

BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Fakultas Ilmu Kesehatan merupakan salah satu fakultas yang ada di kampus Universitas Siliwangi yang semula bernama Fakultas Kesehatan Masyarakat. Namun, seiring dengan perkembangan keilmuan dan kebutuhan pengguna di bidang kesehatan, dilakukan perubahan nama fakultas dari fakultas kesehatan masyarakat menjadi fakultas ilmu kesehatan berdasarkan SK Yayasan Universitas Siliwangi no 35/YUS/11/2011 nama Fakultas Kesehatan Masyarakat berubah menjadi Fakultas Ilmu Kesehatan.

Pada tanggal tanggal 2 April 2014 terjadi perubahan status Universitas Siliwangi dari PTS (Perguruan Tinggi Swasta) menjadi PTN (Perguruan Tinggi negeri. Setelah menjadi negeri, Fakultas Ilmu Kesehatan kemudian mengusulkan pendirian Program Studi Gizi. Program studi S1 Gizi dibuka berdasarkan SK Kemenristek Dikti No.515/KPT/I/2017 tanggal 19 September 2017.

Fakultas Ilmu Kesehatan memiliki 9 ruang kelas untuk kegiatan belajar mengajar dengan ukuran 10 x 5,4 m. Selain itu, dilengkapi juga dengan sarana dan prasarana seperti laboratorium praktek untuk menunjang pembelajaran bagi mahasiswa, yaitu lab. kimia, lab. komputer, lab. antropometri, dll.

Fakultas Ilmu Kesehatan memiliki dosen pengajar berjumlah 28 orang yang terbagi dalam 2 Program Studi yaitu Kesehatan Masyarakat berjumlah 14

orang dan Program Studi Gizi berjumlah 14 orang, dengan dibantu oleh tenaga pendidik berjumlah 12 orang. Sedangkan, jumlah total mahasiswa yang terdaftar di Fakultas Ilmu Kesehatan hingga tahun 2022 sebanyak 939 orang yang terdiri dari Program Studi Kesehatan Masyarakat berjumlah 606 orang dan Program Studi Gizi berjumlah 333 orang.

Adapun penelitian ini dilakukan pada mahasiswa angkatan 2018 Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Siliwangi, mulai dari tanggal 6 – 20 Maret 2023 dengan cara wawancara langsung dan juga melalui *google form online* menggunakan kuesioner penelitian. Jumlah sampel penelitian sebanyak 90 responden menurut kriteria inklusi dan eksklusi menggunakan teknik *total sampling* dengan rincian 45 responden kelompok kasus dan 45 responden kelompok kontrol dengan perbandingan 1 : 1. Setelah semua kuesioner dikumpulkan dan dianalisis secara komputersasi, maka hasilnya disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut.

B. Analisis Univariat

1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Insomnia

Distribusi frekuensi responden berdasarkan insomnia dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Insomnia pada Mahasiswa Angkatan 2018 Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Siliwangi Tahun 2023

Kejadian Insomnia	Jumlah (N)	Persentase (%)
Tidak Insomnia	45	50%
Insomnia Ringan	8	9%
Insomnia Sedang	18	20%
Insomnia Berat	19	21%

Total	90	100
-------	----	-----

Berdasarkan Tabel 4.1 dapat diketahui bahwa responden pada penelitian ini paling banyak tidak mengalami insomnia, dan paling sedikit mengalami insomnia dalam kategori ringan. Dalam penelitian ini, responden yang mengalami insomnia ringan, sedang, dan berat akan masuk ke dalam kelompok kasus, sedangkan responden yang tidak mengalami insomnia akan masuk ke dalam kelompok kontrol dengan perbandingan 1 : 1.

2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin pada Mahasiswa Angkatan 2018 Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Siliwangi Tahun 2023

Jenis Kelamin	Jumlah (N)	Persentase (%)
Laki-laki	12	13
Perempuan	78	87
Total	90	100

Berdasarkan Tabel 4.2 dapat diketahui bahwa responden dalam penelitian ini paling banyak didominasi oleh jenis kelamin perempuan dibandingkan dengan laki-laki.

3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia

Distribusi frekuensi responden berdasarkan usia dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia pada Mahasiswa Angkatan 2018 Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Siliwangi Tahun 2023

Usia	Jumlah (N)	Persentase (%)
22	40	44
23	45	50
24	5	6
Total	90	100

Berdasarkan Tabel 4.3 dapat diketahui bahwa responden dalam penelitian ini paling banyak berusia 23 tahun, sedangkan yang paling sedikit berusia 24 tahun.

4. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Status Tinggal

Distribusi frekuensi responden berdasarkan status tinggal dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Status Tinggal pada Mahasiswa Angkatan 2018 Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Siliwangi Tahun 2023

Status Tinggal	Jumlah (N)	Persentase (%)
Rumah	32	36
Kost/Kontrakan	58	64
Total	90	100

Berdasarkan Tabel 4.4 dapat diketahui bahwa status tinggal responden pada penelitian ini paling banyak tinggal di kost/kontrakan dibandingkan dengan yang tinggal di rumah.

5. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Stres

Distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat stres dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Stres pada Mahasiswa Angkatan 2018 Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Siliwangi Tahun 2023

Tingkat Stres	Jumlah (N)	Persentase (%)
Normal	11	12.2
Ringan	23	25.6
Sedang	37	41.1
Berat	19	21.1
Total	90	100

Berdasarkan Tabel 4.5 dapat diketahui bahwa responden paling banyak mengalami stres dalam kategori sedang, sedangkan yang paling sedikit mengalami stres dalam kategori normal.

6. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kecanduan *Smartphone*

Distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat kecanduan *smartphone* dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Kecanduan *Smartphone* pada Mahasiswa Angkatan 2018 Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Siliwangi Tahun 2023

Tingkat Kecanduan <i>Smartphone</i>	Jumlah (N)	Persentase (%)
Normal	11	12.2
Ringan	32	35.6
Sedang	37	41.1
Berat	10	11.1
Total	90	100

Berdasarkan Tabel 4.6 dapat diketahui bahwa responden dalam penelitian ini paling banyak mengalami kecanduan *smartphone* pada kategori sedang, dan responden yang paling sedikit kecanduan *smartphone* pada kategori berat.

7. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Aktivitas Olahraga

Distribusi frekuensi responden berdasarkan aktivitas olahraga dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 4.7 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Aktivitas Olahraga pada Mahasiswa Angkatan 2018 Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Siliwangi Tahun 2023

Aktivitas Olahraga	Jumlah (N)	Persentase (%)
Tinggi	29	32.2
Sedang	39	43.3
Rendah	22	24.4
Total	90	100

Berdasarkan Tabel 4.7 diketahui bahwa responden pada penelitian ini paling banyak melakukan aktivitas olahraga pada kategori sedang, dan yang paling sedikit melakukan aktivitas olahraga pada kategori rendah.

C. Analisis Bivariat

Analisis bivariat adalah analisis untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat. Uji statistik yang digunakan adalah *Pearson Chi Square*, karena tabel kontingensi lebih dari 2x2 dengan tingkat kepercayaan 95% dan nilai $\alpha = 0.05$. Maka, jika nilai $p\text{-value} \leq 0.05$ maka H_0 ditolak artinya ada hubungan yang bermakna signifikan. Sedangkan apabila

nilai $p\text{-value} > 0.05$ maka H_0 diterima artinya tidak ada hubungan yang bermakna signifikan.

1. Hubungan Faktor Risiko Tingkat Stres dengan Kejadian Insomnia

Tabel 4.8 Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Insomnia pada Mahasiswa Kesehatan Masyarakat Angkatan 2018 Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Siliwangi Tahun 2023

Tingkat Stres	Kasus		Kontrol		Total		OR	P
	N	%	N	%	n	%		
Berat	19	42.2	0	0	19	21.1	19,38	0.000
Sedang	24	53.3	13	28.9	37	41.1		
Ringan	2	4.4	21	46.7	23	25.6		
Normal	0	0	11	24.4	11	12.2		
Total	45	100	45	100	90	100		

Berdasarkan Tabel 4.8 diketahui bahwa responden kelompok kasus insomnia paling banyak mengalami stres dalam kategori sedang dan berat dibandingkan dengan responden kelompok kontrol di mana paling banyak mengalami stres dalam kategori ringan.

Berdasarkan hasil analisis uji statistik terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat stres dengan kejadian insomnia pada mahasiswa angkatan 2018 Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Siliwangi. Adapun besar risiko responden yang mengalami stres sedang memiliki risiko 19 kali lebih tinggi untuk terkena insomnia dibandingkan dengan responden yang mengalami stres ringan.

2. Hubungan Faktor Risiko Tingkat Kecanduan *Smartphone* dengan Kejadian Insomnia

Tabel 4.9 Hubungan Tingkat Kecanduan *Smartphone* dengan Kejadian Insomnia pada Mahasiswa Kesehatan Masyarakat Angkatan 2018 Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Siliwangi Tahun 2023

Tingkat Kecanduan <i>Smartphone</i>	Kasus		Kontrol		Total		OR	p
	N	%	N	%	N	%		
Berat	10	22.2	0	0	10	11.1	30,07	0.000
Sedang	28	62.2	9	20.0	37	41.1		
Ringan	3	6.7	29	64.4	32	35.6		
Normal	4	8.9	7	15.6	11	12.2		
Total	45	100	45	100	90	100		

Berdasarkan Tabel 4.9 diketahui bahwa responden kelompok kasus insomnia paling banyak mengalami kecanduan *smartphone* pada tingkat sedang dibandingkan dengan responden kelompok kontrol di mana paling banyak mengalami kecanduan *smartphone* dalam tingkat ringan.

Berdasarkan hasil analisis uji statistik terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat kecanduan *smartphone* dengan kejadian insomnia pada mahasiswa angkatan 2018 Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Siliwangi. Adapun besar risiko responden yang mengalami kecanduan *smartphone* pada tingkat sedang memiliki risiko 30 kali lebih tinggi untuk terkena insomnia dibandingkan dengan responden yang mengalami kecanduan *smartphone* pada tingkat ringan.

3. Hubungan Faktor Risiko Aktivitas Olahraga dengan Kejadian Insomnia

Tabel 4.10 Hubungan Aktivitas Olahraga dengan Kejadian Insomnia pada Mahasiswa Kesehatan Masyarakat Angkatan 2018 Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Siliwangi Tahun 2023

Aktivitas Olahraga	Kasus		Kontrol		Total		OR	P
	N	%	N	%	N	%		
Rendah	21	46.7	1	2.2	22	24.4	13,125	0.000
Sedang	24	53.3	15	33.3	39	43.3		
Tinggi	0	0	29	64.4	29	32.2		
Total	45	100	45	100	90	100		

Berdasarkan Tabel 4.10 diketahui bahwa responden kelompok kasus insomnia paling banyak melakukan aktivitas olahraga pada kategori sedang, dibandingkan responden kelompok kontrol di mana paling banyak melakukan aktivitas olahraga pada kategori tinggi.

Berdasarkan hasil analisis uji statistik terdapat hubungan yang bermakna antara aktivitas olahraga dengan kejadian insomnia pada mahasiswa angkatan 2018 Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Siliwangi. Adapun besar risiko responden yang melakukan aktivitas olahraga pada kategori rendah memiliki risiko 13 kali lebih tinggi untuk terkena insomnia dibandingkan dengan responden yang melakukan aktivitas olahraga pada kategori sedang.