

BAB 5

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang gambaran kualitas tidur pada anak yang bermain game online dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden (18 anak atau 60%) mengalami kualitas tidur yang buruk dan hampir setengahnya responden (12 anak atau 40%) mengalami kualitas tidur yang baik.

5.2. Saran

5.2.1 Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini dapat menjadi pengalaman untuk peneliti melakukan penelitian dengan tema yang sama tetapi dengan variabel yang berbeda sehingga akan dapat menghasilkan penelitian yang berbeda.

5.2.2 Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sumber informasi, referensi, maupun bacaan bagi institusi, dosen, maupun mahasiswa keperawatan yang tertarik mengenai masalah tentang kualitas tidur, khususnya pada anak yang bermain game online.

5.2.3 Bagi Masyarakat Umum

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi sumber informasi bagi masyarakat tentang kualitas tidur pada anak yang bermain game online.

Sehingga masyarakat yang memiliki anak, dapat memantau atau mengawasi anak saat bermain game online, agar tidak mengalami kualitas tidur yang buruk.



DAFTAR PUSTAKA

- A.Aziz Alimul Hidayat.2014. Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia. Jakarta : Salemba Medika.
- Android,2012. *Definisi games online*.http://repositori.uin – alauddin.ac.id/4814/1/dewi%20marlianti_opt.pdf.
- Andri & Wahid. Buku Ajar Ilmu Keperawatan Dasar. Surabaya: Mitra Wacana Media; 2016.
- APJII (2012). “Profil Pengguna Internet Indonesia 2012”. Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia.
- Aqila (2010). Cara Cerdas Mengatasi Anak Kecanduan Game. Jogjakarta: A+ Plus Books.
- Arifin AR, Burhan E.(2010).*Fisiologi Tidur dan Pernapasan*. J Respiologi. (1-12).
- Aspiani Reny. (2014). Buku Ajar Asuhan Keperawatan Gerontik Aplikasi NANDA, NIC, dan NOC Jilid 1. Jakarta : Trans Info Media.
- Corbafo et al, (2018) Gambaran Kualitas Tidur Anak Usia Sekolah Pengguna Gadget SD Negeri Banyumanik 01 Kota Semarang. Prodi Keperawatan, Universitas Ngudi Waluyo.
- Cunningham,2010. Penanganan ketergantungan *games online* <http://digilib.unisayogya.ac.id>.
- Busyee, et al., 2010. *Instrument Pittsburgh Sleep Quality Index (PQSI)*.<http://eprints.uny.ac.id/53626/1>.
- Ghufron, Nur dan Rini Risnawati. 2011. Teori-Teori Psikologi. Jakarta: Ar-ruzz Media.
- Hidayat, A. Aziz dan Musrifatul.U (2015). Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia. Jakarta: Salemba Medika.
- Hardiyansyah, 2016. *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Gangguan Kecanduan Game Online Pada Peserta Didik Kelas X Di Madrasah Aliyah Al Furqon Prabumulih Tahun Pelajaran 2015/2016*. Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, IAIN Raden Intan Lampung. Jurnal. <http://ejournal.radenintan.ac.id/index>.
- Macmilan,2011. *Definisi games online*.<http://repositori.uin – alauddin.ac.id/4814/1/dewi%20marlianti.pdf>.

- Mubarak, wahit Iqbal,. Et. all (2015). Buku Ajar Ilmu Keperawatan Dasar. Jakarta: Salemba medika.
- Notoatmodjo 2010. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta : Rineka Cipta.
- Notoatmodjo 2012. Metode Penelitian Kesehatan. Jakarta : Rineka Cipta.
- Nursalam. (2011). Manajemen Keperawatan. Aplikasi dalam praktik keperawatan professional, edisi 3. Jakarta : Salemba Medika.
- Nursalam. (2013). Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. Jakarta : Salemba Medika.
- Nursalam. (2015). Metodologi ilmu keperawatan, edisi 4, Jakarta: Salemba Medika.
- Nursalam. (2016). Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis Edisi.4. Jakarta : Salemba Medika.
- Potter dan Perry. (2010). Fundamental keperawatan buku. Edisi 7. Jakarta : Salemba Medika.
- Sacker (2013). Pengaruh Jam Tidur Pada Otak Anak dalam M.bbc.co.uk/indonesia/majalah.
- Sanjaya RD. Hubungan antara Kualitas Tidur dengan Kecenderungan Berperilaku Agresif pada Remaja. [Skripsi]. Universitas Sanata Dharma Yogyakarta; 2011.
- Wartolah dan Tarwoto. (2010). Kebutuhan Dasar Manusia dan Proses Keperawatan. Jakarta : Salemba Medika.
- Wulandari, Sudyasih TT and, Tiwi. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Metode Visual AIDS terhadap Sikap tentang Jajanan Sehat pada Siswa Kelas V di SDN Nogotirto Sleman Yogyakarta. [Skripsi]. Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta; 2017.
- Virilia S, Setiadi S. Hubungan Kecanduan Game Online dan Keterampilan Sosial pada Pemain Game Dewasa Awal di Jakarta Barat. Psibernetika. 2016;9(2)