

**HUBUNGAN DURASI PENGGUNAAN *GADGET* DAN
KUALITAS TIDUR DENGAN PERKEMBANGAN
EMOSIONAL PADA SISWA DI SD NEGERI 1
KARANGKAMULYAN KABUPATEN KUNINGAN
TAHUN 2025**

SKRIPSI

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar
Sarjana Pada Program Studi S1 Keperawatan
Universitas Bhakti Husada Indonesia**

Oleh :

TRIA REVIANTI

CKR0210130



**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BHAKTI HUSADA INDONESIA
KUNINGAN
2025**

LEMBAR PERSETUJUAN

SKRIPSI

**HUBUNGAN DURASI PENGGUNAAN GADGET DAN
KUALITAS TIDUR DENGAN PERKEMBANGAN
EMOSIONAL PADA SISWA DI SD NEGERI 1
KARANGKAMULYAN KABUPATEN KUNINGAN
TAHUN 2025**

Diajukan Oleh :

**TRIA REVIANTI
CKR0210130**

Kuningan, 2025
Telah Disetujui Oleh

Pembimbing 1



Cecep Heriana, S.KM., MPH., P.hD
NUPTK. 1062763664130230

Pembimbing II



Ns. Ayip Syarifudin Nur, S.Kep., M.Kep
NUPTK. 4557770671130292

LEMBAR PENGESAHAN

HUBUNGAN DURASI PENGGUNAAN GADGET DAN KUALITAS TIDUR DENGAN PERKEMBANGAN EMOSIONAL PADA SISWA DI SD NEGERI 1 KARANGKAMULYAN KABUPATEN KUNINGAN TAHUN 2025

Skripsi Telah Diajukan Oleh Tim Penguji Program Studi S1 Keperawatan
Universitas Bhakti Husada Indonesia

Pada Juli 2025

Mengesahkan,

Penguji I



Ns. Khusnul Aini, M.Kep.Sp.KepJ
NUPTK. 5637758659237100

Penguji II



Cecep Heriana, S.KM., MPH., P.hD
NUPTK. 1062763664130230

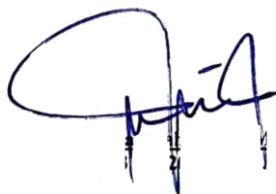
Penguji III



Ns. Ayip Svarifudin Nur, S.Kep., M.Kep
NUPTK. 4557770671130292

Mengetahui,

**Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Bhakti Husada Indonesia**



Ns. Heri Hermansyah, S.Kep., M.KM NIK.
83110220904024

**Ketua Program Studi S1 Keperawatan
Universitas Bhakti Husada Indonesia**



Ns. Neneng Aria Nengsih, S.Kep., M.Kep
NIK.811007.2010.040

LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Tria Revianti

NIM : CKR0210130

Kelas : Reguler C

Program Studi : S1 Keperawatan

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “ Hubungan SDN 1 Karangkamulyan Kabupaten Kuningan Tahun 2025“ beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri dan tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan kode etika keilmuan yang berlaku dalam masyarakat. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung risiko/sanksi dijatuhkan kepada saya apabila ditemukan pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam karya saya ini atau klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Kuningan, Juli 2025

Penulis



Tria Revianti

ABSTRAK

Latar Belakang: Penggunaan gadget yang berlebihan pada anak dapat menimbulkan dampak negatif seperti kecanduan, gangguan tidur, kelelahan mata, postur tubuh yang buruk, gangguan penglihatan, serta penurunan fungsi kognitif. Salah satu aspek yang dikhawatirkan terdampak adalah perkembangan emosional anak, khususnya pada usia sekolah dasar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara durasi penggunaan gadget dan kualitas tidur dengan perkembangan emosional siswa di SD Negeri 1 Karangkamulyan, Kabupaten Kuningan, tahun 2025.

Metode: Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian adalah seluruh siswa SD Negeri 1 Karangkamulyan sebanyak 96 siswa, dan sampel yang digunakan berjumlah 57 siswa. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner durasi penggunaan gadget, kuisisioner PSQI (*Pittsburgh Sleep Quality Index*), kuisisioner SDQ (*Strengths and Difficulties Questionnaire*). Analisis data dilakukan secara univariat dengan distribusi frekuensi dan persentase, serta analisis bivariat menggunakan uji Rank Spearman.

Hasil: Sebanyak 25 siswa (43,9%) memiliki durasi penggunaan gadget yang lama. Sebanyak 29 siswa (50,9%) memiliki kualitas tidur yang buruk, dan 28 siswa (49,1%) menunjukkan perkembangan emosional dalam kategori normal. Terdapat hubungan signifikan antara durasi penggunaan gadget dengan perkembangan emosional ($p\text{-value} = 0,000$, $\rho = 0,557$) serta antara kualitas tidur dengan perkembangan emosional ($p\text{-value} = 0,020$, $\rho = 0,308$).

Kesimpulan : Durasi penggunaan gadget yang lama dan kualitas tidur yang buruk berhubungan dengan perkembangan emosional siswa.

Saran : orang tua dan sekolah untuk membatasi penggunaan gadget serta membentuk kebiasaan tidur yang sehat pada anak. Responden gunakan gadget untuk keperluan yang penting dan edukatif.

Kata kunci: *Gadget*, Kualitas Tidur, Perkembangan Emosional, Anak Sekolah Dasar

Pustaka : 9 buku (2018-2022), 40 Jurnal (2019-2024)

**BHAKTI HUSADA INDONESIA UNIVERSITY
FACULTY OF HEALTH SCIENCES
NURSING STUDY PROGRAM**

UNDERGRADUATE THESIS, JULY 2025

**TRIA REVIANTI
CKR0210130**

**THE RELATIONSHIP BETWEEN GADGET USAGE DURATION AND
SLEEP QUALITY WITH EMOTIONAL DEVELOPMENT AMONG
STUDENTS AT SD NEGERI 1 KARANGKAMULYAN, KUNINGAN
REGENCY IN 2025**

Xii + 109 pages + 5 tables + 2 charts + 14 appendices

ABSTRACT

Background: Excessive gadget use among children can lead to negative effects such as addiction, sleep disturbances, eye strain, poor posture, nearsightedness, and reduced cognitive abilities. One of the most concerning impacts is on children's emotional development, especially at the elementary school level. This study aims to determine the relationship between gadget usage duration and sleep quality with the emotional development of students at SD Negeri 1 Karangkamulyan, Kuningan Regency, in 2025.

Methods: This research is a quantitative study with a cross-sectional design. The population consists of 96 students from SD Negeri 1 Karangkamulyan, with a sample size of 57 students. Data collection was conducted using a questionnaire duration of gadget usage, questionnaire PSQI (Pittsburgh Sleep Quality Index), questionnaire SDQ (Strengths and Difficulties Questionnaire). Univariate analysis was performed using frequency and percentage distribution, while bivariate analysis used the Spearman Rank test.

Results: A total of 25 students (43.9%) had a long duration of gadget usage. Furthermore, 29 students (50.9%) had poor sleep quality, and 28 students (49.1%) were categorized as having normal emotional development. There was a significant relationship between gadget usage duration and emotional development ($p\text{-value} = 0.000$, $\rho = 0,557$), as well as between sleep quality and emotional development ($p\text{-value} = 0.020$, $\rho = 0,308$).

Conclusion: Long gadget usage duration and poor sleep quality are associated with students' emotional development.

Suggestion: Parents and schools are encouraged to limit gadget usage and promote healthy sleep habits among children. Respondents use gadgets for important and educational purposes.

Keywords : Gadget, Sleep Quality, Emotional Development, Elementry School Children

References : 9 books (2018-2022), 40 Journals (2019-2024)

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	i
LEMBAR PENGESAHAN.....	ii
LEMBAR PERNYATAAN.....	iii
LEMBAR PERSEMBAHAN	iv
ABSTRAK.....	vi
<i>ABSTRACT</i>.....	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR BAGAN	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian	6
1.3.1 Tujuan Umum.....	6
1.3.2 Tujuan Khusus.....	6
1.4 Manfaat Penelitian.....	7
1.4.1 Manfaat Teoritis	7
1.4.2 Manfaat Praktis	7
1.5 Keaslian Penelitian	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	11
2.1 Konsep <i>Gadget</i>	11
2.1.1 Definisi <i>Gadget</i>	11
2.1.2 Pengaruh Gadget Terhadap Anak	12
2.1.3 Dampak Penggunaan <i>Gadget</i>	13
2.1.4 Durasi Penggunaan Gadget	14
2.2 Kualitas Tidur.....	15
2.2.1 Definisi Kualitas Tidur	15
2.2.2 Fungsi Tidur	16

2.2.3 Tahapan Tidur.....	16
2.2.4 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Tidur.....	19
2.3 Konsep Tumbuh Kembang Anak	20
2.3.1 Definisi Perkembangan Anak.....	20
2.3.2 Tahapan Perkembangan Anak	22
2.3.3 Aspek-aspek Perkembangan Anak	23
2.3.4 Faktor faktor yang Mempengaruhi Tumbuh Kembang.....	25
2.4 Konsep Anak <i>Middle Childhood</i>	26
2.4.1 Definisi Anak <i>Middle Childhood</i>	26
2.4.2 Karakteristik Anak <i>Middle Childhood</i>	27
2.5 Kerangka Teori.....	28
BAB III KERANGKA KONSEP, DEFINISI OPERASIONAL DAN HIPOTESIS	29
3.1 Kerangka Konsep	29
3.2 Definisi Operasional	30
3.3 Hipotesis	31
BAB IV METODE PENELITIAN	32
4.1 Jenis dan Desain Penelitian	32
4.2 Variable Penelitian	33
4.2.1 Variable Independent (Bebas)	33
4.2.2 Variable Terikat	33
4.3 Populasi dan Sempel	34
4.3.1 Populasi	34
4.3.2 Sampel	34
4.3.3 Teknik Pengambilan Sampel	35
4.4 Instrumen Penelitian	38
4.5 Validasi dan Reabilitas Data	41
4.5.1 Validasi.....	41
4.5.2 Reliabilitas	42
4.6 Teknik Pengumpulan Data.....	42
4.6.1 Sifat dan Sumber data.....	42
4.6.2 Alur Pengumpulan Data	43
4.7 Pengolahan dan Analisis Data	44

4.7.1 Teknik Pengumpulan	44
4.8 Analisis Data.....	46
4.8.1 Analisis Univariat.....	46
4.8.2 Analisis Bivariat	47
4.9 Etika Penelitian.....	48
4.10 Lokasi dan Waktu Penelitian	49
4.10.1 Lokasi Penelitian	49
4.10.2 Waktu Penelitian.....	49
4.11 Jadwal Penelitian	50
4.12 Alur Penelitian	50
BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	51
5.1 Hasil Penelitian.....	51
5.1.1 Analisis Univariat.....	51
5.1.2 Analisis Bivariat	53
5.2 Pembahasan	55
5.2.1 Gambaran durasi penggunaan gadget pada siswa di SDN 1 Karangkamulyan Tahun 2025	55
5.2.2 Gambaran kualitas tidur pada siswa di SD Negeri 1 Karangkamulyan Tahun 2025	59
5.2.3 Gambaran perkembangan emosional pada siswa di SDN 1 Karangkamulyan Tahun 2025	61
5.2.4 Hubungan durasi penggunaan gadget dengan perkembangan emosional pada siswa di SDN Karangkamulyan Tahun 2025.....	63
5.2.5 Hubungan Kualitas Tidur dengan perkembangan emosional pada siswa di SDN Karangkamulyan Tahun 2025	65
5.3 Keterbatasan Penelitian	67
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN.....	66
6.1 Simpulan.....	66
6.2 Saran.....	66
DAFTAR PUSTAKA.....	68
LAMPIRAN	73

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian	9
Tabel 3. 1 Definisi Operasional	30
Tabel 4. 1 Jumlah Sampel Setiap Kelas	37
Tabel 4. 2 Interpretasi Total masing-masing Skala Kuesioner SDQ (<i>Strengths and Difficulties Questionnaire</i>).	41
Tabel 4.3 Kisi-kisi Pertanyaan dan Pernyataan Kuesioner	41
Tabel 4.4 interpretasi frekuensi dan presentase responden.....	47
Tabel 4. 5 Panduan Interpretasi Hasil berdasarkan Kekuatan Korelasi.....	48
Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi durasi penggunaan gadget pada siswa di SDN 1 Karangkamulyan Tahun 2025	51
Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi kualitas tidur pada siswa di SD Negeri 1 Karangkamulyan Tahun 2025	52
Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Perkembangan Emosional pada siswa di SD Negeri 1 Karangkamulyan Tahun 2025	52
Tabel 5.4 Hubungan durasi penggunaan gadget dengan perkembangan emosional pada siswa di SDN Karangkamulyan Tahun 2025	53
Tabel 5.5 Hubungan durasi penggunaan gadget dan kualitas tidur dengan perkembangan emosional pada siswa di SDN Karangkamulyan Tahun 2025	54

DAFTAR BAGAN

Bagan 2. 1 Kerangka Teori.....	28
Bagan 3. 1 Kerangka Konsep Penelitian	29
Bagan 4. 1 Alur Penelitian.....	50