

## INTISARI

### HUBUNGAN INTENSITAS PENGGUNAAN *SMARTPHONE* DENGAN KUALITAS TIDUR PADA PERAWAT DI RUMAH SAKIT JIWA DAERAH SURAKARTA

M Abdullah Shidiq<sup>1</sup>, Atik Aryani<sup>2</sup>, Lilis Murtutik<sup>3</sup>  
ahmedshidiq19@gmail.com

**Latar Belakang:** Smartphone memiliki banyak kegunaan seperti berkomunikasi jarak jauh atau membantu tugas sehari-hari. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa penggunaan smartphone berlebih memberikan dampak negatif yang tidak diinginkan, salah satunya terganggunya kualitas tidur. Kualitas tidur adalah kepuasan seseorang terhadap tidur, sehingga seseorang tersebut tidak memperlihatkan perasaan lelah. Sebagian perawat di Rumah Sakit Jiwa Daerah Surakarta mengatakan kurang puas dengan kualitas tidurnya.

**Tujuan:** Mengetahui hubungan intensitas penggunaan smartphone dengan kualitas tidur pada perawat di Rumah Sakit Jiwa Daerah Surakarta

**Metode Penelitian:** Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian korelasional. Desain penelitian dengan menggunakan desain *cross sectional*. Sampel penelitian sebanyak 165 responden dengan teknik *simple random sampling*. Penelitian ini menggunakan instrumen *Smartphone Addiction Scale-Short Version (SAS-SV)* untuk mengukur intensitas penggunaan smartphone serta *Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)* untuk mengukur kualitas tidur, uji *Spearman's Rank* digunakan dalam uji ini.

**Hasil:** Intensitas penggunaan *smartphone* paling banyak pada tingkat rendah dan sedang yaitu sebanyak masing-masing 72 responden (43,6 %). Kemudian sebanyak 21 responden (12,7%) menggunakan *smartphone* dengan intensitas yang tinggi. Sebanyak 144 responden memiliki kualitas tidur yang buruk, 21 responden memiliki kualitas tidur yang baik. Terdapat hubungan antara intensitas penggunaan *smartphone* terhadap kualitas tidur dengan nilai signifikansi kurang dari 0,05 yaitu 0,001. Nilai koefisien korelasinya adalah 0,399, maka tingkat kekuatan korelasinya memiliki hubungan yang cukup dan arah hubungannya positif

**Simpulan:** Ada hubungan intensitas penggunaan *smartphone* dengan kualitas tidur pada perawat di Rumah Sakit Jiwa Daerah Surakarta

Kata Kunci: intensitas penggunaan *smartphone*, kualitas tidur, perawat

<sup>1</sup>Mahasiswa Program Studi Keperawatan Universitas Sahid Surakarta

<sup>3</sup>Dosen Program Studi Keperawatan Universitas Sahid Surakarta

<sup>3</sup>Dosen Program Studi Keperawatan Universitas Sahid Surakarta

## ABSTRACT

### THE CORRELATION BETWEEN SMARTPHONE USE INTENSITY AND SLEEP QUALITY IN NURSES AT SURAKARTA PSYCHIATRIC HOSPITAL

M Abdullah Shidiq<sup>1</sup>, Atik Aryani<sup>2</sup>, Lilis Murtutik<sup>3</sup>  
ahmedshidiq19@gmail.com

**Background:** Smartphones have many functions such as communicating tools and doing daily tasks. Several studies show excessive smartphone use has unwanted negative impacts such as disrupting sleep quality. Sleep quality is a person's satisfaction with sleep so the person does not show feelings of fatigue. Some nurses at the Surakarta Mental Hospital stated they were not satisfied with the quality of their sleep.

**Objectives:** To determine the correlation between the intensity of smartphone use and sleep quality among nurses at the Surakarta Mental Hospital.

**Method:** This research used a quantitative approach. This type of research is correlational research. The research design used a cross sectional design. The research sample was 165 respondents using a simple random sampling technique. This study used the Smartphone Addiction Scale-Short Version (SAS-SV) instrument to measure the intensity of smartphone use and the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) to measure sleep quality. The Spearman's Rank test was used in this research.

**Results:** The intensity of smartphone use is mostly at low and medium levels with 72 respondents (43.6%) respectively. 21 respondents (12.7%) use smartphones with high intensity. 144 respondents have poor sleep quality and 21 respondents have good sleep quality. There is a correlation between the intensity of smartphone use and sleep quality with a significance value of less than 0.05, namely 0.001. The value of the correlation coefficient is 0.399, so the level of correlation strength has an adequate correlation and the direction of the correlation is positive.

**Conclusion:** There is a correlation between the intensity of smartphone use and sleep quality among nurses at the Surakarta Mental Hospital.

**Keywords:** Smartphone Use Intensity, Sleep Quality, Nurses

- 
1. Students of the Nursing Department of Sahid Surakarta University
  2. Lecturer of Nursing Department of Sahid Surakarta University
  3. Lecturer of Nursing Department of Sahid Surakarta University

