



KARYA TUGAS AKHIR

**PENGARUH DURASI MENGGUNAKAN *SMARTPHONE* TERHADAP
KUALITAS TIDUR MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG**

Oleh:

Muhammad Satria Wily Rahman

NIM. 202110330311027

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG

2025



KARYA TUGAS AKHIR

PENGARUH DURASI MENGGUNAKAN *SMARTPHONE* TERHADAP

KUALITAS TIDUR MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG

Oleh:

Muhammad Satria Wily Rahman

NIM. 202110330311027

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG

2025

LEMBAR HASIL PENELITIAN

**PENGARUH DURASI MENGGUNAKAN *SMARTPHONE* TERHADAP
KUALITAS TIDUR MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG**

KARYA TUGAS AKHR

Ditujukan kepada

Universitas Muhammadiyah Malang

Untuk memenuhi salah satu persyaratan
dalam menyelesaikan program sarjana

Fakultas Kedokteran

Oleh:

Muhammad Satria Wily Rahman

NIM. 202110330311027

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG

2025

LEMBAR PENGESAHAN

LAPORAN HASIL PENELITIAN

Telah disetujui sebagai hasil penelitian untuk memenuhi persyaratan
pendidikan sarjana Fakultas Kedokteran
Universitas Muhammadiyah Malang

Tanggal : 12 Februari 2025

Pembimbing I



dr. Risma Karlina Prabawati, Sp. S

NIDN: 0723048603

Mengetahui,
Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Malang
Dekan



Dr. dr. Meddy Setiawan, Sp. PD. FINASIM

ASKENIP 19680521200501100

LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya tulis akhir ini adalah karya saya sendiri dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Muhammad Satria Wily Rahman

NIM : 202110333011027



Malang, 12 Februari 2025



LEMBAR PENGUJIAN

Karya tulis akhir oleh Muhammad Satria Wily Rahman ini
telah diuji dan dipertahankan di depan tim penguji
pada tanggal 12 Februari 2025

Tim Penguji

Dr. dr. Alfa Sylvestris, Sp. M
NIDN. 0726117804

,Ketua

Dr. Risma Karlina Prabawati, Sp. S
NIDN. 0723048603

,Anggota

CS Dipindai dengan CamScanner



KATA PENGANTAR

الرَّحِيمِ رَحْمَنِ اللَّهِ بِسْمِ

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Puji syukur kehadiran Allah SWT karena atas rahmat dan hidayah-Nya, penulisan tugas akhir ini dapat diselesaikan dengan baik dan tepat waktu. Selawat serta salam selalu tercurahkan kepada Rasulullah Muhammad Shalallahu Alaihi Wasallam, keluarga, para sahabat, dan pengikut beliau yang telah membawa dunia ini dari zaman kegelapan menuju zaman terang benderang.

Penelitian tugas akhir ini berjudul “Pengaruh Durasi Menggunakan *Smartphone* Terhadap Kualitas Tidur Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Malang”. Tugas akhir ini diajukan sebagai persyaratan Pendidikan Sarjana Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Malang.

Semoga karya tulis ini dapat menambah wawasan keilmuan dan bermanfaat bagi semua pihak. Penulis menyadari tugas akhir ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan saran dan masukan yang membangun.

Wassalamu'alaikum Warahmatullah Wabarakatuh

Malang, 12 Februari 2025

Penulis

UCAPAN TERIMA KASIH

Pada kesempatan ini, penulisan menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada.

1. Allah SWT. atas segala berkat dan rahmat-Nya yang telah memberikan kekuatan dan nikmat sehat sehingga penulis mendapat kesempatan untuk dapat menyelesaikan proposal penelitian ini
2. Dr. dr. Meddy Setiawan, Sp. PD. FINASIM. selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Malang
3. Dr. dr. Ruby Riana Asparini Sp. BP-RE (K). selaku Wakil Dekan I Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Malang
4. dr. Sri Adila Nurainiwati, Sp. KK. FINSDV, FAADV. selaku Wakil Dekan II Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Malang
5. dr. Indra Setiawan, Sp. THT BKL Subspe Rino (K). selaku Wakil Dekan III Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Malang
6. dr. Risma Karlina Prabawati, Sp. S. selaku dosen pembimbing pertama yang telah memberikan kesempatan kepada saya untuk bergabung dan mempelajari banyak hal baru melalui pohon penelitian, telah banyak membimbing, mengajarkan, dan memotivasi untuk terus semangat menjalani pendidikan hingga akhir
7. Dr. dr. Alfa Sylvestris, Sp. M. selaku dosen penguji, atas segala masukan serta arahan yang sangat bermanfaat dalam pengerjaan tugas akhir ini atas kesediaan waktu sehingga tugas akhir ini saat terselesaikan dengan baik

8. Seluruh Dosen Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Malang atas ilmu dan pengetahuan yang diberikan kepada penulis dalam menempuh pendidikan di Fakultas Kedokteran.
9. Seluruh Staf Tata Usaha Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan tugas akhir.
10. Semua pihak yang terlibat secara langsung maupun tidak langsung yang tidak mampu penulis sebutkan satu per satu, terima kasih atas bantuan, dukungan, dan doanya

Semoga karya tulis ini dapat menambah wawasan ilmu dan bermanfaat bagi semua pihak. Penulis menyadari bahwa tugas ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan saran serta masukan yang membangun.

Malang, 12 Februari 2025

Penulis

ABSTRAK

Rahman, Muhammad Satria Wily. 2025. **Pengaruh Durasi Menggunakan Smartphone Terhadap Kualitas Tidur Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Malang**. Tugas Akhir. Universitas Muhammadiyah Malang Fakultas Kedokteran. Pembimbing: (1) Risma Karlina Prabawati (*) Penguji: (I) Alfa Sylvestris (**)

Latar Belakang: Kualitas tidur pada mahasiswa kedokteran merupakan hal yang penting karena dapat memengaruhi kinerja akademik siswa. Tidur yang kurang memengaruhi kewaspadaan dan menyebabkan penurunan perhatian sehingga memperlambat proses kognitif. Selain itu, tidur yang kurang akan mengganggu fungsi korteks prefrontal dan hipokampus sehingga memengaruhi memori, bahasa, kreativitas, penalaran logis dan kritis. Penelitian menunjukkan bahwa 95,8% mahasiswa kedokteran memiliki *smartphone* untuk keperluan akademis dan sekitar 84% mahasiswa kedokteran percaya bahwa aplikasi kesehatan seluler sangat bermanfaat dalam pembelajaran, pencarian informasi, dan kinerja akademik. Penggunaan *smartphone* dapat mengganggu tidur karena paparan sinar biru mampu menekan hormon melatonin. Penggunaan *smartphone* selama lebih dari dua jam sebelum tidur memiliki kualitas tidur yang buruk.

Tujuan: Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh durasi menggunakan *smartphone* terhadap kualitas tidur mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Malang.

Metode: Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, penelitian dilakukan dengan melakukan survei kepada mahasiswa pre-klinik Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Malang angkatan 2021 dan 2022 mengenai pengaruh durasi penggunaan *smartphone* terhadap kualitas tidur menggunakan metode cross-sectional dan observasi langsung. Pengumpulan informasi menggunakan kuesioner dalam bentuk google forms.

Hasil: Uji *Chi-Square* menunjukkan nilai p sebesar 0,010. ($P < 0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara durasi penggunaan *smartphone* terhadap kualitas tidur mahasiswa.

Kesimpulan: Durasi penggunaan *smartphone* berpengaruh terhadap kualitas tidur Pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Malang Angkatan 2021 dan 2022. Mayoritas durasi penggunaan *smartphone* harian pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Malang angkatan 2021 dan 2022 adalah >6 jam per hari dengan hasil sejumlah 67,9% responden dan memiliki kualitas tidur yang buruk sebanyak 75% responden.

Kata Kunci: Durasi, kualitas tidur, Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Malang

(*) : Departemen Neurologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Muhammadiyah Malang

(**) :Departemen Optalmologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Muhammadiyah Malang

ABSTRACT

Rahman, Muhammad Satria Wily. 2025. **The Influence of Smartphone Usage Duration on the Sleep Quality of Medical Students at the University of Muhammadiyah Malang.** Thesis. Faculty of Medicine, University of Muhammadiyah Malang. Supervisor: (1) Risma Karlina Prabawati(*) Examiner: (I) Alfa Sylvestris (**)

Background: The quality of sleep among medical students was important because it could affect students' academic performance. Insufficient sleep affected alertness and caused a decrease in attention, which slowed down cognitive processes. Furthermore, lack of sleep disrupted the functions of the prefrontal cortex and hippocampus, which affected memory, language, creativity, logical and critical reasoning. Research showed that 95.8% of medical students had smartphones for academic purposes, and about 84% of medical students believed that mobile health applications were very useful for learning, information search, and academic performance. Smartphone use could disturb sleep because blue light exposure could suppress melatonin hormone. Using smartphones for more than two hours before sleep resulted in poor sleep quality.

Objective: The objective of this study was to determine the effect of smartphone usage duration on the sleep quality of students from the Faculty of Medicine at Universitas Muhammadiyah Malang.

Method: This was a quantitative study, conducted by surveying pre-clinical students from the Faculty of Medicine at Universitas Muhammadiyah Malang from the 2021 and 2022 cohorts regarding the impact of smartphone usage duration on sleep quality using a cross-sectional method and direct observation. Data collection was carried out using a questionnaire in the form of Google Forms. .

Result: The Chi-Square test showed a p-value of 0.010 ($P < 0.05$), which concluded that there was a significant effect between smartphone usage duration and sleep quality among students.

Conclusion: Smartphone usage duration influenced the sleep quality of students from the Faculty of Medicine at Universitas Muhammadiyah Malang from the 2021 and 2022 cohorts. The majority of students from the 2021 and 2022 cohorts used smartphones for more than 6 hours per day, with 67.9% respondents and 75% respondents reported having poor sleep quality.

Keyword: Duration, sleep quality, Students of Muhammadiyah University of Malang

(*) : Department of Neurology, Faculty of Medicine, University of Muhammadiyah Malang

(**) : Department of Ophthalmology, Faculty of Medicine, University of Muhammadiyah Malang

DAFTAR ISI

SAMPUL DALAM	i
LEMBAR HASIL PENELITIAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS	iii
LEMBAR PENGUJIAN	v
KATA PENGANTAR	vi
UCAPAN TERIMA KASIH	vii
ABSTRAK	ix
ABSTRACT	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR SINGKATAN	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	3
1.3 Tujuan Penelitian	3
1.3.1 Tujuan umum	3
1.3.2 Tujuan khusus	3
1.4 Manfaat Penelitian	3
1.4.1 Manfaat akademis	3
1.4.2 Manfaat klinis.....	3
1.4.3 Manfaat bagi masyarakat	4
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	5
2.1 Kualitas Tidur	5
2.1.1 Definisi	5
2.1.2 Fisiologi.....	5
2.1.3 Tahapan tidur.....	6
2.1.4 Faktor yang memengaruhi kualitas dan kuantitas tidur	8
2.1.5 Penilaian kualitas tidur	9
2.2 <i>Smartphone</i>	11
2.3 Pengaruh Penggunaan <i>Smartphone</i> terhadap Kualitas Tidur	11
2.4 Profil Penggunaan <i>Smartphone</i> pada Mahasiswa.....	13
BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN	15
3.1 Kerangka Konseptual Penelitian.....	15
3.2 Hipotesis Penelitian	17
BAB 4 METODE PENELITIAN	18
4.1 Rancangan Penelitian.....	18

4.2	Lokasi dan Waktu Penelitian	18
4.2.1	Lokasi	18
4.2.2	Waktu	18
4.3	Populasi dan Sampel	18
4.3.1	Populasi	18
4.3.2	Sampel	19
4.3.3	Besar sampel	19
4.3.4	Teknik pengambilan	20
4.3.5	Kriteria sampel	20
4.3.6	Variabel	20
4.3.7	Definisi operasional variabel	21
4.4	Alat dan bahan penelitian	22
4.5	Prosedur penelitian	22
4.6	Alur penelitian	23
4.7	Analisis Data	23
4.7.1	Analisis univariat	23
4.7.2	Analisis bivariat	24
BAB 5	HASIL PENELITIAN	25
5.1	Gambaran Lokasi Penelitian	25
5.2	Karakteristik Responden	25
5.2.1	Usia responden	25
5.2.2	Jenis kelamin Responden	26
5.2.3	Durasi penggunaan <i>smartphone</i>	26
5.2.4	Kualitas tidur	26
5.3	Hasil Analisis Data	28
BAB 6	PEMBAHASAN	29
6.1	Karakteristik	29
6.2	Pengaruh Durasi Penggunaan <i>Smartphone</i> terhadap Kualitas Tidur Mahasiswa	31
6.3	Keterbatasan	32
BAB 7	KESIMPULAN DAN SARAN	34
7.1	Kesimpulan	34
7.2	Saran	34
DAFTAR PUSTAKA	36	
LAMPIRAN	41	

DAFTAR TABEL

Nomor	Judul Tabel	Halaman
Tabel 4.1	Tabel Definisi Operasional Variabel	21
Tabel 5.1	Tabel Distribusi Frekuensi Usia Responden	25
Tabel 5.2	Tabel Distribusi Jenis Kelamin Responden	26
Tabel 5.3	Tabel Durasi Penggunaan <i>Smartphone</i>	26
Tabel 5.4	Tabel Kualitas Tidur	26
Tabel 5.5	Tabel Kualitas Tidur Berdasarkan Jenis Kelamin	27
Tabel 5.6	Laki-Laki	27
Tabel 5.7	Perempuan	27
Tabel 5.8	Tabel Pengaruh Durasi Penggunaan <i>Smartphone</i> Terhadap Kualitas Tidur Mahasiswa	28



DAFTAR SINGKATAN

BSR	: <i>Bulbar Synchronizing Region</i>
IpRGCs	: <i>Intrinsically photosensitive Retinal Ganglion Cells</i>
NREM	: <i>Non Rapid Eye Movement</i>
PSQI	: <i>Pittsburg Sleep Quality Index</i>
RAS	: <i>Reticular Activating System</i>
REM	: <i>Rapid Eye Movement</i>
RGC	: <i>Retinal Ganglion Cells</i>
SCN	: <i>Suprachiasmatic Nucleus</i>



DAFTAR LAMPIRAN

Nomor	Judul Lampiran	Halaman
Lampiran 1	Lampiran Kuesioner Penelitian	41
Lampiran 2	Lampiran Olah Data SPSS	45
Lampiran 3	Lampiran Hasil Uji Validitas Kuisisioner Durasi penggunaan Smartphone	48
Lampiran 4	Lampiran <i>Ethical Clearence</i>	49
Lampiran 5	Lampiran Hasil Deteksi Plagiasi	50
Lampiran 6	Lampiran Lembar Konsultasi Tugas Akhir	51
Lampiran 7	Lampiran Dokumentasi pengambilan data	52



DAFTAR PUSTAKA

- Alam, M., Abbas, K., Sharf, Y., & Khan, S. (2024). Impacts of Blue Light Exposure From Electronic Devices on Circadian Rhythm and Sleep Disruption in Adolescent and Young Adult Students. *Chronobiology in Medicine*, 6(1), 10–14. <https://doi.org/10.33069/cim.2024.0004>
- Amelia, R., Handoyo, B. M., & Siana, Y. (2022). Hubungan Durasi Penggunaan Gadget Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Kedokteran Universitas Baiturrahmah. *Jurnal Kesehatan*, 13(1), 72–80. <https://doi.org/10.38165/jk.v13i1.277>
- Blume, C., Garbazza, C., & Spitschan, M. (2019). Effects of light on human circadian rhythms, sleep and mood. *Somnologie*, 23(3), 147–156. <https://doi.org/10.1007/s11818-019-00215-x>
- Buysse, D. J., Reynolds, C. F., 3rd, Monk, T. H., Berman, S. R., & Kupfer, D. J. (1989). The Pittsburgh Sleep Quality Index: a new instrument for psychiatric practice and research. *Psychiatry research*, 28(2), 193–213. [https://doi.org/10.1016/0165-1781\(89\)90047-4](https://doi.org/10.1016/0165-1781(89)90047-4)
- Chai, R., Ye, Z., Wu, Q., Xue, W., Shi, S., Du, Y., ... Hu, Y. (2023). Circadian rhythm in cardiovascular diseases: a bibliometric analysis of the past, present, and future. *European Journal of Medical Research*, 28(1), 1–14. <https://doi.org/10.1186/s40001-023-01158-8>
- Dahlan, M. S. (2016). *Statistik Untuk Kedokteran dan Kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- de Toledo, L. H. S., Moraes, M. N., Poletini, M. de O., Neto, J. C., Baron, J., & Mota, T. (2023). Modeling the influence of nighttime light on melatonin suppression in humans: Milestones and perspectives. *Journal of Photochemistry and Photobiology*, 16(July). <https://doi.org/10.1016/j.jpap.2023.100199>

- Dewi, S. M., Saputra, B., & Daniati, M. (2021). Hubungan Konsumsi Alkohol Dan Kualitas Tidur Terhadap Kejadian Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Hang Tuah (Hang Tuah Nursing Journal)*, 2(1), 49–62.
- Dissing, A. S., Andersen, T. O., Jensen, A. K., Lund, R., & Rod, N. H. (2022). Nighttime smartphone use and changes in mental health and wellbeing among young adults: a longitudinal study based on high-resolution tracking data. *Scientific Reports*, 12(1), 1–9. <https://doi.org/10.1038/s41598-022-10116-z>
- Hastuti, D. T., & Prastiani, D. B. (2019). Hubungan intensitas penggunaan *smartphone* dengan kualitas tidur mahasiswa program studi sarjana keperawatan stikes bhamada slawi. *Bhamada: Jurnal Ilmu dan Teknologi Kesehatan (E-Journal)*, 6(2).
- Hundojo, J.M, P., & D, N. (2018). Hubungan Gangguan Kualitas Tidur Menggunakan PSQI dengan Fungsi Kognitif pada PPDS Pasca Jaga Malam. *Jurnal Sinaps*, 1(1), 91–101.
- Karna, B., Sankari, A., & Tatikonda, G. (2023). *Sleep Disorder*. StatPearls Publishing, Treasure Island (FL). Retrieved from <http://europepmc.org/books/NBK560720>
- Kaysi, F., Yavuz, M., & Aydemir, E. (2021). Investigation of University Students' Smartphone Usage Levels and Effects. *International Journal of Technology in Education and Science*, 5(3), 411–426. <https://doi.org/10.46328/ijtes.235>
- Lemola, S., Perkinson-Gloor, N., Brand, S., Dewald-Kaufmann, J. F., & Grob, A. (2015). Adolescents' Electronic Media Use at Night, Sleep Disturbance, and Depressive Symptoms in the Smartphone Age. *Journal of Youth and Adolescence*, 44(2), 405–418. <https://doi.org/10.1007/s10964-014-0176-x>
- Medicine, F., Sumatera, U., & Class, U. (2023). Correlation between Blue Light Exposure on Digital. *Sumatera Medical Journal (SUMEJ)*, 6(2), 100–107.
- Nelson, K. L., Davis, J. E., & Corbett, C. F. (2022). Sleep quality: An evolutionary concept analysis. *Nursing forum*, 57(1), 144–151.

<https://doi.org/10.1111/nuf.12659>

- Nurannisa, S., Anam, A., Keperawatan, N. J., Soedirman, J., Soeparno, J., & Karangwangkal, P. (2023). Intensitas Penggunaan Smartphone Berhubungan dengan Kualitas Tidur Remaja. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, *11*(3), 565–572. Retrieved from <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKJ/article/view/12308>
- Pandya, C. N., Christian, D. S., & Patel, M. M. (2021). A Cross-Sectional Study on Smart-Phone Addiction among Late Adolescents and Young Adults (Aged 15 to 24 Years) of Ahmedabad City, Gujarat, India. *Journal of Evidence Based Medicine and Healthcare*, *8*(9), 491–496. <https://doi.org/10.18410/jebmh/2021/96>
- Paudel, K., Adhikari, T. B., Khanal, P., Bhatta, R., Paudel, R., Bhusal, S., & Basel, P. (2022). Sleep quality and its correlates among undergraduate medical students in Nepal: A cross-sectional study. *PLOS Global Public Health*, *2*(2), 1–13. <https://doi.org/10.1371/journal.pgph.0000012>
- Pham, H. T., Chuang, H. L., Kuo, C. P., Yeh, T. P., & Liao, W. C. (2021). Electronic device use before bedtime and sleep quality among university students. *Healthcare (Switzerland)*, *9*(9), 1–12. <https://doi.org/10.3390/healthcare9091091>
- Rafique, N., Al-Asoom, L. I., Alsunni, A. A., Saudagar, F. N., Almulhim, L., & Alkaltham, G. (2020). Efectos del uso de dispositivos móviles sobre la calidad subjetiva del sueño. *Nature and Science of Sleep*, *12*, 357–364. Retrieved from <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7320888/#:~:text=As most of the mobile,sleep latency and sleep disturbances.>
- Rathod, P. G., Sharma, S. K., Ukey, U. U., Ghunkikar, P., Prakash, M., & Krishnan P, A. (2023). Smartphone Usage Patterns Among Postgraduate Medical Students: A Central India Perspective on Adaptive Learning in Medicine. *Cureus*, *15*(11), 1–11. <https://doi.org/10.7759/cureus.49549>
- Reddy S, Reddy V, Sharma S. Physiology, Circadian Rhythm. (2023). In:


StatPearls [Internet]. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing; 2025 Jan-. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK519507/>

- Risnah, Musdalifah, A. Adriana Amal, R. (2022). *Asuhan Keperawatan Pemenuhan Kebutuhan Dasar Manusia : Berdasarkan Referensi SDKI, SLKI dan SIKI*. (M. Irwan, Ed.). Jakarta : TIM., 2022.
- Rugvedh, P., Gundreddy, P., & Wandile, B. (2023). The Menstrual Cycle's Influence on Sleep Duration and Cardiovascular Health: A Comprehensive Review. *Cureus*, *15*(10). <https://doi.org/10.7759/cureus.47292>
- Schmid, S. R., Höhn, C., Bothe, K., Plamberger, C. P., Angerer, M., Pletzer, B., & Hoedlmoser, K. (2021). How Smart Is It to Go to Bed with the Phone? The Impact of Short-Wavelength Light and Affective States on Sleep and Circadian Rhythms. *Clocks & Sleep*, *3*(4), 558–580. <https://doi.org/10.3390/clockssleep3040040>
- Siregar, H. S. N., Pane, A. H., Mustika, S. E., & Wardhani, K. (2022). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Fk Uisu Tahun 2021. *Jurnal Kedokteran STM (Sains Dan Teknologi Medik)*, *5*(2), 101–108. <https://doi.org/10.30743/stm.v5i2.319>
- Sukmawati, N. M. H., & Putra, I. G. S. W. (2019). Reliabilitas Kusioner Pittsburgh Sleep Quality Index (Psqi) Versi Bahasa Indonesia Dalam Mengukur. *Jurnal Lngkungan Dan Pembangunan*, *3*(2), 30–38.
- Syafitri, H., Didi Kurniawan, & Agrina, A. (2022). Hubungan Durasi Penggunaan Smartphone Dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Keperawatan Unri Dimasa Pandemi Covid-19. *Riau Nursing Journal*, *1*(1), 115–128. <https://doi.org/10.31258/rnj.1.1.115-128>
- Tasya, D. F., Bustamam, N., & Lestari, W. (2021). 20406-73406-1-Pb (3), *21*(2), 117–122.


- Thabit, A. K., & Alsulami, A. A. (2023). Impact of Sleep Pattern of Pharmacy College Students on Academic Performance. *Sleep and Vigilance*, 7(1), 43–47. <https://doi.org/10.1007/s41782-023-00225-8>
- Utama Noeradiana, M. D. P., Masria, S., & Yulianto, F. A. (2024). Hubungan Durasi Screen Time Smartphone dengan Durasi Tidur pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung. *Jurnal Integrasi Kesehatan & Sains*, 6(1), 8–11. <https://doi.org/10.29313/jiks.v6i1.11498>
- Vasey, C., McBride, J., & Penta, K. (2021). Circadian rhythm dysregulation and restoration: The role of melatonin. *Nutrients*, 13(10), 1–21. <https://doi.org/10.3390/nu13103480>
- Xu, Q., Hou, X., Xiao, T., & Zhao, W. (2022). Factors Affecting Medical Students' Continuance Intention to Use Mobile Health Applications. *Journal of Multidisciplinary Healthcare*, 15, 471–484. <https://doi.org/10.2147/JMDH.S327347>



Lampiran 5 Hasil Deteksi Plagiasi



UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH
MALANG



FAKULTAS KEDOKTERAN

kedokteran.umm.ac.id | kedokteran@umm.ac.id

HASIL DETEKSI PLAGIASI

Berikut ini adalah hasil deteksi plagiasi karya ilmiah (naskah proposal / naskah hasil penelitian / naskah publikasi)*

Nama : Muhammad Samir Wily Rahman

Nim : 202110330911027

Judul : Pengaruh Durasi Pengukuran Smeiraphone Terhadap Kualitas Tidur Mahasiswa FK Umm

NO	Bagian	Maksimum Kesamaan	Hasil Deteksi		
			Tgl	Tgl	Tgl
1	Bab 1 (Pendahuluan)	10	28 Mar	9%	
2	Bab 2 (Tinjauan Pustaka)	25		22%	
3	Bab 3 dan 4 (Kerangka Konsep & Metodologi)	35		0,24%	
4	Bab 5 dan 6 (Hasil dan Pembahasan)	15		12,2%	
5	Bab 7 (Kesimpulan dan Saran)	5		0%	
6	Naskah Publikasi	25		25%	

Kesimpulan Deteksi Plagiasi : **LOLOS**


Mengetahui
Pembimbing I




(.....)
dr. Risma Kartika Pambuanari S.P.S

Malang, 10 April 2025

Koordinator Deteksi Plagiasi FKUMM,



Joko Febriantoro S.Ikom., MSi



Kampus I
J. Semarang I Malang, Jawa Timur
P. +62 341 341 233 (Pusat)
F. +62 341 480 435

Kampus II
J. Darmasari Sukorejo No 103 Malang, Jawa Timur
P. +62 341 551 149 (Pusat)
F. +62 341 542 060

Kampus III
J. Raya Tuguas No 240 Malang, Jawa Timur
P. +62 341 441 318 (Pusat)
F. +62 341 480 435
E. info@umm.ac.id

Scanned with CamScanner