

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengaruh promosi kesehatan pembatasan waktu penggunaan dengan tingkat kecanduan gadget pada anak usia sekolah di SDN 2 Sinar Ogan Kecamatan Tanjung Bintang Tahun 2024 dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Karakteristik responden berdasarkan usia sebagian besar berada pada rentang 31-40 tahun yaitu sebanyak 26 orang (52,0%), dan sebagian besar berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 37 orang (74,0%).
2. Dari hasil analisa data diperoleh bahwa tingkat kecanduan gadget pada anak sebelum diberikan promosi kesehatan sebagian besar berada pada kriteria ketergantungan ringan yaitu sebanyak 21 anak (42,0%)
3. Dari hasil analisa data diperoleh bahwa tingkat kecanduan gadget pada anak setelah diberikan promosi kesehatan sebagian besar berada pada kriteria tidak ketergantungan yaitu sebanyak 29 anak (58,0%)
4. Terdapat pengaruh promosi kesehatan pembatasan waktu penggunaan dengan tingkat kecanduan gadget pada anak usia sekolah, pengujian ini dilakukan dengan uji *non parametric Wilcoxon* yang mendapatkan hasil *P-Value*  $(0,001) < \alpha (0,05)$ , maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima.

#### **B. Saran**

Berdasarkan kesimpulan dari hasil penelitian diatas, maka peneliti dapat memberikan beberapa saran yang dapat disampaikan kepada pihak yang terkait sebagai berikut ini :

1. Bagi Institusi

Penelitian ini dapat menjadi dokumentasi dan referensi pengembangan ilmu keperawatan terkait pencegahan dampak negatif dari perkembangan teknologi khususnya media gadget pada anak usia sekolah.

## 2. Bagi Responden

Penelitian ini dapat memberikan informasi terkait pencegahan kecanduan gadget pada anak, pendampingan dan pengawasan orang tua terhadap anak pada saat menggunakan gadget sangatlah diperlukan. Orang tua perlu memberikan contoh yang baik dalam menggunakan gadget yaitu apabila anak mendapatkan batasan waktu untuk menggunakan gadget begitupun dengan orang tua, tidak menggunakan gadget didepan anak. Selain itu, diharapkan orang tua dapat menemani anak melakukan aktivitas lain agar dapat mengalihkan perhatian anak dari gadget.

## 3. Bagi Instansi Pendidikan

Penelitian ini dapat memberikan informasi dan dorongan kepada pihak sekolah untuk menerapkan peraturan pembatasan penggunaan gadget pada anak. Selain peran dari orang tua, diharapkan guru mampu mendampingi dan memberikan peraturan penggunaan gadget selama siswa berada di sekolah, yang berarti bahwa siswa tidak diizinkan untuk menggunakan gadget tersebut secara bebas.

## 4. Bagi Penelitian Selanjutnya

Dari hasil penelitian ini, diketahui bahwa terbukti adanya pengaruh yang signifikan pemberian promosi kesehatan terhadap penurunan tingkat kecanduan gadget pada anak usia sekolah. Oleh karena itu, peneliti menyarankan perlunya dilakukan penelitian sejenis dengan meneliti variabel-variabel lain yang berhubungan dengan dampak negatif dari pemakaian gadget secara berlebihan, serta meneliti lebih lanjut subyek penelitian berdasarkan jenis kelamin untuk menganalisis mengenai jenis kelamin yang lebih dominan mengalami kecanduan gadget.