

## ABSTRAK

**Latar Belakang:** Perkembangan teknologi internet memberi banyak kemudahan bagi penggunanya, baik tua maupun muda dalam hal pekerjaan, pendidikan maupun komunikasi. Indonesia merupakan salah satu negara dengan pengguna internet terbanyak (M.Kom, 2018). Salah satu produk teknologi internet adalah media sosial. Sekitar 75% pengguna internet di Indonesia mengakses media sosial setiap kali terhubung dengan internet (Januarti, Pratiknjo and Mulianti, 2018). Sebagian besar masyarakat di berbagai belahan dunia memiliki akun media sosial, bahkan masyarakat Indonesia menduduki peringkat kelima dunia sebagai pengguna salah satu akun media sosial. Beberapa media sosial, seperti *Facebook*, *Instagram*, *Twitter*, dan *Path* merupakan contoh akun yang paling sering diakses jutaan pengguna setiap harinya. Pengguna internet di Indonesia rata-rata memiliki lebih dari satu akun media sosial dan mengaksesnya sekitar 1-3 jam per hari (Lawalata, Sety and Tina, 2018).

**Tujuan:** Hubungan Lama Penggunaan Media Sosial Dengan Kejadian Insomnia Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Uisu Angkatan 2018.

**Metode:** penelitian ini menggunakan jenis penelitian jenis penelitian analitik dengan desain studi *cross sectional* dan memiliki sampel sebanyak 62 orang.

**Hasil:** Menggunakan uji *Chi Square* didapati hubungan antara penggunaan media sosial terhadap tingkat kejadian insomnia dengan signifikansi 0,0001 (<0,05).

**Kesimpulan:** terdapat hubungan lama penggunaan media sosial dengan kejadian insomnia pada mahasiswa fakultas kedokteran uisu angkatan 2018.

**Kata Kunci:** Media Sosial, Insomnia

## **ABSTRACT**

**Background:** *The development of internet technology provides many conveniences for its users, both young and old in terms of work, education and communication. Indonesia is one of the countries with the most internet users (M.Kom, 2018). One of the products of internet technology is social media. Around 75% of internet users in Indonesia access social media every time they connect to the internet (Januarti, Pratiknjo and Mulianti, 2018). Most people in various parts of the world have social media accounts, even Indonesians are ranked fifth in the world as users of one of the social media accounts. Some social media, such as Facebook, Instagram, Twitter, and Path are examples of accounts that are most often accessed by millions of users every day. Internet users in Indonesia on average have more than one social media account and access it for about 1-3 hours per day (Lawalata, Sety and Tina, 2018).*

**Purpose:** *The Long-Standing Relationship Of Social Media Use With The Incidence Of Insomnia In Uisu Faculty Of Medicine Students Class Of 2018.*

**Method:** *this study used an analytical type of research type with a cross-sectional study design and had a sample of 62 people.*

**Results:** *Using the Chi Square test, it found an association between social media use and insomnia incidence rates with a significance of 0.0001 ( $<0.05$ ).*

**Conclusion:** *there is a long-standing relationship between the use of social media and the incidence of insomnia in uisu medical school students class of 2018.*

**Keywords:** *Social Media, Insomnia*