

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN FAKULTAS KEPERAWATAN
INSTITUT KESEHATAN PAYUNG NEGERI PEKANBARU**

Penelitian, 22 februari 2025

**Aufa Mona
21301062**

**Hubungan Lama Penggunaan *Gadget* Dengan Gangguan Pola Tidur Anak Di
SD Negeri 110 Pekanbaru**

Xi+57 Halaman+11 Tabel+11 Lampiran

ABSTRAK

Gadget merupakan salah satu perangkat yang bisa mengakses berbagai informasi yang dimana sangat menarik minat terutama pada anak usia sekolah. Namun penggunaan *gadget* yang berlebih pada anak usia sekolah akan menyebabkan dampak negatif seperti gangguan pola tidur, penurunan konsentrasi, dan berkurangnya minat dalam belajar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan lama penggunaan *gadget* dengan gangguan pola tidur anak sekolah dasar. Desain penelitian yang digunakan adalah deskriptif analitik dengan pendekatan cross sectional, yang dimana pada penelitian ini untuk melihat ada tidaknya hubungan antara variabel independent dengan dependent dengan mengukur atau mengobservasi pada satu waktu saja. Penelitian ini dilakukan di Sekolah Dasar Negeri 110 Kota Pekanbaru Provinsi Riau pada. Instrumen yang digunakan pada penelitian ini yaitu alat ukur berupa kuesioner lama penggunaan *gadget* dan gangguan pola tidur anak. Teknik sampling pada penelitian ini menggunakan pengambilan sampel secara random bertingkat (Stratified Random Sampling). Stratified sampling digunakan untuk memperkirakan parameter populasi dengan ketelitian yang lebih tinggi. Sampel pada penelitian ini sebesar 168 responden yaitu siswa dari kelas 4 sampai kelas 6. Analisis yang digunakan yaitu untuk melihat hubungan dari lama penggunaan *gadget* terhadap gangguan pada pola tidur anak sekolah dasar. Hasil uji statistik hasil chi-square menunjukan sebesar 20.901 dengan $P \text{ value} = 0.000 < 0.05$, maka H_0 ditolak yang dapat dinyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan lama penggunaan *gadget* dengan gangguan pola tidur anak di SD Negeri 110 Pekanbaru, rekomendasi dari dinas pendidikan kota pekanbaru.

Kata Kunci : *Gadget*, Gangguan Pola Tidur Anak
Daftar Bacaan : 58 (2018 – 2024)

**BACHELOR OF NURSING PROGRAM, FACULTY OF NURSING
PAYUNG NEGERI INSTITUTE OF HEALTH SCIENCE**

Research, 22 februari 2025

Aufa Mona

21301062

The relationship between long use of gadgets and disturbed sleep patterns in children at SD Negeri 110 Pekanbaru

Xi+57 pages+11 schemes+11 appendixes

ABSTRACT

Gadgets are a device that can access various information which is of great interest, especially to school-age children. However, excessive use of gadgets in school-aged children will cause negative impacts such as disrupted sleep patterns, decreased concentration, and reduced interest in learning. This study aims to determine the relationship between prolonged use of gadgets and disturbed sleep patterns in elementary school children. The research design used is descriptive analytical with a cross sectional approach, which in this research is to see whether there is a relationship between the independent and dependent variables by measuring or observing at one time only. This research was conducted at State Elementary School 110 Pekanbaru City, Riau Province in. The instrument used in this research is a measuring tool in the form of a questionnaire about the duration of gadget use and disturbances in children's sleep patterns. The sampling technique in this research used stratified random sampling (Stratified Random Sampling). Stratified sampling is used to estimate population parameters with higher accuracy. The sample in this study was 168 respondents, namely students from grade 4 to grade 6. The analysis used was to see the relationship between the length of gadget use and disturbances in the sleep patterns of elementary school children. The results of the chi-square statistical test show 20.901 with P value = $0.000 < 0.05$, so H_0 is rejected which can be stated that there is a significant relationship between the length of gadget use and disruption of children's sleep patterns at SD Negeri 110 Pekanbaru, recommended by the Pekanbaru city education office.

Keywords : *Gadgets, Children's Sleep Pattern Disorders*

References : 58 (2018 – 2024)