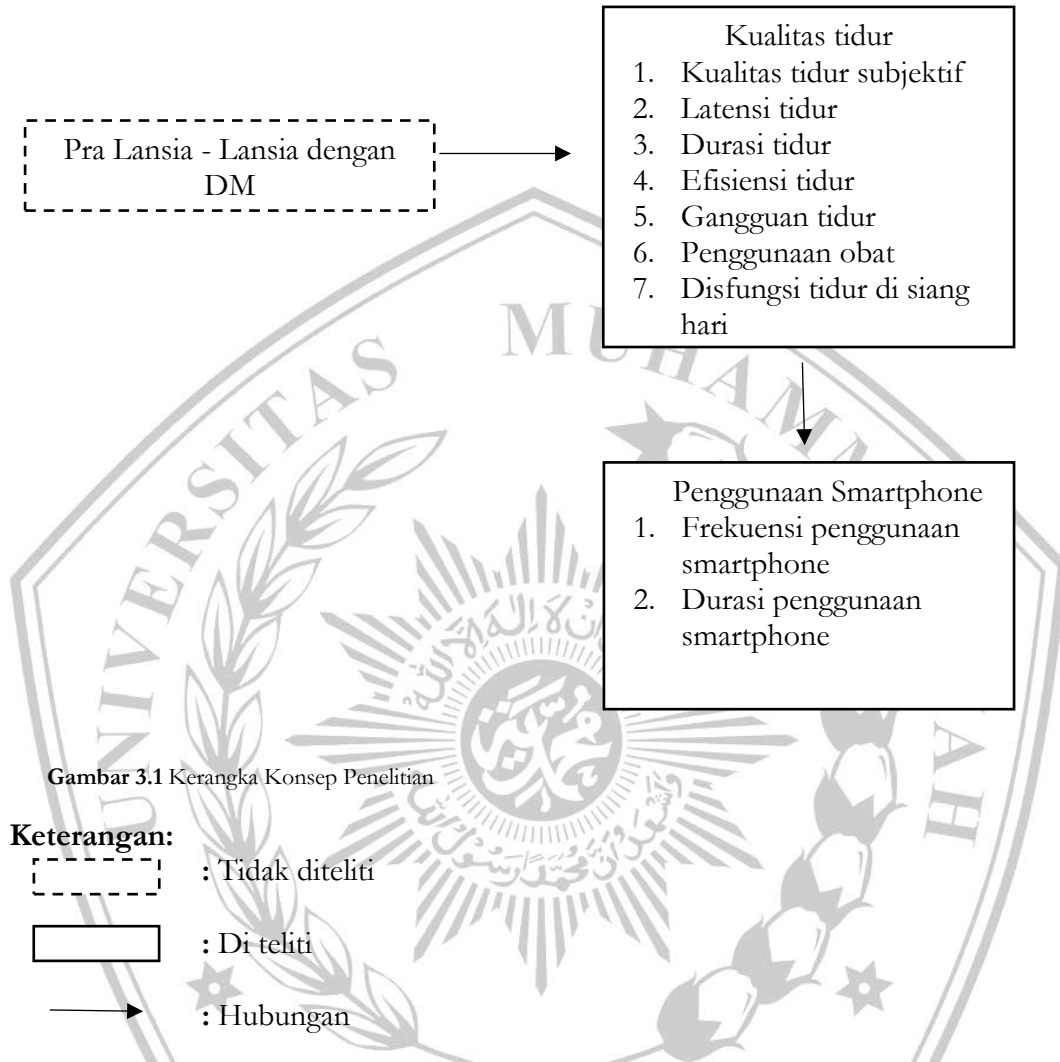


BAB III

KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS

3.1 Kerangka Konsep



Gambar 3.1 Kerangka Konsep Penelitian

Keterangan:

- : Tidak diteliti
- ▭ : Di teliti
- : Hubungan

Kerangka konsep penelitian ini menggambarkan hubungan antara penggunaan smartphone dan kualitas tidur pada pasien diabetes melitus usia dewasa hingga pra lansia, dimana penggunaan smartphone sebagai variabel independen diukur melalui frekuensi dan durasi penggunaan. Penggunaan smartphone yang berlebihan, khususnya pada malam hari menjelang tidur, dapat menyebabkan gangguan pola tidur akibat paparan cahaya layar serta peningkatan aktivitas kognitif yang menghambat produksi melatonin sehingga mengganggu proses tidur. Kualitas tidur sebagai variabel

dependen diukur menggunakan Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) yang terdiri dari tujuh komponen, yaitu kualitas tidur subjektif, latensi tidur, durasi tidur, efisiensi tidur, gangguan tidur, penggunaan obat tidur, dan disfungsi aktivitas di siang hari. Semakin tinggi frekuensi dan durasi penggunaan smartphone, maka semakin besar kemungkinan terjadinya penurunan kualitas tidur, sehingga penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara penggunaan smartphone dan kualitas tidur pada pasien diabetes melitus.

3.2 Hipotesa Penelitian

H0: Tidak ada hubungan yang signifikan antara kualitas tidur dengan penggunaan smartphone pada pasien diabetes melitus.

H1: Ada hubungan yang signifikan antara kualitas tidur dengan penggunaan smartphone pada pasien diabetes melitus.

