

ABSTRAK

Nama : Nabila Astuti

Nim : 46118010039

Program Studi : Psikologi

Judul Skripsi : **Pengaruh Kecanduan Smartphone Terhadap Insomnia Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Mercubuana Pasca Pandemi Covid-19**

Pembimbing : Erna Multahada, M.Si.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kecanduan smartphone terhadap *Insomnia* pada mahasiswa fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana pasca pandemi Covid-19. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Accidental Sampling* dengan sampel sebanyak 110 mahasiswa dengan rentang usia 19-24 tahun. *Insomnia* menggunakan alat ukur *Insomnia Severity Indeks (ISI)* dan kecanduan smartphone menggunakan alat ukur *Smartphone Addiction Scale (SAS)*. Penelitian ini menggunakan Uji Regresi Sederhana. Hasil menunjukkan nilai $r = 0,366$ dan nilai $p = 0,000$ artinya terdapat pengaruh signifikan Kecanduan Smartphone terhadap *Insomnia* dengan korelasi moderat. Dan sumbangan efektif sebesar 13,4% dan sisanya 86,6% dipengaruhi oleh faktor lain. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan Kecanduan Smartphone terhadap *Insomnia* pada mahasiswa fakultas Psikologi Universitas Mercubuana Pasca Pandemi Covid-19.

Kata kunci: Mahasiswa, Insomnia, Kecanduan Smartphone

ABSTRACT

Name : Nabila Astuti

Nim : 46118010039

Study Program: Psikologi

Title Thesis : **The Effect of Smartphone Addiction on Insomnia in Students of the Faculty of Psychology, University of Mercubuana After the Covid-19 Pandemic**

Counsellor : Erna Multahada, M.Si.

This study aims to determine the effect of Smartphone Addiction on Insomnia in Psychology Faculty students at Mercu Buana University after the Covid-19 pandemic. The sampling technique used Accidental Sampling with a sample of 110 students with an age range of 19-24 years. Insomnia using the Insomnia Severity Index (ISI) and smartphone addiction using the Smartphone Addiction Scale (SAS). This study uses a Simple Regression Test. The results show that the value of $r = 0.366$ and the value of $p = 0.000$ means that there is a significant effect of Smartphone Addiction on Insomnia with a moderate correlation. And the effective contribution is 13.4% and the remaining 86.6% is influenced by other factors. Based on the results of the study, it can be concluded that there is a significant effect of Smartphone Addiction on Insomnia in Psychology Faculty students at Mercubuana University after the Covid-19 Pandemic.

Keywords: Student, Insomnia, Smartphone Addiction