

**SKRIPSI PENELITIAN**

**HUBUNGAN DURASI BERMAIN *GAME ONLINE* DENGAN  
RESIKO TERJADINYA *NECK PAIN* PADA GENERASI MILENIAL DI  
PERUMAHAN MAGERSARI INDAH  
MOJOKERTO**



**OLEH :**

**SRI LESTARI WATI**

**NIM. 218065AJ**

**PROGRAM STUDI S1 FISIOTERAPI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
INSTITUT TEKNOLOGI, SAINS, DAN KESEHATAN RS DR. SOEPRAOEN  
KESDAM V/BRAWIJAYA  
MALANG  
2022**

## **SKRIPSI**

# **HUBUNGAN DURASI BERMAIN *GAME ONLINE* DENGAN RESIKO TERJADINYA *NECK PAIN* PADA GENERASI MILENIAL DI PERUMAHAN MAGERSARI INDAH MOJOKERTO**

Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana  
Kesehatan pada Program Studi S1 Fisioterapi Fakultas Ilmu  
Kesehatan Institut Teknologi, Sains, dan Kesehatan  
RS.DR.Soepraoen Kesdam V/Brawijaya



Oleh:

**SRI LESTARI WATI**

**NIM. 218065AJ**

**PROGRAM STUDI S1 FISIOTERAPI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
INSTITUT TEKNOLOGI, SAINS, DAN KESEHATAN RS DR. SOEPRAOEN  
KESDAM V/BRAWIJAYA  
MALANG  
2022**

## LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi

HUBUNGAN DURASI BERMAIN *GAME ONLINE* DENGAN  
RESIKO TERJADINYA *NECK PAIN* PADA GENERASI MILENIAL  
DI PERUMAHAN MAGERSARI INDAH  
MOJOKERTO

Oleh:

SRI LESTARI WATI

NIM. 218065AJ

Telah disetujui oleh Dosen Pembimbing

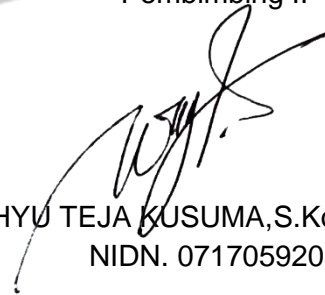
Pada tanggal: 28 Juni 2022

Pembimbing I



SARTOYO, S.Kes., S.Sos., M.Kes  
NIDK. 8946900020

Pembimbing II



WAHYU TEJA KUSUMA, S.Kom., M. Kom  
NIDN. 0717059203

## HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

Skripsi dengan Judul :

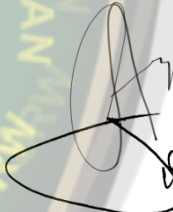

HUBUNGAN DURASI BERMAIN GAME ONLINE DENGAN  
RESIKO TERJADINYA *NECK PAIN* PADA GENERASI MILENIAL  
DI PERUMAHAN MAGERSARI INDAH  
MOJOKERTO

Disusun dan diajukan oleh:

SRI LESTARI WATI, 218065AJ, Tahun 2022

Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian Skripsi pada tanggal 21  
Desember 2022 dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Tim Penguji

Nama	Tanda Tangan
Penguji 1 : Ftr. AGUNG HADI E, SST, M.Kes NIDN : 0725037601	
Penguji 2 : SARTOYO, S.Kes., S.Sos., M.Kes NIDK : 8946900020	
Penguji 3 : WAHYU TEJA KUSUMA, S.Kom., M.Kom NIDN : 0717059203	

Mengetahui,

Kaprodi S1 Fisioterapi



Sartoyo, S.Kes., S.Sos, M.Kes  
NIDK: 8946900020

## LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

NAMA : SRI LESTARI WATI

NIM : 218065AJ

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa proposal berjudul "**HUBUNGAN DURASI BERMAIN GAME ONLINE DENGAN RESIKO TERJADINYA NECK PAIN PADA GENERASI MILENIAL DI PERUMAHAN MAGERSARI INDAH MOJOKERTO**" ialah benar merupakan karya sendiri. Hal-hal yang bukan karya saya, pada proposal tersebut diberikan tanda citasi dan ditunjukkan pada daftar pustaka.

Apabila dikemudian hari terdapat bukti pernyataan saya tidak benar dan didapatkan pelanggaran terkait karya proposal ini, saya bersedia diberi sanksi akademik berupa pencabutan proposal dan gelar yang saya dapat melalui proposal tersebut.

Mojokerto, 28 Juni 2022



Sri Lestari Wati

218065AJ

## KATA PENGANTAR

Puji Syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat rahmat-Nya, penulis bisamenyusun skripsi ini hingga selesai. Penulisan skripsi inipun sebagai karya ilmiah yang di susun dalam maksudbisa menyelesaikan pendidikan sarjana (S1) pada Fakultas Ilmu Kesehatan Program Studi S1 Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Institut Teknologi, Sains, dan Kesehatan RS DR. Soepraoen Kesdam V/Brawijaya.

Ucapan terima kasih yang dapat penulis berikan bagi:

1. Bapak Arief Efendi, S.MPh, SH.(Adv), S.Kep, Ners, MM, M.Kes. selaku Rektor Institut Teknologi, Sains, dan Kesehatan RS DR. Soepraoen Kesdam V/Brawijaya.
2. Bapak Amin Zakaria, S.Kep., Ners., M.Kes. selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan.
3. Bapak Sartoyo, S.Kes., S.Sos., M.Kes. selaku Ketua Program Studi S1 Fisioterapi, atas kesediaanya penulis belajar di Fakultas Ilmu Kesehatan sekaligus pembimbing 1 dan dewan penguji 2.
4. Bapak Wahyu Teja Kusuma, S.Kom., M.Kom selaku pembimbing 2 sekaligus dewan penguji 3.

5. Bapak Agung Hadi Endaryanto, S.ST., M.Kes., Ftr selaku dewan penguji utama.
6. Ayah dan Almh. Ibu, keluarga besar, suami serta 2 putra kami yang telah memberikan bantuan doa, dan motivasi selama ini.
7. Adik Visda Immamatul Khubiyah yang selalu support dan membantu penulis selama penyusunan skripsi.
8. Teman-teman S-1 Fisioterapi Alih Jenjang angkatan ke-2 atas bantuan, support dan kerjasamanya dalam menyelesaikan skripsi ini.
9. Dr.Mudjijati,SpKFR, dan dr.Gde Ganjar Oka Narasara,M.Ked.Klin,SpKFR, serta teman-teman unit RehabilitasiMedik khususnya Nur Rahma Wahyu Wijayanti, Amd. OT yang sudah mengawal penulis selama menempuh pendidikan S1 dan unit lain Rumah Sakit Citra Medika Sidoarjo yang selalu memberi support.
- 10.Teman – teman informan yang sudah memberikontribusi dengan memberi data dan informasi dalam keberlangsungan studi dilapangan.

Penulis menyadari bahwasanya pada penyusunan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, dengan demikian penulis menerima masukan dan saran

pembaca yang tentunya mempunyai sifat yang membangun. Penulis berharap supaya laporan hasil studi skripsi ini mampu menyumbangkan manfaat untuk pembaca dan bermanfaat untuk pengembangan ilmu Kesehatan, terutama pada bidang Fisioterapi.

Mojokerto, 28 Juni 2022

Penulis





## ABSTRACT

*Neck discomfort has a number of causes, including bad posture and mechanical strain. Sensitization of free nerve terminals in muscles can cause muscle discomfort. Muscle pain is caused by both chemical and mechanical mechanisms, because free nerve terminals function as mechanonociceptive and chemonociceptive receptors.*

*This research has 20 respondents using purposive sampling. The research design uses a pre-experimental kuantitatif and eksperimental approach. There was a correlation between the duration of playing online game and the risk neck pain of the millennial generation at Perumahan Magersari Indah Mojokerto in 2022 with spearman's  $\rho$   $0,000 < \alpha$  ( $\alpha = 0,05$ ) significance and correlation coefficient  $1,000 > 0,444$  value.*

*The duration of online game player respondents at Perumahan Magersari Indah Mojokerto based on The Grapic Visualization & Usability Center, The georgia Institut of Technology is in the medium category with a value.*

**Keywords:** Neck pain, duration, online game, millennial generation

## ABSTRAK

Ketidaknyamanan leher memiliki sejumlah penyebab, termasuk postur tubuh yang buruk dan ketegangan mekanis. Sensitisasi terminal saraf bebas pada otot dapat menyebabkan ketidaknyamanan otot. Nyeri otot disebabkan oleh mekanisme kimia dan mekanik, karena terminal saraf bebas berfungsi sebagai reseptor mekanis, isireseptif dan chemonociceptive.

Penelitian ini memiliki 20 responden yang menggunakan purposive sampling. Desain penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dan eksperimental pra-eksperimental. Terdapat korelasi antara durasi bermain game online dengan risiko sakit leher generasi milenial di Perumahan Magersari Indah Mojokerto 2022 dengan signifikansi  $\rho$   $0.000 < \alpha$  ( $\alpha = 0,05$ ) spearman dan koefisien korelasi  $1.000 > \text{nilai } 0,444$ .

Durasi responden pemain game online di Perumahan Magersari Indah Mojokerto berdasarkan *The Grapic Visualization & Usability Center*, Institut Teknologi Georgia masuk kategori medium dengan nilai.

***Kata kunci:*** Sakit leher, durasi, game online, milenial

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	i
<b>LEMBAR PERSETUJUAN</b> .....	ii
<b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....	iii
<b>LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN</b> .....	iv
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	v
<b>ABSTRACT</b> .....	viii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	x
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xiv
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xv
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xvi
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	4
1.3 Tujuan Penelitian .....	4
1.3.1 Tujuan Umum .....	4
1.3.2 Tujuan Khusus .....	4
1.4 Manfaat Penelitian .....	5
1.4.1 Bagi Akademik .....	5
1.4.2 Bagi Praktisi .....	5
1.4.3 Bagi Masyarakat .....	6
1.5 Hasil – hasil Penelitian Terdahulu .....	6
<b>BAB II KAJIAN TEORI</b> .....	8

2.1 Anatomi .....	8
2.1.1 <i>Vertebrae</i> .....	8
2.1.2 <i>Cervicalis</i> .....	9
2.1.3 <i>Ligament Regio Cervical</i> .....	10
2.1.4 <i>Otot Cervical</i> .....	12
2.2 Definisi Durasi .....	14
2.3 Nyeri .....	15
2.3.1 Definisi Nyeri .....	15
2.3.2 Etiologi Nyeri .....	16
2.3.3 Mekanisme Nyeri .....	16
2.3.4 Pengukuran Nyeri .....	18
2.4 <i>Neck Pain</i> .....	19
2.4.1 Definisi .....	19
2.4.2 Patofisiologi <i>Neck Pain</i> .....	19
2.4.3 Etiologi <i>Neck Pain</i> .....	19
<b>BAB III KERANGKA PENELITIAN DAN HIPOTESIS</b> .....	<b>23</b>
3.1 Kerangka Berfikir .....	23
3.2 Kerangka Konsep .....	24
3.3 Hipotesis .....	26
<b>BAB IV METODE PENELITIAN</b> .....	<b>27</b>
4.1 Rancangan Penelitian .....	27
4.2 Lokasi dan Waktu Penelitian .....	28
4.2.1 Lokasi Penelitian .....	28

4.2.2	Obyek Penelitian .....	28
4.2.3	Waktu Penelitian .....	29
4.3	Penentuan Sumber Data .....	29
4.3.1	Populasi .....	29
4.3.2	<i>Sample</i> .....	29
4.4	Variabel Penelitian .....	30
4.5	Definisi Operasional .....	30
4.6	Instrumen Penelitian .....	32
4.7	Standart Operasional Prosedur Penelitian .....	33
4.8	Analisis Data .....	34
4.9	Etika Penelitian .....	35
4.9.1	<i>Informed Consent</i> .....	35
4.9.2	<i>Anonimity</i> .....	35
4.9.3	<i>Confidentiality</i> .....	36
<b>BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN</b> .....		37
5.1	Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	37
5.2	Data Umum.....	37
5.3	Uji Normalitas .....	38
5.4	Pembahasan.....	40
5.4.1	Data Univariat .....	40
5.4.2	Data Bivariat .....	42
<b>BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN</b> .....		44
6.1	Kesimpulan .....	44

6.2 Saran .....	44
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>46</b>
<b>LEMBAR <i>INFORMED CONSENT</i> .....</b>	<b>75</b>



## DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Hasil Penelitian Terdahulu .....	6
Tabel 2.2 <i>Wong Baker Faces Pain Rating Scale</i> .....	18
Tabel 3.1 Kerangka Berfikir .....	23
Tabel 3.2 Kerangka Konsep .....	25
Tabel 4.1 Definisi Operasional .....	28



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 <i>Cervical Vertebrae</i> (Paulsen, 2019) .....	10
Gambar 2.2 <i>Ligamentum Cervical</i> (Paulsen, 2019) .....	11
Gambar 2.3 Otot <i>cervical</i> (Paulsen,2019) .....	13
Gambar 2.4 <i>Wong Baker Faces Pain Rating Scale</i> (Deborah, 2017) .....	18
Gambar 2.5 <i>Forward Head Position</i> (De Las Penas, 2011) .....	21
Gambar 2.6 Postur leher normal dan postur leher yang salah saat bermain <i>game online</i> (DeWitt, 2018).....	22





## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Etik Penelitian.....	53
Lampiran 2 Dokumentasi .....	54
Lampiran 3 Surat Lulus Plagiasi Dari Prodi.....	56
Lampiran 4 Lembar Konsultasi .....	57
Lampiran 5 Bukti LoA .....	61
Lampiran 6 Jurnal .....	62
Lampiran 7 Biodata Penulis .....	70
Lampiran 8 Lembar Kuesioner.....	71
Lampiran 9 Lembar Persetujuan ( <i>Informed Consent</i> ) .....	75

