

ABSTRAK

Konsumsi rokok sangat merugikan terutama bagi kesehatan. Masih banyak remaja laki-laki berusia 12-16 tahun yang merokok di wilayah Asem Mulya II RT.07 RW.03 Surabaya. Rokok yang dikonsumsi oleh remaja di wilayah tersebut dapat mempengaruhi pola tidur remaja karena kandungan dalam rokok seperti nikotin bersifat *neurostimulan* yang mampu menstimulasi sistem saraf otak untuk susah tidur. Selain itu adanya kebiasaan begadang dan jam tidur remaja yang diatas pukul 23.00 semakin membuat remaja untuk susah tidur. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui adanya hubungan konsumsi rokok dengan gangguan pola tidur pada remaja laki-laki di wilayah Asem Mulya II RT 07 RW 03 Surabaya.

Desain penelitian ini menggunakan analitik observasional dengan rancangan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini remaja laki-laki di wilayah Asem Mulya II RT.07 RW.03 Surabaya yang merokok sebesar 30 orang. Sampel sebesar 28 responden diambil secara *Probability Sampling* dengan teknik *Simple Random Sampling*. Data yang diambil menggunakan kuesioner. Hasil penelitian ditunjukkan dalam bentuk tabel dan narasi, tabulasi silang statistik menggunakan program SPSS uji *Kruskal-Wallis* dengan tingkat kemaknaan $\alpha = 0,05$.

Hasil penelitian menunjukkan dari 28 responden hampir setengahnya (42,0%) memiliki konsumsi rokok ringan, hampir seluruhnya (82,2%) mempunyai gangguan pola tidur, hasil uji *Kruskal-Wallis* didapatkan nilai nilai $p = 0,004$. Oleh karena nilai $p < 0,05$ maka H_0 ditolak yang artinya ada hubungan konsumsi rokok dengan gangguan pola tidur pada remaja laki-laki di wilayah Asem Mulya II RT.07 RW.03 Surabaya.

Simpulan dari penelitian ini semakin tinggi konsumsi rokok maka semakin tidak baik pola tidurnya dan menyebabkan gangguan pola tidur. Diharapkan bagi remaja laki-laki di wilayah Asem Mulya II RT.07 RW.03 Surabaya untuk berhenti merokok serta menanamkan hidup sehat dengan tidak begadang di malam hari agar tidak mengalami gangguan pola tidur.

Kata Kunci : Konsumsi Rokok, Gangguan Pola Tidur