

SKRIPSI

**HUBUNGAN PENGGUNAAN GADGET DENGAN LAMA WAKTU
TIDUR ANAK USIA SEKOLAH DI SDN 11 LUBUK BUAYA**

KOTA PADANG

Penelitian Keperawatan Anak



Ns. Hermalinda, M.Kep., Sp.Kep.An, Ph.D

Ns. Mutia Farlina, M.Kep., Sp.Kep.An

FAKULTAS KEPERAWATAN

UNIVERSITAS ANDALAS

TAHUN 2026

FAKULTAS KEPERAWATAN

UNIVERSITAS ANDALAS

AGUSTUS 2026

Nama : Selvia Wima Dinata

NIM : 2511316011

Hubungan Penggunaan Gadget dengan Lama Waktu Tidur pada Anak Usia Sekolah di SDN 11 Lubuk Buaya Kota Padang

ABSTRAK

Kurangnya tidur memiliki dampak pada pertumbuhan, perkembangan dan psikologi anak. Lama waktu tidur pada anak dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya adalah penggunaan gadget. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan penggunaan gadget dengan lama waktu tidur anak usia sekolah di SDN 11 Lubuk Buaya Kota Padang. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional. Sampel Penelitian berjumlah 263 siswa yang dipilih menggunakan teknik *Convenience sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner penggunaan gadget dan lama waktu tidur, kemudian di analisis menggunakan uji Chi-square. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar anak (65,0%) memiliki penggunaan gadget kategori baik, dan sebagian besar (52,5%) memiliki lama waktu tidur kategori cukup. Hasil analisis bivariat terdapat hubungan yang bermakna antara penggunaan gadget dengan lama waktu tidur ($p < 0,001$). Berdasarkan hasil penelitian ini, diharapkan terjalinnya kerjasama antara sekolah dengan tenaga kesehatan untuk melakukan sosialisasi bersama orang tua tentang pentingnya peran orang tua dalam pembatasan durasi gadget yang aman bagi anak dan pengaturan waktu tidur anak.

Kata Kunci : Anak usia sekolah, Penggunaan gadget, Lama waktu tidur

Daftar Pustaka : 60 (2014 – 2026)

FACULTY OF NURSING

ANDALAS UNIVERSITY

AUGUST 2026

Name : Selvia Wima Dinata

Student ID : 2511316011

The Relationship Between Gadget Use and Sleep Duration in School-Aged Children at SDN 11 Lubuk Buaya, Padang City

ABSTRACT

Lack of sleep affects children's growth, development, and psychology. The amount of sleep children get can be influenced by several factors, one of which is gadget use. This study aims to find out the relationship between gadget use and the amount of sleep in school-age children at SDN 11 Lubuk Buaya, Padang City. This research uses a quantitative design with a cross-sectional approach. The study sample consisted of 263 students selected using convenience sampling. Data were collected using questionnaires on gadget use and sleep duration, then analyzed using the Chi-square test. The results showed that most children (65.0%) had good gadget usage, and most (52.5%) had a sufficient amount of sleep. Bivariate analysis results indicate a significant relationship between gadget use and sleep duration ($p < 0.001$). Based on the results of this study, it is hoped that collaboration between schools and healthcare workers can be established to conduct socialization with parents about the importance of parental roles in limiting safe gadget use duration for children and managing children's sleep time.

Keywords: School-aged children, Gadget use, Sleep duration

Bibliography: 60 (2014–2026)