

## ABSTRAK

### ANALISIS DETERMINAN KUALITAS TIDUR SIVITAS AKADEMIKA KEPERAWATAN

*Irnanda Naufal Riandi<sup>1</sup>, Wastu Adi Mulyono<sup>2</sup>, Hasby Pri Choiruna<sup>3</sup>*

**Latar Belakang:** Tidur merupakan kebutuhan dasar dalam pemenuhan fisiologis manusia, namun seringkali tidur tidak terpenuhi dengan baik dan memiliki kualitas yang buruk. Banyak faktor yang memengaruhi kualitas tidur seseorang, diantaranya adalah usia, penggunaan gawai, *nomophobia*, dan aktivitas fisik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor apa yang menjadi determinan dari kualitas tidur sivitas akademika keperawatan.

**Metodologi:** Penelitian dengan model studi prediktif dengan pendekatan *cross sectional* dilakukan untuk memprediksi variabel yang paling memengaruhi kualitas tidur sivitas akademik. Analisis regresi dilakukan kepada 92 responden yang dipilih secara acak untuk mengetahui faktor yang paling memengaruhi kualitas tidur sivitas akademika keperawatan.

**Hasil Penelitian:** Dari empat prediktor yang di uji pada penelitian ini, hanya *nomophobia* ( $p=0,001$ ) yang memiliki hubungan signifikan dengan kualitas tidur melalui uji *t* parsial. Uji *F* simultan ( $p=0,001$ ) mendapatkan hasil seluruh variabel secara bersama-sama memengaruhi kualitas tidur sivitas akademika. Regresi linier sederhana dengan variabel *nomophobia* dan kualitas tidur mendapatkan hasil signifikan ( $p=0,001$ ) dan koefisien determinasi sebesar 0,201.

**Kesimpulan:** *Nomophobia* merupakan determinan variabel dari kualitas tidur sivitas akademika keperawatan. Masalah penurunan kualitas tidur yang terjadi pada sivitas akademika keperawatan seperlima diantaranya diakibatkan oleh *nomophobia*.

**Kata kunci:** *Nomophobia*, Keperawatan, Regresi, Kualitas hidup

<sup>1</sup>Mahasiswa Jurusan Keperawatan FIKes Universitas Jenderal Soedirman

<sup>2,3</sup>Departemen Keperawatan Dasar FIKes Universitas Jenderal Soedirman

## ABSTRACT

### DETERMINANT ANALYSIS OF SLEEP QUALITY NURSING CIVITAS ACADEMIC

*Irnanda Naufal Riandi<sup>1</sup>, Wastu Adi Mulyono<sup>2</sup>, Hasby Pri Choiruna<sup>3</sup>*

**Background:** Sleep is a basic human need that has to be fulfilled as a fundamental of physiological part, but mostly need of sleep not fulfil enough and have a bad sleep quality. There are numerous factors that affect someone sleep quality, those are age, gadget, nomophobia, and physical activity. This research purposed to predict the most influential variable of sleep quality among nursing academic community.

**Methods:** This cross-sectional study aimed to predict the influential variable that affect sleep quality among academics community. Regression analysis to 92 respondents that selected by simple random sampling had done to examine the determinant of sleep quality nursing academic communities.

**Results:** From four predictors that used in this research, only nomophobia ( $p=0,001$ ) which had a significant correlation to sleep quality by partial  $t$  test. Simultaneous  $F$  test indicated that all variable were significantly correlated with sleep quality ( $p=0,001$ ). Simple linear regression with nomophobia and sleep quality get significant result ( $p=0,001$ ) and coefficient determination 0,201.

**Conclusion:** Nomophobia is a determinant variable of sleep quality among nursing academic community. Sleep problem among nursing academic community a fifth affected by nomophobia.

**Keywords:** Nomophobia, Nursing, Regression, Quality of life

<sup>1</sup>Student of Nursing Department Faculty of Health Sciences, Jenderal Soedirman University

<sup>2,3</sup>Nursing Department Faculty of Health Jenderal Soedirman University

