

**HUBUNGAN DURASI PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL DENGAN
KUALITAS TIDUR PADA REMAJA DI SLB NEGERI 2 YOGYAKARTA**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan
Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta



Disusun oleh:

TIARA AGHIVANA PRATIWI

192201068

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA**

2023

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI
HUBUNGAN DURASI PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL DENGAN
KUALITAS TIDUR PADA REMAJA DI SLB NEGERI 2
YOGYAKARTA

Diajukan oleh:

TIARA AGHIVANA PRATIWI

192201068

Telah Dipertahankan di Depan Dewan Penguji dan Dinyatakan Sah
Sebagai Salah Satu Syarat untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Keperawatan
di Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Tanggal: 10 Juli 2023

Mengesahkan:

Penguji,

Pembimbing,

Anastasia Suci Sukmawati, S.Kep., Ns., M.Ng

Dr. Sujono Riyadi, S.Kep., Ns., M.Kes.

NIDN: 05-2002-8202

NIDN: 05-0108-7601

Ketua Prodi Keperawatan (S-1)

Dewi Dhari, MNS

NPP: 2010-13-0033

PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, adalah mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta,

Nama : Tiara Aghivana Pratiwi

NPM : 192201068

Program Studi : Keperawatan (S-1)

Judul Skripsi : Hubungan Durasi Penggunaan Media Sosial dengan Kualitas Tidur pada Remaja di SLB Negeri 2 Yogyakarta

menyatakan bahwa hasil penelitian dengan judul tersebut di atas adalah asli karya saya sendiri dan bukan hasil *plagiarisme*. Semua referensi dan sumber terkait yang diacu dalam karya ini telah ditulis sesuai kaidah penulisan ilmiah yang berlaku. Dengan ini, saya menyatakan untuk menyerahkan hak cipta penelitian kepada Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta guna kepentingan ilmiah.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya tanpa ada paksaan dari pihak mana pun. Apabila terdapat kekeliruan atau ditemukan adanya pelanggaran akademik di kemudian hari, maka saya bersedia menerima konsekuensi yang berlaku sesuai ketentuan akademik.

Yogyakarta, 16 Juni 2023



Tiara Aghivana Pratiwi

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“Hubungan Durasi Penggunaan Media Sosial dengan Kualitas Tidur pada Remaja di SLB Negeri 2 Yogyakarta”**.

Penulis menyampaikan terima kasih dengan rasa hormat serta penghargaannya kepada Bapak/Ibu/Saudara yang saya hormati yaitu:

1. Allah SWT yang maha baik, yang telah memberikan hamba-Nya cobaan terbaik, *reward* terbaik serta memberikan kemudahan kepada hamba-Nya dalam proses penyusunan skripsi.
2. Kepada kedua orangtua dan seluruh keluarga yang selalu mendoakan dan memberikan semangat tiada henti kepada penulis.
3. Kepada Ida Nursanti, S.Kep., MPH. selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
4. Kepada Dewi Utari, MNS selaku Ketua Prodi Program Studi Keperawatan Universitas Jenderal Achmad Yani.
5. Kepada Dosen Pembimbing Dr. Sujono Riyadi, S.Kep.,Ns.,M. Kes yang telah sabar membina, membimbing, dan memberikan arahan kepada penulis sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik
6. Kepada Anastasia Suci Sukmawati, S.Kep.,Ns.,MNg. selaku Dosen Penguji yang telah bersedia melangkan waktu untuk menguji, mengoreksi, dan memberikan masukan serta saran terhadap skripsi ini.
7. Kepada seluruh Dosen Keperawatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta yang telah memberikan ilmu pengetahuan, berbagi pengalaman, dan mendidik kami.
8. Seluruh teman-teman Mahasiswa Keperawatan angkatan 2019 yang telah bersedia membantu dalam proses penelitian ini, memberikan masukan serta semangat kepada penulis.

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI.....	ii
PERNYATAAN.....	iii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI	v
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR LAMPIRAN.....	ix
INTISARI.....	x
ABSTRACT.....	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian	4
1. Tujuan Umum	4
2. Tujuan Khusus.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	4
1. Manfaat Teoritis	4
2. Manfaat Praktis	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
A. Landasan Teoretis	7
1. Konsep Media Sosial.....	7
2. Konsep Remaja	10
3. Konsep Tidur.....	16
B. Kerangka Teori	19
C. Kerangka Konsep.....	20
D. Hipotesis	20
BAB III METODE PENELITIAN	21
A. Desain Penelitian.....	21

B. Lokasi dan Waktu Kegiatan	21
C. Populasi, Sampel, Inklusi Eklusi.....	21
D. Variabel.....	23
E. Definisi Operasional.....	23
F. Alat dan Metode Pengumpulan Data	24
G. Uji Validitas dan Uji Reliabilitas	28
H. Metode Pengolahan dan Analisis Data	29
I. Etika Penelitian	32
J. Rencana Pelaksanaan Penelitian	33
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	36
A. Hasil Penelitian.....	36
1. Gambaran Umum Lokasi Kegiatan	36
2. Analisa Univariat	37
3. Analisa Bivariat	41
B. Pembahasan	42
1. Durasi Penggunaan Media Sosial	42
2. Kualitas Tidur	43
3. Hubungan durasi penggunaan media sosial dengan kualitas tidur pada remaja di SLB Negeri 2 Yogyakarta	44
C. Kesulitan dan Kelemahan Penelitian	48
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	49
A. Kesimpulan.....	49
B. Saran	49
DAFTAR PUSTAKA	51
LAMPIRAN.....	55

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori	19
Gambar 2.2 Kerangka Konsep	20

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Definisi Operasional	24
Tabel 3. 2 Kisi-Kisi Kuisisioner PSQI (Pittsburgh Sleep Quality Index)	26
Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Siswa-Siswi	38
Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Penggunaan Media Sosial	39
Tabel 4. 3 Distribusi Durasi Penggunaan Media Sosial	40
Tabel 4. 4 Kualitas tidur Remaja di SLB Negri 2 Yogyakarta	41
Tabel 4. 5 Tabulasi Silang Durasi Penggunaan Media Sosial Dengan Kualitas Tidur	41

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Informasi Penelitian.....	55
Lampiran 2 Permohonan Menjadi Responden	56
Lampiran 3 Lembar Persetujuan Responden.....	57
Lampiran 4 Kuesioner Durasi Penggunaan Media Sosial.....	58
Lampiran 5 Kuesioner Kualitas Tidur.....	59
Lampiran 6 Hasil Plagiarisme	62
Lampiran 7 Surat Izin Studi Pendahuluan.....	63
Lampiran 8 Surat Izin Validitas Dan Reliabilitas	64
Lampiran 9 Surat Izin Penelitian.....	65
Lampiran 10 Etika Penelitian	66
Lampiran 11 Lembar Bimbingan Skripsi.....	67
Lampiran 12 Hasil Olah Data SPSS.....	68
Lampiran 13 Hasil Uji Validitas Dan Reliabilitas Kuesioner Durasi Penggunaan Media Sosial Dan Kualitas Tidur.....	72
Lampiran 14 Dokumentasi Penelitian SLB Negeri 2 Yogyakarta	76
Lampiran 15 Excel	78