



**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA DENGAN  
INTERVENSI *SELF MANAGEMENT* TERHADAP EFISIENSI  
DURASI PENGGUNAAN GADGET PADA REMAJA DI KOTA  
DEPOK**

**KARYA ILMIAH AKHIR NERS**

**MUTHIA NAJWA SYIHAB ALWI**

**2420721126**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI  
2026**



**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA DENGAN  
INTERVENSI *SELF MANAGEMENT* TERHADAP EFISIENSI  
DURASI PENGGUNAAN GADGET PADA REMAJA DI KOTA  
DEPOK**

**KARYA ILMIAH AKHIR NERS**

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Ners**

**MUTHIA NAJWA SYIHAB ALWI**

**2420721126**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI  
2026**

## PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Ilmiah Akhir Ners ini adalah hasil karya sendiri dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar

Nama : Muthia Najwa Syihab Alwi

NIM : 2420721126

Tanggal : 28 November 2025

Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 28 November 2025

Yang Menyatakan,



(Muthia Najwa Syihab Alwi)

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH  
AKHIR NERS UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Muthia Najwa Syihab Alwi  
NIM : 2420721126  
Fakultas : Ilmu Kesehatan  
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners Program Profesi

Demi mengembangkan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Hak bebas Royalti Non-eksklusif (Non-Exclusive Royalty Free Right) atas karya ilmiah saya yang berjudul: *Analisis Asuhan Keperawatan Keluarga Dengan Intervensi Self Management Terhadap Efisiensi Durasi Penggunaan Gadget Pada Remaja Di Kota Depok.*

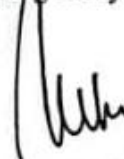
Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada Tanggal : 28 November 2025

Yang Menyatakan



(Muthia Najwa Syihab Alwi)

## PENGESAHAN

Karya Ilmiah Akhir Ners diajukan oleh:

Nama : Muthia Najwa Syihab Alwi  
NIM : 2420721126  
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners Program Profesi  
Judul : Analisis Asuhan Keperawatan Keluarga Dengan Intervensi  
*Self Management* Terhadap Efisiensi Durasi Penggunaan  
Gadget Pada Remaja Di Kota Depok

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ners pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.


Jakarta, 28 November 2025

Penguji I (Ketua Penguji)



Dr. Diah Ratnawati, M.Kep., Sp.Kep.Kom  
NIP. 198306162021212007

Penguji II

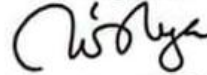


Ns. Sang Ayu Made Advani, M.Kep., Sp.Kep.Kom.  
NIP. 198603092025212031  
Dekan FIKES UPN "Veteran" Jakarta



Desmawati, SKp., M.Kep., Sp.Mal., Ph.D.  
NIP. 197602142021212005

Penguji III



Ns. T. Widya Nalaria, M.Kep., Sp.Kep.K.  
NIP. 199308032024062001  
Koordinator Program Studi Pendidikan  
Profesi Ners Program Profesi



Ns. Lina Berliana Togatorop, S.Kep., M.Kep.  
NIP. 198901262022032006

# **ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA DENGAN INTERVENSI *SELF MANAGEMENT* TERHADAP EFISIENSI DURASI PENGGUNAAN GADGET PADA REMAJA DI KOTA DEPOK**

**Muthia Najwa Syihab Alwi**

## **Abstrak**

Durasi penggunaan gadget yang berlebihan sering kali dipengaruhi oleh kurangnya pengawasan keluarga, minimnya pengaturan waktu, serta tidak adanya strategi *self management* yang diterapkan secara konsisten. Penelitian ini bertujuan melakukan asuhan keperawatan keluarga dengan intervensi *self management* terhadap efisiensi durasi penggunaan gadget pada remaja. Metode yang digunakan adalah studi kasus dengan melalui tahap pengkajian, diagnosis, intervensi, implementasi, dan evaluasi yang dilakukan kepada 3 orang remaja pada keluarga yang berbeda, yaitu An. N, An. S, dan An. Y. Instrumen pengumpulan data yang digunakan adalah lembar monitoring penggunaan gadget, lembar observasi perawat, dan lembar pemantauan orang tua. Intervensi diberikan selama tiga minggu melalui enam sesi. Intervensi dilakukan sebanyak 6 sesi dalam 3 minggu. Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan durasi penggunaan gadget yang signifikan pada seluruh remaja, yaitu rata-rata durasi penggunaan gadget sebelum intervensi pada An. N selama 8 jam 8 menit dan setelah intervensi menjadi 6 jam 22 menit, An. S dari 7 jam 55 menit menjadi 7 jam 21 menit, dan An. Y dari 5 jam 54 menit menjadi 4 jam 11 menit. Keluarga juga menunjukkan peningkatan pemahaman mengenai keterlibatan dalam monitoring harian, dan komunikasi positif dengan anak. Disimpulkan bahwa penerapan intervensi *self management* yang melibatkan keluarga secara aktif memberikan dampak positif dalam menurunkan durasi penggunaan gadget dan meningkatkan kemampuan pengendalian diri remaja. Diharapkan remaja dapat membangun kebiasaan penggunaan gadget yang lebih sehat dan produktif dan keluarga konsisten menciptakan aturan penggunaan gadget yang jelas, melakukan komunikasi yang terbuka dan positif kepada anaknya.

**Kata Kunci:** Durasi Gadget, Remaja, *Self management*

# ***ANALYSIS OF FAMILY NURSING CARE WITH SELF MANAGEMENT INTERVENTION ON THE EFFICIENCY OF GADGET USE DURATION AMONG ADOLESCENTS IN DEPOK CITY***

***Muthia Najwa Syihab Alwi***

## ***Abstract***

*The duration of excessive gadget use is often influenced by the lack of family supervision, minimal time management, and the absence of self management strategies that are applied consistently. This study aims to provide family nursing care with self management interventions on the efficiency of gadget use duration in adolescents. The method used is a case study with stages of assessment, diagnosis, intervention, implementation, and evaluation carried out on 3 adolescents in different families, namely An. N, An. S, and An. Y. The data collection instruments used were gadget use monitoring sheets, nurse observation sheets, and parental monitoring sheets. The intervention was given for three weeks through six sessions. The intervention was carried out for 6 sessions in 3 weeks. The results of the study showed a significant decrease in the duration of gadget use in all adolescents, namely the average duration of gadget use before the intervention in An. N was 8 hours 8 minutes and after the intervention became 6 hours 22 minutes, An. S from 7 hours 55 minutes to 7 hours 21 minutes, and An. Y from 5 hours 54 minutes to 4 hours 11 minutes. Families also demonstrated increased understanding regarding daily monitoring and positive communication with their children. It was concluded that implementing self management interventions that actively involve families had a positive impact on reducing the duration of gadget use and improving adolescents' self control. It is hoped that adolescents can develop healthier and more productive gadget use habits, and that families consistently create clear gadget use rules and maintain open and positive communication with their children.*

***Keywords:*** *Adolescents, Gadget Duration, Self management*

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas segala karunia-Nya sehingga Karya Ilmiah Akhir Ners ini berhasil diselesaikan. Judul yang dipilih dalam penelitian ini yang dilaksanakan sejak juni 2025 adalah ‘Analisis Asuhan Keperawatan Keluarga dengan Intervensi *Self management* Terhadap Efisiensi Durasi Penggunaan Gadget pada Remaja di Kota Depok’. Terima kasih penulis ucapkan kepada Dr. Anter Venus, MA, Comm selaku Rektor UPN “Veteran” Jakarta, Desmawati, SKP, M.Kep., Sp.Ma., PhD selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan, Ns. Cut Sarida Pompey, MNS selaku Ketua Jurusan Keperawatan, Ns. Lina Berliana Togatorop, S.Kep., M.Kep. selaku Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Ners, Dr. Diah Ratnawati, M.Kep., Sp.Kep.Kom., selaku dosen penguji 1, Ns. Sang Ayu Made Adyani, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.Kom., selaku dosen penguji 2 dan Ns. T. Widya Naralia, M.Kep., Sp.Kep.K. selaku dosen penguji 3 sekaligus dosen pembimbing yang telah banyak memberikan saran dan nasihat yang sangat bermanfaat bagi penulis.

Penulis ucapkan terima kasih juga kepada Mama, Bapak, AA, serta seluruh keluarga besar tercinta yang selalu memberikan doa dan dukungan kepada penulis. Penulis juga sampaikan terima kasih kepada teman-teman, Devita, Indah, Esa, dan Ancol yang telah membantu dalam pembuatan Karya Ilmiah Akhir Ners ini. Penulis menyadari bahwa Karya Ilmiah Akhir Ners ini memiliki kekurangan, oleh karena itu penulis berharap bisa mendapatkan kritik dan saran yang membangun agar Karya Ilmiah Akhir Ners ini bisa lebih baik di masa yang akan datang.

Jakarta, 19 November 2025

Penulis

(Muthia Najwa Syihab Alwi)

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KIAN .....	iii
PENGESAHAN .....	iv
ABSTRAK .....	v
<i>ABSTRACT</i> .....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI .....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR .....	xi
DAFTAR LAMPIRAN .....	xii
BAB I PENDAHULUAN .....	1
I.1 Latar Belakang .....	1
I.2 Tujuan Penelitian.....	5
I.3 Manfaat Penelitian.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
II.1 Landasan Teori .....	8
II.2 Tinjauan Intervensi Sesuai Praktik Berbasis Bukti .....	19
II.3 Tugas dan Tahap Perkembangan Keluarga.....	31
II.4 Peran Perawat Komunitas .....	35
BAB III GAMBARAN KASUS KELOLAAN .....	38
III.1 Pengkajian Asuhan Keperawatan Keluarga .....	38
III.2 Pengkajian Tahap II Asuhan Keperawatan Keluarga.....	51
III.3 Data Fokus Asuhan Keperawatan Keluarga.....	53
III.4 Analisa Data Asuhan Keperawatan Keluarga .....	55
III.5 Skoring Masalah Asuhan Keperawatan Keluarga.....	57
III.6 Prioritas Masalah Asuhan Keperawatan Keluarga.....	59
III.7 Intervensi Keperawatan .....	60
III.8 Intervensi Inovasi Asuhan Keperawatan Keluarga .....	66
III.9 Asuhan Keperawatan Klien Resume .....	69
III.10 Implementasi Keperawatan.....	70
III.11 Implementasi Intervensi Inovasi .....	78
III.12 Evaluasi Keperawatan.....	81
BAB IV PEMBAHASAN.....	84
IV.1 Analisis Asuhan Keperawatan Berdasarkan Konsep Teoritis dan Penelitian Terkait .....	84
IV.2 Analisis Penerapan <i>Self Management</i> Pada Kasus .....	94
IV.3 Implikasi .....	100
BAB V PENUTUP.....	102
V.1 Kesimpulan .....	102

V.2	Saran .....	104
DAFTAR PUSTAKA .....		106
RIWAYAT HIDUP		
LAMPIRAN		

## DAFTAR TABEL

Tabel 1	Komposisi Anggota Keluarga .....	38
Tabel 2	Hasil Pemeriksaan Fisik Keluarga .....	48
Tabel 3	Data Fokus.....	53
Tabel 4	Analisa Data .....	55
Tabel 5	Perilaku Kesehatan Cenderung Berisiko pada An. N.....	57
Tabel 6	Kesiapan Peningkatan Manajemen Kesehatan pada An. N.....	58
Tabel 7	Intervensi Keperawatan.....	60
Tabel 8	Implementasi Keperawatan .....	70
Tabel 9	Hasil Perbandingan Rata-Rata Durasi Sebelum dan Sesudah Intervensi <i>Self management</i> .....	81
Tabel 10	Hasil Perbandingan Rata-Rata Durasi Sebelum dan Sesudah Intervensi <i>Self management</i> .....	96

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Genogram.....	38
Gambar 2	Denah Rumah.....	42

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Surat Persetujuan Judul
Lampiran 2	Monitoring Bimbingan
Lampiran 3	SOP (Satuan Operasional Prosedur)
Lampiran 4	Media Edukasi
Lampiran 5	Dokumentasi Intervensi
Lampiran 6	Luaran (HKI)
Lampiran 7	Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
Lampiran 8	Hasil Uji Turnitin