. (2010). Kaplan, A. M., & Haenlein, M. (2010). Users of the world, unite! The challenges and opportunities of Social Media. *Business Horizons*. <https://doi.org/10.1109/WCNC.2006.1683604>
- Kotler, P. (2012). Kotler P. Marketing management/Philip Kotler, Kevin Lane Keller. Pearson Educ Int. 2012. *Pearson Education International*.
- Kozier, B., Erb, G., Berman, A., & Shirlee, J. S. (2010). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan (Alih bahasa : Esty Wahyu ningsih, Devi yulianti, yuyun yuningsih. Dan Ana lusyana)*. Jakarta : EGC.
- Kurniasanti, K. S., Assandi, P., Ismail, R. I., Nasrun, M. W. S., & Wiguna, T. (2019). Internet addiction: A new addiction? In *Medical Journal of Indonesia* (Vol. 28, Issue 1, pp. 82–91). <https://doi.org/10.13181/mji.v28i1.2752>
- Lakshono, B. D. (2018). Kualitas Tidur Pada Remaja Di Sma Negeri 2 Kota Bangun. *Jurnal Keperawatan*, 3, 1–44.
- Levenson, J. C., Kay, D. B., & Buysse, D. J. (2015). The pathophysiology of insomnia. *Chest*, 147(4), 1179–1192. <https://doi.org/10.1378/chest.14-1617>
- Lumantow, I., Rompas, S., Onibala, F. (2016). Hubungan Kualitas Tidur dengan Tekanan Darah pada Remaja di Desa Tombasian Atas Kecamatan Kawangkoan Barat. *Jurnal Keperawatan*, 4.

- Marshall, N. S., & Hoyos, C. M. (2020). Impact factor rankings for sleep research journals between 2005 and 2018. *Journal of Sleep Research*, 29(5). <https://doi.org/10.1111/jsr.13015>
- Meilinda, N. (2018). SOCIAL MEDIA ON CAMPUS: Studi Peran Media Sosial sebagai Media Penyebaran Informasi Akademik pada Mahasiswa di Program Studi Ilmu Komunikasi FISIP UNSRI. *The Journal of Society & Media*, 2(1), 53. <https://doi.org/10.26740/jsm.v2n1.p53-64>
- Meiner, S. E. (2011). Gerontologic Nursing, Fourth Edition. *American Speech*, 15(3), 310.
- Mosby. (2014). Mosby's Pocket Dictionary of Medicine, Nursing & Health Professions. In *Elsevier* (Vol. 7).
- Mubarak, & Chahyatin. (2007). *Buku Ajar Kebutuhan Dasar Manusia Teori dan Aplikasi dalam Praktik*. Jakarta : EGC.
- Nashori, H, F. (2004). *Hubungan antara kualitas tidur dan kualitas mimpi dengan prestasi belajar mahasiswa. Laporan penelitian (tidak dipublikasikan)*.
- Nasrullah, R. (2015). *Media Sosial (Perspektif Komunikasi, Budaya, dan Sosioteknologi)*. Simbiosis Rekatama Media, Jakarta.
- Nur'aini, N., Sofyani, S., Supriatmo, S., & Lubis, I. Z. (2014). Comparing sleep disorders in urban and suburban adolescents. *Paediatrica Indonesiana*, 54(5), 299. <https://doi.org/10.14238/pi54.5.2014.299-304>
- Nurlia. (2016). *Pengaruh Pola Tidur Sehat terhadap Tingkat Insomnia Lansia. Skripsi*. <https://doi.org/10.5151/cidi2017-060>
- Pardosi, M. (2002). *Merancang Website Gratis dengan Microsoft Frontpage*. Surabaya: Indah.
- Potter, P. A., & Perry, A. G. (2006). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan (Konsep, Proses dan Praktik) Vol. 4* (4th ed.). Jakarta : EGC.
- Potter, P. A., & Perry, A. G. (2011). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan (Konsep, Proses dan Praktik)*. Jakarta : EGC.
- Potter, & Perry. (2005). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan Konsep, Proses dan Praktik Edisi 4* (Vol. 2). Jakarta : EGC.
- Practice, G. C., & Group, W. (2007). *Clinical Practice Guideline Adult Insomnia :*

- Assessment to Diagnosis. *Sleep Medicine*, 1–5.
- Pranajaya, & H. W. (2017). *Pemanfaatan Aplikasi WhatsApp (WA) di Kalangan Pelajar (Studi Kasus di MTs Al Muddatsiriyah dan MTs Jakarta Pusat). Prosiding SNaPP2017 Sosial, Ekonomi, dan Humaniora*. 7 (1), 98–109. <http://proceeding.unisba.ac.id/index.php/so%0Asial/article/view/808>
- Puntoadi, D. (2011). *Menciptakan Penjualan melalui Social Media*. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- Putra, B. A. (2013). Hubungan Antara Merokok dengan Tingkat Insomnia (Studi pada Mahasiswa yang Merokok Sekaligus Mengalami Insomnia di Angkringan sekitar Universitas Negeri Semarang). *Keperawatan*, 9(3), 50–55.
- Qomariyah, A. N. (2009). *Perilaku Penggunaan Internet Pada remaja di Perkotaan*. http://palimpset.fisip.unair.ac.id/ima_ges/pdf/astutik.pdf.%0A
- Ramadhani, S. (2021). Hubungan Lama Penggunaan Gadget Dengan Kejadian Insomnia Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara. *Repository Universitas Sumatera Utara*. <http://repositori.usu.ac.id/handle/123456789/30750>
- Restuti, R., & Susetyo, Y. . (2016). *Hubungan antara Regulasi Diri dengan kecanduan Media Sosial (Skripsi)*. Universitas Gajah Mada, Yogyakarta.
- Selvia, R. (2021). Hubungan intensitas penggunaan media sosial dengan kualitas tidur pada pelajar kelas x di sma negeri 1 bangkinang kota pada masa pandemi. *Skripsi*.
- Syamsoedin, W., Bidjuni, H., & Wowiling, F. (2015). HUBUNGAN DURASI PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL DENGAN KEJADIAN INSOMNIA PADA REMAJA DI SMA NEGERI 9 MANADO. *Jurnal Keperawatan UNSRAT*, 3(1), 113617.
- Tarwoto, & Wartonah. (2006). *Kebutuhan Dasar Manusia dan Proses Keperawatan Edisi 3*. Jakarta: Salemba Medika.
- Tarwoto, & Wartonah. (2010). *Kebutuhan Dasar Manusia dan Proses Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika.
- Telekomunitas. (2014). *Wanita Lebih Aktif Menggunakan Media Sosial*.

Telkomunitas.

Tuck. (2020). *Sleep Disorders - Types, Symptoms, Diagnosis, Treatments Tuck Sleep. Tuck.*

Turana Y. (2007). *Gangguan Tidur : Insomnia. Diakses tanggal 28 Juli 2021.*
<https://doi.org/http://medikaholistik.com>

Ulfiana, N. (2018). HUBUNGAN PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL DENGAN KEJADIAN INSOMNIA PADA MAHASISWA JURUSAN KEPERAWATAN. In *Journal of Health* (Vol. 2, Issue 1).
<http://link.springer.com/10.1007/978-3-319-76887-8%0Ahttp://link.springer.com/10.1007/978-3-319-93594-2%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/B978-0-12-409517-5.00007-3%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.jff.2015.06.018%0Ahttp://dx.doi.org/10.1038/s41559-019-0877-3%0Aht>

Van Dijk. (2013). *The Network Society*. London : SAGE Publications.

We Are Social & Hootsuite. (2020). *Indonesia Digital report 2020. Global Digital Insights*, 43.

We Are Social & Hootsuite. (2021). *Indonesian Digital Report 2021*.

Widya. (2011). *Mengatasi Insomnia : Cara Mudah Mendapatkan Kembali Tidur Nyenyak Anda*.

Lampiran 1. Biodata Peneliti

BIODATA PENELITI



Data Pribadi

Nama Lengkap : Nirwana Safitri Faras

Nama Panggilan : Nirwana

NIM : C011181092

Tempat, Tanggal Lahir : Kendari, 31 Desember 1999

Jenis Kelamin : Perempuan

Pekerjaan : Mahasiswa

Agama : Islam

Golongan Darah : O

Alamat : Jl. Antang Raya No. 118

No. Telp. : 082259749479

Fakultas / Angkatan : Kedokteran / 2018

Email : Nirwanafaras31@gmail.com

Nama Orang Tua

- Ayah : Muh. Djafar, S. Pd
- Ibu : Rasmawati

- Pekerjaan Orang Tua
- Ayah : PNS (Guru)
- Ibu : Ibu Rumah Tangga

Riwayat Pendidikan

Jenjang Pendidikan	Nama Sekolah	Tahun
TK	TK Islam As'adiyah	2005 - 2006
SD	SDN 4 Kendari Barat	2006 – 2012
SMP	MTss Pesantren Ummusshabri Kendari	2012 – 2015
SMA	SMAN 4 Kendari	2015 – 2018
Perguruan Tinggi	Universitas Hasanuddin Makassar	2018 - sekarang

Riwayat Organisasi

Nama Organisasi	Masa Jabatan
BEM Kema Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin	2020 – 2021
Medical Muslim Family FK Unhas	2019 - Sekarang
Himpunan Mahasiswa Islam FK Unhas	2020 - Sekarang

Semua data yang saya isikan dan tercantum dalam biodata ini adalah benar dan dapat di pertanggung jawabkan secara hukum. Demikian biodata ini saya buat dengan sebenarnya untuk di digunakan sebagai mana mestinya.

Makassar, Desember 2021

Penulis,

Nirwana Safitri Faras

Lampiran 2. Surat Rekomendasi Etik



REKOMENDASI PERSETUJUAN ETIK

Nomor : 748/UN4.6.4.5.31/ PP36/ 2021

Tanggal: 26 Nopember 2021

Dengan ini Menyatakan bahwa Protokol dan Dokumen yang Berhubungan Dengan Protokol berikut ini telah mendapatkan Persetujuan Etik :

No Protokol	UH21110711	No Sponsor	
Peneliti Utama	Nirwana Safitri Faras	Sponsor	
Judul Peneliti	Hubungan Penggunaan Media Sosial dengan Kejadian Insomnia pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Hasanuddin di Masa Pandemi Covid-19		
No Versi Protokol	1	Tanggal Versi	20 Nopember 2021
No Versi PSP	1	Tanggal Versi	20 Nopember 2021
Tempat Penelitian	FaKultas Kedokteran Universitas Hasanuddin Makassar		
Jenis Review	<input checked="" type="checkbox"/> Exempted <input type="checkbox"/> Expedited <input type="checkbox"/> Fullboard Tanggal	Masa Berlaku 26 Nopember 2021 sampai 26 Nopember 2022	Frekuensi review lanjutan
Ketua Komisi Etik Penelitian Kesehatan FKUH RSUH dan RSWS	Nama Prof.Dr.dr. Suryani As'ad, M.Sc.,Sp.GK (K)	Tanda tangan	
Sekretaris Komisi Etik Penelitian Kesehatan FKUH RSUH dan RSWS	Nama dr. Agussalim Bukhari, M.Med.,Ph.D.,Sp.GK (K)	Tanda tangan	

Kewajiban Peneliti Utama:

- Menyerahkan Amandemen Protokol untuk persetujuan sebelum di implementasikan
- Menyerahkan Laporan SAE ke Komisi Etik dalam 24 jam dan dilengkapi dalam 7 hari dan Laporan SUSAR dalam 72 jam setelah Peneliti Utama menerima laporan
- Menyerahkan Laporan Kemajuan (progress report) setiap 6 bulan untuk penelitian resiko tinggi dan setiap setahun untuk penelitian resiko rendah
- Menyerahkan laporan akhir setelah Penelitian berakhir
- Melaporkan penyimpangan dari prokol yang disetujui (protocol deviation / violation)
- Mematuhi semua peraturan yang ditentukan

Lampiran 3. Surat Izin Penelitian dari Dinas Penanaman Modal



PEMERINTAH PROVINSI SULAWESI SELATAN
DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU
BIDANG PENYELENGGARAAN PELAYANAN PERIZINAN

Nomor : 23559/S.01/PTSP/2021
Lampiran :
Perihal : **Izin Penelitian**

KepadaYth.
Rektor Univ. Hasanuddin Makassar

di-
Tempat

Berdasarkan surat Dekan Fak. Kedokteran UNHAS Makassar Nomor : 232496/UN4.6.8/PT.01.04/2021 tanggal 02 November 2021 perihal tersebut diatas, mahasiswa/peneliti dibawah ini:

Nama : **NIRWANA SAFITRI FARAS**
Nomor Pokok : C011181092
Program Studi : Pend. Dokter
Pekerjaan/Lembaga : Mahasiswa(S1)
Alamat : Jl. P. Kemerdekaan Km. 10, Makassar

Bermaksud untuk melakukan penelitian di daerah/kantor saudara dalam rangka penyusunan Skripsi, dengan judul :

" HUBUNGAN PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL DENGAN KEJADIAN INSOMNIA PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN PROGRAM STUDI PENDIDIKAN DOKTER UNIVERSITAS HASANUDDIN DI MASA PANDEMI COVID-19 "

Yang akan dilaksanakan dari : Tgl. **25 November s/d 31 Desember 2021**

Sehubungan dengan hal tersebut diatas, pada prinsipnya kami **menyetujui** kegiatan dimaksud dengan ketentuan yang tertera di belakang surat izin penelitian.

Dokumen ini ditandatangani secara elektronik dan Surat ini dapat dibuktikan keasliannya dengan menggunakan **barcode**,

Demikian surat izin penelitian ini diberikan agar dipergunakan sebagaimana mestinya.

Diterbitkan di Makassar
Pada tanggal : 22 November 2021

A.n. GUBERNUR SULAWESI SELATAN
KEPALA DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU
SATU PINTU PROVINSI SULAWESI SELATAN
Selaku Administrator Pelayanan Perizinan Terpadu

Ir. H. DENNY IRAWAN SAARDI, M.Si
Pangkat : Pembina Utama Madya
Nip : 19620624 199303 1 003

Tembusan Yth
1. Dekan Fak. Kedokteran UNHAS Makassar di Makassar;
2. *Pertinggal.*

SIMAP PTSP 22-11-2021



Jl. Bougenville No.5 Telp. (0411) 441077 Fax. (0411) 448936
Website : <http://simap.sulselprov.go.id> Email : ptsp@sulselprov.go.id
Makassar 90231



Lampiran 4. Penjelasan Penelitian kepada Responden

LEMBAR PENJELASAN

Perkenalkan saya Nirwana Safitri Faras merupakan mahasiswa Fakultas Kedokteran Program Studi Pendidikan Dokter Umum angkatan 2018 Universitas Hasanuddin. Dalam rangka memenuhi tugas akhir saya sebagai mahasiswa S-1 Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin, saya melakukan penelitian yang berjudul "Hubungan Penggunaan Media Sosial dengan Kejadian Insomnia pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Hasanuddin di Masa Pandemi Covid-19" sebagai penelitian skripsi saya.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh penggunaan media sosial dikalangan remaja yang cenderung tidak memperhatikan waktu penggunaannya. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat ada/tidaknya hubungan lama penggunaan media sosial dengan kejadian insomnia pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Hasanuddin. Oleh karena itu, saya memohon kesediaan anda untuk ikut berpartisipasi menjadi responden. Dalam pelaksanaan penelitian ini, saya selaku peneliti akan membagikan kuesioner penelitian yang telah saya buat sesuai dengan data yang diperlukan terkait penelitian ini untuk dijawab dengan jujur.

Data yang diperoleh akan dirahasiakan dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian ini. Jika anda bersedia menjadi responden, silahkan menandatangani lembar persetujuan. Atas perhatian dan kesediaan Anda, saya mengucapkan terima kasih.

Makassar, November 2021

Peneliti,

(Nirwana Safitri Faras)

Lampiran 5. *Informed Consent*

**KUESIONER PENELITIAN HUBUNGAN PENGGUNAAN MEDIA
SOSIAL DENGAN KEJADIAN INSOMNIA PADA MAHASISWA
FAKULTAS KEDOKTERAN PROGRAM STUDI PENDIDIKAN DOKTER
UNIVERSITAS HASANUDDIN DI MASA PANDEMI COVID-19**

INFORMED CONSENT

PERNYATAAN PERSETUJUAN BERSEDIA MENJADI RESPONDEN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama :

NIM :

Kelas :

Jenis Kelamin :

Umur :

Setelah mendapat penjelasan secara rinci dan telah mengerti tujuan penelitian mengenai riset Penggunaan media sosial terhadap Kejadian Insomnia oleh Nirwana Safitri Faras, Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter angkatan 2018 Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin. Saya bersedia berpartisipasi dalam penelitian dengan sukarela tanpa paksaan.

Peneliti

Responden

(Nirwana Safitri Faras)

(.....)

Saksi

(.....)

Lampiran 6. Kuesioner

IDENTITAS RESPONDEN

NAMA :

NIM :

KELAS :

JENIS KELAMIN :

UMUR :

TTL :

TEMPAT TINGGAL : Orang tua Keluarga Indekos (kost) Kontrakan

NO HP :

I. MEDIA SOSIAL

Berdasarkan kuesioner yang diadopsi dari skripsi Nurhalija Ulfiana, 2018 yang berjudul “Hubungan Penggunaan Media Sosial dengan Kejadian Insomnia pada Mahasiswa Program Studi Keperawatan” dan telah divalidasi, maka didapatkan kuesioner sebagai berikut:

Apa yang Anda Punya Sebagai Penggunaan Sosial Media:

(Yang sering digunakan)

Berikan tanda centang (√) pada kolom yang tersedia

Facebook *Twitter* *Whatsapp* *Path* *Instagram*

Youtube *Line* *Messenger* *TikTok*

Sejak Kapan Penggunaan Media Sosial :

Sekolah Dasar (SD)

Sekolah Menengah Pertama (SMP)

Sekolah Menengah Atas (SMA)

Kuliah

Menurut Anda, media sosial mempengaruhi pola tidur Anda selama ini?

Ya

Tidak

A. Lama Mengakses Media Sosial dan Manfaat Media Sosial

1. Untuk apa saudara/i memanfaatkan media sosial yang Anda punya?

Silang (x) semua yang sesuai

Untuk mencari informasi umum

Untuk keperluan belajar dan mengerjakan tugas kuliah

Untuk mencari hiburan (pertemanan, *game online*, dll)

2. Apakah kelebihan media sosial yang Anda punya?

Silang (x) semua yang sesuai

Cepat mendapatkan informasi

Bisa menambah ilmu pengetahuan

Bisa mendapatkan banyak teman dari mana saja

3. Berapa lama Anda mengakses media sosial?

Pilih salah satu saja

a. Kurang dari 3 jam

b. 3 – 6 jam

c. 6 – 12 jam

d. Lebih dari 12 jam

4. Berapa lama Anda tidur dalam sehari?

Pilih salah satu saja

a. Kurang dari 8 jam

b. 8 – 9 jam

c. Lebih dari 9 jam

B. Kemudahan dalam Mengakses Media Sosial

Lingkari jawaban yang sesuai

No.	Butir Pertanyaan	SS/Y	SR	JR	T
1.	Apakah Anda sering mengakses internet				

2.	Apakah Anda memiliki kemudahan dalam mengakses internet				
3.	Apakah Anda menggunakan <i>handphone</i> (Hp) untuk mengakses internet				
4.	Apakah Anda pergi ke tempat yang menyediakan hotspot (cafe, resto, dsb) agar dapat mengakses internet				
5.	Apakah Anda sering mengakses internet pada saat perkuliahan				

C. Pengaruh Media Sosial

Lingkari jawaban yang sesuai

No.	Butir Pertanyaan	SS/Y	SR	JR	T
1.	Apakah Anda mempunyai user account (akun pengguna) di media sosial				
2.	Apakah media sosial mempengaruhi jadwal kegiatan Anda				
3.	Apakah Anda sampai lupa waktu saat mengakses media sosial				
4.	Apakah media sosial menjadi salah satu faktor keterlambatan Anda bangun pagi hari				
5.	Apakah media sosial mempengaruhi pola tidur Anda				

Keterangan:

SS/Y : Sangat Sering/Ya (3)

SR : Sering (2)

JR : Jarang (1)

T : Tidak (0)

II. INSOMNIA

Diisi Peneliti

1. Apakah Anda kesulitan untuk memulai tidur?
 Tidak pernah Sering
 Kadang-kadang Selalu
2. Apakah Anda tiba-tiba terbangun pada malam hari?
 Tidak pernah Sering
 Kadang-kadang Selalu
3. Apakah anda biasa terbangun lebih awal/dini hari?
 Tidak pernah Sering
 Kadang-kadang Selalu
4. Apakah Anda merasa ngantuk di siang hari?
 Tidak pernah Sering
 Kadang-kadang Selalu
5. Apakah Anda merasa sakit kepala di siang hari?
 Tidak pernah Sering
 Kadang-kadang Selalu
6. Apakah Anda merasa kurang puas dengan tidur Anda?
 Tidak pernah Sering
 Kadang-kadang Selalu
7. Apakah Anda merasa kurang nyaman atau gelisah di saat tidur?
 Tidak pernah Sering
 Kadang-kadang Selalu
8. Apakah Anda mendapat mimpi buruk di saat tidur?
 Tidak pernah Sering
 Kadang-kadang Selalu
9. Apakah Anda merasa badan terasa lemah, letih, kurang tenaga setelah tidur?
 Tidak pernah Sering
 Kadang-kadang Selalu
10. Apakah jadwal jam tidur sampai bangun tidur Anda tidak beraturan?
 Tidak pernah Sering
 Kadang-kadang Selalu

11. Apakah Anda tidur selama 6 jam dalam sehari?

Tidak pernah

Sering

Kadang-kadang

Selalu

Nilai jawaban:

Selalu (4)

Sering (3)

Kadang-kadang (2)

Tidak pernah (1)

Interpretasi Skor :

- a. Skor 11 – 27 : Tidak ada keluhan insomnia
- b. Skor 28 – 34 : Insomnia ringan
- c. Skor 35 – 40 : Insomnia berat
- d. Skor 41 – 44 : Insomnia sangat berat

Lampiran 7. Hasil Uji Statistik

Usia

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Remaja	31	14,2	14,2	14,2
	Dewasa	143	65,6	65,6	79,8
	Paruh Baya	43	19,7	19,7	99,5
	Tua	1	,5	,5	100,0
	Total	218	100,0	100,0	

Jenis kelamin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-laki	79	36,2	36,2	36,2
	Perempuan	139	63,8	63,8	100,0
	Total	218	100,0	100,0	

Social Media

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Facebook	59	6.0	6.0	6.0
	Instagram	211	21.4	21.4	27.3
	Line	176	17.8	17.8	45.1
	Messenger	12	1.2	1.2	46.4
	TikTok	45	4.6	4.6	50.9
	Twitter	59	6.0	6.0	56.9
	Whatsapp	215	21.8	21.8	78.6
	Youtube	211	21.4	21.4	100.0
	Total	988	100.0	100.0	

Manfaat Media Sosial

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Untuk keperluan belajar dan mengerjakan tugas kuliah	175	30.4	30.4	30.4
	Untuk mencari hiburan (pertemanan, game online, dll)	184	32.0	32.0	62.4
	Untuk mencari informasi umum	216	37.6	37.6	100.0
	Total	575	100.0	100.0	

Kelebihan Media Sosial

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Bisa menambah ilmu pengetahuan	214	40.5	40.5	40.5
	Bisa mendapatkan banyak teman dari mana saja	98	18.6	18.6	59.1
	Cepat mendapatkan informasi	216	40.9	40.9	100.0
	Total	528	100.0	100.0	

Lama akses media sosial

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	3 - 6 jam	38	17,4	17,4	17,4
	6 - 12 jam	156	71,6	71,6	89,0
	Kurang dari 3 jam	4	1,8	1,8	90,8
	Lebih dari 12 jam	20	9,2	9,2	100,0
	Total	218	100,0	100,0	

Lama tidur

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 8 - 9 jam	90	41,3	41,3	41,3
Kurang dari 8 jam	118	54,1	54,1	95,4
Lebih dari 9 jam	10	4,6	4,6	100,0
Total	218	100,0	100,0	

Statistics

		MEDSOS	INSOMNIA
N	Valid	218	218
	Missing	0	0

Frequency

MEDSOS

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid AKTIF	210	96.3	96.3	96.3
TIDAK AKTIF	8	3.7	3.7	100.0
Total	218	100.0	100.0	

INSOMNIA

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid TIDAK INSOMNIA	55	25.2	25.2	25.2
INSOMNIA RINGAN	159	72.9	72.9	98.2
INSOMNIA BERAT	3	1.4	1.4	99.5
INSOMNIA SANGAT BERAT	1	.5	.5	100.0
Total	218	100.0	100.0	

➤ Crosstabs

[DataSet0]

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
INSOMNIA * MEDSOS	218	100.0%	0	.0%	218	100.0%

INSOMNIA * MEDSOS Crosstabulation

			MEDSOS		Total
			AKTIF	TIDAK AKTIF	
INSOMNIA	TIDAK INSOMNIA	Count	49	6	55
		Expected Count	53.0	2.0	55.0
		% of Total	22.5%	2.8%	25.2%
	INSOMNIA RINGAN	Count	157	2	159
		Expected Count	153.2	5.8	159.0
		% of Total	72.0%	.9%	72.9%
	INSOMNIA BERAT	Count	3	0	3
		Expected Count	2.9	.1	3.0
		% of Total	1.4%	.0%	1.4%
	INSOMNIA SANGAT BERAT	Count	1	0	1
		Expected Count	1.0	.0	1.0
		% of Total	.5%	.0%	.5%
Total		Count	210	8	218
		Expected Count	210.0	8.0	218.0
		% of Total	96.3%	3.7%	100.0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	10.923 ^a	3	.012
Likelihood Ratio	9.199	3	.027
Linear-by-Linear Association	9.667	1	.002
N of Valid Cases	218		

a. 5 cells (62.5%) have expected count less than 5. The minimum expected count is .04.