

FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU  
KESEHATAN UNIVERSITAS  
MUHAMMADIYAH MAKASSAR

Skripsi, Februari 2022

Faiqah Aufiya Zahra<sup>1</sup>, Dr. dr. Nurdin Perdana MPH<sup>2</sup>, Drs Samhi Muawan Jamal<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas  
Muhammadiyah Makassar angkatan 2018

<sup>2</sup>Pembimbing, <sup>3</sup>Pembimbing

**"HUBUNGAN INTENSITAS PENGGUNAAN PERANGKAT MEDIA  
BERBASIS LAYAR (PMBL) TERHADAP KUALITAS TIDUR  
MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS  
MUHAMMADIYAH MAKASSAR DI MASA PANDEMIK COVID-19"**

**ABSTRAK**

**Latar Belakang :** Sejak bulan Desember 2019, wabah virus SARS-CoV-2 ditemukan di Wuhan, China. WHO kemudian memberi nama penyakit tersebut corona virus disease atau COVID-19. Hampir seluruh negara di dunia menghadapi pandemi COVID-19, termasuk di Indonesia. Salah satu upaya yang dilakukan untuk memutus rantai penularan COVID-19 adalah dengan melakukan pembatasan aktivitas di luar ruangan di semua bidang termasuk bidang pendidikan. Sejak Maret 2020, seluruh kegiatan pendidikan di tingkat sekolah dasar sampai perguruan tinggi melakukan sistem pembelajaran jarak jauh secara daring (online) yang mewajibkan peserta didik maupun tenaga pendidik melakukan kegiatan belajar-mengajar dari rumah. Untuk menunjang pembelajaran online di era pandemi membutuhkan perangkat media berbasis layar seperti laptop, tablet, dan smartphone dengan menggunakan aplikasi seperti Schoology, Google Classroom, dan Zoom. Penggunaan perangkat ini dapat meningkatkan intensitas penggunaan perangkat di depan layar (*screen-time*). Selama durasi *screen-time* menghasilkan Sinar biru, kemudian sinar biru ini dapat mempengaruhi kesehatan mata serta kualitas tidur mahasiswa.

**Tujuan :** Untuk mengetahui hubungan intensitas penggunaan perangkat media berbasis layar (PMBL) terhadap kualitas tidur mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar di masa Pandemi Covid-19.

**Metode :** Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian analitik dengan pendekatan studi *cross sectional*. Metode pengambilan sampel menggunakan teknik *simple random sampling* dengan jumlah subjek penelitian sebanyak 74 orang. Metode pengumpulan data menggunakan kuesioner diisi secara *online* di tempat mahasiswa berada. Data selanjutnya dikumpulkan dan dianalisis menggunakan SPSS

**Hasil :** Hasil perhitungan statistik dengan uji *chi square* menunjukkan terdapat hubungan bermakna antara intensitas penggunaan perangkat media berbasis layar terhadap kualitas tidur dengan nilai  $p= 0.009$  ( $p<0.05$ ).

**Kesimpulan :** Terdapat hubungan bermakna antara intensitas penggunaan perangkat media berbasis layar terhadap kualitas tidur mahasiswa fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Makassar di masa pandemik Covid-19.

**Kata Kunci :** PMBL, kualitas tidur, mahasiswa, *Smartphone*, laptop, tablet, komputer

