ABSTRAK

MOH.TAUFIK SALEH. Hubungan Media Sosial TikTok dengan Gejala Insomnia pada Siswa di SMP Negeri 04 Kota Barat Kota Gorontalo. Dibimbing oleh Ns. Rona Febriyona, M.Kep sebagai pembimbing I dan Ns. Andi Nur Aina Sudirman, M.Kep sebagai pembimbing II.

Insomnia merupakan gangguan tidur yang umum terjadi pada remaja dan dapat memengaruhi kesehatan fisik maupun psikologis. Salah satu faktor yang diduga berkontribusi terhadap munculnya gejala insomnia adalah penggunaan media sosial, khususnya aplikasi TikTok yang populer di kalangan remaja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara penggunaan media sosial TikTok dengan gejala insomnia pada siswa di SMP Negeri 04 Kota Barat Kota Gorontalo. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. Sampel berjumlah 87 siswa yang dipilih melalui teknik proportionate stratified random sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner intensitas penggunaan TikTok dan skala KSPBJ-IRS untuk mengukur gejala insomnia. Data dianalisis secara univariat dan bivariat dengan uji Chi-Square. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara penggunaan media sosial TikTok dengan gejala insomnia pada siswa (nilai $p = 0,007$, $p < 0,05$). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi intensitas penggunaan TikTok, maka semakin tinggi pula tingkat gejala insomnia yang dialami siswa.

Kata Kunci: TikTok, Media Sosial, Insomnia, Remaja, Siswa SMP.

ABSTRACT

MOH. TAUFIK SALEH. The Relationship between TikTok Social Media and Insomnia Symptoms in Students at SMP Negeri 04 Kota Barat, Gorontalo City. Supervised by Ms. Rona Febriyona, M.Kep, as Supervisor I and Ms. Andi Nur Aina Sudirman, M.Kep, as Supervisor II.

Insomnia is a common sleep disorder in adolescents and can affect both physical and psychological health. One factor suspected of contributing to insomnia symptoms is social media use, particularly the popular TikTok app among adolescents. This study aims to determine the relationship between TikTok social media use and insomnia symptoms in students at SMP Negeri 04 Kota Barat, Gorontalo City. This study used a quantitative method with a cross-sectional approach. A sample of 87 students was selected using a proportionate stratified random sampling technique. Data collection was conducted using a TikTok usage intensity questionnaire and the KSPBJ-IRS scale to measure insomnia symptoms. Data were analyzed univariately and bivariately using the Chi-Square test. The results of the study showed a significant relationship between TikTok social media use and insomnia symptoms in students (p-value = 0.007, $p < 0.05$). Therefore, it can be concluded that the higher the intensity of TikTok use, the higher the level of insomnia symptoms experienced by students.

Keywords: TikTok, Social Media, Insomnia, Adolescents, Middle School Students.