

ABSTRAK

**HUBUNGAN INTENSITAS PENGGUNAAN GADGET DENGAN
KUALITAS TIDUR DAN INTERAKSI SOSIAL PADA REMAJA DI SMA
NEGERI 7 SURABAYA**

Venni Hariani

Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga

vennihariani@yahoo.com

Pendahuluan: Di era globalisasi ini, remaja sering menghabiskan waktu dengan menggunakan *gadgetnya*, seperti di malam hari sebelum tidur, kebiasaan ini akan mengganggu tidur dan menyebabkan kualitas tidur yang buruk. Remaja yang tidak dapat dipisahkan dari *gadget* akan membuat mereka kurang dan malas untuk berinteraksi secara sosial, jika hal ini terjadi terus menerus akan berdampak kurang baik pada interaksi sosialnya. **Metode:** Desain dalam penelitian ini adalah *cross-sectional* dengan *Simple Random sampling*. Populasi dalam penelitian ini adalah 711 orang. Hasil perhitungan Lemeshow, didapatkan sampel sebesar 250 remaja dengan usia 15-18 tahun. Kriteria inklusi pada penelitian ini adalah remaja yang memiliki *gadget*, sedangkan kriteria eksklusi pada penelitian ini adalah siswa yang tidak masuk sekolah dengan alasan apapun. Pengumpulan data menggunakan kuesioner intensitas penggunaan *gadget*, *Piitsburgh Sleep Quality Index* (PSQI) dan *Social Interaction Anxiety Scale* (SIAS) serta dianalisis dengan uji *Spearman* dengan derajat signifikan $p < 0,05$. Variabel independen dari penelitian ini adalah Penggunaan *Gadget* pada Remaja, variabel dependen dari penelitian ini adalah Kualitas Tidur dan Interaksi Sosial. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara intensitas penggunaan *gadget* dengan kualitas tidur dan interaksi sosial pada remaja. Adanya korelasi antara intensitas penggunaan *gadget* dengan kualitas tidur ($p=0,001$). Adanya korelasi antara intensitas penggunaan *gadget* dengan interaksi sosial ($p=0,001$). **Diskusi:** Remaja yang menggunakan *gadgetnya* dengan intensitas yang tinggi akan berdampak pada kualitas tidur dan interaksi sosialnya. Oleh karena itu penyebab kualitas tidur yang buruk dan interaksi sosial yang kurang baik harus dapat diketahui sedini mungkin agar masalah tersebut dapat teratasi.

Kata kunci : Remaja, *Gadget*, Kualitas Tidur, Interaksi Sosial

ABSTRACT

**THE CORRELATION BETWEEN INTENSITY OF GADGET USAGE,
SLEEP QUALITY, AND SOCIAL INTERACTION OF ADOLESCENTS IN
SMAN 7 SURABAYA**

Venni Hariani

Faculty of Nursing Airlangga University

vennihariani@yahoo.com

Introduction: In globalization era, adolescents frequently spend time for playing gadget, such as at night before bedtime, this habit cause poor sleep quality. Adolescents who cannot be separated from gadget will lazy to interact socially. In long term situation, this may cause them to experience the negative impact on their social interaction. **Method:** This research is cross-sectional research. This research uses Simple Random Sampling in collecting the samples. The number of pupulation in this research is 711 people. The result of Lemeshow's calculation obtains a sample which consists of 250 adolescents aged 15-18 years. The inclusion criteria in this research are adolescents who have a gadget, while the exclusion criteria in this research are adolescents who did not attend school for any reason. The data was collected by using questionnaire of intensity of gadget usage, *Piitsburgh Sleep Quality Index* (PSQI and *Social Interaction Anxiety Scale* (SIAS). The data was analyzed by Spearman test with significant degree $p < 0.05$. The independent variable of this study is Gadget Usage in Adolescents, while the dependent variable is Sleep Quality and Social Interaction. **Results:** The results of this research show that there is significant relation between intensity of using gadget, sleep quality and social interaction in adolescents. There is a correlation between the intensity of using gadget with sleep quality ($p = 0.001$). There is a correlation between the intensity of using gadget with social interaction ($p = 0.001$). **Discussion:** Adolescents who use their gadgets with high intensity will have an impact on their sleep quality and social interaction. Therefore the causes of poor sleep quality and poor social interaction must be known as early as possible, thus the problem can be solved.

Keywords: Adolescents, Gadget, Sleep Quality, Social Interaction