

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Diarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Pengumpulan dan Pelaksanaan Data

Pengambilan data dilakukan dengan memberikan skala pada subjek penelitian. Subjek penelitian adalah siswa SMPN 8 Pekanbaru. Dari 296, dilakukan pada tanggal 23 – 30 september 2019 skala yang diberikan kepada subjek penelitian dengan jumlah sampel 296 orang siswa, kembali semua dengan utuh dan pernyataan dalam skala tersebut terjawab seluruhnya tanpa ada nomor yang terlewat oleh responden.

Dalam pengisian skala tidak ada jawaban yang dianggap salah, semua jawaban subjek diterima sebagai data yang sesungguhnya menggambarkan realita subjek. Data diperoleh dalam penelitian ini diproses dan dianalisis dengan menggunakan bantuan program SPSS. *17,0 for windows*. Data tersebut dapat dilihat sebagai berikut:

1. Hasil Uji Normalitas

Uji normalitas adalah mengadakan pengajuan normal atau tidaknya sebuah data yang akan dianalisis. Pengujian dilakukan sebanyak variabel yang akan diolah. Dalam pengujian ini normalitas yang dilakukan terhadap variabel yaitu konsep diri, kecerdasan emosi dan perilaku agresi.

Uji normalitas data penelitian bertujuan untuk mengetahui apakah ada distribusi normal. Adapun cara yang digunakan untuk melihat sebaran data tersebut normal atau tidak normal pada penelitian ini adalah dengan melihat nilai signifikansi (*Asymp sig*) pada uji Kolmogorov-Smirnov. *One sample*

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Kolmogorov-Smirnov Test digunakan untuk mengetahui distribusi populasi, apakah mengikuti distribusi secara teoritis atau normal.

Berdasarkan uji normalitas dengan bantuan SPSS 17.0 *for windows* memperlihatkan signifikansi (*Asymp sig*) untuk variable Kualitas Tidur adalah sebesar 0,187, signifikansi (*Asymp sig*) untuk variabel Intensitas Penggunaan Internet adalah sebesar 0.055, terlihat bahwasanya nilai signifikansi yang diperoleh lebih besar dari taraf standar signifikansi 0,05, artinya dapat disimpulkan bahwa sebaran data penelitian berada dalam kurva normal.

Tabel 4.1
Uji Normalitas

Intensitas	Kualitas tidur
0,055	0,0187

2. Hasil Uji Linieritas

Uji linearitas merupakan pengujian garis regresi antara variabel bebas dengan variabel terikat. Uji linearitas ini bertujuan untuk mengetahui apakah hubungan antara variabel Intensitas Penggunaan Internet dengan Kualitas Tidur pada remaja mengikuti garis linear atau tidak, dengan menggunakan bantuan program SPSS 17,0 *for windows*. Jika $sig < 0,01$ maka terdapat hubungan linear, dan jika $sig > 0,01$ maka tidak terdapat hubungan yang linear.

Dari tabel di atas diketahui hasil pengolahan data diperoleh $F = 22.961$ dengan nilai $Sig = 0,000$ ($0,000 < 0,01$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa hubungan Intensitas Penggunaan Internet dengan Kualitas Tidur bersifat linear atau mengikuti garis lurus.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Selanjutnya, dari hasil uji linearitas dapat diketahui koefisien determinasi atau besarnya pengaruh antara variabel yang satu dengan variabel yang lain melalui nilai R_{sq} (R_{square}). Dalam penelitian ini diperoleh hasil nilai R_{sq} sebesar 0,069 artinya hubungan antara Intensitas Penggunaan Internet dengan Kualitas Tidur pada remaja sebesar 6,9 %. Sisa nya 93.1% ditentukan oleh variabel lain yang tidak dibahas dalam penelitian ini.

Tabel 4.2
Uji Linearitas

Intensitas dengan Kualitas tidur	
F = 22,961	p = 0,000

3. Hasil Uji Hipotesis

Tujuan dilakukannya analisis data adalah untuk menguji hasil hipotesis dalam penelitian ini. Pengujian hipotesis dalam penelitian ini dilakukan untuk membuktikan adanya hubungan yang signifikan atau tidak antara Intensitas Penggunaan Internet dengan kualitas Tidur pada remaja dan untuk membuktikan hipotesis yang diajukan diterima atau ditolak, maka dilakukan analisa data. Teknik analisa data yang digunakan adalah teknik koefisien korelasi *Product Moment* dari *Pearson* yang selanjutnya diolah dengan bantuan program SPSS 17.0 for Windows.

Berdasarkan hasil analisis, diperoleh koefisien korelasi sebesar -0,262 dengan nilai *Sig* sebesar 0,000 ($0,000 < 0,01$). Dengan demikian, maka hipotesis dalam penelitian ini **diterima**. Artinya terdapat hubungan yang signifikan antara Intensitas Penggunaan Internet dengan Kualitas Tidur pada remaja.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Diarangi mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Diarangi mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Tabel 4.3
Uji Hipotesis

Variabel	R	F	P
Ada hubungan antara Intensitas dengan Kuallitas tidur	-0,262	22,961	0,000

B. Kategorisasi penelitian

Sebagai suatu hasil ukur berupa angka (kuantitatif), skor skala memerlukan suatu norma pembanding agar dapat diinterpretasikan secara kualitatif. Norma pembanding dapat dibuat dengan cara mengacu pada skor skala pada suatu norma kategorisasi, dengan asumsi bahwa skor subjek terdistribusikan secara normal. Kategorisasi dibuat agar subjek dikelompokkan sesuai dengan kategorisasi tersebut (Azwar, 2010). Pada skala Intensitas Penggunaan Internet menggunakan tiga kategorisasi dan pada skala Kualitas Tidur menggunakan dua kategorisasi. Berikut norma kategorisasi data :

Tabel 4.4
Norma Tiga Kategorisasi

Kategori	Rumus
Rendah	$X < M - SD$
Sedang	$M - SD \leq X \leq M + SD$
Tinggi	$X > M + SD$

Tabel 4.5
Norma Dua Kategorisasi

Kategori	Rumus
Bagus	$X \geq \text{Mean}$
Tidak Bagus	$X < \text{Median}$

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Skala Intensitas Penggunaan Internet terdiri dari 12 aitem, sehingga skor minimal adalah 20, dan skor maksimal adalah 46, range 26, mean 34,5 dan standar deviasi 5,6.

Tabel 4.6
Kategorisas Intensitas Penggunaan Internet (X^1)

Kategori	Nilai	Frekuensi	Persentase (%)
Rendah	$X < 29$	32	11%
Sedang	$29 \leq X \leq 40$	217	73%
Tinggi	$X > 40$	47	16%
Jumlah		296 Siswa	100%

Seperti terlihat pada tabel 4.3 menunjukkan bahwa ada 217 siswa berada pada kategori sedang dengan presentase sebesar 73%. Hasil penelitian mengindikasikan bahwa Intensitas Penggunaan Internet siswa tergolong sedang, yang artinya siswa SMPN 8 Pekanbaru intensitasnya dalam menggunakan internet masih dalam batas kewajaran dan tidak menimbulkan kerugian yang signifikan bagi kesehatannya maupun kualitas tidur siswa itu sendiri.

Skala Kualitas Tidur terdiri dari 11 aitem, sehingga skor minimal adalah 15, skor maksimal 42, sehingga range 27, mean 28,9, median 29 dan standar deviasinya adalah 5,5.

Tabel. 4.7
Kategorisasi Kualitas Tidur (Y)

Kategori	Nilai	Frekuensi	Persentase (%)
Bagus	$X \geq 29$	157	53%
Tidak Bagus	$X < 29$	139	47%
Jumlah		296 Siswa	100%

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Seperti terlihat pada tabel 4.4 menunjukkan bahwa 157 siswa SMP N 8 Pekanbaru berada dalam kategori bagus dengan presentase sebesar 53%. Artinya siswa SMPN 8 Pekanbaru secara umum sudah mampu untuk menjaga kualitas tidurnya atau meningkatkan kualitas tidurnya agar selalu sehat dan dapat melakukan hal-hal yang bermanfaat.

C. Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis dengan menggunakan bantuan *Statistical Product And Service Solution (SPSS) 17 for windows* menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara Intensitas penggunaan internet dengan kualitas tidur siswa SMPN 8 Pekanbaru dengan nilai korelasi sebesar -0,262 dan nilai signifikansi 0,001 ($0,000 < 0,05$). Dalam hal ini, menyatakan bahwa siswa semakin tinggi Intensitas penggunaan internetnya maka kualitas tidurnya semakin buruk, sebaliknya siswa semakin rendah Intensitas penggunaan internetnya maka semakin baik kualitas tidurnya.

Hasil penelitian ini didukung Mutia (2012) dengan judul “Hubungan Intensitas Penggunaan Jejaring Sosial Terhadap kualitas Tidur Remaja di SMAN 3 Siak”. Temuannya mengungkapkan bahwa terdapat Hubungan yang signifikan penggunaan jejaring sosial dengan Kualitas Tidur Remaja di SMAN 3 Siak bahwa siswa semakin tinggi Intensitas penggunaan internetnya maka kualitas tidurnya semakin buruk, sebaliknya siswa semakin rendah Intensitas penggunaan internetnya maka semakin baik kualitas tidurnya.

Rudy Kusmiyatno Am (2012) Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Internet Dengan Keterampilan Sosial Pada Anak Usia 10-12 Tahun Di SDK

Notoyudan 1 Yogyakarta. Hasil penelitian ini yaitu Intensitas penggunaan internet didominasi oleh intensitas penggunaan internet katagori Sedang sebanyak 51 siswa (53.1%). Adanya hubungan signifikan intensitas penggunaan internet dengan keterampilan sosial pada anak usia 10-12 tahun di SDK Notoyudan Yogyakarta yang ditujukan dengan hasil uji *Spearman Rank*, dan diperoleh *p-value* sebesar 0,026 ($p < 0,05$).

Dani Akbar Fauzi (2015) Hubungan Intensitas jejaring sosial dengan empati pada remaja siswa kelas XI SMA NEGERI 10 Pekanbaru. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang positif dan signifikan antara intensitas penggunaan situs jejaring sosial dengan empati dengan sumbangan efektif intensitas penggunaan situs jejaringan sosial sebesar 80,4% pada empati.

berdasarkan analisis data kategorisasi Intensitas penggunaan internet ditemukan subjek ada 217 siswa berada pada kategori sedang dengan presentase sebesar 73%. Hasil penelitian mengindikasikan bahwa Intensitas Penggunaan Internet siswa tergolong sedang, yang artinya siswa SMPN 8 Pekanbaru intensitasnya dalam menggunakan internet masih dalam batas kewajaran dan tidak menimbulkan kerugian yang signifikan bagi kesehatannya maupun kualitas tidur siswa itu sendiri. Kategorisasi kualitas tidur menunjukkan bahwa 157 siswa SMP N 8 Pekanbaru berada dalam kategori bagus dengan presentase sebesar 53%. Artinya siswa SMPN 8 Pekanbaru secara umum sudah mampu untuk menjaga kualitas tidurnya atau meningkatkan kualitas tidurnya agar selalu sehat dan dapat melakukan hal-hal yang bermanfaat.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Berdasarkan kategorisasi tersebut menunjukkan bahwa siswa SMPN 8 Pekanbaru semakin tinggi Intensitas penggunaan internetnya maka kualitas tidurnya semakin buruk, sebaliknya siswa semakin rendah Intensitas penggunaan internetnya maka semakin baik kualitas tidurnya. Sejalan dengan teori dari Javaheri dan Cleveland (2008) salah satu faktor yang mempengaruhi kualitas tidur adalah penggunaan internet yang tanpa batas dan berlebihan dapat dapat berdampak negatif pada kesehatan karena pola tidurnya tidak teratur

Pada penelitian ini peneliti menemukan besaran sumbangan efektif Intensitas penggunaan internet dan kualitas tidur sebesar 0,07%, artinya variabel Intensitas penggunaan internet tidak berpengaruh sangat besar terhadap kualitas tidur karena dipengaruhi oleh variabel lain diluar penelitian ini.

Berdasarkan pemaparan hasil analisis diatas, penelitian ini telah mampu menjawab hipotesis penelitian yaitu terdapat hubungan negatif antara Intensitas penggunaan internet dengan kualitas tidur remaja SMPN 8 Pekanbaru