

KARYA TULIS ILMIAH

**GAMBARAN KUALITAS TIDUR PADA ANAK YANG BERMAIN GAME
ONLINE DI RT 02 RW 01 DESA GLANGGANG**



OLEH :

BARA ANGGA APPRILIO EKA SAPUTRA

NIM. 18.1.125

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN

INSTITUT TEKNOLOGI SAINS DAN KESEHATAN

RS dr. SOEPRAOEN MALANG

TAHUN AKADEMIK 2020/2021

KARYA TULIS ILMIAH

**GAMBARAN KUALITAS TIDUR PADA ANAK YANG BERMAIN GAME
ONLINE DI RT 02 RW 01 DESA GLANGGANG**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh
Gelar Ahli Madya Keperawatan Pada Prodi Keperawatan

Institut Teknologi Sains Dan Kesehatan

RS dr. Soepraoen Malang



OLEH :

BARA ANGA APPRILLIO EKA SAPUTRA

NIM. 18.1.125

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN

INSTITUT TEKNOLOGI SAINS DAN KESEHATAN

RS dr.SOEPRAOEN MALANG

TAHUN AKADEMIK 2020/2021

LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Bara Angga Aprillio Eka Saputra

Tempat/tanggal lahir : Sidoarjo,25 - April - 1999

NIM : 18.1.125

Alamat : Lingkungan Glanggang, Kelurahan
Glanggang , Kecamatan Beji ,Kabupaten
Pasuruan

Menyatakan dan bersumpah bahwa karya tulis ilmiah ini adalah hasil karya sendiri dan belum pernah dikumpulkan oleh orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di perguruan tinggi manapun.

Jika dikemudian hari ternyata saya terbukti melakukan pelanggaran atas pernyataan dan sumpah tersebut di atas, maka saya bersedia menerima sanksi akademik dari almamater.

Malang, Oktober 2021
Yang Menyatakan



Bara Angga Aprillio E.S
NIM. 18.1.125

CURICULUM VITAE



Nama : Bara Angga Aprillio E.S

Tempat Tgl. Lahir : Sidoarjo, 25 – April - 1999

Alamat Rumah : Lingkungan Glanggang, RT 02 RW 01 Kelurahan
Glanggang , Kecamatan Beji , Kabupaten Pasuruan

Nama Orang Tua :

- a. Ayah : Bambang Suryono
- b. Ibu : Endang Prihatin,SE

Riwayat Pendidikan :

- a. SD : SDN DERMO 1 BANGIL
- b. SMP : SMPN 1 BANGIL
- c. SMA : SMAN 1 BANGIL

LEMBAR PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah ini telah Disetujui untuk Diujikan
di Depan Tim Penguji

Tanggal, 22 Oktober 2021



Pembimbing I,

Indari, S.Kep., Ners, M.Kep

Oleh :

Pembimbing II,

Dr. Juliati Koesrini, A.Per.Pen, M.KPd

LEMBAR PENGESAHAN

Telah Diuji dan Disetujui oleh Tim Penguji pada Ujian Sidang di Program
Studi Keperawatan Institut Teknologi Sains Dan Kesehatan
RS dr. Soepraoen Malang

Tanggal, Oktober 2021

TIM PENGUJI	
Nama	Tanda tangan
Ketua : Mokhtar Jamil, S.Kep., Ners, M.Kep	
Anggota : 1. Dion Kunto, S.Kep., Ners, M.Kep	
2. Indari, S.Kep., Ners, M.Kep	

Mengetahui,

Ketua Program Studi Keperawatan



Apriyani Puji H, S.Kep., Ners, M.Kep

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena berkat rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “Gambaran Kualitas Tidur Pada Anak Yang Bermain Game Online di RT 02 RW 01 Desa Glanggang” sesuai waktu yang ditentukan.

Karya Tulis Ilmiah ini penulis susun sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan di Program Studi Keperawatan Institut Teknologi Sains dan Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang.

Dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah, penulis mendapatkan banyak pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu dalam kesempatan ini penulis tidak lupa mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Kepada Allah SWT, karena hanya atas izin dan karuniaNya maka karya tulis ini dapat dibuat dan selesai pada waktunya.
2. Bapak Letnan Kolonel Ckm Arief Efendi, SMPH. SH, S.Kep. Ners, M.M, M.Kes, selaku Rektor Institut Teknologi Sains dan Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang.
3. Ibu Apriyani Puji Hastuti, S.Kep., Ners, M.Kep selaku Ketua Prodi Keperawatan Institut Teknologi Sains dan Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang.

4. Indari, S.Kep., Ners, M.Kep selaku Pembimbing I dalam penelitian ini yang telah banyak memberikan bimbingan dan pengarahan kepada penulis.
5. Dr. Juliati Koesrini, A.Per.Pen, M.KPd selaku pembimbing II yang telah memberikan saran dalam Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Bapak dan Ibu saya, yang telah memberikan dukungan moril maupun materi serta do'a yang tiada henti untuk kesuksesan saya, karena tiada kata seindah lantunan do'a dan tiada do'a yang paling khusus selain do'a yang terucap dari orang tua.
7. Serta rekan-rekan mahasiswa prodi keperawatan yang selalu memberikan dukungan, doa dan semangat dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini

Penulis berusaha untuk dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini dengan sebaik-baiknya. Namun demikian penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan. Oleh karena itu demi kesempurnaan, penulis mengharapkan adanya kritik dan saran dari semua pihak.

Malang, Oktober 2021

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
COVER DALAM	ii
LEMBAR PERNYATAAN.....	iii
CURICULUM VITAE.....	iv
LEMBAR PERSETUJUAN.....	v
LEMBAR PENGESAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
ABSTRAK	xv
ABSTRACT	xvi
BAB 1.....	xi
PENDAHULUAN.....	1
1.1.Latar Belakang	1
1.2.Rumusan Masalah.....	3
1.3.Tujuan Penelitian.....	4
1.4. Manfaat Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	4
1.4.2 Manfaat Praktis.....	4
BAB 2.....	Error! Bookmark not defined.
TINJAUAN TEORI	Error! Bookmark not defined.
2.1 Konsep Games Online.....	Error! Bookmark not defined.
2.1.1 Definisi Games Online.....	Error! Bookmark not defined.
2.1.2 Jenis-jenis Games Online.....	Error! Bookmark not defined.
2.1.3 Kecanduan <i>Games Online</i>	Error! Bookmark not defined.
2.1.4 Dampak-dampak <i>Games Online</i>	8
2.1.5 Faktor Penyebab Kebiasaan <i>Games Online</i>	13

2.1.6 Cara Mengatasi Kecanduan <i>Games Online</i>	Error! Bookmark not defined.
2.2 Konsep Tidur	16
2.2.1 Definisi Tidur	16
2.2.2 Jenis gangguan pola tidur	17
2.2.3 Fisiologi Tidur	21
2.2.4 Mekanisme Tidur	Error! Bookmark not defined.
2.2.5 Kebutuhan Tidur	24
2.2.6 Fungsi dan Tujuan Tidur	Error! Bookmark not defined.
2.2.7 Definisi kualitas tidur	25
2.2.8 Faktor Yang Mempengaruhi Tidur	Error! Bookmark not defined.
2.2.9 Cara Mengukur Kualitas Tidur Pada Anak	28
2.3. Kerangka Konsep	Error! Bookmark not defined.
2.4. Deskripsi Kerangka Konsep	32
BAB 3	Error! Bookmark not defined.
METODE PENELITIAN	Error! Bookmark not defined.
3.1 Desain Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.2 Kerangka Kerja	Error! Bookmark not defined.
3.3 Populasi, Sampel, dan Sampling	Error! Bookmark not defined.
3.3.1 Populasi	Error! Bookmark not defined.
3.3.2 Sampel	Error! Bookmark not defined.
3.3.3 Sampling	Error! Bookmark not defined.
3.4 Identifikasi Variabel dan Definisi Operasional.	Error! Bookmark not defined.
3.4.1 Identifikasi Variabel	Error! Bookmark not defined.
3.4.2 Definisi Operasional	Error! Bookmark not defined.
3.5 Prosedur Pengumpulan Data	Error! Bookmark not defined.
3.5.1 Proses Perizinan	Error! Bookmark not defined.
3.5.2 Intrumen Pengumpulan Data	Error! Bookmark not defined.
3.6 Pengolahan dan Analisa Data	42
3.6.1 Pengolahan Data	42
3.6.2 Analisa Data	47

3.6.3 Interpretasi Data.....	47
3.7 Waktu dan Tempat Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
3.8 Etika Penelitian.....	48
3.8.1 Informed Consent.....	48
3.8.2 Anonymity.....	48
3.8.3 Confidentiality.....	49
3.8.4 Self Determinant.....	49
3.8.5 Privacy.....	49
3.9 Keterbatasan Penelitian.....	49
BAB 4.....	50
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	50
4.1. Hasil Penelitian.....	50
4.1.1 Gambaran Lokasi Penelitian.....	50
4.1.2 Data Umum.....	51
4.1.3 Data Khusus.....	52
4.2. Pembahasan.....	54
BAB 5.....	56
KESIMPULAN DAN SARAN.....	56
5.1. Kesimpulan.....	56
5.2. Saran.....	56
5.2.1 Bagi Peneliti.....	56
5.2.2 Bagi Institusi Pendidikan.....	56
5.2.3 Bagi Masyarakat Umum.....	56
DAFTAR PUSTAKA.....	57

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Kerangka Konsep.....	31
Gambar 3.1 Kerangka Kerja	34



DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 Definisi Operasional.....	36
Tabel 4.1 Data Umum Responden.....	51
Tabel 4.2 Data Khusus	52
Tabel 4.3 Tabulasi Silang Data Umum	53



DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Jadwal Penelitian	61
Lampiran 2 Lembar Permohonan Menjadi Responden.....	62
Lampiran 3 Lembar Persetujuan Menjadi Responden	63
Lampiran 4 Kuesioner Penelitian	64
Lampiran 5 Data Umum Responden.....	68
Lampiran 6 Data Khusus	69
Lampiran 7 Surat Izin Penelitian	71
Lampiran 8 Dokumentasi Penelitian	72
Lampiran 9 Bukti Revisi KTI.....	74



ABSTRAK

Saputra, Bara Angga Apprilio Eka. 2021. “Gambaran Kualitas Tidur Pada Anak Yang Bermain Game Online Di Desa Glanggang”.
Prodi D3 Keperawatan, ITSK RS dr. Soepraoen Malang.
Pembimbing (1) Indari, S.Kep., Ners, M.Kep., Pembimbing (2)
Dr.Juliati Koesrini, A.Per.Pen, M.KPd.

Game online adalah *game* yang berbasis elektronik dan visual begitu populer di berbagai kalangan, termasuk anak sekolah. Terdapat dampak positif dan negatif dalam kebiasaan bermain game online terutama bermain dalam jangka yang panjang salah satunya yaitu mengganggu jam tidur atau istirahat anak. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran kualitas tidur pada anak yang bermain game online di desa glanggang.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian deskriptif. Populasi pada penelitian ini adalah semua Anak di RT 02 RW 01 desa Glanggang yang berusia 10 – 12 tahun yaitu berjumlah 30 orang. Sample pada penelitian ini adalah Anak di RT 02 RW 01 Desa Glanggang usia 10 – 12 tahun yaitu berjumlah 30 orang. Teknik sampling yang digunakan adalah **total sampling**. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 20-25 Agustus 2021. Alat ukur menggunakan lembar kuesioner PQSI. Analisa data yang digunakan adalah analisa data univariat.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa kualitas tidur anak 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. Hal tersebut mungkin dipengaruhi oleh umur dan durasi bermain.

Berdasarkan hasil penelitian diharapkan 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.

Kata Kunci : Anak, Game Online, Kualitas Tidur

ABSTRACT

Saputra, Bara Angga Apprilio Eka. 2021. "Overview of Sleep Quality in Children Playing Online Games in Glanggang Village". D3 Nursing Study Program, ITSK RS dr. Soepraoen Malang. Supervisor (1) Indari, S.Kep., Ners, M.Kep., Supervisor (2) Dr.Julianti Koesrini, A.Per.Pen, M.KPd.

Game online are electronic and visual based games that are very popular in various circles, including school children. There are positive and negative impacts in the habit of playing online games, especially playing in the long term, one of which is disturbing the child's sleep or rest. The purpose of this study was to describe the quality of sleep in children who play online games in Glanggang village.

This research is a quantitative research with a descriptive research design. The population in this study were all children in Glanggang Village aged 10-12 years, totaling 30 people. The sample in this study were children in Glanggang Village aged 10-12 years, which amounted to 30 people. The sampling technique used is total sampling. This research was conducted on August 20-25, 2021. The measuring instrument used a PQSI questionnaire sheet. Analysis of the data used is univariate data analysis.

Based on the results of the study, most of the respondents (18 children or 60%) experienced poor sleep quality and almost half of the respondents (12 children or 40%) experienced good sleep quality. This may be influenced by age and duration of play.

Based on the results of the study, it is expected to be a source of information for the public about the quality of sleep in children who play online games. So that people who have children can monitor or supervise children when playing online games, so they don't experience poor sleep quality.

Keywords: Children, Online Games, Sleep Quality