

**LITERATURE REVIEW: HUBUNGAN ANTARA KECANDUAN
SMARTPHONE DENGAN KUALITAS TIDUR PADA REMAJA**

SKRIPSI



DIAJUKAN OLEH :

ERVIDIANTI

17111024130037

PROGRAM STUDI S1 KESEHATAN MASYARAKAT

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH

KALIMANTAN TIMUR

2021

***Literature Review: Hubungan Antara Kecanduan Smartphone dengan
Kualitas Tidur pada Remaja***

Skripsi

Diajukan sebagai persyaratan untuk
memperoleh gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat



DIAJUKAN OLEH :

ERVIDIANTI

17111024130037

PROGRAM STUDI S1 KESEHATAN MASYARAKAT

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH

KALIMANTAN TIMUR

2021

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ervidianti

NIM : 17111024130037

Program Studi : S1 Kesehatan Masyarakat

Judul Penelitian : *Literature Review*, Hubungan Antara Kecanduan

Smartphone Dengan Kualitas Tidur Pada Remaja

Menyatakan bahwa penelitian yang saya tulis ini benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa terdapat plagiat dalam penelitian ini, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai ketentuan perundang-undangan (Permendiknas No. 17 tahun 2010)

Samarinda, ~~2 Maret~~ 2021
April



Ervidianti
NIM. 17111024130037

LEMBAR PERSETUJUAN

LITERATURE REVIEW: HUBUNGAN ANTARA KECANDUAN *SMARTPHONE*
DENGAN KUALITAS TIDUR PADA REMAJA

SKRIPSI

DI SUSUN OLEH :

ERVIDIANTI

17111024130037

Disetujui untuk diujikan

Pada tanggal, 09 Juli 2021

Mengetahui,
Koordinator Mata Ajar Skripsi


Kresna Febriyanto, M.PH
NIDN. 1120029301

Pembimbing,


Yuliani Winarti, M.PH
NIDN. 1131078001

LEMBAR PENGESAHAN

LITERATURE REVIEW: HUBUNGAN ANTARA KECANDUAN SMARTPHONE
DENGAN KUALITAS TIDUR PADA REMAJA

SKRIPSI

DI SUSUN OLEH :
ERVIDIANTI
17111024130037

Diseminarkan dan Diujikan
Pada tanggal, 09 Juli 2021

Penguji I



Mardiana, M.Kes
NIDN. 1120029301

Penguji II



Yuliani Winarti, M.PH
NIDN. 1131078801

Mengetahui,
Ketua,
Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat



KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT. yang selalu memberi rahmad serta karunia-Nya, dan sholawat serta salam kepada Nabi besar Muhammad SAW. Sehingga penulis dapat menyusun Skripsi yang berjudul: Literature Riview Hubungan Kecanduan Smartphone dengan Kualitas Tidur Remaja, yang merupakan tugas akhir studi di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur tepat pada waktunya. terselesaikannya skripsi ini tentunya tidak terlepas dari masukan dan saran dari berbagai pihak. Ucapan terima kasih dan penghargaan yang tulus penulis sampaikan kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Bambang Setiaji selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
2. Bapak Ghozali M.H., M.Kes., Ph.D., selaku Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur
3. Nida Amalia, M.PH selaku Ketua Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
4. Kresna Febriyanto, M.PH selaku koordinator mata kuliah skripsi tahun 2021 Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.

5. Yuliani Winarti, M.PH selaku Dosen Pembimbing Kolaborasi Dosen Mahasiswa yang telah memberikan bimbingan serta arahan dalam menyusun proposal penelitian.
6. Bapak dan Ibu dosen Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
7. Teruntuk kedua orang tua yaitu bapak, ibu, adik saya serta sepupu saya yang selalu memberikan perhatian, motivasi, dan semangat dalam menyelesaikan proposal penelitian ini.
8. Teman-teman S1 Kesehatan Masyarakat yang telah memberikan dorongan dan semangat satu sama lain untuk menyelesaikan skripsi tepat waktu.
9. Teman-teman terdekat dan sahabat yang setiap hari selalu menyemangati serta mengingatkan untuk wisuda tahun ini.
10. Semua pihak yang telah memberikan bantuan baik material maupun spiritual yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Besar harapan penulis agar proposal penelitian ini dapat memberi manfaat kepada orang banyak. Penulis menyadari bahwa Proposal penelitian ini masih jauh dari kata sempurna serta tidak luput dari kesalahan, karena penulis masih dalam proses belajar dan akan terus belajar. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan agar dapat menambah pengetahuan dan kedepannya dapat mejadi lebih bak. Semoga bantuan dan dukungan yang telah diberikan oleh semua pihak yang

telah berperan dalam pembuatan Skripsi ini mendapatkan balasan terbaik dari Allah SWT.

Aamiin Yaa Rabbal Alamiin.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Samarinda, 09 Juli 2021

Penulis

Literature Review: Hubungan Antara Kecanduan Smartphone dengan Kualitas Tidur pada Remaja

Ervidianti¹, Yuliani Winarti²

¹Mahasiswa Prodi S1 Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat

²Dosen Prodi Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat

Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

Jl. Ir. H. Juanda No 15, Samarinda

Email: ervidianti36@gmail.com

INTISARI

Latar Belakang: Penggunaan *smartphone* pada waktu sekarang merupakan suatu yang harus ada disetiap aktivitas para remaja, *smartphone* sering digunakan secara berlebihan sehingga menyebabkan dampak buruk yang beraneka ragam yang dapat mengganggu kesehatan dan kehidupan remaja sehari-hari, khususnya masalah pada kualitas tidur

Tujuan Studi: Studi ini ditujukan untuk mengetahui hubungan antara kecanduan *smartphone* dengan kualitas tidur pada remaja.

Metodologi: Penelitian ini menggunakan desain *literature review*. Data yang digunakan dalam penelitian ini adalah artikel publikasi yang terbit dalam jurnal internasional dan nasional. Pencarian artikel publikasi dilakukan dengan beberapa *website* database jurnal seperti Google Scholar, dan PubMed.

Hasil: Berdasarkan *literature* yang telah di review didapatkan hasil bahwa 9 studi yang mempunyai hubungan antara kecanduan *smartphone* dengan kualitas tidur, dan 1 studi yang menyatakan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara kecanduan *smartphone* dengan kualitas tidur.

Manfaat: Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai referensi bagi peneliti lainnya untuk digunakan sebagai acuan khususnya yang berkaitan dengan kecanduan *smartphone* dengan kualitas tidur pada remaja.

Kata Kunci: Kecanduan Smartphone, remaja, kualitas tidur

Literature Review: The Relationship Between Smartphone Addiction and Sleep Quality in Adolescents

Ervidianti¹, Yuliani Winarti²

¹Mahasiswa Prodi S1 Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat

²Dosen Prodi Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat

Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

Jl. Ir. H. Juanda No 15, Samarinda

Email: ervidianti36@gmail.com

Abstract

Background: The use of smartphones at this time has become something that must be in every activity of teenagers, smartphones are often used excessively, causing various adverse effects that can interfere with the health and daily lives of teenagers, especially problems with sleep quality.

Study Objectives: This study aims to determine the relationship between smartphone addiction and sleep quality in adolescents.

Methodology: This study uses a literature review design. The data used in this study are published articles published in international and national journals. The search for published articles was carried out with several journal database websites such as Google Scholar, and PubMed.

Results: Based on the literature that has been reviewed, it is found that 9 studies have a relationship between smartphone addiction and sleep quality, and 1 study which states that there is no significant relationship between smartphone addiction and sleep quality.

Benefits: The results of this study are expected to be used as a reference for other researchers to be used as a reference, especially regarding smartphone addiction and sleep quality in adolescents.

Keywords: Smartphone Addiction, Teenagers, Sleep Quality

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
INTISARI	viii
ABSTRACT	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR SINGKATAN	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. LATAR BELAKANG MASALAH	1
B. RUMUSAN MASALAH.....	6
C. TUJUAN PENELITIAN	6
D. MANFAAT PENELITIAN	7
E. KEASLIAN PENELITIAN.....	8
BAB II	10
TINJAUAN PUSTAKA	10
A. Tinjauan Pustaka Penelitian.....	10
1. Literatur Review	10
2. Konsep Kecanduan <i>Smartphone</i>	17
3. Konsep Kualitas Tidur	26
4. Konsep Remaja	35
5. Hubungan Antara Kecanduan <i>Smartphone</i> Dengan Kualitas Tidur Pada Remaja.....	39
B. Tinjauan Sudut Pandang Islami.....	40
C. Kerangka Teori	43

D. Kerangka Konsep	45
BAB III.....	46
METODE PENELITIAN	46
A. Desain Penelitian	46
B. Kriteria Inklusi dan Eksklusi	46
1. Tipe Studi	46
2. Tipe Intervensi	47
3. Hasil Ukur	47
4. Strategi Pencarian Literatur	47
5. Sistesis Data.....	49
6. Penelusuran Jurnal.....	50
BAB IV	52
HASIL DAN PEMBAHASAN.....	52
A. Hasil Literature Review	52
B. PEMBAHASAN	64
C. KETERBATASAN PENELITIAN	72
BAB V	74
KESIMPULAN.....	74
A. Kesimpulan	74
B. Saran	75
DAFTAR PUSTAKA.....	77

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori

Gambar 2.2 Kerangka Konsep

DAFTAR SINGKATAN

- APJII** : Asosiasi Penyelenggara Jaringan Internet
Indonesia
- PDA** : *Personal Digital Assisatant*
- REM** : *Rapid Eye Movement*
- NREM** : *Non-Rapid Eye Movement*
- RNA** : *Ribonukleic Acid*
- NSF** : *National Sleep Foundation*

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Biodata Peneliti

Lampiran 2 Surat Keterangan Tidak Melakukan Uji Validitas

Lampiran 3 Screenshot Jurnal yang Digunakan Dalam Penelitian

Lampiran 4 Lembar Konsultasi Pembimbing

Lampiran 5 Hasil Uji Turnitin Naskah Skripsi