

BAB 6

PENUTUP

Bab ini akan disajikan tentang simpulan yang diporel dari hasil penelitian dan saran yang dapat berguna bagi mahasiswa

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap hubungan penggunaan *smartphone* dan aktivitas permainan tradisional dengan pola tidur di SDN Kramatjegu 1 Taman Sidoarjo dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Penggunaan *smartphone* pada anak kelas IV dan V di SDN Kramatjegu 1 Taman Sidoarjo sebagian besar termasuk kedalam kategori sedang (50.0%).
2. Aktivitas permainan tradisional pada anak kelas IV dan V di SDN Kramatjegu 1 Taman Sidoarjo sebagian besar termasuk kedalam kategori tinggi (40.7%).
3. Pola tidur pada anak penggunaan *smartphone* sebagian besar termasuk kedalam kategori sedang (51.9%) pada anak penggunaan *smartphone*. Dan pola tidur pada anak aktivitas permainan tradisional sebagian besar termasuk kedalam kategori baik (44.4%).
4. Tidak ada hubungan penggunaan *smartphone* dengan pola tidur pada anak kelas IV dan V di SDN Kramatjegu 1 Taman Sidoarjo.
5. Tidak ada hubungan aktivitas permainan tradisional dengan pola tidur pada anak kelas IV dan V di SDN Kramatjegu 1 Taman Sidoarjo.
6. Tidak ada perbandingan antara pola tidur pada penggunaan *smartphone* dan pola tidur pada aktivitas permainan tradisional.

6.2 Saran

Saran yang dapat peneliti berikan dalam penelitian ini yakni :

1. Bagi Responden

Diharapkan anak lebih membatasi penggunaan *smartphone* dengan membiasakan diri mengurangi frekuensi bermain *smartphone*. Anak juga diharapkan untuk mencari kegiatan lain yang lebih berguna untuk mengisi waktu luang, seperti halnya *sharing* pengetahuan dan pengalaman kepada keluarga, orang terdekat dan teman-teman sebayanya.

2. Bagi Orang Tua

Pada masa anak usia sekolah merupakan masa kematangan anak untuk belajar dan mengenal lingkungan yang lebih banyak seperti guru, teman dan orang-orang disekelilingnya. Anak usia sekolah memiliki sikap keingintahuan yang lebih tinggi bahkan dapat meniru hal-hal baru yang dilihat disekelilingnya. Oleh karena itu, perlu adanya peran orang tua dalam pengawasan dan pendampingan pada anak khususnya saat anak bermain *smartphone*.

3. Bagi Profesi Keperawatan

Profesi di bidang keperawatan anak khususnya sangat penting dalam penanganan secara holistik sehingga diharapkan dapat menurunkan angka kejadian gangguan pola tidur yang terjadi pada anak usia sekolah serta memperbaiki kualitas hidup dan psikologi bagi anak.

4. Bagi Instansi Penelitian (SDN Kramatjegu 1 Taman Sidoarjo)

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi acuan untuk pihak sekolah dalam memberikan edukasi berupa informasi dan pengawasan yang lebih terhadap pada siswanya, Selain itu, pihak sekolah disarankan untuk membentuk program yaitu program pendampingan siswa yang biasanya dilakukan oleh guru Bimbingan Konseling (BK) secara rutin.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya.

Pada penelitian selanjutnya disarankan untuk mengembangkan dan meneruskan judul penelitian ini dengan mengembangkan faktor lain dari pola tidur yang belum pernah diteliti

sebelumnya oleh peneliti yang lain, agar dapat berguna bagi siswa, orang tua, guru dan masyarakat untuk menambah pengetahuan.