

**HUBUNGAN DURASI PENGGUNAAN *GADGET* DENGAN GANGGUAN
POLA TIDUR PADA ANAK SEKOLAH DASAR
DI SDN RANDUAGUNG 01**

SKRIPSI



**Oleh:
Nabila Hainun Zakia
NIM. 21102032**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI
JEMBER
2025**

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul hubungan durasi penggunaan gadget dengan gangguan pola tidur pada anak sekolah dasar di SDN Randuagung 01 telah diuji dan disahkan oleh Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan pada:

Nama : Nabila Hainun Zakia

NIM : 21102032

Hari, Tanggal : 12 juni 2025

Program studi : Ilmu Kesehatan

Universitas dr. Soebandi

Ketua Penguji,

Lulut Sasmito, S.Kep.,Ns.,M.Kes.

NIDN.4009056901

Penguji II,

Achmad Sya'id, S.Kp.,Ns.,M.Kep.

NIDN.0701068103

Penguji III,

Kiswati, SST., M.Kes.

NIDN.4017076801

Mengesahkan
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan,
Universitas dr. Soebandi

Al Nur Zannah S.,ST.,M.Keb

NIDN.0719128902

HUBUNGAN DURASI PENGGUNAAN *GADGET* DENGAN GANGGUAN POLA TIDUR PADA ANAK SEKOLAH DASAR DI SDN RANDUAGUNG 01

RELATIONSHIP BETWEEN DURATION OF GADGET USE WITH SLEEP PATTERN DISORDERS IN ELEMENTARY SCHOOL CHILDREN AT SDN RANDUAGUNG 01

Nabila Hainun Zakia¹, Kiswati²

¹Ilmu keperawatan, Ilmu kesehatan, Universitas dr. Soebandi ²Poltekkes Kemenkes Malang, Prodi Kebidanan Jember Email : nabilahainunzakia@gmail.com, Email : kiswati.frq@gmail.com

Received:

Accepted:

Published:

Abstrak

Latar belakang : Periode kurang tidur pada anak salah satunya disebabkan karena penggunaan gadget yang terlalu lama. Gangguan tidur pada anak dapat mempengaruhi perkembangan fisik dan mentalnya seperti penurunan konsentrasi, kemampuan belajar dan gangguan kesehatan. Hasil studi pendahuluan terdapat 5 anak sering terlambat sekolah dikarenakan bangun kesiang, 5 anak setiap hari menggunakan gadget >3jam baik untuk mengerjakan tugas maupun bermain game. Anak setiap malam tidur jam 11 dan bangun jam 5 sedangkan hari libur tidur diatas jam 11 dan bangun jam 6. **Tujuan :** Penelitian ini untuk mengetahui hubungan durasi penggunaan gadget dengan gangguan pola tidur pada anak di SDN Randuagung 01. **Metode :** Penelitian kuantitatif ini menggunakan metode *cross sectional*. Populasi penelitian 58 siswa, dengan 50 sampel yang dipilih menggunakan Teknik *proporsional random sampling*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner. Analisa data yang digunakan uji *kendall-tau*. **Hasil :** Penelitian tentang responden yang menggunakan gadget sebagian besar dengan durasi sedang 66%. Dan yang memiliki gangguan pola tidur sebanyak 94%. Dari analisis uji *kendall- tau* nilai signifikan sebesar 0,040 ($< 0,05$) dan koefisien korelasi sebesar 0,244 mengindikasikan adanya hubungan positif dengan kekuatan korelasi yang lemah. **Kesimpulan :** Terdapat hubungan yang signifikan antara durasi penggunaan gadget dengan gangguan pola tidur pada anak di SDN Randuagung 01. Penting pengawasan orang tua untuk pengaturan waktu menggunakan gadget.

Kata Kunci : Durasi Penggunaan Gadget, Gangguan Pola Tidur, Anak Sekolah Dasar