

DAFTAR PUSTAKA

- Alfanita, N. G. (2024). *Gambaran Perilaku Merokok Pada Masyarakat Di Rt 06 Rw 01 Gg Anggrek II Karang Pilang Surabaya*. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Katolik ST. Vincentius A Paulo Surabaya.T. VINCENTIUS A PAULO SURABAYA.
- Alfuqron, W. A., & Rahayu, U. B. (2021). Pengaruh Merokok dengan Pola Tidur Pada Mahasiswa. *Jurnal Kesehatan*.
- Asa, J. F. (2023). *Bahaya Merokok Bagi Remaja dan Cara Mencegahnya* (Elementa (ed.)). Elementa Media.
- Bawono, Y. (2023). *Perkembangan anak & remaja* (M. Y. Rezki (ed.); Terbaru, Issue September).
- Bimantara, A. M., & Pitayanti, A. (2024). Terjadinya Insomnia Pada Remaja Sebagai Faktor Resiko Kebiasaan Merokok. *Pengembangan Ilmu Dan Praktik Kesehatan*, 3(4), 195–203. <https://doi.org/10.56586/pipk.v3i4.373>
- Budianti, D., Brisma, S., & Baiturrahmah, U. (2025). *Nusantara Hasana Journal*. 4(8), 214–219.
- Farah. (2023). *Cara Mengatasi Insomnia yang Efektif* (T. Elementa (ed.)). Elementa Media.
- Hamidah, S., & Rizal, M. S. (2022). Edukasi Kesehatan Reproduksi dan Perkembangan Remaja di Panti Asuhan Yatim Muhammadiyah Kecamatan Gresik Kabupaten Gresik Jawa Timur. *Journal of Community Engagement in Health*, 5(2), 237–248. <https://doi.org/10.30994/jceh.v5i2.384>
- Hardono, Oktaviana, E., & Andoko. (2022). *Monograf: Manfaat Rendam Air Hangat Terhadap Penurunan Insomnia Pada Lansia* (1st ed.). Laduny Alifatama.
- Ingriani, D., Nadhirah, A. A., Azura, H., & Alifia, S. (2025). Studi Deskriptif Kuantitatif tentang Kualitas Tidur Pecandu Rokok. *Observasi: Jurnal Publikasi Ilmu Psikologi*, 3(2), 122–131. <https://doi.org/10.61132/observasi.v3i2.1077>
- Ismayanti, S. A., Khabibah, S. A., Haq, T. A., Salsabilla, S., Rahman, R. A., Hartono, T. V., Salzabilla, T., Wachidah, N., Tangnalloi, T. Y., & Yuda, A. (2024). Perilaku dan Pengetahuan Remaja Indonesia tentang Merokok. *Jurnal Farmasi Komunitas*, 11(1), 82. <https://doi.org/10.20473/jfk.v11i1.42580>
- Ismayanti, S. A., & Shela, A. (2024). *Perilaku dan Pengetahuan Remaja Indonesia tentang Merokok*. 11(1), 79–85.
- Iwan, P., Sabilu, Y., & Sety, L. O. M. (2025). Hubungan Antara Stres, Kecemasan Dan Kecanduan Handphone Dengan Kejadian Insomnia Pada Mahasiswa.

- Jurnal Inovasi Kesehatan Adaptif*, 7(4), 71–85.
<http://dx.doi.org/10.33258/jikm>
- Karlina, L. (2020). Fenomena Terjadinya Kenakalan Remaja. *Edukasi Nonformal*, 1(2), 149. <https://ummaspul.e-journal.id/JENFOL/article/view/434>
- Kemenkes. (2024). *Perokok Aktif di Indonesia Tembus 70 juta Orang, Mayoritas anak Muda*. Kemenkes RI. <https://kemkes.go.id/id/perokok-aktif-di-indonesia-tembus-70-juta-orang-mayoritas-anak-muda>
- Khoerunnisa, A. A., Zahra, A. A., Nurindah, A. R., Alhafidz, A. Z., Salsabila, C., Netami, D. A., & Saputri, E. D. (2026). Edukasi Pola Tidur Sehat sebagai Upaya Pencegahan Risiko Hipertensi pada Remaja. *Jurnal Ilmu Keperawatan Remaja*, 5(1), 962–967.
- Mahesha, A., Anggraeni, D., & Adriansyah, M. I. (2024). Mengungkap Kenakalan Remaja: Penyebab, Dampak, dan Solusi. *PRIMER : Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 2(1), 16–26. <https://doi.org/10.55681/primer.v2i1.278>
- Manoppo, M. W. (2023). Pengetahuan Dan Perilaku Merokok Pada Masyarakat. *Klabat Journal of Nursing*, 5(2), 42. <https://doi.org/10.37771/kjn.v5i2.974>
- Mutalazimah. (2025). *Metode Penelitian*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Nggorong, Y. E. N., Marni, M., Bunga, E. H., & Nayoan, C. (2026). Hubungan sikap dan kepercayaan diri terhadap perilaku merokok remaja di kelurahan teunbaun. *Penelitian Kedokteran Dan Kesehatan*, 8(April 2026), 1420–1425.
- Nurlani, I., Dwimawati, E., & Nasution, A. (2023). Hubungan antara Perilaku Merokok dengan Kejadian Insomnia pada Remaja Laki-Laki di Wilayah Taman Muara RW 09 Kelurahan Pasir Jaya Tahun 2022. *Promotor*, 6(4), 345–350. <https://doi.org/10.32832/pro.v6i4.267>
- Nurliani, E., Ensia, M. A., & Widuri, P. D. (2025). Hubungan Tingkat Stress dengan Perilaku Merokok pada Remaja di SMAN 4 Kelas XI Kota Palangka Raya. *Jurnal Surya Medika*, 11(2), 231–238. <https://doi.org/10.33084/jsm.v11i2.10562>
- Nurmawati, Fil'ardi, B., Alsyaina, Y. R., Nuralifah, A., & Rahmah, D. A. (2025). *Faktor Penyebab Insomnia di Kalangan Remaja*. 5(2022), 175–178.
- Oktania, N. P., Widjarnako, B., & Shaluhayah, Z. (2023). *Penyebab perilaku merokok pada remaja*. 5(1), 85–92.
- Oktari, I. P. (2022). *Hubungan antara Tingkat Stress Dengan Tingkat Insomnia Pada Mahasiswa Kedokteran 2020 Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi*. Universitas Jambi.
- Pabottingi, M. I., Zulhamidah, Y., & Mahmud, A. (2023). Gambaran dan Hubungan Kebiasaan Merokok dengan Pola Tidur pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas YARSI. *Junior Medical Journal*, 2(1), 91–98.

Purnomo, H., Agustin, E. A., Priliana, W. K., Robert, D., Citrawati, N. K., Yanti, R. D., Hesty, H., Yufdel, Y., Heryana, N. R., Adam, Y., Warouw, H. J., Susanti, S., Ermawati U., M., Setiawan, B., Yuniyanti, T. A., & Mangun, M. (2024). *Psikologi Remaja dan permasalahannya* (L. O. Alifariki (ed.); Vol. 32, Issue 3). PT Media Pustaka Indo.

Puspita, K. (2024). *Dari Merokok Ke Hidup Sehat*. Victory Pustaka Media.

Rambu, N., Maria, L., & Mumpuni, R. Y. (2023). Hubungan Perilaku Merokok dengan Kejadian Insomnia Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Fakultas Kehutanan Di Institut Pertanian Malang. *Profesional Healt*, 4(2), 270–279.

Setiawan, Bagus, A., Ningsih, Tri, W., & Nugraheni, Triana, W. (2023). ebiasaan Merokok Dengan Gangguan Pola Tidur Pada Remaja Di Smk Taruna Jaya Prawira (Tjp) Tuban. *Jurnal Multidisiplin Indonesia*, 2(9), 2640–2646.

Siahaan, W. F., & Malinti, E. (2022). Hubungan Kebiasaan Merokok dan Gangguan Pola Tidur pada Remaja. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 4(2), 627–634.
<http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPPP/article/download/83/65>

Sodik, H., & Anwar, M. (2022). Kenakalan Remaja, Perkembangan dan Upaya Penanggulangannya. *Tafhim Al-'Ilmi*, 14(1), 127.
<https://doi.org/10.37459/tafhim.v14i1.6035>

Soesana, A., Subakti, H., Karwanto, Fitri, A., Kuswani, S., & Sastri, L. (2023). *Metodologi Penelitian Kuntitatif* (A. Karim (ed.)). Yayasan Kita Menulis.

Subagya, A. R. (2023). *Perokok Aktif & Pasif* (D. Ardyansyah (ed.)). PT Bumi Aksara.

Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.

Suratmini, D., Firmansyah, R., & Salsabila, A. (2024). Pendidikan Kesehatan Bahaya Merokok Sebagai Pencegahan Perilaku Adiksi Anak Usia Sekolah di Madrasah Ibtidaiyah Hayatul Islamiah: Pendidikan Kesehatan Bahaya Merokok Sebagai Pencegahan Perilaku Adiksi Anak Usia Sekolah di Madrasah Ibtidaiyah Hayatul Islam. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan Terkini*, 3(2), 53–62.

Susilo, Y., & Wulandari, A. (2023). *Semua Tentang Insomnia* (M. Agustina (ed.); 1st ed.). Rumah Baca.

Swarjana, K. (2023). *Metodologi Penelitian Kesehatan* (Terbaru). Andi.

Tondang, A. C. P. (2021). *Hubungan antara smartphone addiction dengan kejadian insomnia pada siswa kelas ix di smp negeri 8 kota bekasi*. Universitas Jambi.

Wafa, I. (2025). *23% Pemuda Indonesia Merokok, Rata - Rata 12 Batang Per Hari*. GoodStats.

Wuryandari, A. G. (2021). Pengetahuan dan Sikap tentang Perilaku Merokok pada Remaja. *Jurnal Akademka Baiturrahim Jambi*, 10(2), 313–318. <https://doi.org/10.36565/jab.v10i2.337>

Yonatan, A. (2025). *10 Provinsi dengan Persentase Pemuda Perokok Tertinggi 2025*. GoodStats.



L

A

M

P

I

R

A

N



Lampiran 1. Lembar Informasi

LEMBAR PERSETUJUAN PENJELASAN*(Information For Consent)*

Saya Deventri Sastrawan, mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Bengkulu akan melakukan penelitian berjudul “Hubungan Perilaku Merokok Dengan Insomnia Pada Remaja Putra Di SMA Negeri 6 Kabupaten Kaur”. Dengan ini saya akan menjelaskan beberapa hal yang berkaitan dengan penelitian saya, meliputi :

A. Judul Penelitian

Hubungan Perilaku Merokok dengan insomnia pada Remaja Putra di SMA Negeri 6 Kabupaten Kaur

B. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran dan hubungan perilaku merokok pada remaja putra di SMA Negeri 6 Kabupaten Kaur.

C. Manfaat Penelitian

Bagi responden: Menambah pengetahuan tentang perilaku merokok dan dampaknya bagi kesehatan.

Bagi sekolah: Sebagai bahan pertimbangan dalam upaya pencegahan perilaku merokok di lingkungan sekolah.

Bagi peneliti selanjutnya: Sebagai referensi dan bahan pengembangan penelitian yang berkaitan dengan perilaku merokok remaja.

D. Prosedur Penelitian

Responden diminta untuk mengisi kuesioner yang berisi pertanyaan terkait perilaku merokok. Waktu pengisian kuesioner kurang lebih 30-35 menit.

E. Risiko dan Ketidaknyamanan

Penelitian ini tidak menimbulkan risiko atau kerugian bagi responden. Seluruh pertanyaan hanya berkaitan dengan kebiasaan sehari-hari.

Lampiran 2 Lembar Permohonan Menjadi Responden

LEMBAR PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Kepada Yth.

.....

Di

Kaur

Saya Deventri Sasstrawan adalah Mahasiswa Program Studi S1 Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Bengkulu akan melakukan penelitian yang berjudul “ Hubungan Perilaku Merokok dengan Insomnia Pada Remaja Putra Di SMA Negeri 6 Kabupaten Kaur”. Penelitian ini dilaksanakan sebagai salah satu kegiatan dalam menyelesaikan tugas akhir pendidikan S1 Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Bengkulu.

Kami Mengharap tanggapan saudara dengan pendapat saudara tanpa dipengaruhi oleh orang lain, kami menjamin kerahasiaan identitas dan tanggapan yang saudara berikan.

Partisipasi saudara dalam penelitian ini bebas tanpa ada sangsi jika saudara tidak bersedia. Jika saudara bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini silahkan saudara menandatangani lembar persetujuan di halaman berikut.

Penulis

()

Lampiran 3 Lembar Persetujuan menjadi Responden Penelitian

PERSETUJUAN KEIKUTSERTAAN DALAM PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama :

Umur :

Alamat :

Menyatakan bahwa

1. Saya telah mendapat penjelasan segala suatu tentang penelitian yang berjudul “Perilaku Merokok Dengan Insomnia Pada Remaja Putra Di SMA Negeri 6 Kabupaten Kaur” .
2. Setelah mendapatkan penjelasan dan memahaminya dengan penuh kesadaran saya bersedia ikut serta dalam penelitian ini dengan kondisi :
 - a) Data yang diperoleh dari penelitian ini akan dijaga kerahasiaannya dan hanya dipergunakan untuk kepentingan ilmiah.
 - b) Keikutsertaan saya dalam penelitian ini tidak dibebani biaya dan konsekuensi lainnya
3. Saya juga setuju untuk mengisi kuesioner perilaku merokok.

Dengan menandatangani formulir ini, saya setuju untuk ikut serta dalam penelitian ini.

Kaur,

.....
...

Responden

(.....)

Lampiran 4 Kuesioner Perilaku Merokok

KUESIONER PERILAKU MEROKOK
(GLOVER NILSSON SMOKING BEHAVIORAL QUESTIONNAIRE)

Nama Responden :

Kelas :

Petunjuk

Berilah tanda centang (✓) pada setiap pilihan jawaban yang menurut anda benar.

Keterangan :

4. Pertanyaan 1 dan 2

0 = tidak penting sama sekali

1 = agak penting

2 = cukup penting

3 = penting

4 = sangat penting

5. Pertanyaan 3 – 11

0 = tidak pernah

1 = jarang

2 = kadang-kadang

3 = sering

4 = selalu

No	Aspek Penilaian	0	1	2	3	4
1.	Kebiasaan merokok sangat penting bagi saya					
2.	Saya suka memainkan dan memanipulasi rokok saya saat sedang merokok					
3.	Apakah anda mengganti rokok dengan sesuatu di mulut anda untuk mengalihkan perhatian anda dari rokok?					
4.	Apakah anda selalu merokok setelah selesai melakukan suatu tugas atau pekerjaan					
5.	Bagaimana jika anda tidak merokok dalam suatu waktu, apakah anda akan kesulitan berkonsentrasi melakukan suatu					

No	Aspek Penilaian	0	1	2	3	4
	tugas atau pekerjaan?					
6.	Jika anda berada disuatu tempat yang melarang anda untuk merokok, apakah anda memainkan rokok atau bungkus rokok?					
7.	Apakah ada tempat favorit yang memicu anda untuk merokok (misalnya sofa, kamar, kendaraan, toilet)?					
8.	Apakah anda tetap merokok tanpa ada keinginan ?					
9.	Apakah anda sering meletakkan rokok yang tidak dinyalakan atau benda - benda lain (seperti pena, tusuk gigi, sedotan, permen karet, dan lain-lain) dan menghisapnya di mulut anda untuk menghilangkan perasaan stress, tegang, ataupun cemas?					
10.	Apakah hal yang paling anda sukai saat merokok adalah menyalakannya?					
11.	Ketika anda sendiri disuatu tempat, apakah anda akan merasakan nyaman atau percaya diri jika anda memegang rokok					

Sumber : (Alfanita, 2024)

Hasil skor perilaku merokok (0-44), skor total kuesioner GN-SBQ dihitung dengan menjumlahkan semua pertanyaan dengan:

Skor 1-12: Perokok ringan

Skor 13-22: Perokok sedang

Skor 23-33: Perokok berat

Skor 34-44: Perokok sangat berat

Lampiran 5 Kuesioner Insomnia

KUESIONER INSOMNIA**SKALA KSPBJ-IRS****(Kelompok Studi Psikiatri Biologi Jakarta – *Insomnia Rating Scale*)**

Nama Responden :

Umur :

Kelas :

Petunjuk

Jawablah Pernyataan dibawah ini dengan memberikan tanda ceklist (√) pada kolom jawaban (TP = Tidak Pernah, KK = Kadang - Kadang , SR = Sering, SL = Selalu)

No	Pernyataan	Tidak Pernah	Kadang - Kadang	Sering	Selalu
1.	Kesulitan untuk memulai tidur				
2.	Tiba-tiba terbangun pada malam hari				
3.	Bisa terbangun lebih awal atau dini hari				
4.	Merasa mengantuk disiang hari				
5.	Sakit kepala pada siang hari				
6.	Merasa kurang puas dengan tidur anda				
7.	Merasa kurang nyaman/gelisah pada malam hari				
8.	Mendapat mimpi buruk				
9.	Badan terasa lemah, letih, kurang tenaga setelah tidur				
10.	Jadwal jam tidur sampai bangun tidak beraturan				
11.	Tidur selama 8 jam dalam semalam				

Sumber : (Oktari, 2022)

Keterangan :

Setelah item pertanyaan dikategorikan sebagai berikut:

11-19 : Tidak ada keluhan insomnia

20-27 : Insomnia Ringan

28-36 : Insomnia berat

37-44 : Insomnia Sangat berat

Lampiran 6 Dokumentasi Penelitian



Gambar 1 Penyebaran Koesioner di Kelas X



Gambar 2 Penyebaran Koesioner di Kelas XI



Gambar 3 Penyebaran Koesioner di Kelas XII



Gambar 4 Pengambilan Koesioner

Lampiran 7 Tabulasi Data Perilaku Merokok dan Insomnia

DATA PERILAKU MEROKOK

No	Respon den	Nomor Butir Pernyataan											SK OR
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	
1.	R1	4	3	2	4	4	2	4	2	3	2	4	34
2.	R2	4	4	3	4	4	3	4	4	4	2	4	40
3.	R3	4	2	3	4	3	3	3	2	3	3	3	33
4.	R4	3	0	2	1	3	2	1	1	2	0	3	18
5.	R5	3	2	1	3	2	2	2	0	2	0	3	20
6.	R6	1	0	0	2	2	2	1	1	2	1	1	13
7.	R7	1	1	0	2	2	2	1	1	2	0	1	13
8.	R8	1	0	0	2	0	0	0	0	2	0	2	7
9.	R9	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	4	6
10	R10	1	0	1	1	2	2	1	1	2	1	1	13
11	R11	4	3	2	4	4	2	4	2	4	3	4	36
12	R12	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	4	6
13	R13	4	4	2	4	4	1	4	2	4	3	4	36
14	R14	4	4	3	4	4	1	4	2	4	4	4	38
15	R15	4	4	4	4	4	4	2	3	4	3	4	40
16	R16	2	1	0	0	1	1	1	0	0	0	2	8
17	R17	2	0	0	0	2	1	1	0	0	0	2	8
18	R18	2	0	1	0	1	1	1	0	0	0	2	8
19	R19	1	0	0	1	2	2	1	1	2	1	2	13
20	R20	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	22
21	R21	2	1	0	0	0	0	0	1	0	0	2	6
22	R22	3	3	1	3	3	3	3	3	4	3	3	32
23	R23	3	3	0	3	3	3	3	3	4	3	4	32
24	R24	2	2	2	1	1	1	2	0	0	2	2	15

No	Respon den	Nomor Butir Pernyataan											SK OR
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	
25	R25	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	26
26	R26	2	1	0	0	0	0	0	1	0	0	1	5
27	R27	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	10
28	R28	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	12
29	R29	2	2	1	1	1	1	2	0	1	2	2	15
30	R30	2	2	2	2	2	0	2	2	2	2	2	20
31	R31	2	2	2	1	1	1	2	0	1	2	2	16
32	R32	2	2	2	1	1	1	2	0	2	1	2	16
33	R33	3	3	3	3	3	3	3	2	3	1	2	29
34	R34	2	1	0	0	0	0	1	1	1	0	0	6
35	R35	2	2	2	1	1	2	2	0	2	2	2	18
36	R36	2	2	2	1	1	2	2	0	2	2	2	18
37	R37	3	3	3	3	3	2	2	1	2	1	2	25
38	R38	4	3	3	3	3	2	2	1	2	1	1	25
39	R39	3	2	3	2	3	2	2	2	4	2	3	28
40	R40	4	4	3	3	3	2	2	2	4	0	3	30
41	R41	3	2	3	3	3	2	2	1	2	1	2	24
42	R42	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	42
43	R43	1	0	1	1	2	2	1	1	1	1	2	13
44	R44	2	2	2	1	1	1	2	0	3	1	1	16
45	R45	3	2	3	2	3	2	1	3	4	2	3	28
46	R46	2	2	1	1	1	1	2	0	2	2	2	16
47	R47	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	28
48	R48	2	1	0	0	0	0	0	0	1	0	1	5
49	R49	2	2	0	0	0	0	0	0	1	1	2	8
50	R50	4	3	3	3	3	3	4	4	4	2	4	37

DATA INSOMNIA

No	Responden	Nomor Butir Pernyataan											SKOR
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	
1.	R1	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	2	27
2.	R2	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	42
3.	R3	4	4	4	4	3	3	3	2	2	3	3	35
4.	R4	4	4	2	4	3	3	3	2	2	3	2	32
5.	R5	4	2	2	4	3	3	3	2	4	3	2	32
6.	R6	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	24
7.	R7	4	3	2	2	1	2	2	2	1	2	3	24
8.	R8	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	20
9.	R9	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	13
10.	R10	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	15
11.	R11	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	42
12.	R12	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	11
13.	R13	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	31
14.	R14	4	4	4	4	2	3	4	4	4	4	3	40
15.	R15	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	42
16.	R16	2	1	2	2	1	2	2	1	2	2	3	20
17.	R17	4	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	22
18.	R18	2	3	3	2	1	2	2	1	2	2	2	22
19.	R19	4	3	2	2	1	2	2	2	2	1	3	24
20.	R20	4	4	3	4	4	4	3	4	3	3	3	39
21.	R21	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	11
22.	R22	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	39
23.	R23	4	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	38
24.	R24	4	3	2	2	1	1	2	2	2	2	3	24
25.	R25	4	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	26
26.	R26	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12
27.	R27	3	2	2	3	2	2	3	2	3	4	2	28
28.	R28	4	2	2	3	2	2	3	2	3	3	2	28
29.	R29	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	24
30.	R30	4	4	4	3	2	4	3	3	3	3	3	36
31.	R31	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	4	24
32.	R32	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	23
33.	R33	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	32
34.	R34	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	11
35.	R35	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	30
36.	R36	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	30
37.	R37	4	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	25
38.	R38	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	25
39.	R39	4	4	2	3	3	3	3	2	3	3	3	32
40.	R40	4	4	2	3	3	3	3	2	3	3	3	33

No	Responden	Nomor Butir Pernyataan											SKOR
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	
41.	R41	3	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	16
42.	R42	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	44
43.	R43	2	2	2	1	1	1	2	1	1	1	1	15
44.	R44	2	3	2	2	1	2	3	2	2	2	3	24
45.	R45	4	4	2	3	3	3	3	2	3	3	3	33
46.	R46	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	24
47.	R47	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	33
48.	R48	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	12
49.	R49	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	20
50.	R50	4	4	4	4	3	3	3	2	3	3	3	36



Lampiran 8 Data Kriteria Perilaku Merokok dan Insomnia

No	Responden	PM	SKOR	Responden	Insomnia	Skor
1.	R1	Sangat berat	34	R1	Ringan	27
2.	R2	Sangat berat	40	R2	Sangat Berat	42
3.	R3	Berat	33	R3	Sangat Berat	35
4.	R4	Sedang	18	R4	Berat	32
5.	R5	Sedang	20	R5	Berat	32
6.	R6	Sedang	13	R6	Ringan	24
7.	R7	Sedang	13	R7	Ringan	24
8.	R8	Ringan	7	R8	Ringan	20
9.	R9	Ringan	6	R9	Tidak Insomnia	13
10.	R10	Sedang	13	R10	Tidak Insomnia	15
11.	R11	Sangat berat	36	R11	Berat	42
12.	R12	Ringan	6	R12	Tidak Insomnia	11
13.	R13	Sangat berat	36	R13	Berat	31
14.	R14	Sangat Berat	38	R14	Sangat Berat	40
15.	R15	Sangat berat	40	R15	Sangat Berat	42
16.	R16	Ringan	8	R16	Ringan	20
17.	R17	Ringan	8	R17	Ringan	22
18.	R18	Ringan	8	R18	Ringan	22
19.	R19	Sedang	13	R19	Ringan	24
20.	R20	Sedang	22	R20	Sangat Berat	39
21.	R21	Ringan	6	R21	Tidak Insomnia	11
22.	R22	Berat	32	R22	Sangat Berat	39
23.	R23	Berat	32	R23	Sangat Berat	38
24.	R24	Sedang	15	R24	Ringan	24
25.	R25	Berat	26	R25	Ringan	26
26.	R26	Ringan	5	R26	Tidak Insomnia	12
27.	R27	Ringan	10	R27	Berat	28
28.	R28	Ringan	12	R28	Berat	28
29.	R29	Sedang	15	R29	Ringan	24
30.	R30	Sedang	20	R30	Sangat Berat	36
31.	R31	Sedang	16	R31	Ringan	24
32.	R32	Sedang	16	R32	Ringan	23
33.	R33	Berat	29	R33	Berat	32
34.	R34	Ringan	6	R34	Tidak Insomnia	11
35.	R35	Sedang	18	R35	Berat	30
36.	R36	Sedang	18	R36	Berat	30
37.	R37	Berat	25	R37	Ringan	25
38.	R38	Berat	25	R38	Ringan	25
39.	R39	Berat	28	R39	Berat	32
40.	R40	Berat	30	R40	Berat	33
41.	R41	Berat	24	R41	Tidak Insomnia	16

No	Responden	PM	SKOR	Responden	Insomnia	Skor
42.	R42	Sangat Berat	42	R42	Sangat Berat	44
43.	R43	Sedang	13	R43	Tidak Insomnia	15
44.	R44	Sedang	16	R44	Ringan	24
45.	R45	Berat	28	R45	Berat	33
46.	R46	Sedang	16	R46	Ringan	24
47.	R47	Berat	28	R47	Berat	33
48.	R48	Ringan	5	R48	Tidak Insomnia	12
49.	R49	Ringan	8	R49	Ringan	20
50.	R50	Sangat Berat	37	R50	Berat	36

Kategori Merokok	Tidak Insomnia	Insomnia Ringan	Insomnia Berat	Insomnia Sangat Berat	Total
Perokok Ringan	6	5	2	0	13
Perokok Sedang	2	9	4	2	17
Perokok Berat	1	3	5	3	12
Perokok Sangat berat	0	1	3	4	8
Total	9	18	14	9	50

Lampiran 9 Output Analisis Univariat menggunakan SPSS

Frekuensi Data Perilaku Merokok Remaja Putra SMA Negeri 6 Kabupaten Kaur

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Perokok Ringan	13	26.0	26.0	26.0
Perokok Sedang	17	34.0	34.0	60.0
Perokok Berat	12	24.0	24.0	84.0
Perokok Sangat berat	8	16.0	16.0	100.0
Total	50	100.0	100.0	

Sumber : data primer yang sudah diolah (2026)

Frekuensi Data Insomnia Remaja Putra SMA Negeri 6 Kabupaten Kaur

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Tidak Insomnia	9	18.0	18.0	18.0
Insomnia Ringan	18	36.0	36.0	54.0
Insomnia Berat	14	28.0	28.0	82.0
Insomnia Sangat Berat	9	18.0	18.0	100.0
Total	50	100.0	100.0	

Sumber : Data primer yang sudah diolah (2026)

Lampiran 10 Output Analisis Bivariat Menggunakan SPSS

Tabulasi Silang Hubungan Perilaku Merokok Dengan Insomnia

Perilaku Merokok * Insomnia Crosstabulation							
		Insomnia				Total	
		Tidak Insomnia	Insomnia Ringan	Insomnia Berat	Insomnia Sangat Berat		
Perilaku Merokok	Perokok Ringan	Count	6	5	2	0	13
	Perokok Sedang	Count	2	9	4	2	17
	Perokok Berat	Count	1	3	5	3	12
	Perokok Sangat berat	Count	0	1	3	4	8
Total		Count	9	18	14	9	50
		Expected Count	9.0	18.0	14.0	9.0	50.0
		% within Perilaku Merokok	18.0%	36.0%	28.0%	18.0%	100.0%

Sumber : Data Primer yang diolah (2026)

Analisis Hubungan Perilaku Merokok Dengan Insomnia Pada Remaja Putra di SMA Negeri 6 Kabupaten Kaur**Uji Chi-Square**

Variabel	X ² (Chi-Square)	p-value	Keterangan
Perilaku merokok dengan insomnia	20.666	0,014	Ada hubungan signifikan

Sumber : Data Primer Yang Sudah Diolah (2026)

Lampiran 11 Surat Izin Penelitian Badan Kesatuan Bangsa Dan Politik



PEMERINTAH KABUPATEN KAUR BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK

Jalan Kolonel Samsul Bahrun Padang Kempas Telp (0739)61481 Fax (0739) 61477
Laman Kesbangpol.Kaurkab.go.id Pos-el kesbangpol

IZIN PENELITIAN

Nomor :200.1/ 39 /KESBANGPOL.BIW/2026

Dasar :

- a. Surat dari Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Bengkulu Nomor: 537-IP/DF.05-UMB/2026 tanggal 5 Maret 2026 dengan Prihal Permohonan Izin Penelitian. Permohonan diterima Tanggal 5 Maret 2026.

Nama : DEVENTRI SASTRAWAN
 NIM : 2114201038
 Pekerjaan : Mahasiswa
 Maksud : Melakukan Penelitian
 JudulProposal : "HUBUNGAN PERILAKU MEROKOK DENGAN INSOMNIA PADA REMAJA PUTRA DI SMA NEGERI 6 KABUPATEN KAUR"
 Tempat Penelitian : 1. SMA Negeri 6 Kabupaten Kaur
 Waktu Penelitian : 9 Maret – 21 Maret 2026
 Penanggung Jawab : Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Bengkulu

Pada prinsipnya Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kabupaten Kaur tidak keberatan diadakan penelitian dimaksud dengan ketentuan:

1. Sebelum melakukan penelitian harus melapor ke Dinas Pendidikan, Sma Negeri 6 Kabupaten Kaur.
2. Harus mematuhi semua Peraturan Perundang-undangan yang berlaku dan adat istiadat setempat.
3. Tidak dibenarkan penelitian yang tidak sesuai/tidak ada kaitannya dengan judul penelitian yang dimaksud.
4. Apabila masa berlaku izin penelitian ini sudah berakhir, sedangkan pelaksanaan penelitian belum selesai perpanjangan penelitian harus diajukan kembali kepada Instansi pemohon.
5. Setelah selesai melakukan penelitian agar melaporkan hasil penelitian kepada Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kabupaten Kaur.
6. Izin Penelitian ini akan dicabut kembali dan dinyatakan tidak berlaku apabila ternyata pemegang izin penelitian ini tidak mentaati atau tidak mengindahkan ketentuan-ketentuan tersebut diatas.

Demikian izin penelitian ini di keluarkan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bintuhan, 5 - 3 - 2026

a.n Kepala Badan
 Kepala Bidang Ideologi Wawasan
 Kebangsaan dan Ketahanan Ekonomi,
 Sosial, Budaya, Agama



Roliansyah, S.Sos
 NIP 197808032001031001

Tembusan di sampaikan kepada Yth :

1. Dinas Pendidikan
2. Sma Negeri 6 Kabupaten Kaur
3. Yang bersangkutan

Lampiran 12 Surat Izin Penelitian Dinas Pendidikan Dan Kebudayaan



PEMERINTAH PROVINSI BENGKULU
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
CABANG DINAS PENDIDIKAN WILAYAH IX BINTUHAN
 Jalan Raya Tanjung Iman, Kaur Tengah, Kaur, Bengkulu 38561,
 Pos-el cabdinpendidikan9@gmail.com

IZIN PENELITIAN

B.000/139/Cabdin Wil IX/2026

Dasar : Surat dari Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Bengkulu Nomor : 537-IP/DF.05-UMB/2026 tanggal 05 Maret 2026 perihal Izin Penelitian, Permohonan diterima tanggal 06 Maret 2026, Dengan ini diberikan izin untuk penelitian Skripsi kepada :

nama	:	DEVENTRI SASTRAWAN
NPM	:	2114201038
pekerjaan	:	Mahasiswa
maksud	:	Melakukan Penelitian
judul	:	"Hubungan Perilaku Merokok dengan Insomnia pada Remaja Putra di SMA Negeri 6 Kabupaten Kaur"
Tempat penelitian	:	SMA Negeri 6 Kaur
waktu	:	9 Maret s.d 21 Maret 2026
penanggungjawab	:	Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Bengkulu

Ketentuan :

1. Sebelum melakukan penelitian harus melapor ke SMA Negeri 9 Kaur;
2. Tidak dibenarkan penelitian yang tidak sesuai/tidak ada kaitannya dengan judul penelitian yang dimaksud;
3. Apabila masa berlaku izin penelitian ini sudah berakhir, sedangkan pelaksanaan penelitian belum selesai, maka perpanjangan penelitian harus diajukan kembali kepada instansi pemohon;
4. Izin penelitian ini akan dicabut kembali dan dinyatakan tidak berlaku apabila ternyata pemegang izin penelitian ini tidak mentaati atau tidak mengindahkan ketentuan ketentuan tersebut diatas.

Demikian surat izin penelitian ini dikeluarkan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Kepala Cabang Dinas Pendidikan
Wilayah IX Bintuhan
Kasubbag Tata Usaha,



Arina Gustina, S.E.
 Penata, III/c
 NIP. 198408232010012001

Lampiran 13 Surat Selesai Penelitian



**PEMERINTAH PROVINSI BENGKULU
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SMA NEGERI 6 KAUR**

Akreditasi B

Email : smannamkaur@yahoo.co.id
Jl. Desa Cahaya Negeri Kecamatan Luas Kabupaten Kaur Kode Pos 38561

SURAT KETERANGAN SELESAI PENELITIAN

Nomor : 070/2026.4 /SMAN6.K10/2026

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Tarmizi, S.Pd
Jabatan : Kepala Sekolah SMA NEGERI 6 KAUR

Dengan ini menerangkan bahwa:

Nama : Deventri Sastrawan
NPM : 2114201038
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : Ilmu Keperawatan
Universitas : Universitas Muhammadiyah Bengkulu

Telah selesai melakukan penelitian di SMA Negeri 6 Kaur pada tanggal 9 Maret 2026 – 31 Maret 2026 untuk memperoleh data dalam rangka penyusunan skripsi yang berjudul **“Hubungan Perilaku Merokok dengan Insomnia Pada Remaja Putra di SMA Negeri 6 Kabupaten Kaur”**

Demikian surat keterangan ini dibuat dan diberikan kepada yang bersangkutan untuk dipergunakan seperlunya.

Bengkulu, 31 Maret 2026

Kepala sekolah,


Tarmizi, S.Pd
NIP. 197105151993041001