

SKRIPSI

**HUBUNGAN PENGGUNAAN *GADGET* DAN POLA TIDUR
TERHADAP KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI
DI SMP NEGERI 30 PADANG
TAHUN 2024**

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Menyelesaikan
Pendidikan Strata 1 Kebidanan**



Oleh

**Yulvina Santika
2215201090**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN ALIFAH PADANG
TAHUN 2024**

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN ALIFAH PADANG
Skripsi, September 2024

Yulivina Santika

Hubungan Penggunaan *Gadget* Dan Pola Tidur Terhadap Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 30 Padang Tahun 2024

xiii + 68 halaman + 9 tabel + 2 gambar + 12 lampiran

ABSTRAK

Anemia pada remaja dapat menimbulkan berbagai masalah diantaranya remaja akan mengalami kondisi tubuh lemah, letih, lesu, muka pucat, pusing, penurunan konsentrasi, pertumbuhan fisik dan kecerdasan otak terhambat, serta produktivitas kerja menurun. Salah satu penyebab anemia pada remaja penggunaan gadget terlalu lama dan pola tidur yang buruk. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan penggunaan *gadget* dan pola tidur terhadap kejadian anemia pada remaja putri di SMP Negeri 30 padang tahun 2024.

Jenis penelitian kuantitatif pendekatan analitik dengan desain *cross sectional study*. Penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 30 Padang, penelitian dilakukan pada bulan Maret sampai Agustus 2024. Pengumpulan data dilakukan tanggal 03 Juni – 07 Juni 2024. Populasi dalam penelitian ini adalah siswi kelas 7 dan 8 di SMP Negeri 30 Padang tahun 2024 dengan jumlah siswi 290 orang dengan sampel 74 orang. Teknik pengambilan sampel *stratified random sampling*. Data dianalisis secara univariat dalam bentuk distribusi frekuensi dan analisis bivariat menggunakan uji statistik *Chi-Square*.

Hasil penelitian menunjukkan sebanyak 45,9% remaja putri mengalami kejadian anemia. Sebanyak 54,1% responden menggunakan gadget tinggi . Sebanyak 48,6% responden memiliki pola tidur buruk. Terdapat hubungan penggunaan gadget dengan kejadian anemia p value 0,000 ($p < 0,05$) dan terdapat hubungan pola tidur dengan kejadian anemia dengan p value 0,000 ($p < 0,05$) di SMP Negeri 30 Padang tahun 2024.

Kesimpulan penelitian ada hubungan penggunaan gadget dan pola tidur berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja. Diharapkan pada pihak puskesmas dapat memberikan informasi pihak sekolah dan guru-guru mengenai pentingnya penyuluhan tentang anemia dan faktor-faktor penyebab kejadian anemia pada remaja putri untuk mencegah terjadinya anemia.

Kata Kunci : Gadget, Pola Tidur, Anemia

Daftar Pustaka : 26 (2018 – 2024)

ALIFAH PADANG COLLEGE OF HEALTH SCIENCES

Thesis, September 2024

Yulivina Santika

The Relationship Between Gadget Use and Sleep Patterns and the Incidence of Anemia in Adolescent Girls at SMP Negeri 30 Padang in 2024

xiii + 68 pages + 9 tables + 2 picture + 12 appendices

ABSTRACT

Anemia in adolescents can cause various problems, including adolescents experiencing a weak body, fatigue, lethargy, pale face, dizziness, decreased concentration, stunted physical growth and brain intelligence, and decreased work productivity. One of the causes of anemia in adolescents is the use of gadgets for too long and poor sleep patterns. The purpose of this study was to determine the relationship between gadget use and sleep patterns and the incidence of anemia in adolescent girls at SMP Negeri 30 Padang in 2024.

This type of research is a quantitative analytical approach with a cross sectional study design. This research was conducted at SMP Negeri 30 Padang, the research was conducted from March to August 2024. Data collection was carried out on 03 June - 07 June 2024. The population in this study were female students in grades 7 and 8 at SMP Negeri 30 Padang in 2024 with a total of 290 female students. people with a sample of 74 people. Stratified random sampling technique. Data were analyzed univariately in the form of a frequency distribution and bivariate analysis using the Chi-Square statistical test.

The results of the study showed that 45.9% of young women experienced anemia. As many as 54.1% of respondents use high gadgets. As many as 48.6% of respondents had poor sleep patterns. There is a relationship between gadget use and the incidence of anemia with a p value of 0.000 ($p < 0.05$) and there is a relationship between sleep patterns and the incidence of anemia with a p value of 0.000 ($p < 0.05$) at SMP Negeri 30 Padang in 2024.

The research conclusion is that there is a relationship between gadget use and sleep patterns with the incidence of anemia in adolescents. It is hoped that the community health center can provide information to schools and teachers regarding the importance of education about anemia and the factors that cause anemia in young women to prevent anemia.

Keywords: Gadget, Sleep Pattern, Anemia

Bibliography: 26 (2018 – 2024)

PERNYATAAN PERSETUJUAN

Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Yulvina Santika
NIM : 2215201090
Program Studi : S1 Kebidanan
Judul : Hubungan Penggunaan *Gadget* Dan Pola Tidur Terhadap
Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 30
Padang Tahun 2024

Telah diseminarkan dan dipertahankan dihadapan Tim Penguji Sidang Skripsi
Program Studi Sarjana Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Alifah Padang.

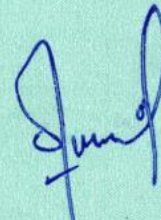
Padang, September 2024

Pembimbing I



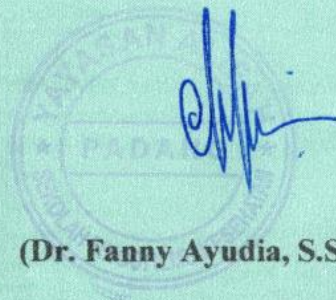
(Desi Sarli, M. Keb, Ph. D)

Pembimbing II



(Fatmi Nirmala Sari, M. Keb)

Disahkan oleh
Ketua STIKes Alifah



(Dr. Fanny Ayudia, S.S.iT, M.Biomed)

PERNYATAAN PENGUJI

Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : Yulvina Santika
NIM : 2215201090
Program Studi : SI Kebidanan
Judul Skripsi : Hubungan Penggunaan *Gadget* Dan Pola Tidur Terhadap Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 30 Padang Tahun 2024

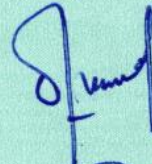
Telah berhasil dipertahankan dihadapan dewan Penguji Seminar Hasil pada Program Studi Sarjana Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Alifah Padang.

DEWAN PENGUJI

Pembimbing I
(Desi Sarli, M. Keb, Ph. D)

()

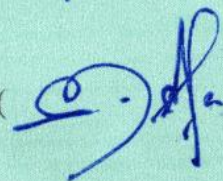
Pembimbing II
(Fatmi Nirmala Sari, M. Keb)

()

Penguji I
(Bdn. Amrina Amran, M. Biomed)

()

Penguji II
(Arfianingsih Dwi Putri, M.Keb)

()

Disahkan Oleh
Ketua STIKes Alifah Padang



(Dr. Fanny Ayudia, S.SiT, M.Biomed)