

**HUBUNGAN PENGGUNAAN MEDIA ELEKTRONIK
DENGAN GANGGUAN TIDUR PADA ANAK USIA
PRASEKOLAH DI KECAMATAN ILIR BARAT I**

Skripsi

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar
Sarjana Kedokteran (S.Ked)



Oleh:

Anastashya Maharani Sekar Putri

04011181621029

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS SRIWIJAYA

2020

HALAMAN PENGESAHAN

**Hubungan Penggunaan Media Elektronik Dengan Gangguan Tidur Pada Anak Usia
Prasekolah Di Kecamatan Ilir Barat I**

Oleh:

Anastashya Maharani Sekar Putri

04011181621029

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana Kedokteran

Palembang, 13 Januari 2020

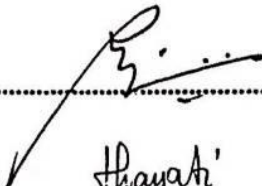
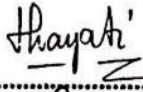

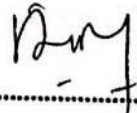
Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya

Pembimbing I
dr. Rismarini, Sp.A(K)
NIP. 195801261985632601

Pembimbing II
Dra. Lusia Hayati, M.Sc
NIP. 195706301985032001

Penguji I
Dr. dr. Yudianita Kesuma, Sp.A(K), M.Kes.
NIP. 197003172009122001

Penguji II
dr. Dewi Rosariah Ayu, Sp.A
NIP. 198710292015042001


.....

.....

.....

.....

**Ketua Program Studi
Pendidikan Dokter**

dr. Susilawati, M.Kes
NIP. 197802272010122001

**Mengetahui,
Wakil Dekan 1**

Dr. dr. Radiyah Umi Partan, Sp.PD-KR, M.Kes
NIP. 197207172008012007



HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademika Universitas Sriwijaya, Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Anastashya Maharani Sekar Putri
NIM : 0411181621029
Program Studi : Pendidikan Dokter
Fakultas : Kedokteran
Jenis Karya : Skripsi

demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive Royalty-Free Right)** atas karya ilmiah saya yang berjudul:

HUBUNGAN PENGGUNAAN MEDIA ELEKTRONIK DENGAN GANGGUAN TIDUR PADA ANAK USIA PRASEKOLAH DI KECAMATAN ILIR BARAT I

beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini, Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir Saya tanpa meminta izin dari Saya selama tetap mencantumkan nama Saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini Saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di: Palembang
Pada tanggal: 13 Januari 2020

Yang Menyatakan



(Anastashya Maharani Sekar Putri)

LEMBAR PERNYATAAN

Saya yang bertanda-tangan di bawah ini dengan ini menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik (sarjana, ~~magister dan/atau doktor~~), baik di Universitas Sriwijaya maupun di perguruan tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan verbal Tim Pembimbing.
3. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik atau sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di perguruan tinggi ini.

Palembang, 13 Januari 2020

Yang membuat pernyataan,



Anastashya Maharani Sekar Putri

NIM. 04011181621029

Pembimbing I



dr. Rismarini, Sp.A(K)

NIP. 195801261985032006

Pembimbing II



Dra. Lusia Hayati, M.Sc

NIP. 195706301985032001

KATA PENGANTAR

Puji syukur senantiasa penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa, berkat rahmat dan karunia-Nya, skripsi yang berjudul "Hubungan Penggunaan Media Elektronik dengan Gangguan Tidur pada Anak Usia Prasekolah di Kecamatan Ilir Barat I" sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Kedokteran pada Program Studi Pendidikan Dokter Umum Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya dapat diselesaikan dengan baik dan tepat waktu.

Penyusunan skripsi dapat selesai tidak lepas dari bantuan berbagai pihak yang senantiasa memberikan dukungan, bimbingan, doa, semangat, serta saran dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan terima kasih kepada :

1. Kepada dr. Rismarini, Sp.A (K) selaku pembimbing I dan Dra. Lusia Hayati, M.Sc selaku pembimbing II penulis yang sabar dan teliti dalam membimbing jalannya penyusunan skripsi ini.
2. Kepada Dr. dr. Yudianita Kesuma, Sp.A (K), M.kes selaku penguji I dan dr. Dewi Rosariah Ayu, Sp.A selaku penguji II penulis yang memberikan saran dan kritiknya yang membangun sehingga dalam penyusunan skripsi ini hasilnya semakin baik.
3. Kepada Bapak Budi Harsono dan Ibu Herlin Amelia orang tua tercinta, Hertadi Stovio Aryo Bimo saudara yang terkasih. Terima kasih telah menyayangi, merawat, mendidik, berbagi cerita, berbagi kasih, dan memberi kesempatan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
4. Kepada Daffa Alfarid, Anisah Rizqa, Kuro, Felicia, Riafatin Ulfi, Pramadita Widya, Annisa Rahayu, Jihan Natra, Thasya Niken, dan Vinnie Hazriah, kepada Kepala Sekolah setiap TK yang saya kunjungi termasuk guru dan pegawai, serta kepada Beyond, Medicine, dan kawan-kawan yang tidak dapat saya sebutkan satu per satu. Terima kasih telah memberikan dukungan dan bantuannya kepada penulis.

Palembang, 13 Januari, 2020



Anastashya Maharani Sekar Putri

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
LEMBAR PERNYATAAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iv
ABSTRAK.....	v
<i>ABSTRACT</i>	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR BAGAN.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
DAFTAR SINGKATAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2. Rumusan Masalah.....	3
1.3. Tujuan Penelitian.....	4
1.3.1. Tujuan Umum.....	4
1.3.2. Tujuan Khusus.....	4
1.4. Hipotesa.....	4
1.5. Manfaat Penelitian.....	4
1.5.1. Manfaat Teoritis.....	4
1.5.2. Manfaat Praktis.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
2.1. Media Elektronik.....	6
2.1.1. Definisi Media Elektronik.....	6
2.1.2. Jenis Media Elektronik.....	6
2.1.3. Dampak Penggunaan Media Elektronik.....	7
2.2. Tidur.....	9
2.2.1. Definisi Tidur.....	9
2.2.2. Fisiologi Tidur.....	9
2.2.3. Fase-fase Tidur.....	11
2.2.4. Pola Tidur Anak.....	13
2.3. Gangguan Tidur pada Anak.....	14
2.3.1. Definisi Gangguan Tidur.....	14
2.3.2. Epidemiologi.....	14
2.3.3. Etiologi.....	14
2.3.4. Jenis-jenis Gangguan Tidur.....	15
2.3.5. Diagnosis.....	18
2.3.6. Dampak Gangguan Tidur.....	20
2.3.7. Tatalaksana Gangguan Tidur.....	21
2.3.7. Pencegahan Gangguan Tidur.....	22
2.4. Media Elektronik dan Gangguan Tidur.....	22

2.5.	Kerangka Teori	24
2.6.	Kerangka Konsep.....	25

BAB III METODE PENELITIAN

3.1.	Jenis Penelitian	26
3.2.	Waktu dan Tempat Penelitian.....	26
3.2.1.	Tempat Penelitian	26
3.2.2.	Waktu Penelitian.....	26
3.3.	Populasi dan Sampel.....	26
3.3.1.	Populasi	26
3.3.2.	Sampel	27
3.3.3.	Besar Sampel	27
3.4.	Kriteria Inklusi dan Eksklusi	29
3.4.1.	Kriteria Inklusi.....	29
3.4.2.	Kriteria Eksklusi	29
3.5.	Variabel Penelitian.....	30
3.5.1.	Variabel Dependen	30
3.5.2.	Variabel Independen.....	30
3.6.	Definisi Operasional	30
3.7.	Cara Pengumpulan dan Jenis Data.....	34
3.8.	Cara Pengolahan dan Analisis Data.....	34
3.8.1.	Cara Pengolahan	34
3.8.2.	Analisis Data.....	34
3.9.	Kerangka Operasional.....	35

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1.	Hasil Penelitian	37
4.1.1.	Karakteristik Dasar Subyek Penelitian	37
4.1.2.	Karakteristik Responden Berdasarkan Penggunaan Media Elektronik	38
4.1.3.	Karakteristik Responden Berdasarkan Gangguan Tidur dan Jenis Gangguan Tidur	38
4.1.4.	Hubungan Karakteristik Dasar dan Penggunaan Media Elektronik dengan Gangguan Tidur	40
4.2.	Pembahasan	42
4.2.1.	Karakteristik Penggunaan Media Elektronik pada Anak Usia Prasekolah.....	42
4.2.2.	Karakteristik Gangguan Tidur dan Jenis Gangguan Tidur	43
4.2.3.	Hubungan Jenis Media Elektronik dengan Gangguan Tidur	44
4.2.4.	Hubungan Onset Penggunaan Media Elektronik dengan Gangguan Tidur	44
4.2.5.	Hubungan Durasi Penggunaan Media Elektronik dengan Gangguan Tidur	45
4.2.6.	Hubungan Isi Program Media Elektronik dengan	

	Gangguan Tidur.....	45
4.3.	Keterbatasan Penelitian.....	46
BAB V	KESIMPULAN DAN SARAN	
6.1.	Kesimpulan.....	47
6.2.	Saran.....	48
	DAFTAR PUSTAKA	49
	LAMPIRAN	51
	BIODATA	81

DAFTAR TABEL

Tabel Halaman

1.	Pola Tidur Anak Usia 0–18 Tahun	13
2.	Jumlah Populasi	27
3.	Jumlah Sampel	29
4.	Definisi Operasional.....	31
5.	Karakteristik Dasar Subyek Penelitian.....	37
6.	Karakteristik Penggunaan Media Elektronik	38
7.	Karakteristik Gangguan Tidur.....	38
8.	Karakteristik Jenis Gangguan Tidur.....	39
9.	Hubungan Karakteristik Dasar dan Penggunaan Media Elektronik dengan Gangguan Tidur	40

DAFTAR BAGAN

Bagan	Halaman
1. Kerangka Teori.....	24
2. Kerangka Konsep.....	25
3. Kerangka Operasional.....	35

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Hasil Pengolahan Data SPSS	51
2. Sertifikat Kelayakan Etik	72
3. Surat Izin Dekanat	73
4. Kuesioner Penggunaan Media Elektronik.....	74
5. Kuesioner Gangguan Tidur	77
6. Dokumentasi Kegiatan	80

DAFTAR SINGKATAN

GH	: <i>Growth Hormone</i>
SCN	: <i>Suprachiasmatic nucleus</i>
REM	: <i>Rapid Eye Movement</i>
NREM	: <i>Non- Rapid Eye Movement</i>
PSG	: <i>Polysomnography</i>
SDSC	: <i>Sleep Disturbances Scale for Children</i>

ABSTRAK

HUBUNGAN PENGGUNAAN MEDIA ELEKTRONIK DENGAN GANGGUAN TIDUR PADA ANAK USIA PRASEKOLAH DI KECAMATAN ILIR BARAT I

(Anastashya Maharani Sekar Putri, Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya,
2019, 95 halaman)

Latar Belakang: Gangguan tidur merupakan kumpulan gejala yang ditandai oleh gangguan dalam jumlah, kualitas, atau waktu tidur seseorang. Beberapa teori menyebutkan bahwa kebiasaan yang diterapkan seperti menonton televisi atau penggunaan media elektronik diduga menjadi penyebab gangguan tidur pada anak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan penggunaan media elektronik dengan gangguan tidur yang dialami oleh anak usia prasekolah.

Metode: Penelitian observasional analitik dengan pendekatan potong lintang, dilakukan pada anak-anak Taman Kanak-kanak (TK) di Kecamatan Ilir Barat I, Palembang, yang di dapat secara simple random sampling berlangsung pada bulan Agustus. Data penggunaan media dilakukan dengan pengisian kuesioner dan gangguan tidur dengan menggunakan SDSC.


Hasil: Dari 120 subyek, usia terbanyak adalah 5–6 tahun (63,8%). Perempuan lebih banyak dibandingkan laki-laki. Semua anak sudah menggunakan media, mayoritas *smartphone/tablet* (62,5%). Terdapat 33,3% onset penggunaan media kurang dari 2 tahun, durasi >2 jam (42,5%) dan isi program bukan untuk anak-anak (5%). Terdapat hubungan antara jenis media ($p= 0.023$, $PR= 2.531$), onset ($p= 0.032$, $PR= 2.500$) dan durasi ($p= 0.010$, $PR= 2.679$) dengan gangguan tidur. Namun tidak terdapat hubungan bermakna antara isi program penggunaan media elektronik dengan gangguan tidur pada anak.

Kesimpulan : Terdapat hubungan bermakna antara jenis, onset, durasi media elektronik dengan gangguan tidur pada anak tetapi tidak terdapat hubungan bermakna antara isi program dengan gangguan tidur pada anak.

Kata kunci: Gangguan tidur, Media elektronik, Prasekolah, SDSC


Mengetahui,

Pembimbing I



Dr. Rismarini, Sp.A (K)
NIP.195801261985032001

Pembimbing II



Dra. Lusia Hayati, M.Sc
NIP.195706301985032001

ABSTRACT

"THE ASSOCIATION BETWEEN ELECTRONIC MEDIA USE AND SLEEP DISTURBANCE AMONG PRE-SCHOOL CHILDREN IN KECAMATAN ILIR BARAT I"

(Anastashya Maharani Sekar Putri, Medical Faculty of Sriwijaya University, 2019, 95 pages)

Introduction: Sleep disturbance is a symptoms that are characterized by a disturbance in the amount, quality, or sleep time of a person. Some theories state that habits that are applied such as watching television or using other electronic media are thought to be one of the causes of sleep disorders in children. This study aims to determine the association of electronic media use with sleep disturbances in preschoolers.

Methods: An analytic observational study with a cross-sectional approach, conducted on kindergartens (TK) in Ilir Barat I District, Palembang, which was obtained by simple random sampling took place in August. Data on media use was carried out by filling out questionnaires and sleep disorders using SDSC.

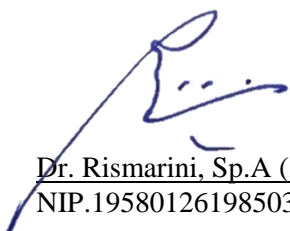
Result: Of the 120 subjects, the most age was 5-6 years (63.8%). More girls than boys. All children have used media, the majority is smartphones/tablets (62.5%). There were 33.3% of the onset of media use less than 2 years, duration > 2 hours (42.5%) and the contents of the program were not for children (5%). The prevalence of sleep disturbances in preschoolers was 41,67%. There was a significant association between media types ($p = 0.023$, $PR = 2.531$), onset ($p = 0.032$, $PR = 2.500$) and duration ($p = 0.010$, $PR = 2.679$) with sleep disturbances. The contents of media were not associated with sleep disturbances.

Conclusion : There was significant relationship between type , onset, duration with sleep disturbances but there was no significant relationship between content with sleep disturbances in preschoolers.

Keyword: Electronic media use, Presschoolers, SDSC, Sleep disturbance

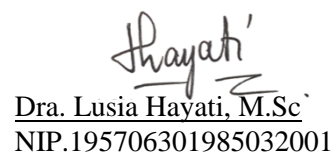
Mengetahui,

Pembimbing I



Dr. Rismarini, Sp.A (K)
NIP.195801261985032001

Pembimbing II



Dra. Lusya Hayati, M.Sc
NIP.195706301985032001

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Tidur merupakan aktivitas fisiologis pada setiap individu. Bagi anak-anak, tidur sebagai salah satu faktor yang menunjang optimalnya tumbuh dan kembang pada anak. Ketika anak tertidur sekitar 75% *growth hormone* dilepaskan dengan jumlah 3 kali lipat dibandingkan dalam keadaan terjaga. *Growth hormone* (GH) bekerja sebagai stimulator pertumbuhan yang bertugas merangsang tumbuhnya tulang dan jaringan, mengatur metabolisme tubuh, termasuk juga otak anak (Sekartini, 2011).

Sekitar 15–30% anak mengalami masalah tidur pada periode bayi. Beberapa ahli menyebutkan bahwa masalah pada tidur pada periode bayi dapat berlanjut hingga usia balita dan usia sekolah (Sekartini and Adi, 2017). Prevalens gangguan tidur pada anak dan dewasa adalah sekitar 30%. Sedangkan usia 2–18 tahun gangguan tidur sebesar 35–45%. Menurut survei yang dilakukan oleh Liu et al., di Beijing didapatkan sebesar 21,2% anak pada usia 2–12 tahun mengalami gangguan tidur. Hasil survei ini hampir sama dengan hasil yang didapatkan di negara-negara lainnya (Thermiany AS, 2013). *The American Academy of Pediatrics* memperkirakan sekitar 10% anak-anak di Amerika memiliki masalah terkait tidur. Persentase ini dapat meningkat 50–75% pada anak-anak dengan gangguan mental, neurologis dan atau gangguan perkembangan. Masalah tidur umum dimiliki oleh anak usia prasekolah, diperkirakan setidaknya 21% anak usia prasekolah mengalami 2 masalah tidur dengan salah satu penyebabnya yaitu penggunaan media elektronik (Mongelia, 2007; Garrison, Liekweg and Christakis, 2011).

Gangguan tidur merupakan kumpulan gejala yang ditandai oleh gangguan dalam jumlah, kualitas, atau waktu tidur seseorang berupa

pendeknya durasi tidur, tingginya gerakan anggota tubuh selama tidur dan seringnya terbangun pada malam hari (Mongelia, 2007). Penyebab gangguan tidur pada anak dibagi menjadi penyebab organik dan non-organik, parasomnia, dan gangguan jadwal tidur-bangun. Walaupun ada banyak hal yang bisa menjadi penyebab berkurangnya kualitas tidur anak, penggunaan media elektronik seperti televisi, komputer, dan *handphone* cukup sering dikaitkan dengan durasi tidur yang berkurang, terbangun lebih awal, mengantuk disiang hari, mimpi buruk di malam hari, dan berjalan dalam tidur (Arora et al., 2014). Kebiasaan seperti menonton televisi atau penggunaan media elektronik lainnya diduga menjadi salah satu penyebab gangguan tidur pada anak (Thermiany AS, 2013 ; Gahagan, 2017). Beberapa teori menyebutkan bahwa menonton televisi dapat memperpendek durasi tidur disebabkan waktu yang terpakai untuk menonton, anak menjadi lebih pasif atau kurang terlibat dalam kegiatan olahraga sehingga kualitas tidur menjadi buruk. Sebagai contoh, dari data retrospektif pasien di *Pediatric Sleep Disorder Clinic* sekitar 25% anak mengalami gangguan tidur dan secara spesifik para orang tua menyebutkan bahwa penggunaan media elektronik (televisi) berkontribusi dalam gangguan tidur. Isi program yang ditonton oleh anak melalui media elektronik juga berpengaruh pada tidur anak seperti isi program yang bersifat agresif (kekerasan dan/ stimulasi berlebih), dapat menyebabkan penurunan kualitas tidur anak berupa kesulitan memulai tidur dan sering kali terbangun pada malam hari dikarenakan kecemasan sehingga anak tidak rileks dan tetap terjaga. Kurangnya pengawasan orang tua terhadap penggunaan media elektronik dan mudahnya akses media elektronik menjadi penyebab anak secara berlebihan menggunakannya terutama pada malam hari (Owens et al., 1999).

Gangguan tidur pada anak tentunya sangat berdampak terhadap keadaan fisik dan regulasi emosi anak. Setelah seharian beraktivitas tentunya tubuh membutuhkan kesempatan untuk beristirahat. Saat anak tertidur fungsi endokrin dari tubuh akan melepaskan beberapa hormon,

salah satunya adalah *growth hormone*. Hormon ini berkaitan dengan pertumbuhan anak, salah satunya adalah pertumbuhan tulang. *National Study of Health and Growth* di London menunjukkan bahwa gangguan tidur menyebabkan rendahnya sekresi *growth hormone* memiliki hubungan dengan kejadian perawakan pendek pada anak usia 5-11 tahun (M C Gulliford, 1990). Pada studi longitudinal Emily K. Snell dkk didapatkan hubungan antara gangguan tidur anak dengan kejadian obesitas. Penelitian oleh Dang Vu dkk menyatakan bahwa pola tidur yang baik menyebabkan maturasi otak yang optimal (Snell E, 2007; Seegers V, 2011; Dang-Vu TT, 2006). Dampak lainnya berupa terjadinya gangguan kognitif dan regulasi emosi pada anak. Gangguan ini berisiko membuat anak mengalami kegagalan dalam bidang akademik dan masalah sosial (Gahagan, 2017).

Penelitian ini dilakukan karena data mengenai pengaruh penggunaan media elektronik terhadap gangguan tidur anak usia prasekolah masih sangat terbatas dan masalah gangguan tidur pada anak kurang dianggap penting bagi orangtua. Anak usia prasekolah adalah anak-anak yang memiliki rentang usia 3–6 tahun. Seiring dengan kemajuan teknologi dan kurangnya kewaspadaan orangtua, banyak anak dengan rentang usia tersebut telah kecanduan media elektronik dan tanpa disadari berpengaruh pada pola tidur anak. Kualitas tidur yang baik sangat diperlukan pada masa ini, karena pada usia 3-6 tahun terlambat tidur selama 30 menit saja dapat mempengaruhi kurang terkontrolnya emosi, penurunan motivasi, kurangnya konsentrasi dan daya ingat anak. Hormon pertumbuhan juga mencapai puncaknya saat anak tertidur, sehingga apabila tidak ditatalaksana dengan baik dikhawatirkan akan mengganggu pertumbuhan (Thermiany AS, 2013).

1.2 Rumusan Masalah

1. Bagaimana penggunaan media elektronik pada anak usia prasekolah?
2. Apa saja jenis gangguan tidur yang dialami anak usia prasekolah?

3. Apakah terdapat hubungan antara penggunaan media elektronik dengan gangguan tidur anak usia prasekolah?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara penggunaan media elektronik terhadap gangguan tidur pada anak usia prasekolah.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi jenis, isi program, onset dan durasi penggunaan media elektronik pada anak usia prasekolah
2. Mengidentifikasi gangguan tidur dan jenis gangguan tidur pada anak usia prasekolah
3. Menganalisis hubungan jenis, isi program, onset dan durasi penggunaan media elektronik dengan gangguan tidur pada anak usia prasekolah.

1.4 Hipotesis

H1: Penggunaan media elektronik berpengaruh terhadap gangguan tidur pada anak usia prasekolah.

H0: Penggunaan media elektronik tidak berpengaruh terhadap gangguan tidur pada anak usia prasekolah.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

1. Untuk mengetahui seberapa besar dampak penggunaan media elektronik terhadap gangguan tidur yang dialami anak usia prasekolah.
2. Hasil dari penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan rujukan untuk penelitian mendatang yang serupa, berhubungan atau lebih mendalam.

3. Hasil dari skripsi ini diharapkan dapat memberikan masukan dalam pengembangan ilmu mengenai gangguan tidur pada anak usia prasekolah.

1.5.2 Manfaat Praktis

1. Mengedukasi orangtua agar lebih memperhatikan penggunaan media elektronik pada anak.
2. Sebagai masukan agar orang tua lebih memperhatikan gangguan tidur karena dapat mengganggu proses tumbuh kembang anak.
3. Anak dengan gangguan tidur dirujuk ke bagian Tumbuh Kembang Anak di Rumah Sakit Mohammad Hoesin, Palembang.

DAFTAR PUSTAKA

- American Academy of Pediatrics. 2016. American Academy of Pediatrics Announces New Recommendations for Children's Media Use. AAP website.
- Brown, A. 2011. Media Use by Children Younger Than 2 Years. *Pediatrics*. 128 (5): 1040-45.
- Bruni, O. et al. 1996. The Sleep Disturbance Scale for Children (SDSC): Construction and Validation of An Instrument To Evaluate Sleep Disturbances in Childhood and Adolescence. *J. Sleep Rrs.* 5 (4): 251-61.
- Christine, N. et al. 2011. Skala Gangguan Tidur untuk Anak (SDSC) sebagai Instrumen Skrining Gangguan Tidur pada Anak Sekolah Lanjutan Tingkat Pertama. *Sari Perdiatri*.12(6):365-72.
- Dahlan, M. S. 2014. Statistik Untuk Kedokteran dan Kesehatan: "Deksriptif, Bivariat, dan Multivariat Dilengkapi Aplikasi Menggunakan SPSS". Epidemiologi Indonesia, Jakarta, Indonesia.
- Dang-Vu, T. T. et al. 2006. A Role For Sleep in Brain Plasticity. *Pediatric Rehabilitation*. 9(2): 98-118.
- Emily, K. S. et al. 2007. Sleep and The Body Mass Index and Overweight Status of Children and Adolescents. *Child Development*. 78(1): 309-23.
- Fuller, C. et al. 2017. Bedtime Use of Technology and Associated Sleep Problems in Children. *Global Pediatric Health*. 4: 1-8.
- Gahagan, S., 2017. Tidur Normal dan Gangguan Tidur pada Anak. Dalam: A,Suryawan. (Editor). Nelson Ilmu Kesehatan Anak Esensial Edisi Keenam (halaman 63). Elsevier, Singapore.
- Garrison, M. M. et al. 2011. Media Use and Child Sleep: "The Impact of Content, Timing, and Environment". *Pediatrics*. 128(1): 29–35.

- Gulliford, M. C. et al. 1990. Sleep Habits and Height at Ages 5 To 11. *Archieve of Disease in Childhood*. 65(1): 119–22.
- Hysing, M. et al. 2015. Sleep and Use of Electronic Devices in Adolescence: Results from A Large Population-Based Study. *BMJ Open*. 5: 1-7
- Irfanudin. 2019. Cara Sistematis Berlatih Meneliti: Merangkai Sistematika Penelitian Kedokteran dan Kesehatan. Rayyana Komunikasindo, Jakarta, Indonesia.
- Kabali, H. K. et al. 2015. Exposure and Use of Mobile Media Devices by Young Children. *Pediatrics*. 136 (6) 1044-50.
- Kamus Besar Bahasa Indonesia, 2019. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka
- Liu, X. et al. 2005. Brief report: An Epidemiologic Survey of The Prevalence of Sleep Disorders Among Children 2 To 12 Years Old in Beijing, China. *Pediatrics*. 115(1): 266-8.
- Mongelia, P. 2007. The National Sleep Foundation. *Journal of Consumer Health On the Internet*. 11(3): 85-90.
- National Sleep Foundation. 2016. How Much Sleep Do We Really Need?. *Sleep Research*.
- Owens, J. et al. 1999. Television-viewing Habits and Sleep Disturbance in School Children. *Pediatrics*. 104(3): 1-8.
- Safitri, Ani. 2013. Hubungan Pola Menonton Televisi dengan Keterlambatan Bicara, Studi pada Anak Usia 1-3 Tahun di Semarang. *Skripsi*. Jawa Tengah: Universitas Diponegoro
- Setianingsih, S. 2018. Dampak Penggunaan Gadget Pada Anak Usia Prasekolah Dapat Meningkatkan Resiko Gangguan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktivitas. *Jurnal Ilmu Kesehatan*. 16(2): 191-205.