

CORRELATION BETWEEN INTERNET ADDICTION AND SLEEP QUALITY IN CO-ASSISTING STUDENTS OF RSUP DR. SARDJITO YOGYAKARTA

Giovani Elbe Margareth Sinaga¹, Indra Sari Kusuma Harahap², Cempaka Thurningsari²

1Medicine Study Program Faculty of Medicine, Public Health, and Nursing
Universitas Gadjah Mada

2Department of Neurology Faculty of Medicine, Public Health, and Nursing
Universitas Gadjah Mada

Corresponding author : giovanielbemargarethsinaga@mail.ugm.ac.id

Background: The internet has been the main focus of today's civilization as it can not be separated from human's daily activity. In Indonesia, 79.5% of its population are already internet users. For medical students themselves, the internet helps in practicing evidence-based medicine, various academic purposes, and as a supporting tool for daily interaction. The increasing duration of internet usage with the lack of self control can later result in internet addiction. This pathological use can lead to various negative impacts, one of which is the poor quality of sleep. Poor quality of sleep can impact a student's academic and professional performances as it declines their physical and cognitive health, such as physical resilience and memory retention. This phenomenon can be dangerous as the Co-Assisting students interact directly with patients for a prolonged duration in a shift.

Objectives: To determine the correlation between internet addiction with sleep quality in Co-Assisting students of RSUP dr. Sardjito Yogyakarta.

Methods: This research is a cross-sectional study in which the subjects are the Co-Assisting students who are currently studying in RSUP dr. Sardjito Yogyakarta. The sample of this research will be taken with a non-probability sampling method, which is a purposive sampling method with given inclusion and exclusion criterias. The data of the subjects will be taken by filling two questionnaires, which are Internet Addiction Test (IAT) to assess addiction towards the internet, and Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) to assess sleep quality.

Results: After adjustment, internet addiction remained independently associated with poor sleep quality, with participants who were classified as internet addicted having 5.34 times higher odds of poor sleep quality compared to non-addicted participants (adjusted OR = 5.34; 95% CI: 1.42-20.14; p-value = 0.013). Age was no longer significantly associated with poor sleep quality after adjustment (adjusted OR = 2.01; 95% CI: 0.71-5.67; p-value = 0.19), indicating that age was not an independent predictor of sleep quality in the multivariate model. Caffeine intake showed a statistically significant association with sleep quality based on Fisher's exact test (p-value = 0.003). Sleep medication intake showed a statistically significant association with sleep quality based on Fisher's exact test with Monte Carlo simulation (p-value = 0.004). Gender, physical activity, workshift duration, and Body Mass Index (BMI) did not remain independently correlated with sleep quality of Co-Assisting Student of RSUP dr. Sardjito Yogyakarta.

Conclusion: There is a significant correlation between internet addiction and sleep quality in Co-Assisting student of RSUP dr. Sardjito Yogyakarta.

Keywords : Internet addiction, sleep quality, Co-Assisting students.

CORRELATION BETWEEN INTERNET ADDICTION AND SLEEP QUALITY IN CO-ASSISTING STUDENTS OF RSUP DR. SARDJITO YOGAYAKARTA

Giovani Elbe Margareth Sinaga¹, Indra Sari Kusuma Harahap², Cempaka Thursina Srie Setyaningrum²

1Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat, dan Keperawatan Universitas Gadjah Mada

2Departmen Neurologi Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat, dan Keperawatan Gadjah Mada

Corresponding author : giovaniebemargarethsinaga@mail.ugm.ac.id

Latar Belakang: Internet telah menjadi fokus utama darj peradaban masa kini karena tidak dapat dipisahkan dari aktivitas manusia sehari-hari. Di Indonesia, 79,5% penduduk sudah menjadi pengguna internet. Bagi mahasiswa kedokteran sendiri, internet membantu dalam implementasi *evidence-based medicine*, berbagai tujuan akademik, dan sebagai alat pendukung interaksi sosial sehari-hari. Peningkatan durasi penggunaan internet dengan kurangnya pengendalian diri dapat berujung pada kecanduan internet. Penggunaan abnormal ini dapat menyebabkan berbagai dampak negatif, salah satunya adalah kualitas tidur yang buruk. Kualitas tidur yang buruk dapat memengaruhi kinerja akademik dan profesional mahasiswa karena menurunkan kesehatan fisik dan kognitif mereka, seperti daya tahan fisik dan daya ingat. Fenoma ini bisa berbahaya karena mahasiswa Dokter Muda berinteraksi langsung dengan pasien dalam jangka waktu yang lama selama satu shift.

Tujuan: Untuk menentukan korelasi antara kecanduan internet dengan kualitas tidur pada mahasiswa Dokter Muda di RSUP dr. Sardjito Yogyakarta.

Metode: Penelitian ini merupakan studi *cross-sectional* yang subjeknya adalah mahasiswa Dokter Muda yang sedang menempuh studi di RSUP dr. Sardjito Yogyakarta. Sampel penelitian ini akan diambil dengan metode non-probabilitas, yaitu metode pengambilan sampel dengan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditentukan. Data subjek akan diambil dengan pengisian dua kuesioner, yaitu *Internet Addiction Test (IAT)* untuk menilai kecanduan terhadap internet dan *Pittsburgh Sleep Quality Indeks (PSQI)* untuk menilai kualitas tidur.

Hasil: Setelah penyesuaian, kecanduan internet tetap secara independen berhubungan dengan kualitas tidur yang buruk, dengan peserta yang diklasifikasikan dalam kecanduan internet memiliki probabilitas 5,34 kali lebih tinggi mengalami kualitas tidur yang buruk dibandingkan dengan peserta yang tidak kecanduan (OR yang disesuaikan = 5,34; 95% CI:1,42-20,14; *p-value* = 0,013). Usia tidak lagi secara signifikan berhubungan dengan kualitas tidur yang buruk setelah penyesuaian (OR yang disesuaikan = 2,01; 95% CI: 0,71-5,67; *p-value* = 0.19), menunjukkan bahwa usia bukanlah prediktor independen kualitas tidur dalam analisis multivariat. Konsumsi kafein menunjukkan hubungan yang signifikan secara statistik dengan kualitas tidur berdasarkan uji *Fischer's exact test* (*p-value* = 0,003). Konsumsi obat tidur menunjukkan hubungan yang signifikan terhadap kualitas tidur secara statistik berdasarkan uji *Fischer's exact test* dengan simulasi Monte Carlo (*p-value* = 0,004). Jenis kelamin, aktivitas fisik, durasi shift kerja, dan Indeks Massa Tubuh (IMT) tidak berkorelasi secara independen dengan kualitas tidur pada mahasiswa Dokter Muda RSUP dr. Sardjito Yogyakarta.

Kesimpulan: Terdapat korelasi signifikan antara kecanduan internet dan kualitas tidur pada mahasiswa Dokter Muda RSUP dr. Sardjito Yogyakarta.

Kata Kunci: Kecanduan Internet, kualitas tidur, mahasiswa Dokter Muda.