

**HUBUNGAN DURASI PENGGUNAAN *SMARTPHONE* DENGAN
KUALITAS TIDUR DAN MOTIVASI BELAJAR SERTA
KONTRIBUSINYA TERHADAP HASIL BELAJAR SISWA MAN 2
JEMBRANA**

**Oleh:
Yustia Andarini, NIM 1713041021
Jurusan Biologi dan Perikanan Kelautan
Program Studi Pendidikan Biologi, FMIPA Undiksha**

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui: (a) hubungan durasi penggunaan *smartphone* dengan kualitas tidur siswa, (b) hubungan durasi penggunaan *smartphone* dengan motivasi belajar siswa, (c) kontribusi kualitas tidur terhadap hasil belajar siswa dan (d) kontribusi motivasi belajar terhadap hasil belajar siswa. Penelitian ini merupakan jenis penelitian korelasional. Instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket durasi penggunaan *smartphone* untuk mengetahui durasi penggunaan *smartphone* siswa. Kuesioner kualitas tidur untuk mengetahui kualitas tidur siswa. Kuesioner motivasi belajar untuk mengetahui motivasi belajar siswa. Tes hasil belajar berupa 5 soal pilihan ganda untuk mengetahui hasil belajar siswa. Data yang diperoleh diuji menggunakan uji pearson (*product moment*) pada taraf signifikansi 5%. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara durasi penggunaan *smartphone* dan kualitas tidur dengan nilai $r=0,874$ serta nilai $p=0,001$ dan juga terdapat hubungan yang signifikan antara durasi penggunaan *smartphone* dan motivasi belajar dengan nilai $r=-0,778$ serta nilai $p=0,001$. Kualitas tidur berkontribusi secara signifikan terhadap hasil belajar dengan nilai sebesar 56,8% dan motivasi belajar berkontribusi secara signifikan dengan nilai sebesar 74,9%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa: (a) terdapat hubungan durasi penggunaan *smartphone* dengan kualitas tidur, (b) terdapat hubungan durasi penggunaan *smartphone* dengan motivasi belajar, (c) terdapat kontribusi kualitas tidur terhadap hasil belajar siswa dan (d) terdapat kontribusi motivasi belajar terhadap hasil belajar siswa.

Kata kunci: *smartphone*, kualitas tidur, motivasi belajar, hasil belajar

**THE RELATIONSHIP OF THE DURATION OF SMARTPHONE USE
WITH SLEEP QUALITY AND LEARNING MOTIVATION AND THEIR
CONTRIBUTION TO THE STUDENTS' LEARNING OUTCOMES OF
MAN 2 JEMBRANA**

By:

**Yustia Andarini, NIM 1713041013
Biology Education Study Program, Department of Marine Biology and
Fisheries, Faculty of Mathematics and Natural Science Universitas
Pendidikan Ganesha**

ABSTRACT

This study aims to determine: (a) the relationship between the duration of smartphone use and students' sleep quality, (b) the relationship between the duration of smartphone use and students' learning motivation, (c) the contribution of sleep quality to student learning outcomes and (d) the contribution of learning motivation to learning outcomes. students. This research is a type of correlational research. The instrument used in this study was a questionnaire on the duration of smartphone use to determine the duration of students' smartphone use. Sleep quality questionnaire to determine student sleep quality. Learning motivation questionnaire to determine students' learning motivation. Learning outcomes test in the form of 5 multiple choice questions to determine student learning outcomes. The data obtained were tested using the Pearson test (product moment) at a significance level of 5%. The results showed that there was a significant relationship between the duration of smartphone use and sleep quality with $r = 0.874$ and $p = 0.001$ and there was also a significant relationship between the duration of smartphone use and learning motivation with $r = -0.778$ and $p = 0.001$. Sleep quality contributes significantly to learning outcomes with a value of 56.8% and learning motivation contributes significantly to a value of 74.9%. Thus, it can be concluded that: (a) there is a relationship between the duration of smartphone use and sleep quality, (b) there is a relationship between the duration of smartphone use and learning motivation, (c) there is a contribution of sleep quality to student learning outcomes and (d) there is a contribution of learning motivation to student learning outcomes.

Keywords: *smartphone, sleep quality, learning motivation, learning outcomes*