

SKRIPSI

**HUBUNGAN TINGKAT KECANDUAN PENGGUNAAN *GADGET*
DENGAN POLA TIDUR PADA ANAK SEKOLAH DASAR
KELAS 4-6 DI SDN KRANGGAN 01 KECAMATAN GEGER
KABUPATEN MADIUN**



**OLEH :
ARIS PUJI SETYANINGRUM
NIM. 201902053**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
STIKES BHAKTI HUSADA MULIA MADIUN
2023**

SKRIPSI

HUBUNGAN TINGKAT KECANDUAN PENGGUNAAN GADGET DENGAN POLA TIDUR PADA ANAK SEKOLAH DASAR KELAS 4-6 DI SDN KRANGGAN 01 KECAMATAN GEGER KABUPATEN MADIUN

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Mendapatkan
Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep) Pada STIKES Bhakti Husada Mulia
Madiun



OLEH :

ARIS PUJI SETYANINGRUM

NIM. 201902053

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
STIKES BHAKTI HUSADA MULIA MADIUN**

2023

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi :

Nama : Aris Puji Setyaningrum
NIM : 201902053
Program Studi : Keperawatan
Judul : Hubungan Tingkat Kecanduan Penggunaan Gadget Dengan Pola Tidur Pada Anak Sekolah Dasar Kelas 4-6 Di SDN Kranggan 01 Kecamatan Geger Kabupaten Madiun.

Telah disetujui untuk diujikan dihadapan Dewa Penguji Skripsi pada tanggal 22 Agustus 2023

Oleh:

Menyetujui,
Pembimbing 1

Mega Arianti Putri, S.Kep., Ns., M.Kep
NIDN. 0701068901

Menyetujui,
Pembimbing 2

Priyoto, S.Kep., Ns., M.Kes
NIDN. 0725108201

Mengetahui,
Ketua Program Studi Keperawatan

Mega Arianti Putri, S.Kep., Ns., M.Kep
NIDN. 0701068901

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi Oleh :
Nama : Aris Puji Setyaningrum
NIM : 201902053
Program Studi : Keperawatan
Judul : Hubungan Tingkat Kecanduan Penggunaan Gadget
Dengan Pola Tidur Pada Anak Sekolah Dasar Kelas 4-6 Di
SDN Kranggan 01 Kecamatan Geger Kabupaten Madiun.

Telah dipertahankan di Depan Dewan Penguji Proposal Skripsi dan
dinyatakan telah memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar Sarjana
Keperawatan (S.Kep)

Pada Tanggal : 28 Agustus 2023

Ketua : Sesaria Betty Mulyati, S.Kep., Ns., M.Kes :
NIDN. 0708078802

Penguji I : Mega Arianti Putri, S.Kep., Ns., M.Kep :
NIDN. 0701068901

Penguji II : Priyoto, S.Kep., Ns., M.Kes :
NIDN. 0725108201

Mengesahkan,

STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun



Agus Kurniawan, S.Kep., Ns., M.Kes (Epid)
NIDN. 0217097601

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Aris Puji Setyaningrum

NIM : 201902053

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil pekerjaan saya sendiri dan di dalamnya tidak terdapat karya yang pernah diajukan dalam memperoleh gelar sarjana di suatu perguruan tinggi dan lembaga pendidikan lainnya. Pengetahuan yang diperoleh dari hasil penerbitan baik yang sudah maupun belum/tidak dipublikasikan, sumbernya dijelaskan dalam tulisan dan daftar pustaka.

Madiun, 22 Juni 2023



Aris Puji Setyaningrum
NIM. 201902053

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Aris Puji Setyaningrum

Jenis Kelamin : Perempuan

Tempat dan Tanggal Lahir : Madiun, 07 Agustus 2000

Agama : Islam

Alamat : Ds.Kranggan Rt.13 Rw.05 Kec.Geger Kab.Madiun

Email : Arispujisetyaningrum07@gmail.com

Riwayat Pendidikan :

1. Lulus dari TK RA Muslimat Fathimatuz Zahro pada tahun 2007
2. Lulus dari SDN Kranggan 02 pada tahun 2013
3. Lulus dari MTsN Kota Madiun pada tahun 2016
4. Lulus dari MAN 2 Kota Madiun pada tahun 2019
5. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bhakti Husada Mulia Madiun 2019-sekarang
6. Riwayat Pekerjaan : -

DAFTAR ISI

SAMPUL	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	Error! Bookmark not defined.
LEMBAR PENGESAHAN	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PERNYATAAN	iii
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	v
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR ISTILAH	xiii
DAFTAR SINGKATAN	xiv
ABSTRAK	xvii
ABSTRACT.....	xviii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.3.1 Tujuan Umum.....	5
1.3.2 Tujuan khusus.....	6
1.4 Manfaat Penelitian.....	6
1.4.1 Manfaat Teoritis	6
1.4.2 Manfaat Praktis	6
BAB II TINJAUAN TEORI	8
2.1. <i>Gadget</i>	8
2.1.1 Pengertian <i>Gadget</i>	8
2.1.2 Aplikasi penggunaan <i>gadget</i> pada anak usia sekolah	9
2.1.3 Efek Pemakaian <i>Gadget</i> dan Internet yang Patologis	10
2.1.4 Teori Melatonin.....	11
2.1.5 Alat Ukur Perilaku Penggunaan Gadget	12
2.2 Pola Tidur.....	13
2.2.5 Pola Tidur Normal.....	20

2.2.6 Gangguan pola tidur.....	21
2.2.7 Pola Tidur Pada Anak	24
2.2.8 Alat Ukur Pola Tidur.....	26
2.3 Anak	28
2.3.1 Definisi Anak	28
2.3.2 Konsep Dasar Siswa Sekolah Dasar	29
BAB III KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN	33
3.1 Kerangka Konseptual	33
3.2 Hipotesis Penelitian.....	35
BAB IV METODE PENELITIAN	36
4.1 Desain Penelitian.....	36
4.2 Populasi dan Sampel	36
4.2.1 Populasi	36
4.2.2 Sampel.....	36
4.3 Teknik Sampel	38
4.4 Kerangka Kerja Penelitian	39
4.5 Variabel Penelitian dan Definisi Operasional Variabel	40
4.5.1 Variabel Penelitian	40
4.5.2 Definisi Operasional Variabel.....	41
4.6 Instrumen Penelitian.....	42
4.7 Lokasi dan Waktu Penelitian	43
4.7.1 Lokasi Penelitian.....	43
4.7.2 Waktu Penelitian	43
4.8 Prosedur Pengumpulan Data	43
4.9 Analisa Data	44
4.9.1 Tehnik Pengolahan Data	44
4.10 Tehnik Analisa Data.....	47
4.10.1 Analisa Univariat	47
4.10.2 Analisa Bivariat.....	48
4.11 Etika Penelitian	49
BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	51

5.1.	Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	51
5.2.	Hasil Penelitian	52
5.2.1	Data Umum	52
5.2.2	Data Khusus	54
5.3	Pembahasan	56
5.3.2	Pola tidur Pada Anak Sekolah Dasar Kelas 4-6 di SDN Kranggan 01 Kecamatan Geger Kabupaten Madiun	58
5.3.3	Hubungan Tingkat Kecanduan Penggunaan <i>Gadget</i> Dengan Pola Tidur Pada Anak Sekolah Dasar Kelas 4-6 Di SDN Kranggan 01 Kecamatan Geger Kabupaten Madiun.	60
BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN		64
6.1	Kesimpulan.....	64
6.2	Saran	64
DAFTAR PUSTAKA		66
LAMPIRAN.....		69
Lampiran 1 Surat Pengambilan Data Awal.....		70
Petunjuk pengisian kuesioner :.....		77

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Pengambilan Data Awal.....	70
Lampiran 2 Hasil Uji Layak Etik	71
Lampiran 3 Surat Izin penelitian.....	72
Lampiran 4 Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian.....	73
Lampiran 5 Lembar Permohonan Menjadi Responden	74
Lampiran 6 Lembar Persetujuan Menjadi Responden	75
Lampiran 7 Lembar Penjelasan Penelitian.....	76
Lampiran 8 Kuesioner Penggunaan <i>Gadget (smartphone addiction)</i>	77
Lampiran 9 Kisi-Kisi Kuesioner Penggunaan <i>Gadget</i>	79
Lampiran 10 Kuesioner Pola Tidur (<i>SDSC</i>)	80
Lampiran 11 Kisi-Kisi Kuesioner Pola Tidur	82
Lampiran 12 Lembar Bimbingan Skripsi.....	83
Lampiran 13 Tabulasi Data Umum.....	84
Lampiran 14 Tabulasi Data Hasil Kuesioner Penggunaan <i>Gadget</i>	87
Lampiran 15 Tabulasi Data Hasil Kuesioner Pola Tidur	89
Lampiran 16 Data Uji Statistik	91
Lampiran 17 Dokumentasi	95

DAFTAR TABEL

Nomor	Judul Tabel	Halaman
Tabel 4.2	Definisi Operasional Variabel.....	42
Tabel 5.1	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kelas Siswa di SDN Kranggan 01	52
Tabel 5.2	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Siswa di SDN Kranggan 01	52
Tabel 5.3	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia Siswa di SDN Kranggan 01	53
Tabel 5.4	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pekerjaan Orang Tua Siswa Di SDN Kranggan 01.....	53
Tabel 5.5	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan Terakhir Orang Tua siswa Di SDN Kranggan 01	54
Tabel 5.3	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Kecanduan Penggunaan <i>Gadget</i> Anak di SDN Kranggan 01, 28 Juli 2023	54
Tabel 5.4	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pola Tidur Pada Anak di SDN Kranggan 01, 28 Juli 2023.....	55
Tabel 5.5	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Hubungan Tingkat Kecandun Penggunaan Gadget Dengan Pola Tidur Pada Anak di SDN Kranggan 01, 28 Juli 2023.....	55

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1	Kerangka Konseptual.....	34
Gambar 4.1	Kerangka Kerja Penelitian.....	40

DAFTAR ISTILAH

<i>Addiction</i>	: Kecanduan
<i>Favorable</i>	: Mendukung
<i>Try out</i>	: Uji coba
<i>Unfavorable</i>	: Tidak mendukung
<i>Unconsciousness</i>	: Ketidaksadaran
<i>Non rapid eye movement</i>	: Tidur setengah sadar
<i>Demensia</i>	: Hilang ingatan
<i>Ulkus peptikum</i>	: Luka terkikisnya dinding lambung
<i>Cross sectional</i>	: Penelitian untuk mempelajari korelasi
<i>Informed consent</i>	: Lembar persetujuan
<i>Editing</i>	: Penyuntingan data
<i>Coding</i>	: Pengkodean
<i>Data entry</i>	: Memasukkan data
<i>Tabulating</i>	: Tabulasi
<i>Spearman rank</i>	: Uji non parametik yang digunakan untuk penelitian
<i>Software</i>	: Perangkat lunak
<i>Actual count</i>	: Nilai frekuensi kenyataan
<i>Expected count</i>	: Frekuensi yang diharapkan

DAFTAR SINGKATAN

RISKESDAS	: Riset Kesehatan Dasar
STIKES	: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan
WHO	: <i>World Health Organization</i>
JATIM	: Jawa Timur
SDN	: Sekolah Dasar Negeri
SMP	: Sekolah Menengah Pertama
SMA	: Sekolah Menengah Atas
PNS	: Pegawai Negeri Sipil
REM	: <i>Rapid Eye Movement</i>
SPSS	: <i>Statistical Package for the Social Science</i>

KATA PENGANTAR

Segala puji syukur kehadiran Allah SWT atas limpahan rahmat dan hidayah-Nya, penulis dapat menyelesaikan proposal skripsi dengan judul “Hubungan tingkat kecanduan penggunaan gadget dengan pola tidur pada anak sekolah dasar kelas 4-6 di SDN Kranggan 01 Kecamatan Geger Kabupaten Madiun” ini dengan lancar.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan proposal skripsi ini tidak akan terselesaikan tanpa bimbingan dari berbagai pihak. Penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada :

1. Yatiningsih, S.Pd selaku kepala sekolah SDN Kranggan 01 Kecamatan Geger Kabupaten Madiun yang telah memberikan izin penelitian.
2. Zaenal Abidin, S.KM., M.Kes (Epid) selaku ketua STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun yang telah memberikan izin untuk penelitian.
3. Mega Arianti Putri, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku Ketua Prodi Sarjana Keperawatan STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun. Dan selaku pembimbing 1 dalam penyusunan skripsi ini dan yang telah merelakan waktunya dan sabar untuk membimbing penulis.
4. Priyoto, S.Kep.,Ns., M.Kes selaku pembimbing 2 yang telah merelakan waktunya dan sabar untuk membimbing penulis, sehingga penulis bisa menyelesaikan proposal skripsi ini.
5. Ibu Sesaria Betty Mulyati, S.Kep., Ns., M.Kes selaku dewan penguji proposal skripsi yang telah memberikan bimbingan dan meluangkan waktu untuk menguji proposal skripsi ini.
6. Pihak perpustakaan yang telah memberikan pelayanan yang baik dalam meminjamkan buku.
7. Bapak dan Ibu dosen yang telah memberikan ilmu, bimbingan, dan doa.
8. Terimakasih untuk bapak saya Hariyanto dan ibu saya Istini keluarga

tercinta yang selalu memberikan semangat dan dukungan dalam penyusunan proposal skripsi ini.

9. Terimakasih untuk teman saya (Dina Arni, Aldona, Dinda, Nurul, Herlin dan Shafiq) yang telah memberikan semangat serta selalu mendengarkan keluh kesah saya selama mengerjakan skripsi ini. Dan kami selalu punya slogan “ayo lulus bareng, masuk kuliah bareng, keluar kuliah bareng” serta teman-teman kelas B dan angkatan 2019 Keperawatan dan semua pihak yang banyak membantu dalam penyusunan proposal skripsi ini.

Penulis menyadari karena keterbatasan pengetahuan dan kemampuan dalam penyusunan proposal skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu saran dan kritik yang membangun dari pembaca sangat kami harapkan untuk kesempurnaan proposal skripsi ini.

Madiun, 28 Agustus 2023
Penulis,

ARIS PUJI SETYANINGRUM
NIM. 201902053

ABSTRAK

HUBUNGAN TINGKAT KECANDUAN PENGGUNAAN *GADGET* DENGAN POLA TIDUR PADA ANAK SEKOLAH DASAR KELAS 4-6 DI SDN KRANGGAN 01 KECAMATAN GEGER KABUPATEN MADIUN

Aris Puji Setyaningrum

Gangguan pola tidur adalah kondisi dimana seseorang mengalami perubahan jumlah dan kualitas pola tidur yang menyebabkan ketidak nyamanan. Faktor yang mempengaruhi pola tidur pada anak adalah kebiasaan seperti gaya hidup yang kecanduan akan teknologi. Tujuan penelitian ini untuk menganalisis hubungan tingkat kecanduan penggunaan *gadget* dengan pola tidur pada anak sekolah dasar kelas 4-6 di SDN Kranggan 01 Kecamatan Geger Kabupaten Madiun.

Penelitian ini menggunakan pendekatan *cross sectional*. Teknik sampling penelitian ini adalah *simple random sampling*. Terdapat 38 responden kelas 4-6. Analisa data menggunakan uji *Spearman Rank* untuk mengetahui hubungan tingkat kecanduan penggunaan *gadget* dengan pola tidur pada anak sekolah dasar kelas 4-6 di SDN Kranggan 01 Kecamatan Geger Kabupaten Madiun.

Hasil penelitian sebagian besar 29 responden (76,3%) tingkat kecanduan *gadget* sedang dan 9 responden (15,8%) tingkat penggunaan *gadget* rendah. Sebagian besar 31 responden (81,6%) memiliki gangguan tidur dan 7 responden (18,4%) tidak memiliki gangguan tidur. Hasil analisa bivariat terdapat hubungan tingkat kecanduan penggunaan *gadget* dengan pola tidur dengan $p\text{-value} = (0,002) < \alpha (0,05)$ artinya ada hubungan tingkat kecanduan penggunaan *gadget* dengan pola tidur pada anak sekolah dasar kelas 4-6 di SDN Kranggan 01 Kecamatan Geger Kabupaten Madiun.

Diharapkan responden dapat mengontrol penggunaan *gadget* agar kualitas tidur membaik. Dan diharapkan guru di SDN Kranggan 01 sering memberikan edukasi tentang penggunaan gadget dalam mengontrol pola tidur untuk siswa.

Kata kunci : Kecanduan *Gadget*, Pola Tidur Anak

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP LEVELS OF GADGET USE ADDICTION WITH SLEEP PATTERN IN ELEMENTARY SCHOOL CHILDREN GRADE 4-6 AT SDN KRANGGAN 01 GEGER DISTRICT, MADIUN DISTRICT

Aris Puji Setyaningrum

Disturbed sleep patterns are conditions in which a person experiences a risk of changes in the amount and quality of rest patterns that cause discomfort. Factors that influence sleep patterns in school children are habits such as a lifestyle that is dependent on technology. The purpose of this study was to analyze the relationship between the level of addiction to using gadgets and sleep patterns in elementary school children in grades 4-6 at SDN Kranggan 01, Geger District, Madiun Regency.

This study used a cross sectional approach. The sampling technique of this research is simple random sampling. There are 38 respondents in class 4-6. Data analysis used the Spearman Rank test to determine the relationship between the level of addiction to using gadgets and sleep patterns in elementary school children grades 4-6 at SDN Kranggan 01, Geger District, Madiun Regency.

The results of the study were that most of the 29 respondents (76.3%) had a moderate level of gadget addiction and 9 respondents (15.8%) had a low level of gadget use. Most of the 31 respondents (81.6%) had sleep disorders and 7 respondents (18.4%) did not have sleep disorders. The results of the bivariate analysis found a relationship between the level of addiction to using gadgets and sleeping patterns with $p\text{-value} = (0.002) < \alpha (0.05)$ meaning that there was a relationship between the level of addiction to using gadgets and sleep patterns in elementary school children in grades 4-6 at SDN Kranggan 01 District Madiun Regency commotion.

It is expected that respondents can control the use of gadgets so that sleep quality improves. And it is hoped that teachers at SDN Kranggan 01 will often provide education about the use of gadgets in controlling sleep patterns for students.

Keywords : *Gadget addiction, Children's sleep patterns*