

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

1. Gambaran Umum Lokasi Kegiatan

Penelitian tentang hubungan antara penggunaan *smartphone* dengan terjadinya insomnia dilakukan di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta Kampus II yang berlokasi di Jalan Ring Road Barat, Gamping, Ambarketawang, Sleman Yogyakarta. UNJAYA memiliki 3 Fakultas yang terdiri dari, Fakultas Kesehatan, Fakultas tehnik dan Teknologi informasi, dan Fakultas Ekonomi dan social. Fakultas Kesehatan merupakan kampus II yang terdiri dari 7 Program Studi, yaitu Prodi Keperawatan, Prodi Ners, Prodi Farmasi, Prodi D3 Kebidanan, Prodi (S1) Kebidanan, Prodi Teknologi Bank Darah dan Prodi Perkam Dan Informasi Kesehatan.

Program Studi Kperawatan UNJAYA mempunyai visi menjadi program studi yang menghasilkan Ners yang unggul dalam pelayanan kesehatan primer dan memiliki nilai kejuangan Jenderal Achmad Yani yang mampu bersaing di tingkat ASEAN tahun 2041. Misi program studi keperawatan (1) menyelenggarakan Pendidikan keperawatan (Ners) berkualitas yang mampu menghasilkan Ners professional dan unggul dalam pelayanan kesehatan primer serta menjunjung nilai-nilai kejuangan Jenderal Achmad Yani (2) menyelenggarakan dan mengembangkan penelitian keperawatan dengan keunggulan bidang pelayanan kesehatan primer sehingga dapat meningkatkan mutu penyelenggaraan pendidikan dan pelayanan keperawatan kepada masyarakat (3) menyelenggarakan pengabdian kepada masyarakat dengan meningkatkan peran institusi dan peran masyarakat serta mengembangkan system pelayanan keperawatan professional terpadu di masyarakat khususnya pelayanan kesehatan primer (4) meningkatkan kuantitas dan kualitas pendidik dan tenaga Pendidikan

dalam mewujudkan keunggulan pelayanan kesehatan primer yang mampu bersaing dan loyal terhadap institusinya (5) menyediakan fasilitas-fasilitas untuk mendukung kegiatan tri harma perguruan tinggi dalam rangka mewujudkan keunggulan di bidang pelayanan kesehatan primer (6) menyelenggarakan kerja sama dengan institusi lain dalam upaya optimalisasi tri dharma perguruan tinggi dan pemberdayaan lulusan.

Di Fakultas Kesehatan khususnya Prodi Keperawatan bagian ruang kelas dilengkapi dengan AC dan proyektor untuk mendukung proses belajar mengajar mahasiswa dan juga memiliki sebuah laboratorium yang dilengkapi dengan fasilitas kebutuhan belajar mahasiswa seperti pantom, berbagai ruangan beserta bad dan alat-alat medis lainnya serta sebuah perpustakaan, mushola, ruangan computer dan mempermudah mahasiswa dengan adanya jaringan wifi yang dapat digunakan mahasiswa untuk mencari tugas-tugas yang diberikan dosen.

Penelitian dilakukan pada seluruh mahasiswa tingkat semester Prodi Keperawatan dengan jumlah mahasiswa tahun 2022 sebanyak 384. Proses belajar mengajar yang di mulai dari hari senin sampai jum'at, dengan menggunakan sistem *student-centered learning* (SCL) yaitu pembelajaran yang berpusat pada mahasiswa sehingga mahasiswa dituntut untuk belajar menjadi subjek yang aktif dalam setiap kegiatan pembelajaran. Karena pandemic COVID-19, proses belajar mengajar dilakukan secara online. Proses pembelajaran yang berlangsung secara online dengan menggunakan berbagai jenis media pembelajaran tidak terlepas dari perangkat elektronik salah satunya ialah *smartphone*, sehingga selama wabah COVID-19 ini semua mahasiswa harus mendukung proses pembelajaran. Tidak heran jika mahasiswa memiliki *smartphone* pribadi, proses pembelajaran online ini memungkinkan mahasiswa menggunakan *smartphonenya* untuk mengisi waktu luang, belajar hingga bermain game.

Hal ini menarik untuk diteliti apakah mahasiswa Keperawatan menggunakan *smartphone* secara berlebihan hingga menimbulkan terjadinya insomnia. Dan diharapkan penelitian ini mampu memberikan informasi dan edukasi untuk mahasiswa agar mengetahui dampak positif, negatif hingga durasi yang baik dalam penggunaan *smartphone*, sehingga dapat mencegah masalah kesehatan yang mungkin muncul.

2. Analisis Hasil

Subyek dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa keperawatan Unjaya Tahun 2022 dengan jumlah 384 mahasiswa. Gambaran tentang karakteristik subjek penelitian dijelaskan dalam bentuk distribusi frekuensi berdasarkan variabel penelitian.

a. Karakteristik Responden Mahasiswa Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

1) Karakteristik responden

Karakteristik responden pada penelitian ini meliputi jenis kelamin dan semester, data hasil analisis karakteristik penelitian disajikan pada tabel 4.1 berikut ini.

Tabel 4 1 Karakteristik Responden

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
Laki-laki	24	29,6%
Perempuan	57	70,4%
Total	81	100%
Tingkat semester	Frekuensi	Persentase (%)
Semester II	24	29,6%
Semester IV	19	23,5%
Semester VI	14	17,3%
Semester VIII	24	29,6%
Total	81	100%

Berdasarkan tabel 4.1 Dari 81 mahasiswa yang menjadi responden dalam penelitian ini mayoritas mahasiswa berjenis kelamin perempuan yaitu 70,4%, namun untuk responden yang berjenis kelamin laki-laki dalam penelitian ini yaitu

29,6%. Dari tabel 4.1 juga menunjukkan bahwa presentase mahasiswa setiap semester jurusan keperawatan Unjaya berbeda, hal ini dikarenakan pada setiap semester memiliki jumlah yang berbeda, sehingga dari 81 responden yang terlibat dalam penelitian ini ialah dari semester II sebanyak 24 (29,6%) responden semester IV 19 (23,5%) responden, semester VI sebanyak 14 (17,3%) responden dan semester VIII 24 (29,6%) responden. Jumlah persentase dapat berbeda berdasarkan jumlah mahasiswa disetiap semester.

- b. Gambaran Penggunaan *Smartphone* pada Mahasiswa Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta
- Penggunaan *smartphone* pada mahasiswa keperawatan Unjaya tercantum pada tabel 4.2 sebagai berikut.

Tabel 4 2 Gambaran penggunaan smartphone mahasiswa keperawatan Unjaya

Smartphone	Frekuensi	Persentase (%)
Tidak Kecanduan	40	49,4%
Kecanduan	41	50,6%
Total	81	100%

Berdasarkan tabel 4.2 pada tingkat kecanduan *smartphone* dapat dilihat bahwa persentase tidak jauh berbeda, yaitu mahasiswa yang mengalami kecanduan *smartphone* sebanyak 50,6% dan yang tidak kecanduan *smartphone* yaitu 49,4% mahasiswa.

- c. Gambaran Insomnia pada Mahasiswa Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Kejadian insomnia pada responden mahasiswa keperawatan Unjaya dalam penelitian ini yang disajikan pada tabel 4.3 berikut ini.

Tabel 4 3 Gambaran insomnia pada mahasiswa keperawatan Unjaya

Insomnia	Frekuensi	Persentase (%)
Tidak Insomnia	26	32,1%
Insomnia	55	67,9%
Total	81	100%

Untuk tingkat insomnia dapat dilihat pada tabel 4.3 bahwa dari seluruh mahasiswa dalam penelitian, yang mengalami insomnia sebanyak 67,9% sedangkan mahasiswa yang tidak insomnia 32,1%.

d. Hubungan Penggunaan *Smartphone* Dengan Terjadi Insomnia pada Mahasiswa Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

1) Tabulasi silang antara penggunaan *smartphone* dengan jenis kelamin dan penggunaan *smartphone* dengan tingkat semester

Penggunaan *smartphone* responden pada penelitian ini meliputi penggunaan *smartphone* berdasarkan jenis kelamin dan semester, yang disajikan pada tabel 4.4 berikut ini.

Tabel 4 4 Penggunaan smartphone berdasarkan jenis kelamin dan tingkat semester

Jenis kelamin	Tidak Kecanduan		Kecanduan		Total	
	N	%	N	%	N	%
Laki-laki	13	54,2%	11	45,8%	24	100%
Perempuan	27	47,4%	30	52,6%	57	100%
Total	40	49,4%	41	50,6%	81	100%

Tingkat Semester	Tidak Kecanduan		Kecanduan		Total	
	N	%	N	%	N	%
Semester II	9	37,5%	15	62,5%	24	100,0%
Semester IV	7	36,8%	12	63,2%	19	100,0%
Semester VI	7	50,0%	7	50,0%	14	100,0%
Semester VIII	17	70,8%	7	29,2%	24	100,0%
Total	40	49,4%	41	50,6%	81	100,0%

Dari tabel 4.4 juga menunjukkan bahwa berdasarkan tingkat kecanduan *smartphone* berdasarkan jenis kelamin dapat dilihat sebagian besar mahasiswa baik laki-laki maupun perempuan yang mengalami kecanduan *smartphone* sebanyak 50,6% sedangkan yang tidak mengalami kecanduan *smartphone* 49,4%. Nilai persentase juga dipengaruhi oleh jumlah responden yaitu dalam penelitian ini jumlah responden perempuan lebih banyak dari pada jumlah responden laki-laki, yaitu perempuan 57 responden sedangkan responden laki-laki 24 responden. Dapat dilihat juga bahwa pada tabel 4.4 berdasarkan tingkatan semester, mahasiswa semester II dan IV mengalami tingkat kecanduan *smartphone* lebih tinggi yaitu sebanyak 62,5% dan 63,2%, dibandingkan dengan tingkat semester VI 50,0% dan persentase terkecil dalam kecanduan *smartphone* pada tingkat semester VIII yaitu 29,2%. Tingkat semester dengan persentase terbesar yang tidak mengalami kecanduan *smartphone* ialah semester VIII yaitu 70,8%, semester VI sebanyak 50,0%, semester II sebanyak 37,5% dan semester IV sebanyak 36,8%.

2) Tabulasi silang antara insomnia dengan jenis kelamin dan kejadian insomnia dengan tingkat semester

Kejadian insomnia responden pada penelitian ini meliputi kejadian insomnia berdasarkan jenis kelamin dan semester, yang dicantumkan pada tabel 4.5 berikut ini.

Tabel 4 5 Kejadian insomnia berdasarkan jenis kelamin dan tingkat semester

Jenis Kelamin	Tidak insomnia		Insomnia		Total	
	N	%	N	%	N	%
Laki-laki	8	33,3%	16	66,7%	24	100,0%
Perempuan	18	31,6%	39	68,4%	57	100,0%
Total	26	32,1%	55	67,9%	81	100,0%

Tingkat semester	Tidak insomnia		Insomnia		Total	
	N	%	N	%	N	%
Semester II	7	29,2%	17	70,8%	24	100,0%
Semester IV	6	31,6%	13	68,4%	19	100,0%
Semester VI	7	50,0%	7	50,0%	14	100,0%
Semester VIII	6	25,0%	18	75,0%	24	100,0%
Total	26	32,1%	55	67,9%	81	100,0%

Jika dilihat pada tabel 4.5 berdasarkan jenis kelamin kejadian insomnia banyak terjadi pada mahasiswa perempuan sebanyak 68,4% sedangkan pada laki-laki 66,7%, dan mahasiswa yang tidak mengalami insomnia sebanyak 33,3% pada laki-laki dan perempuan 31,6%. Namun berdasarkan semester, kejadian insomnia banyak terjadi pada mahasiswa semester VIII yaitu sebanyak 75,0% dan tertinggi selanjutnya adalah semester II yaitu 70,8%, semester IV 68,4% dan persentase terkecil yang mengalami insomnia adalah semester 50,0%.

- 3) Hubungan penggunaan *smartphone* dengan terjadinya insomnia pada mahasiswa keperawatan fakultas kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Dalam penelitian ini menggunakan analisis untuk mengetahui keeratan hubungan antar kedua variabel yaitu hubungan penggunaan *smartphone* dengan variabel dependend yaitu terjadinya insomnia pada mahasiswa Keperawatan Unjaya. Uji statistic yang dilakukan ialah uji Somers'd yang disajikan dalam bentuk tabel 4.6 sebagai berikut.

Tabel 4 6 Hubungan penggunaan *smartphone* dengan terjadinya insomnia pada mahasiswa keperawatan Unjaya

Kejadian <i>smartphone</i>	Insomnia						p-value
	Tidak insomnia		Insomnia		Total		
	N	%	N	%	N	%	
Tidak kecanduan	9	22.5%	31	77.5%	40	100.0%	0.061
Kecanduan	17	41.5%	24	58.5%	41	100.0%	
Total	26	32.1%	55	67.9%	81	100.0%	

Dari tabel 4.6 di atas menunjukkan distribusi responden untuk hubungan penggunaan *smartphone* dengan terjadinya insomnia dengan hasil sebanyak 58,5% mahasiswa termasuk mengalami kecanduan *smartphone* dan mengalami insomnia, sementara sebanyak 41.5% mahasiswa termasuk mengalami kecanduan *smartphone* namun tidak insomnia. Selain itu didapatkan juga bahwa 77,5% mahasiswa tidak mengalami kecanduan *smartphone* namun mengalami insomnia. Mahasiswa yang tidak ada keluhan insomnia serta tidak mengalami kecanduan dalam penggunaan *smartphone* sebanyak 22.5%. Sehingga dari Analisa bivariat didapatkan nilai $p = 0.061$ yang menandakan tidak ada hubungan antara penggunaan *smartphone* dengan terjadinya insomnia pada mahasiswa keperawatan Unjaya.

B. Pembahasan

1. Penggunaan *Smartphone* pada Mahasiswa Keperawatan

Dari hasil penelitian pada tabel 4.3 bahwa mahasiswa yang mengalami kecanduan *smartphone* berjumlah 41 orang (50,6%), sedangkan mahasiswa yang tidak mengalami kecanduan *smartphone* yaitu sebanyak 40 orang (49,4%), yang menyatakan bahwa antara kecanduan dan tidak kecanduan *smartphone* tidak mengalami

persentase yang jauh berbeda namun mahasiswa yang mengalami kecanduan *smartphone* jumlahnya lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa yang tidak mengalami kecanduan *smartphone*. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan Setiadi dkk (2019), bahwa terdapat 47,2% yang mengalami kecanduan *smartphone*. Penelitian yang dilakukan oleh Purbaningrum (2019), mengemukakan bahwa 50,8% mahasiswa keperawatan mengalami kecanduan *smartphone*. Di dukung oleh penelitian Latif, (2019), bahwa terdapat 68,1% mahasiswa yang mengalami kecanduan *smartphone* sementara mahasiswa yang tidak mengalami kecanduan *smartphone* ialah sebanyak 31,9%, sehingga penelitian ini menyatakan bahwa mahasiswa yang kecanduan *smartphone* mempunyai presentase yang lebih banyak dibandingkan dengan mahasiswa yang tidak mengalami kecanduan *smartphone*.

Hasil penelitian ini berbeda dengan hasil penelitian Purnamasari, (2021), yaitu sebanyak 60,2% responden tidak mengalami kecanduan *smartphone*, sedangkan yang mengalami kecanduan *smartphone* sebanyak 39,8%, maka jumlah responden yang tidak mengalami kecanduan *smartphone* lebih besar dibandingkan dengan responden yang mengalami kecanduan *smartphone*. Peneliti berasumsi bahwa dampak dari penggunaan *smartphone* secara berlebihan dan pengaruhnya terhadap kesehatan sehingga setiap responden dapat memahami jika usianya semakin tua maka semakin matang cara berfikirnya, dan dampak yang dapat muncul dari penggunaan *smartphone* yang berlebih juga mengganggu masalah kesehatan salah satunya ialah gangguan tidur.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Jarmi & Rahayuningsih (2017), mengatakan bahwa beberapa pengguna *smartphone* menggunakan *smartphone* untuk bermain *game*, membuka sosial media, membuka situs media *online*, menonton film, membuka *e-mail*, *facebook*, *twitter*, membaca buku *online*, *instagram*, belanja *online shop*, majalan *online*, membuka *youtube*, yang dapat memberikan

kebahagian tersendiri bagi penggunanya. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mehrnaz et al (2018), bahwa pengguna *smartphone* dapat mengalami kecanduan dikarenakan *smartphone* merupakan perangkat yang informatif dan mudah untuk diakses. Didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Ulfiana (2018), bahwa mahasiswa yang menggunakan *smartphone* untuk media sosial sebanyak 58,2%, sedangkan penggunaan *smartphone* untuk akademis sebanyak 34,1% penelitian ini membuktikan bahwa penggunaan *smartphone* lebih banyak digunakan untuk media sosial.

Selanjutnya berdasarkan pada tabel 4.5 penggunaan *smartphone* berdasarkan jenis kelamin ialah jumlah perempuan yang mengalami kecanduan *smartphone* lebih tinggi dibandingkan laki-laki yaitu 52.6%. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dewantari (2019), bahwa sebanyak 64% perempuan mengalami kecanduan *smartphone* sedangkan pada laki-laki sebanyak 36%. Didukung oleh penelitian Dewi (2017), mengatakan bahwa hasil identifikasi sebagian responden menggunakan *smartphone* pada malam hari secara berlebihan dan didominasi responden dengan jenis kelamin perempuan, *smartphone* digunakan lebih sering untuk *chatting* dan membuka sosial media pada malam hari menjelang tidur. Namun penelitian ini berbanding terbalik dengan penelitian yang dilakukan oleh Mawarpury dkk (2020), yang mengatakan bahwa penggunaan *smartphone* berdasarkan jenis kelamin yang memiliki persentase terbanyak adalah laki-laki yaitu 76% sedangkan pada perempuan 71,3%. Hal ini dapat terjadi dikarenakan kalangan perempuan lebih terus menerus menggunakan *smartphone* baik untuk *chatting online*, belanja online hingga mendengarkan musik, sedangkan untuk laki-laki lebih menggunakan *smartphone* untuk *chatting online* dan juga bermain game, hal ini menyebabkan perempuan dapat menggunakan *smartphone* lebih lama yaitu 140 menit dalam sehari dibandingkan laki-laki 43 menit dalam sehari (Rahmadani & Widiastuti, 2018).

Penggunaan *smartphone* berdasarkan semester dapat dilihat pada tabel 4.6 bahwa penggunaan *smartphone* tertinggi berdasarkan semester adalah semester II dan IV yaitu sebanyak 62,5% dan 63,2% hal ini dikarenakan perkembangan dalam penggunaan *smartphone* pada remaja semakin menarik, namun penggunaan *smartphone* yang berlebihan mempunyai dampak yang positif juga dampak yang negatif. Dampak positif dari penggunaan *smartphone* yaitu selain mempermudah dalam melakukan komunikasi juga sangat memudahkan dalam mencari informasi serta dalam mengerjakan tugas, menambah wawasan, selain itu *smartphone* memiliki media sosial sehingga dapat berkomunikasi dengan siapa saja. Sedangkan dampak negatif dari kecanduan dalam penggunaan *smartphone* yaitu perilaku kecanduan hingga memainkan *smartphone* dalam waktu lama, mengganggu kesehatan terutama pada mata karena radiasi yang ditimbulkan oleh penggunaan *smartphone* (Pahrul, 2018). Sejalan dengan penelitian Oktavia & Mulabbiyah (2019), mengatakan bahwa dampak negatif dalam penggunaan *smartphone* yang berlebihan dapat mengalami gangguan tidur dan mampu membuat perilaku menjadi pribadi yang tertutup serta suka menyendiri.

2. Kejadian Insomnia pada Mahasiswa Keperawatan

Hasil dari identifikasi penelitian ini yaitu sebagian besar responden mengalami insomnia. Dapat dilihat pada tabel 4.4 bahwa didapatkan mahasiswa yang mengalami insomnia sebanyak 55 orang (67,9%) sedangkan mahasiswa yang tidak mengalami insomnia yaitu 26 orang (32,1%). Penelitian ini sejalan oleh Waliyanti & Pratiwi (2017), mengatakan bahwa sebagian responden mahasiswa keperawatan yang mengalami insomnia sebanyak 57,1%. Penelitian yang dilakukan oleh Hariani dkk (2019), mengatakan bahwa 60% responden mengalami insomnia jumlah ini jauh lebih tinggi dari pada jumlah responden yang tidak mengalami insomnia. Didukung oleh penelitian Mawitjere dkk

(2017), mengatakan dalam penelitiannya bahwa yang mengalami insomnia sebanyak 74,4%.

Jika kejadian insomnia dilihat berdasarkan semester pada tabel 4.7 mahasiswa yang paling banyak mengalami insomnia semester VIII, mahasiswa semester II dan semester IV sedangkan yang mengalami insomnia terendah adalah semester VI. Kejadian insomnia pada mahasiswa keperawatan semester VIII sebanyak 75,0%, mahasiswa semester II yang mengalami insomnia sebanyak 70,8%, mahasiswa semester IV sebanyak 68,4%, dan selanjutnya untuk mahasiswa yang mengalami insomnia dengan persentase terendah yaitu semester VI yaitu 50,0%. Penelitian yang dilakukan Gunes & Arslantas (2017), mengatakan bahwa mahasiswa keperawatan mengalami insomnia sebanyak 39,3%. Mahasiswa keperawatan atau mahasiswa yang mengambil dibidang kesehatan lebih berisiko tinggi mengalami insomnia dibandingkan dengan mahasiswa yang tidak berkuliah dibidang kesehatan. Hal ini dikarenakan mahasiswa yang kuliah mengambil bidang kesehatan mempunyai mata kuliah ataupun jadwal yang lebih padat dibandingkan dengan jurusan lainnya (Albasheer et al., 2020).

Insomnia ialah seseorang yang mengalami gangguan tidur yang dapat mengacu pada beberapa perilaku yang akan berdampak negatif terhadap tidur, seperti mengalami mimpi buruk, terbangun diluar malam atau dini hari, batuk atau mengdengur, bernafas yang tidak nyaman serta mengalami sakit (Tao et al., 2017). Sejalan dengan penelitian Anggara.S & Annisa (2019), bahwa insomnia adalah gangguan tidur dan mengalami kesulitan memulai atau mempertahankan tidur dan tidak merasa baik setelah bangun tidur hal ini dialami selama 1 bulan atau lebih dan gangguan ini dapat menyebabkan gangguan yang signifikan.

Insomnia dapat lebih sering terjadi pada perempuan (20-50% lebih tinggi dari pada laki-laki) (Anggara.S & Annisa, 2019). Selaras oleh

hasil penelitian yang dilakukan yaitu dapat di lihat pada tabel 4.7 bahwa berdasarkan jenis kelamin perempuan mengalami insomnia (68,4%) sedangkan laki-laki yang mengalami insomnia sebanyak (66,7%), dari hasil penelitian menunjukkan bahwa yang memiliki persentase tertinggi mengalami insomnia berdasarkan jenis kelamin ialah perempuan.

Perempuan lebih sering mengalami insomnia disebabkan oleh kesensitifan terhadap emosional serta siklus menstruasi pada perempuan dan terjadi penurunan kadar hormon progesteron. Sedangkan pada laki-laki, kejadian insomnia diakibatkan karena gaya hidup seperti merokok, begadang dan mengkonsumsi kafein berlebihan. Hal ini mempengaruhi kejadian insomnia pada perempuan lebih tinggi (Firmansyah dkk., 2019).

3. Hubungan Penggunaan *Smartphone* Dengan Terjadinya Insomnia pada Mahasiswa Keperawatan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta dari 81 responden didapatkan hasil, bahwa tidak ada hubungan antara penggunaan *smartphone* dengan terjadinya insomnia pada mahasiswa keperawatan, dengan menggunakan uji Somers'd pada SPSS, didapatkan hasil *p-value* 0,061 atau $p < 0,05$ dengan kata lain tidak ada hubungan yang bermakna antara kedua variabel *dependent* dan *independent*. Hal ini disebabkan, bahwa tidak semua mahasiswa yang mengalami kecanduan *smartphone* mengalami insomnia namun terdapat juga mahasiswa yang mengalami kecanduan *smartphone* tetapi tidak mengalami insomnia, begitu juga sebaliknya mahasiswa yang mengalami insomnia namun tidak kecanduan *smartphone*.

Insomnia ialah gangguan tidur yang menyebabkan seseorang sulit untuk memulai tidur dan mempertahankan tidur atau tidak mampu untuk tidur dengan cepat (Fernando, R & Hidayat, 2020). Pada penggunaan *smartphone* secara berlebih merupakan faktor yang penting yang dapat mempengaruhi kualitas tidur bagi pengguna,

sehingga dari penggunaan *smartphone* yang berlebihan dapat memberikan dampak untuk terpapar cahaya layar atau radiasi elektromagnetik, sehingga menggunakan *smartphone* dapat mempengaruhi faktor fisiologis pada aktivitas otak seperti insomnia dan ritme melatonin, juga dapat mengakibatkan aliran darah otak berubah dan aktivitas listrik otak hal ini dipengaruhi paparan medan elektromagnetik di malam hari (Mehrnaz et al., 2018).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Puji & Probowani (2019), menyatakan tidak ada hubungan antara penggunaan *smartphone* dengan terjadinya insomnia ($p\text{-value} = 0,388$). Penelitian oleh Tondang (2021), juga mengatakan bahwa tidak ada hubungan antara penggunaan *smartphone* dengan terjadinya insomnia ($p\text{-value} = 0,116$).

Berdasarkan hasil yang berkaitan dengan pembuktian yang diperoleh bahwa pengguna *smartphone* tidak ada hubungan dengan terjadinya insomnia. Hal tersebut dikarenakan faktor-faktor seperti, pada kuesioner penelitian variabel insomnia responden rata-rata menjawab hanya kadang-kadang merasa kurang nyaman, gelisah saat tidur yaitu sebanyak 50,6% dan sebanyak 50,9% responden menjawab jarang mengalami mimpi buruk. Pada kuesioner pengguna *smartphone* responden rata-rata menjawab kurang setuju bahwa pernah diberitahu oleh orang-orang di sekitarnya bahwa penggunaan *smartphonena* berlebihan yaitu sebanyak 35,8% dan sebanyak 29,6% responden menjawab kurang setuju, merasa sulit berkonsentrasi saat di kelas, mengerjakan tugas, atau bekerja disebabkan oleh penggunaan *smartphone*.

Hasil penelitian ini berbanding terbalik dengan penelitian yang dilakukan oleh Andira dkk (2020), bahwa dalam penelitiannya didapatkan ada hubungan antara penggunaan *smartphone* dengan terjadinya insomnia pada mahasiswa keperawatan dengan nilai $p\text{-value} = 0,001 < \alpha 0,05$. Penelitian oleh Purnawinadi & Salii (2020), juga

menemukan bahwa ada hubungan antara penggunaan *smartphone* dengan terjadinya insomnia dengan nilai $p\text{-value} = 0,000$. Kemudian, menurut penelitian Murwani & Umam (2021), sejalan dengan penelitian bahwa terdapat hubungan penggunaan *smartphone* dengan terjadinya insomnia yaitu $p\text{-value} = 0,04$. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Dungga & Dulanimo (2021), terdapat hubungan antara penggunaan *smartphone* dengan terjadinya insomnia $p\text{-value} = 0,000$.

Perbedaan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti dengan penelitian lainnya, mungkin dipengaruhi oleh beberapa faktor, tempat penelitian, variabel hingga latar belakang responden (Ramadhani, 2021). Faktor lain yang dapat mempengaruhi pada variabel insomnia adalah lingkungan sekitar, pencahayaan, suara serta ventilasi ruangan tempat tidur, kebiasaan tidur siang, merokok dan mengkonsumsi kafein secara berlebihan (Purnawinadi & Salii, 2020). Faktor dari penggunaan *smartphone* secara berlebihan ialah stress sebanyak 69%, kesedihan 71%, kesepian 68%, selanjutnya faktor kecemasan yaitu sebanyak 70%, dan yang memiliki persentase tertinggi adalah kejenuhan belajar yaitu 72%, hasil persentase ini dari jumlah 108 responden (Lestari & Sulian, 2020).

Hasil yang diperoleh peneliti dalam penelitian yang telah dilakukan bahwa tidak ada hubungan antara *smartphone* dengan terjadinya insomnia. Meskipun tidak ditemukan adanya hubungan *smartphone* dengan terjadinya insomnia. Namun hasil penelitian menunjukkan bahwa diantara mahasiswa yang mengalami kecanduan *smartphone* sebagian besar mengalami insomnia sebanyak 24 mahasiswa (58,5%). Selain itu, penggunaan *smartphone* secara berlebihan mampu menimbulkan dampak buruk untuk kesehatan yaitu kesehatan otak, mata, tangan akan terganggu, berkurangnya produktifitas, terpapar radiasi dan mengalami gangguan tidur (Enny, 2015). Selain itu insomnia juga memiliki dampak negatif yaitu mengganggu konsentrasi, menimbulkan rasa gelisah, mengalami gangguan kesehatan, system

imun yang dapat menurun dan menyebabkan kerusakan sel sehingga mempengaruhi kerja otak dan bahkan dapat menyebabkan kematian (Ema dkk., 2017).

C. Keterbatasan

1. Kesulitan

Pengambilan data dalam penelitian ini dilakukan secara online (*Google form*), sehingga perlu lebih ditingkatkan lagi dalam proses pengambilan data terhadap menghubungkan responden.

2. Kelemahan

Pengambilan data hubungan penggunaan *smartphone* dengan terjadinya insomnia hanya terkait tentang gejala yang dialami saat ini dan tidak adanya hubungan penggunaan *smartphone* dengan terjadinya insomnia dalam penelitian ini mungkin dikarenakan ada faktor lain yang menjadi faktor terjadinya insomnia selain penggunaan *smartphone* yang tidak diukur dalam penelitian ini.