

**HUBUNGAN ANTARA FREKUENSI PENGGUNAAN FACEBOOK
DENGAN KEJADIAN INSOMNIA PADA PELAJAR DI SMA NEGERI 1
RAWALO TAHUN 2016**



SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Syarat
Mencapai Derajat Sarjana

Oleh:

Rafli Ahya Ihnawan

1211020077

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PURWOKERTO
2016**

HALAMAN PERSETUJUAN

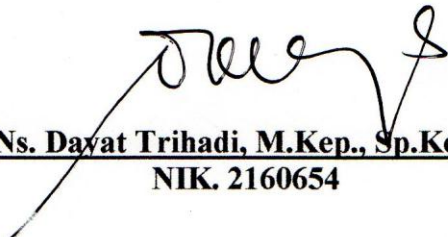
**HUBUNGAN ANTARA FREKUENSI PENGGUNAAN FACEBOOK
DENGAN KEJADIAN INSOMNIA PADA PELAJAR DI SMA NEGERI 1
RAWALO TAHUN 2016**

Oleh:

**RAFLI AHYA IHNAWAN
121102077**

Diperiksa dan disetujui oleh :

Pembimbing


Ns. Dayat Trihadi, M.Kep., Sp.Kep.J
NIK. 2160654

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini, Saya :

Nama : Rafli Ahya Ihnawan

NIM : 121102077

Program Studi : Keperawatan S1

Fakultas/Universitas : Ilmu Kesehatan/Universitas Muhammadiyah Purwokerto

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa skripsi ini adalah hasil karya saya dan bukan hasil penjiplakan hasil karya orang lain.

Demikian pernyataan ini, dan apabila kelak dikemudian hari terbukti ada unsur penjiplakan, maka saya bersedia mempertanggung jawabkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Purwokerto, 28 Juli 2016

Yang menyatakan,



Rafli Ahya Ihnawan
NIM. 1211020077

HALAMAN PERSEMBAHAN

“Dengan rasa bersyukur yang tak terhingga saya ucapkan Alhamdulillah robillalamin kepada Allah SWT. Karena dengan ridhoNya akhirnya saya dapat menyelesaikan karya kecil ini yang saya persembahkan untuk orang-orang yang saya cintai”

“Pertama skripsi ini saya persembahkan untuk ayah, ibunda, dan kakak saya yang tercinta terima kasih atas doa, dukungan, semangat yang tak pernah putus, materi yang terus mengalir, tanpa mu aku bukanlah apa-apa. Terima kasih ibuku tersayang dan keluarga besar. Terima kasih atas segala doa dan dukungan selama ini”.

“Terima kasih saya ucapkan kepada Bapak Ns. Dayat Trihadi, M.Kep., Sp.Kep.J, selaku pembimbing yang telah membimbing saya selama ini dalam menyusun dan menyelesaikan skripsi ini”

“Tak lupa saya ucapkan terima kasih kepada sahabat saya, anjar, rahmat, umam, hebi, lukman, arofur, indra, ardan atas kebersamaan, kekeluhkesahan, serta keceriaan selama ini. Teman-teman lainnya yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu, terima kasih atas semangat dan bantuannya”.

MOTTO

“Setiap orang pasti mempunyai mimpi, begitu juga saya, namun bagi saya yang paling penting bukan seberapa besar mimpi yang kamu punya tapi adalah seberapa besar kamu mewujudkan mimpi itu”

“Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan”(Q.S Alam Nasyrah[94] : 6)

“Hai orang-orang yang beriman, jadikanlah sabar dan shalatmu sebagai penolongmu, Sesungguhnya Allah beserta orang-orang yang sabar...”(Q.S Al Baqarah: 153)

“ You’ll Never Walk Alone ” (Gerry & The Pacemakers, Theme song Liverpool FC)

“Tulis sejarahmu sendiri, entah dengan belati atau pensil curian. Entah diatas kertas atau tembok penjara. Ini hidupmu.” (JRX)

**HUBUNGAN ANTARA FREKUENSI PENGGUNAAN FACEBOOK
DENGAN KEJADIAN INSOMNIA PADA PELAJAR DI SMA NEGERI 1
RAWALO TAHUN 2016
ABSTRAK**

Rafli Ahya Ihnawan¹ Dayat Trihadi²

Latar belakang: Facebook memiliki dampak yang negatif salah satunya yaitu seseorang yang sedang menggunakan Facebook tidak akan peduli dengan lingkungan sekitarnya dan waktu untuk istirahat. Hal tersebut karena mereka sudah kecanduan dan asyik dengan dunianya sendiri, sehingga akan menyebabkan adanya gangguan tidur.

Tujuan: Untuk mengetahui hubungan antara frekuensi penggunaan Facebook dengan kejadian insomnia pada pelajar di SMA Negeri 1 Rawalo Tahun 2016.

Metode: Jenis penelitian yang digunakan adalah survey analitik korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah pelajar kelas XI Jurusan IPS SMA negeri 1 Rawalo. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *propotional random sampling* sebanyak 53. Analisis yang digunakan uji statistik *chi square*.

Hasil: Statistik dalam penelitian ini terdiri dari frekuensi penggunaan Facebook dan insomnia. Sebagian besar responden menggunakan Facebook dengan kategori frekuensi sedang sebanyak 23 responden (43,4%) dan tidak insomnia sebanyak 38 responden (71,7%). Uji chi square diperoleh *p value* ($0,007 \leq 0,05$) H_0 diterima, artinya ada hubungan frekuensi penggunaan Facebook dengan kejadian insomnia pada pelajar SMA Negeri 1 Rawalo Tahun 2016.

Kesimpulan: Ada hubungan frekuensi penggunaan Facebook dengan kejadian insomnia pada pelajar SMA Negeri 1 Rawalo Tahun 2016

kata kunci: facebook, insomnia

-
1. Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan UMP.
 2. Dosen Fakultas Ilmu Kesehatan UMP.

**THE RELATION BETWEEN FREQUENCY OF ACCESSING
FACEBOOK AND INSOMNIA CASE ON STUDENTS OF SMA NEGERI 1
RAWALO 2016
ABSTRACT**

Rafli Ahya Ihnawan¹ Dayat Trihadi²

Background of the research: Facebook has a negative effect. When the user is accessing Facebook, he/she will ignore their environment as well as sleeping time. The problem is caused by their addiction to Facebook so that it leads to the sleep disorder.

Objective: To know correlation between frequency of accessing Facebook and insomnia case on students of SMA Negeri 1 Rawalo 2016.

Methods: This research was correlational analytical survey with cross sectional approach. The population of this research was social studies students of grade XI SMA Negeri 1 Rawalo. 35 samples were chosen through proportional random sampling technique. The data were analyzed through chi square statistical.

Results: The statistical in this research are the frequency of accessing Facebook and insomnia case. 23 respondents (43.4%) have moderate frequency of accessing facebook and 38 respondents (71.7%) do not suffer from insomnia. The result of chi-square test p value ($0,007 < 0,05$) and H_a accepted, meaning that there is a the relation between frequency of accessing facebook and insomnia case on students of SMA negeri 1 Rawalo 2016.

Conclusion: There is a the relation between frequency of accessing facebook and insomnia case on students of SMA negeri 1 Rawalo 2016.

Keywords: facebook, insomnia

-
1. Undergraduate students of Nursing Study Program Health Sciences Faculty UMP.
 2. A lecturer of Health Sciences Faculty UMP.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran ALLAH SWT, berkat rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan Antara Frekuensi Penggunaan Facebook Dengan Kejadian Insomnia Pada Pelajar di SMA Negeri 1 Rawalo Tahun 2016”.

Selainnya penulisan skripsi ini tidak terlepas dari peran dan bantuan dari banyak pihak. Oleh karena itu, penulis berkenan untuk menyampaikan terima kasih kepada :

1. Dr. Syamsuhadi Irsyad, S. H., M.Hum, rektor Universitas Muhammadiyah Purwokerto yang telah membuat keputusan dalam penulisan skripsi ini.
2. Drs. H. Ikhsan Mujahid, M.SI dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto yang telah menyetujui penulisan skripsi ini.
3. Mustiah Yulistiani, Skp., M.Kep., CWCS ketua Kaprodi Keperawatan S1 Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto yang telah memberikan izin kepada penulis, sehingga dapat terselesaikan skripsi ini.
4. Ns. Dayat Trihadi, M.Kep., Sp.Kep.J, selaku pembimbing yang telah membimbing dan memberikan arahnya sehingga dapat terselesaikannya skripsi ini.
5. Ns. Endiyono, S.kep.,M.Kep, selaku penguji I yang telah memberikan masukan pengarahan dan menguji penulis.
6. Ns. Nur Isnaini, S.Kep., M.kep, selaku penguji II yang telah memberikan masukan pengarahan dan menguji penulis.

7. Seluruh dosen dan staf akademik Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto, terima kasih atas ilmu pengetahuan yang telah disalurkan selama ini.
8. Kepada BAPEDA dan Dinas Pendidikan Kabupaten Banyumas yang telah memberikan ijin rencana penelitian
9. Bapak, ibu, kakak, adik dan keluarga tercinta yang telah memberikan doa, semangat, dukungan moril maupun materiil yang sudah diberikan.
10. Teman-teman angkatan 2012 terima kasih atas dukungan, kebaikan, kesetiaan, kesabaran selama berteman, dan semoga persahabatan kita tetap terjaga hingga takdir menggariskan akhir sebuah kehidupan.
11. Serta semua pihak yang tidak disebutkan satu persatu yang telah banyak membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Semoga Allah SWT memberikan limpahan rahmat-Nya kepada mereka, dan kelak mendapatkan balasan yang lebih baik dan lebih banyak dariNya.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna karena faktor keterbatasan yang ada dalam diri penulis. Maka dengan kerendahan hati, kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan untuk kesempurnaan skripsi ini.

Purwokerto, 28 Juli 2016

Penulis

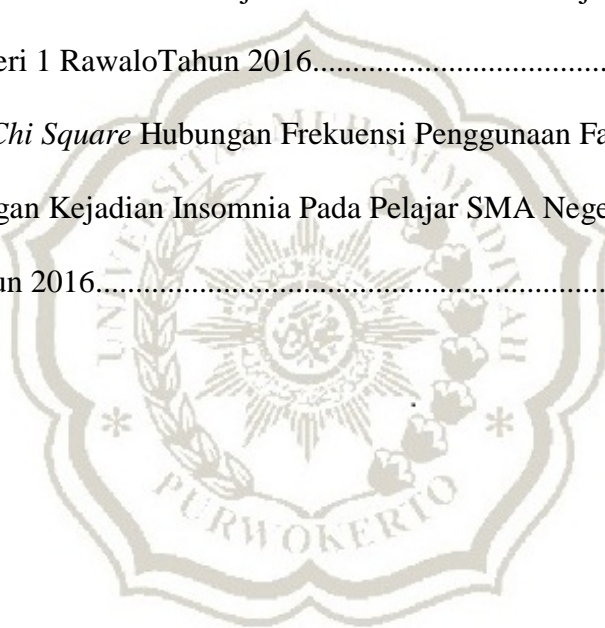
DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN.....	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	v
MOTTO.....	vi
ABSTRAK.....	vii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR BAGAN	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Perumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	5
E. Penelitian Terkait	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Konsep Jejaring Sosial	9
B. Konsep Insomnia.....	14

C. Konsep pelajar	22
D. Kerangka Teori	31
E. Kerangka Konsep	32
F. Hipotesis	32
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Metode Penelitian	34
B. Definisi Operasional.....	35
C. Populasi dan Sampel	36
D. Jenis Data dan Sumber Data.....	38
E. Teknik dan Instrumen Penelitian.....	39
F. Teknik Pengolahan dan analisis data.....	41
G. Etika Penelitian.....	44
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian.....	51
B. Pembahasan.....	54
C. Keterbatasan Penelitian.....	59
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan.....	60
B. Saran.....	60
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Table 3.1 Definisi Operasional.....	35
Table 3.2 Kisi-Kisi Kuesioner	41
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Penggunaan Facebook Pada Pelajar di SMA Negeri 1 Rawalo Tahun 2016.....	52
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Kejadian Insomnia Pada Pelajar di SMA Negeri 1 Rawalo Tahun 2016.....	52
Tabel 4.3 Uji <i>Chi Square</i> Hubungan Frekuensi Penggunaan Facebook Dengan Kejadian Insomnia Pada Pelajar SMA Negeri 1 Rawalo Tahun 2016.....	53



DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Kerangka Teori	31
Bagan 2.2 Kerangka Konsep	32



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Ijin Penelitian Dari Fakultas Ilmu Kesehatan UMP
- Lampiran 2 Surat Ijin Penelitian Dari Kesbangpolinmas Kabupaten Banyumas
- Lampiran 3 Surat Ijin Penelitian Dari Bapeda Kabupaten Banyumas
- Lampiran 4 Surat Ijin Penelitian Dari Dinas Pendidikan Kabupaten Banyumas
- Lampiran 5 Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 6 Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 7 Kuesioner Penelitian
- Lampiran 8 Hasil Penelitian
- Lampiran 9 Dokumentasi

