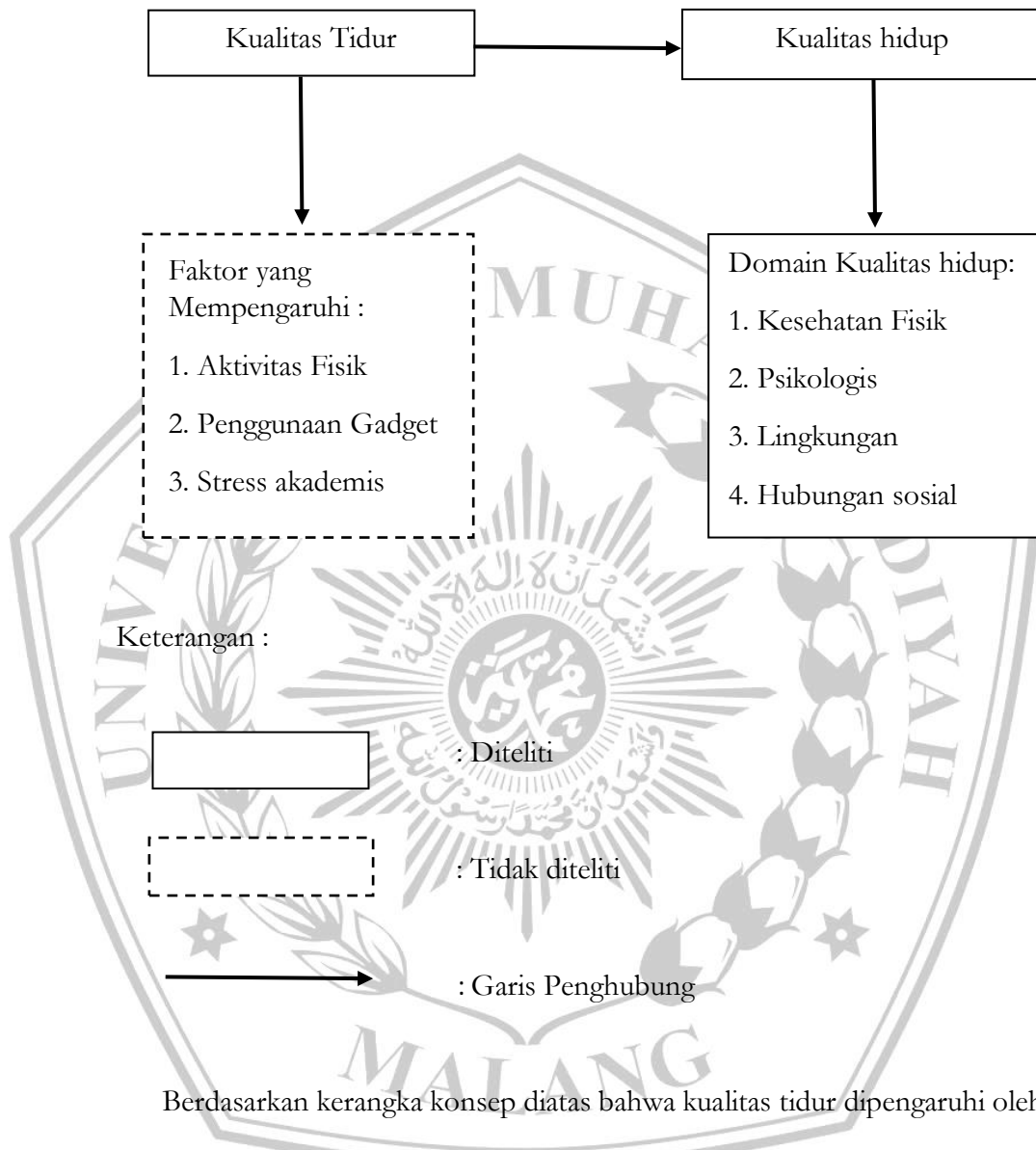


BAB III

KERANGKA KONSEP & HIPOTESIS

3.1 Kerangka Konsep



Berdasarkan kerangka konsep diatas bahwa kualitas tidur dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti aktivitas fisik, penggunaan gadget, dan stress akademis. Dimana dari ketiga faktor ini biasanya dialami oleh remaja, sehingga menyebabkan kualitas tidur menjadi kurang baik. Kualitas tidur yang buruk dapat mempengaruhi pada kualitas hidup seorang remaja. Kualitas hidup sendiri terdiri dari empat

domain yang saling berkaitan baik secara jasmani yaitu kesehatan fisik & lingkungan dan horani yaitu psikologis & hubungan sosial. Dalam penelitian ini akan menganalisis kualitas tidur terhadap setiap domain kualitas hidup.

3.2 Hipotesis

- 1) Hipotesis Nol: Tidak ada hubungan antara kualitas tidur dengan kualitas hidup pada remaja.
- 2) Hipotesis Alternatif: Ada hubungan antara kualitas tidur dengan kualitas hidup pada remaja.

