

SKRIPSI

**HUBUNGAN DURASI BERMAIN GADGET DENGAN KEJADIAN
NECKPAIN (NYERI LEHER) PADA REMAJA DI SMA WALISONGO
GEMPOL**

Studi Cross Sectional di SMA Walisongo Gempol Pasuruan



AFIFATUS SOLIKHA

NIM: 202201050

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI MOJOKERTO
2026**

SKRIPSI

**HUBUNGAN DURASI BERMAIN GADGET DENGAN KEJADIAN
NECKPAIN (NYERI LEHER) PADA REMAJA DI SMA WALISONGO
GEMPOL**

**Diajukan Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan Pada
Universitas Bina Sehat PPNI Kabupaten Mojokerto**



AFIFATUS SOLIKHA

NIM: 202201050

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI MOJOKERTO
2026**

SURAT ORISINALITAS

SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : AFIFATUS SOLIKHA
NIM : 202201050
Prodi : S1 KEPERAWATAN
Fakultas : FIKES
Judul : Hubungan Durasi bermain gadget dengan kejadian neckpain (nyeri leher) pada remaja di SMA WALISONGO

Saya menyatakan bahwa Skripsi ini adalah hasil karya sendiri dan belum pernah dikumpulkan orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di Perguruan Tinggi manapun, dan apabila terbukti ada unsur Plagiarisme saya siap untuk dibatalkan kelulusannya.

Mojokerto, 7/29/2026



AFIFATUS SOLIKHA
202201050



SURAT PERSETUJUAN

LEMBAR PERSETUJUAN

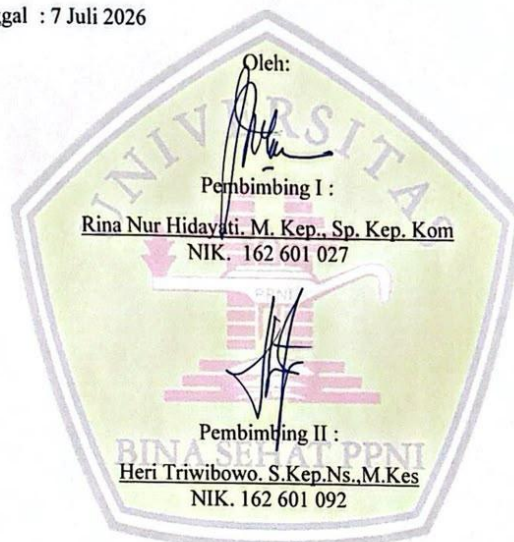
Karya Tulis Ilmiah/Skripsi ini telah disetujui untuk diajukan dalam Ujian Akhir Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto.

Judul : Hubungan Durasi bermain gadget dengan kejadian neck pain (nyeri leher) pada remaja di SMA WALISONGO GEMPOL

Nama : Afifatus Solikha

NIM : 202201050

Pada Tanggal : 7 Juli 2026



LEMBAR PENGESAHAN



Yayasan Kesejahteraan Warga Perawatan Perawat Nasional Indonesia

UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

FAKULTAS EKONOMI BISNIS & TEKNOLOGI DIGITAL

• <http://www.ubs-ppni.ac.id>
• info@ubs-ppni.ac.id

• 0321-390203 (Fax) / Call Center : 08113281223
• Jln. Raya Jabon KM.06 Mojoanyar Mojokerto

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : AFIFATUS SOLIKHA
NIM : 202201050
Program Studi : Ilmu Keperawatan
Pada Tanggal : 31 Juli 2026
Judul Skripsi : "Hubungan durasi bermain gadget dengan kejadian
neckpain (nyeri leher) pada remaja di SMA
Walisono "

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dosen Penguji dan diterima sebagai bagian
persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi
Ilmu Keperawatan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto

DOSEN PENGUJI

Penguji Utama : Dr. Muhamad Sajidin, S.Kp.,M.Kes (.....)
Penguji 1 : Rina Nur Hidayati, M.Kep.Sp.Kep.Kom (.....)
Penguji 2 : Heri Tri Wibowo, S.Kep.Ns.,M.Kes (.....)

Ditetapkan di : Mojokerto

Tanggal : 31 Juli 2026

Ka. Prodi Ilmu Keperawatan

Enny Virda Y., S.Kep.Ns.,M.Kes
NIK : 162.601.095

KATA PENGANTAR

Syukur Alhamdulillah penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas rahmat dan karunia-Nya sehingga skripsi berjudul “Hubungan Durasi bermain gadget dengan kejadian neck pain (nyeri leher) pada remaja di SMA WALISONGO GEMPOL” dapat terselesaikan. Penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, dukungan, dan bimbingan berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. Dr. Indah Lestari, S. Kep. Ns., M. Kes. selaku Plt. Rektor Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto.
2. Dr. Lilik Ma'rifatul, S. Kep. Ns., M. Kes. selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan.
3. Enny Virda Yuniarti, S. Kep., Ns., M. Kes. selaku Ka. Prodi S1 Keperawatan.
4. Dr. M. Sajidin, S. Kep., Ns., M. Kes selaku penguji yang telah memberikan arahan, masukan, dan saran demi penyempurnaan skripsi ini.
5. Rina Nur Hidayati. M. Kep., Sp. Kep. Kom selaku pembimbing skripsi yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran dalam memberikan bimbingan serta arahan kepada penulis.
6. Heri Triwibowo. S.Kep.Ns.,M.Kes selaku pembimbing skripsi yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran dalam memberikan bimbingan serta arahan kepada penulis.
7. Staff dosen dan karyawan Universitas Bina Sehat PPNI Kab. Mojokerto.

Akhirnya penulis menyadari bahwa Skripsi ini masih jauh dari sempurna, karenanya penulis mengharapkan kritik dan saran yang sifatnya membangun yang diharapkan akan menyempurnakan KTI/Skripsi ini.

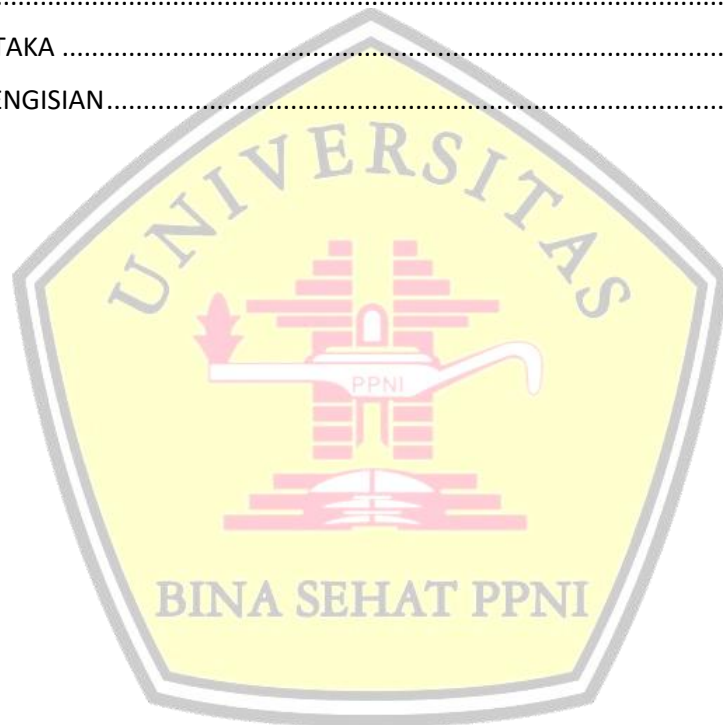
Mojokerto, 2026

Penulis

DAFTAR ISI

SURAT ORISINALITAS	ii
SURAT PERSETUJUAN.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
KATA PENGANTAR.....	vi
ABSTRAK.....	vii
ABSTRACT	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
MOTTO DAN PERSEMBAHASAN	xiv
BAB I.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan masalah.....	7
1.3 Tujuan penelitian.....	7
1.4 Manfaat Penelitian	8
BAB II.....	10
TINJAUAN PUSTAKA.....	10
2.1 Konsep Remaja	10
2.2 Konsep durasi bermain gadget.....	11
2.3 Konsep <i>neck pain</i> (nyeri leher)	20
2.4 Analisis PICO “Hubungan durasi bermain <i>gadget</i> dengan kejadian <i>neck pain</i> (nyeri leher) pada remaja”	28
2.5 Kerangka teori	32
2.6 Kerangka Konsep	33
2.7 Hipotesa.....	34
BAB III.....	35
METODOLOGI PENELITIAN.....	35
3.1 Desain Penelitian	35
3.2 Populasi, Sampel dan Sampling.....	37
3.3 Identifikasi Variabel dan Definisi Operasional.....	40
3.4 Pengumpulan Data	44

Hasil Validitas Kuesioner <i>Neck Disability Index</i> (NDI).....	47
3.5 Analisis Data (pengolahan data).....	52
3.6 Etika penelitian	59
BAB IV.....	64
HASIL DAN PEMBAHASAN.....	64
4.1 Hasil Penelitian	64
4.2 Pembahasan	69
BAB V PENUTUP	77
5.1 Kesimpulan	77
5.2 Saran	77
DAFTAR PUSTAKA	80
PETUNJUK PENGISIAN.....	89



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori	32
Gambar 2.2 Kerangka Konsep	33
Gambar 3.1 Kerangka Kerja	51



DAFTAR TABEL

Table 2.1 pengukuran neck pain berdasarkan NDI.....	26
Table 2.2 klasifikasi disabilitas berdasarkan NDI.....	27
Table 2.3 analisis PICO.....	28
Table 3.1 Definisi Operasional Variable Penelitian	42
Table 3.2 klasifikasi tingkat disabilitas berdasarkan NDI	46
Table 3.3 Hasil Validitas Kuesioner Neck Disability Index (NDI)	47
Table 3.4 Interpretasi Kekuatan	59
Table 4. 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Pada Remaja Di SMA Walisongo Gempol Bulan Februari-Mei 2026.....	65
Table 4. 2 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Durasi Bermain Gadget Pada Remaja Di SMA Walisongo Gempol Bulan Februari-Mei 2026.....	66
Table 4. 3 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Neck Pain Pada Remaja Di SMA Walisongo Gempol Bulan Februari-Mei 2026.....	66
Table 4. 4 Hasil Tabulasi Silang Hubungan Durasi Bermain Gadget Dengan Kejadian Neck Pain (Nyeri Leher) Pada Remaja Di SMA Walisongo Gempol Bulan Februari-Mei 2026.....	67
Table 4. 5 Hasil Uji Statistik Spearman Rank Durasi Bermain Gadget Dengan Kejadian Neck Pain (Nyeri Leher) Pada Remaja Di SMA Walisongo Gempol Bulan Februari-Mei 2026	68

BINA SEHAT PPNI

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Study Penelitian.....	85
Lampiran 2 Surat Balasan	86
Lampiran 3 Lembar Informed Consent.....	87
Lampiran 4 Lembar Persetujuan Menjadi Responden	88
Lampiran 5 Data/Umum Responden.....	89
Lampiran 6 Neck Disability Index (Ndi)	90
Lampiran 7 Kisi-Kisi Kuesioner Variabel Dependen: Neck Pain (Nyeri Leher)	95
Lampiran 8 Kuisi Kuesioner Durasi Bermain Gadget	97
Lampiran 9 Kisi-Kisi Kuesioner Durasi Bermain Gadget	98
Lampiran 10 Uji Validitas.....	99
Lampiran 11 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden	102
Lampiran 12 Tabulasi Data Umum Hubungan Durasi Bermain Gadget Dengan Kejadian Neck Pain (Nyeri Leher).....	106
Lampiran 13 Hasil Turnitin.....	114
Lampiran 14 Dokumentasi	115
Lampiran 15 Lembar Hasil Turnitin	118
Lampiran 16 Lembar bimbingan proposal	119
Lampiran 17 Lembar bimbingan skripsi.....	123

DAFTAR PUSTAKA

- AlAbdulwahab. (2020). Smartphone Addiction and Musculoskeletal Pain. *Journal of Physical Therapy Science*, 29(4).
- Berolo. (2020). Smartphone Usage and Musculoskeletal Disorders Among Students. *Applied Ergonomics*.
- Biomedika, J., & Belakang, L. (2019). Hubungan intensitas pemakaian gawai dengan neck pain pada usia 15-20 tahun. 2(2), 71–76. <https://doi.org/10.18051/JBiomedKes.2019.v2.71-76>
- Chen, Y., Hu, C., Wu, W., Lee, R., Peng, C., Yao, T., & Chang, C. (2025). Association of smartphone overuse and neck pain: a systematic review and meta-analysis. January, 620–626.
- Et, K. H. (2020). Smartphone Use and Neck Pain in Adolescents. *Spine Journal*, 20(1).
- Fajri, N., & Adiasa, I. (2024). Tingkat signifikansi text neck syndrom pada mahasiswa. 2017, 50–59.
- Fauziyah. (2022). Pengaruh Durasi Bermain Gadget Terhadap Kualitas Tidur Pada Anak Usia Sekolah. 6.
- Fauziyah, E., Ca, S., Hidayat, S., & Pratama, D. A. (2024). Durasi Penggunaan Gadget Dalam Waktu Lama Berhubungan dengan Kejadian Nyeri Leher Pada Remaja. 6(1), 39–45.
- Gustafsson. (2021). Text Neck Syndrome in Smartphone Users. *Applied Ergonomics*, 59(1).
- Hanan Sya'i Padmawati, H. (2024). Hubungan Durasi Penggunaan Gadget dengan Kejadian Neck Pain pada Siswa SMA Negeri 1 Polokarto. *Indonesian Journal of Public Health*, 24(938–947).
- Hanan Sya'i Padmawati1. (2024). Hubungan durasi penggunaan gadget dengan kejadian neckpain pada siswa. 2(4), 938–947.
- Handayani, L. (2024). Gambaran lama, durasi bermain game online dan keluhan neckpain pada mahasiswa fakultas kesehatan masyarakat Universitas Halu Oleo overview of length, duration of playing online games and neckpain complaints among students in faculty of public health. 5(3), 149–157.
- Handayani, L., Amalia Fitri, A., Zahrani Madjid, L., Anggraeni, E., Epidemiologi, P., Kesmas FKM, P., Halu Oleo Kendari, U., Kesehatan dan Keselamatan Kerja, P., Handayani Peminatan Epidemiologi, L., & Kesmas, P. (2024). Gambaran lama, durasi bermain game online dan keluhan neck pain pada

- mahasiswa fakultas kesehatan masyarakat universitas Halu Oleo. *Jurnal Kesehatan Dan Keselamatan Kerja Universitas Halu Oleo*, 5(3), 149–157.
- Hermawati. (2024). Hubungan Durasi Penggunaan Gadget Dengan Gangguan Tajam Penglihatan Pada Anak Di SDN 93 Kendari. *Jurnal Ilmiah Karya Kesehatan*, 4(02), 9–13. <https://doi.org/10.46233/jikk.v4i02.1162>
- Jasmine, A., & Farah, F. (2023). Pengaruh Durasi Pemakaian Gawai Terhadap Perkembangan Sosial Emosional Pada Siswa/Siswi SMA AL-Muslim Tambun. 2.
- Julmiran. (2024). Hubungan Durasi Penggunaan Gadget dengan Prestasi Siswa Kelas V Sekolah Dasar. 13(1), 1011–1018.
- Kailashram, A. D., Roshan, K. R. N., Mohanan, C., P, A. L. A., & Kanthanathan, S. (2025). Neck Muscle Endurance, Pain, and Smartphone Use: A Cross-Sectional Study among College Students. *Journal of Chemical Health Risks*, 15, 615–621.
- Kartika, C. (2022). Hubungan Lama Menggunakan Laptop Dengan Keluhan Neck Pain Pada Mahasiswa Stikes Santa Elisabeth Medan.
- Kudsi, A. F. (2015). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kejadian Nyeri Leher pada Operator. *Factors That Influence Neck Pain Incidence of Computer Operators*.
- Lai, G. H., Gita, D., Kareri, R., Lidesna, A., Amat, S., Setiawan, I. M. B., Sasputra, I. N., & Lai, G. H. (2023). The Correlation of Duration and Position Smartphone Usage Towards Neck Pain on Medical Student at Universitas of Nusa Cendana Medical Rehabilitation Departement Faculty of Medicine, Universitas Nusa Cendana Biochemistry Departement Faculty of Medicine, Universitas Nusa Cendana Departement of Orthopedics and Traumatology Faculty of Medicine, Universitas Nusa. 11(2), 207–218.
- Lucia Bertozzi. (2021). Posture and time spent using a smartphone are not correlated with neck pain and disability in young adults: A cross-sectional study. *Journal of Bodywork and Movement Therapies*, 3(2). <https://doi.org/10.1016/j.jbmt.2020.09.006>
- Magdalena. (2021a). Hubungan Penggunaan Gadget terhadap Keluhan Nyeri Leher. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 23(3).
- Magdalena, I. (2021b). Pengaruh penggunaan gadget pada rendahnya. 3, 166–177.
- Magdalena, I., Insyirah, A., Putri, N. A., & Rahma, S. B. (2021). Pola Pikir Pada Anak Usia Sekolah (6-12 Tahun) Di Sdn Gempol Sari Kabupaten Tangerang. *Jurnal Pendidikan Dan Ilmu Sosial*, 3, 166–177.
- Mulyana, G. E., Winoto, Y., & Khadijah, U. L. (2024). Analisis bibliometrik tren penelitian literasi digital. 8, 465–487.

- Natashia, K., & Makkiyah, F. A. (2025). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Keluhan Nyeri Leher Non-Spesifik pada Orang Dewasa Usia Produktif. 8(1), 136–146.
- Ningtyas, & Laksmi. (2022). Hubungan Durasi Penggunaan Gadget dengan Prestasi Siswa Kelas V Sekolah Dasar. *Didaktika: Jurnal Kependidikan*, 13(1), 1011–1018.
- Ningtyas, L. (2022). Pengaruh Penggunaan Smartphone terhadap Nyeri Leher pada Mahasiswa. *Jurnal Fisioterapi*.
- Nurbaiti, Nasmi, & Marniati. (2025). Literature Review: Dampak Gadget terhadap Kesehatan Fisik dan Mental Anak. 3, 107–125.
- Nurhikmah, P. (2021). Hubungan Durasi Penggunaan Gadget dengan Keluhan Musculoskeletal pada Mahasiswa. *Jurnal Fisioterapi Indonesia*, 8(1).
- Othman. (2025). Hubungan antara Perangkat Elektronik Penggunaan dan Nyeri Leher di Kalangan Mahasiswa di Sekolah Tinggi Keguruan, Shaqlawa. Sardar Qader Othman & Barzan Nehmat Sabr. 19(6), 491–506.
- Prajitno, S. B. (2008). Metodologi Penelitian Kuantitatif. 1–29.
- Pratama, S. (2014). Hubungan durasi penggunaan smartphone dengan nyeri leher. 108–113.
- Putra, A. I. Y. D. (2021). Prevalensi dan derajat nyeri leher akibat penggunaan telepon genggam pada mahasiswa PSSKPD FK UNUD berumur 18-23 tahun. 10(10).
- Sagita Darma Sari. (2024). Desain crossectional bagi penelitian bidang kebidanan. 1(1), 18–25.
- Setyaningsih, R., & Trisnowati, T. (2023). Hubungan durasi dan posisi penggunaan smartphone terhadap nyeri leher pada masyarakat usia 18-45 tahun. November, 41–45.
- Siliwangi, J., Road, R., No, B., & Yogyakarta, D. I. (2021). Durasi penggunaan gadget terhadap nyeri leher pada mahasiswa di masa pandemi COVID-19. 4(1). <https://doi.org/10.35451/jkf.v4i1.794>
- Simamora, R. S., & N, S. (2022). Hubungan Lama Penggunaan Smartphone dengan Kejadian Neck Pain pada Remaja. *Jurnal Ayurveda Medistra*, 2(2).
- Simonovich, I. T., Haddad, E., Vider, S., Loberman, A., Khury, F., & Apt, E. (2025). The effect of smartphone texting on cervical spine sagittal alignment in healthy young adults. 11(4), 977–988. <https://doi.org/10.21037/jss-24-19>
- Smith. (2021). Screen Time and Neck Pain in Adolescents. *Journal of Adolescent Health*.

- Sugiyono. (2014). Metode penggunaan kualitatif, dan kuantitatif R&D. Alfabeta.
- Waruwu, C. K. (2022). Hubungan lama penggunaan laptop.
- Wati, A., et al. (2023). Hubungan durasi penggunaan gadget dengan interaksi sosial anak usia prasekolah di Kelurahan Terban Wilayah Kerja. *Jurnal Kesehatan*, 6, 9–17.
- Winarni. (2025). Faktor Yang Berhubungan Dengan Keluhan Nyeri Leher Pada Karyawan. 2(3), 266–280.
- Xie, Y. (2024). Association Between Smartphone Use and Musculoskeletal Pain. *Journal of Orthopaedic Research*.
- Zeffira, L., Fitriyasti, B., & M, A. (2023). Hubungan Penggunaan Smartphone dengan Keluhan Nyeri Leher pada Mahasiswa. *Jurnal Cahaya Mandalika*, 1(4), 4.

