



HUBUNGAN KETERGANTUNGAN INTERNET TERHADAP KUALITAS TIDUR DOKTER RESIDEN DI RSUP DR SARDJITO YOGYAKARTA

Daniswara Setiarta, dr. Indra Sari Kusuma Harahap, Ph.D., Sp.N, Subsp. ENK(K); Dr. dr. Atitya Fithri Khairani, M.Sc.,

Universitas Gadjah Mada, 2024 | Diunduh dari <http://etd.repository.ugm.ac.id/>

HUBUNGAN KETERGANTUNGAN INTERNET TERHADAP KUALITAS TIDUR DOKTER RESIDEN DI RSUP DR SARDJITO YOGYAKARTA

Daniswara Setiarta*, Indra Sari**, Atitya Fithri**

*Residen Neurologi Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat, dan Keperawatan Universitas Gadjah Mada

**Staff Departemen Neurologi Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat, dan Keperawatan Universitas Gadjah Mada/KSM Saraf RSUP Dr. Sardjito Yogyakarta

INTISARI

Latar belakang: Ketergantungan internet menjadi isu penting seiring dengan meningkatnya penggunaan teknologi digital dalam kehidupan sehari-hari, termasuk di kalangan profesional medis. Penggunaan internet yang berlebihan dapat berdampak negatif pada kualitas tidur, yang berpotensi mempengaruhi kesehatan dan kinerja dokter residen.

Metode: Penelitian observasional analitik dengan rancangan *cross sectional* dilakukan pada Desember 2023 dengan subjek dokter residen. Tujuan penelitian ini adalah membuktikan adanya hubungan ketergantungan internet dengan kualitas tidur. Terdapat 192 subjek yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Ketergantungan internet diukur menggunakan kuesioner *Internet Addiction Test* (IAT), sementara kualitas tidur dinilai menggunakan *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI). Analisis data dilakukan menggunakan uji statistik deskriptif dan regresi logistik.

Hasil: Mayoritas subjek mengalami ketergantungan internet ringan (36.4%) hingga sedang (8.3%). Hanya 25% dari subjek penelitian yang memiliki kualitas tidur baik. Hasil analisis menunjukkan bahwa ketergantungan internet berhubungan signifikan dengan penurunan kualitas tidur (p 0,01; OR 5,1). Variabel lain yang diteliti tidak menunjukkan adanya hubungan dengan kualitas tidur.

Kesimpulan: Hasil studi ini menunjukkan bahwa adanya ketergantungan internet berhubungan secara independen dengan kualitas tidur yang buruk.

Kata Kunci: Ketergantungan internet, kualitas tidur, IAT, PSQI, dokter residen

Korespondensi: Daniswara Setiarta

Email: daniswara.setiarta@mail.ugm.ac.id



ASSOCIATION BETWEEN INTERNET ADDICTION AND QUALITY OF SLEEP

AMONG RESIDENT IN RSUP DR SARDJITO

Daniswara Setiarta*, Indra Sari**, Atitya Fithri**

*Neurology Resident, Faculty Medicine, Public Health, and Nursing, Universitas Gadjah Mada Yogyakarta/
Sardjito General Hospital

**Staff of Neurology Department, Faculty Medicine, Public Health, and Nursing, Universitas Gadjah Mada
Yogyakarta/ Sardjito General Hospital

ABSTRACT

Objective: Internet addiction has become a significant issue with the increasing use of digital technology in everyday life, including among medical professionals. Excessive internet use can negatively impact sleep quality, potentially affecting the health and performance of resident doctor.

Methods: An observational analytic study with a cross-sectional design was conducted in December 2023 with resident doctor as subjects. The aim of this study is to demonstrate the relationship between internet addiction and sleep quality. There were 192 subjects who met the inclusion and exclusion criteria. Internet addiction was measured using the Internet Addiction Test (IAT) questionnaire, while sleep quality was assessed using the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI). Data analysis was performed using descriptive statistical tests and logistic regression.

Results: The majority of subjects experienced mild (36.4%) to moderate (8.3%) internet addiction. Only 25% of the study subjects had good sleep quality. The analysis results showed that internet addiction was significantly associated with a decrease in sleep quality ($p = 0.01$; $OR = 5.1$). Other variables examined did not show any relationship with sleep quality.

Conclusions: The results of this study indicate that internet addiction is independently associated with poor sleep quality.

Keywords: *Internet addiction, sleep quality, IAT, PSQI, resident doctors*

Correspondence: Daniswara Setiarta

Email: daniswara.setiarta@mail.ugm.ac.id