

INSTITUT TEKNOLOGI DAN KESEHATAN MAHARDIKA
FAKULTAS KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
Skripsi, Juli 2025
Feni Novia¹, Nonok Karlina², Yasep Azzery³
HUBUNGAN KECANDUAN GADGET DENGAN KUALITAS TIDUR
PADA REMAJA DI SMPN 2 SEDONG KABUPATEN
CIREBON

V+99 Halaman + 6 Tabel + 2 Bagan + 13 Lampiran

ABSTRAK

Teknologi yang berkembang dari zaman ke zaman pada saat ini mempunyai peran yang sangat penting bagi manusia. Salah satu alat komunikasi paling berkembang pada saat ini yaitu dengan adanya gadget. Kecanduan gadget adalah sebagai suatu keterikatan dengan gadget yang disertai kurangnya kontrol serta memiliki dampak negatif bagi individu salah dampaknya adalah kualitas tidur yang buruk.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kecanduan gadget dengan kualitas tidur pada remaja di SMPN 2 Sedong Kabupaten Cirebon dengan jumlah sampel sebanyak 224.

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dan merupakan penelitian *Cross-Sectional* dengan Teknik pengambilan sampel Purposive Sampling dengan populasi 224 dan sampel menggunakan rumus slovin sebanyak 70 siswa. Instrumen yang digunakan adalah Teknik analisis yang digunakan yaitu kuesioner SAS dan *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI) dengan menggunakan skala ordinal sehingga Teknik analisis yang digunakan adalah uji chi-Square.

Berdasarkan hasil analisis pada penelitian ini maka dapat disimpulkan bahwa hasil analisis menggunakan *Smartphone Addiction Scale Short Version* (SAS-SV) menunjukkan Tingkat kecanduan gadget tinggi dengan 47 responden (67,1%). Kemudian hasil interpretasi dengan PSQI mayoritas responden memiliki nilai kualitas tidur yang buruk yaitu 41 responden (58,6%). Terdapat hubungan yang signifikan antara kecanduan gadget dengan kualitas tidur pada Remaja di SMPN 2 Sedong Kabupaten Cirebon didapatkan hasil P-value 0.000 ($P < 0,5$).

Kata Kunci : Kecanduan Gadget, Kualitas Tidur, Remaja

Daftar Pustaka : 37 (2015-202)

**MAHARDIKA INSTITUTE OF TECHNOLOGY AND HEALTH
FACULTY OF HEALTH**

Study Program Of Nursing Science

Mini Thesis is, June

Feni Novia¹, Nonok Karlina², Yasep Azzery³

***THE RELATIONSHIP BETWEEN GADGET ADDICTION AND SLEEP
QUALITY IN ADOLESCENTS AT SMPN
2 SEDONG KABUPATEN CIREBON***

V+99 Pages+6 Tables+2 Charts+13 Appendices

ABSTRACT

Technology, which has evolved over time, plays a crucial role in human development. Gadgets are one of the most advanced communication tools today. Gadget addiction is a preoccupation with gadgets, accompanied by a lack of control, and has negative impacts on individuals, one of which is poor sleep quality.

This study aims to determine the relationship between gadget addiction and sleep quality in adolescents at SMPN 2 Sedong, Cirebon Regency, with a sample size of 224.

This study used quantitative methods and was a cross-sectional study with purposive sampling technique. The population of 224 students was 70 students, with the Slovin formula used as a sample. The instruments used were the SAS questionnaire and the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) using an ordinal scale. The chi-square test was used for analysis

Based on the results of the analysis in this study, it can be concluded that the results of the analysis using the Smartphone Addiction Scale Short Version (SAS-SV) showed a high level of gadget addiction with 47 respondents (67.1%). Then the results of the interpretation with PSQI, the majority of respondents had poor sleep quality scores, namely 41 respondents (58.6%). There is a significant relationship between gadget addiction and sleep quality in adolescents at SMPN 2 Sedong, Cirebon Regency, with a P-value of 0.000 ($P < 0.5$).

Keywords : Gadget Addiction, Sleep Quality, Adolescents

Bibliography: 37 (2015-2024)