

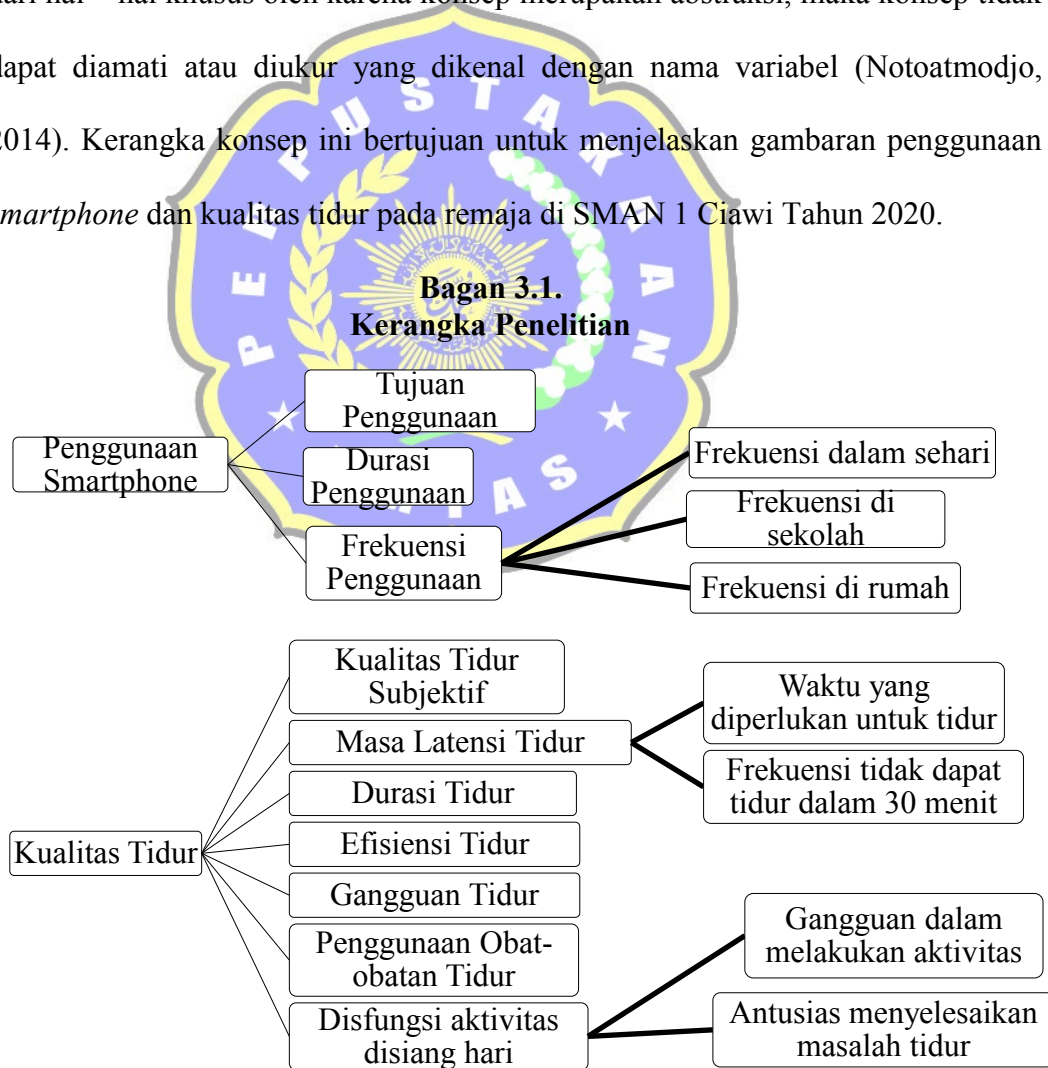
BAB III

KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS DAN DEFINISI

OPERASIONAL

A. Kerangka Konsep

Kerangka konsep merupakan abstraksi yang terbentuk oleh generalisasi dari hal – hal khusus oleh karena konsep merupakan abstraksi, maka konsep tidak dapat diamati atau diukur yang dikenal dengan nama variabel (Notoatmodjo, 2014). Kerangka konsep ini bertujuan untuk menjelaskan gambaran penggunaan *smartphone* dan kualitas tidur pada remaja di SMAN 1 Ciawi Tahun 2020.



B. Definisi Operasional

Table 3.1
Definisi Operasional

No	Kelompok Variabel	Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala
A.	Penggunaan <i>Smartphone</i>	1. Tujuan Penggunaan	Kegunaan <i>smartphone</i> pada remaja	Kuesioner	Wawancara	1. Pencarian (informasi, bahan tugas sekolah) 2. Media Sosial (Instagram, Facebook, Twitter, dsb) 3. Chatting (Whatsapps, Line, dsb) 4. Hiburan/ game 5. Dll, sebutkan...	Nominal
		2. Durasi penggunaan	Penggunaan waktu yang tidak terkontrol	Kuesioner	Wawancara	1. Tidak terkontrol (≥ 3 jam/hari) 2. Terkontrol (≥ 3 jam/hari)	Nominal
		3. Frekuensi penggunaan	Penggunaan secara berulang-ulang pada remaja 1. dalam sehari	Kuesioner	Wawancara	1. ≥ 51 kali/hari 2. 21-50 kali/hari 3. ≤ 20 kali/hari	Ordinal
			2. di sekolah	Kuesioner	Wawancara	1. selalu/SL (responden melakukannya terus menerus/setiap saat	Ordinal

No	Kelompok Variabel	Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala
						2. kadang-kadang/KD (responden melakukannya kalau lagi mau aja) 3. jarang/JR (responden melakukannya tidak menentu) 4. tidak pernah/TP (responden tidak melakukannya)	
			3. dirumah	Kuesioner	Wawancara	1. selalu/SL (responden melakukannya terus menerus/setiap saat) 2. kadang-kadang/KD (responden melakukannya kalau lagi mau aja) 3. jarang/JR (responden melakukannya tidak menentu) 4. tidak pernah/TP (responden tidak melakukannya)	Ordinal
B.	Kualitas Tidur	1. Kualitas tidur subjek	Penilaian diri sendiri berhubungan dengan	Kuesioner PSQI	Wawancara	1. sangat baik 2. baik 3. buruk 4. sangat buruk	Ordinal

No	Kelompok Variabel	Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala
		if	kualitas tidur yang dimiliki remaja hingga dapat memenuhi tidurnyaa.				
		2. Masa Latensi tidur	Kesulitan dalam memulai tidur, dilihat dari: 1. waktu yang diperlukan untuk tertidur tiap malam.	Kuesioner PSQI	Wawancara	1. Mean 2. Median 3. Standar deviasi (SD)	Rasio
			2. dalam seminggu, seberapa sering seseorang mengalaminya.	Kuesioner PSQI	Wawancara	1. Tidak pernah 2. 1 kali seminggu 3. 2 kali seminggu 4. ≥ 3 kali seminggu	Ordinal
		3. Durasi tidur	Lamanya tidur seseorang setiap malam.	Kuesioner PSQI	Wawancara	1. Mean 2. Median 3. Standar deviasi (SD)	Rasio
		4. Efisiensi tidur	Persentase antara jumlah total jam tidur dibagi dengan jumlah jam yang dihabiskan	Kuesioner PSQI	Wawancara	1. Mean 2. Median 3. Standar deviasi (SD)	Rasio
		5. Gangguan tidur	Suatu masalah yang menyebabkan penurunan kualitas tidur	Kuesioner PSQI	Wawancara	1. Tidak mengalami gangguan tidur (skor 9) 2. Gangguan	Ordinal

No	Kelompok Variabel	Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala
			1. sering bangun tengah malam . 2. sering bangun di malam hari untuk ke kamar mandi. 3. kesulitan bernapas saat tidur di malam hari. 4. mengalami batuk atau mendengkur keras saat tidur malam. 5. mengalami kedinginan atau menggigil demam saat tidur. 6. mengalami kepanasan saat tidur. 7. mengalami mimpi buruk di malam hari. 8. mengalami kesakitan saat di malam hari. 9. kesulitan tidur lain			tidur ringan (skor 10-18) 3. Gangguan tidur sedang (skor 19-27) 4. Gangguan tidur berat (skor >27)	
		6. Penggunaan	Penggunaan obat- obat	Kuesioner PSQI	Wawancara	1. Tidak pernah 2. 1 kali	Ordinal

No	Kelompok Variabel	Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala
		obat-obatan tidur	yang mengandung sedative mengindikasikan adanya masalah tidur.			seminggu 3. 2 kali seminggu 4. ≥ 3 kali seminggu	
		7. Disfungsi aktivitas di siang hari	1. Seseorang yang memiliki kualitas tidur yang buruk akan mengalami gangguan dalam melakukan aktivitas di siang hari seperti kesulitan untuk tetap terjaga/segar/tidak merasa mengantuk	Kuesioner PSQI	Wawancara	1. Tidak pernah 2. 1 kali seminggu 3. 2 kali seminggu 4. ≥ 3 kali seminggu	Ordinal
			2. seberapa antusias seseorang itu menyelesaikan masalah	Kuesioner PSQI	Wawancara	1. Tidak antusias 2. Kecil 3. Sedang 4. Besar	Ordinal