

Sahri Husairi	Dosen Pembimbing
NIM.16142010037	Agus Priyanto, S.Kep.,Ns.,MAP.M.Kep.
Program Studi Keperawatan	NIDN. 0705079003

## HUBUNGAN MEROKOK DENGAN KUALITAS TIDUR PADA SISWA REMAJA

(Studi di SMK Kesehatan Al-Ibrohimi Konang Bangkalan)

### ABSTRAK

Merokok berisiko tinggi untuk terkenanya gangguan kualitas tidur yang dikenal dengan nama *Sleep Apnea*. Penyebab utama yang terjadi pada gangguan kualitas tidur adalah salah satu kandungan rokok yang disebut dengan nikotin merupakan suatu stimulan yang secara alami akan merampas kualitas tidur terutama jika merokok sebelum tidur. Tujuan penelitian ini adalah menganalisis hubungan merokok dengan kualitas tidur pada siswa remaja SMK Kesehatan Al-Ibrohimi.

Metode penelitian ini bersifat survey analitik dengan pendekatan *cross sectional* dengan variabel independensial perokok, sedangkan variabel dependennya menggunakan kualitas tidur. Jumlah populasinya 40 responden, jumlah sampelnya 38 responden. Pengambilan sampel menggunakan metode *purposive sampling* instrumen yang digunakan adalah google form. Uji statistik yang digunakan yaitu *Spearman rank* dengan nilai kemaknaan  $\alpha$  0,05. Penelitian ini telah dilakukan uji kelayakan Etik oleh KEPK STIKes Ngudia Husada Madura NO ;691/KEPK/STIKES-NHM/EC/VIII/2020.

Hasil uji statistik menggunakan *Spearman Rank* menunjukkan nilai  $p = 0,006 < \alpha = 0,05$ , sehingga  $H_1$  diterima, artinya ada Hubungan antara merokok dengan kualitas tidur pada siswa remaja SMK Kesehatan Al-Ibrohimi.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi informasi tentang hubungan merokok dengan kualitas tidur pada siswa remaja di SMK Kesehatan Al-Ibrohimi.

**Kata Kunci: Merokok, Kualitas Tidur, Remaja**