

**KARYA TULIS ILMIAH**

**GAMBARAN KUALITAS TIDUR MAHASISWA TINGKAT III PRODI D III  
KEPERAWATAN YANG KECANDUAN GAME ONLINE DI ITSK RS dr  
SOEPRAOEN MALANG**



**OLEH :**

**MUHAMMAD HAIDAR ASYRAF**

**NIM 20.1.077**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN  
INSTITUT TEKNOLOGI SAINS DAN KESEHATAN  
RS dr.SOEPRAOEN MALANG  
2022/2023**

**KARYA TULIS ILMIAH**

**GAMBARAN KUALITAS TIDUR MAHASISWA TINGKAT III PRODI D III  
KEPERAWATAN YANG KECANDUAN GAME ONLINE DI ITSK RS dr  
SOEPRAOEN MALANG**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya  
Keperawatan Pada Prodi Keperawatan Institut Teknologi Sains Dan  
Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang



**OLEH :**

**MUHAMMAD HAIDAR ASYRAF**

**NIM 20.1.077**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN**

**INSTITUT TEKNOLOGI SAINS DAN KESEHATAN**

**RS dr.SOEPRAOEN MALANG**

**TAHUN AKADEMIK 2022/2023**

## LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Muhammad Haidar Asyraf  
Tempat/tanggal lahir : Malang, 20 Mei 2002  
NIM : 20.1.077  
Alamat : Perum Griya Husada A4 No 16  
Sumberporong Lawang

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, maka saya bersedia menerima sanksi akademik dari almamater.

Malang, 22 Juni 2023

Yang Menyatakan



Muhammad Haidar Asyraf

NIM. 20.1.077

## CURRICULUM VITAE



Nama : Muhammad Haidar Asyraf

Tempat Tgl Lahir : Malang, 20 Mei 2002

Alamat : Perum Griya Husada A4 No 16 Sumber Porong  
Lawang

Nama Orang Tua

Ayah : Boiman

Ibu : Nurdiana (almh)

Riwayat Pendidikan

SD : SDI ISLAM NU Lawang

SMP : SMP MAARIF NU Lawang

SMA : MA DARUL MUTAALLIMIN PATIANROWO Nganjuk

Perguruan Tinggi : ITSK RS dr Soepraoen Malang

## LEMBAR PERSETUJUAN

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

Tanggal

14 Juni 2023



Oleh :

Pembimbing I

Pembimbing II

Ns. Tien Aminah, M. Kep

Ns. Yuni Asri, M. Kes

## 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 Pengesahan:

22 Juni 2023

### TIM PENGUJI

Nama

Tanda Tangan

Ketua : Heny Nurmayunita, S.Kep.,Ners MMRS

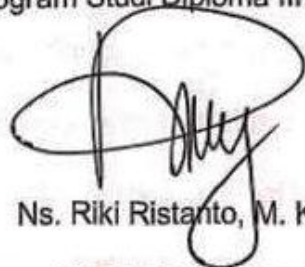
Anggota : 1. Ns. Riki Ristanto, M.Kep

2. Ns. Tien Aminah, M.Kep



Mengetahui,

Ketua Program Studi Diploma III Keperawatan



Ns. Riki Ristanto, M. Kep

NIDN. 0711028304

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, karena berkat rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “Gambaran Kualitas Tidur Mahasiswa Tingkat III Prodi D III Keperawatan yang Kecanduan Game Online di ITSK Soepraoen Malang” sesuai dengan waktu yang ditentukan.

Karya Tulis Ilmiah ini penulis susun sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan di Program Studi Keperawatan Institut Tk. II dr. Soepraoen Malang. Dalam penyusunan ini, penulis mendapatkan banyak pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu dalam kesempatan ini penulis tidak lupa mengucapkan terimakasih kepada yang terhormat:

1. Bapak Letkol Ckm Arief Efendi, S. Kes., S.H.(Adv.), S.Kep., Ners., MM., M.Kes selaku Rektor ITSK Soepraoen Malang.
2. Ns. Riki Ristanto, S.Kep, M.Kep selaku Ketua Prodi Keperawatan ITSK RS dr. Soepraoen Malang.
3. Ibu Ns. Tien Aminah, M. Kep selaku Pembimbing I dalam pembuatan Karya Tulis Ilmiah yang telah memberikan bimbingan dan saran sehingga terwujudnya Karya Tulis Ilmiah ini.
4. Ibu Ns. Yuni Asri, M. Kes selaku Pembimbing II dalam pembuatan Karya Tulis Ilmiah yang telah memberikan bimbingan dan saran sehingga terwujudnya Karya Tulis Ilmiah ini.

5. Mahasiswa TK III Keperawatan yang telah bersedia menjadi responden.
6. Rekan-rekan mahasiswa Prodi Keperawatan dan seluruh pihak yang telah membantu kelancaran pembuatan Karya Tulis Ilmiah ini yang dapat peneliti sebutkan satu persatu.

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

Malang, 22 Juni 2023

Penulis





## ABSTRAK

Asyraf Haidar. Muhammad. 2023 Gambaran Kualitas Tidur Mahasiswa Tingkat III Prodi D III Keperawatan yang Kecanduan Game Online di ITSK RS dr Soepraoen Malang. Karya Tulis Ilmiah. Program Studi Keperawatan Institut teknologi Sains dan Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang. Pembimbing I Ns. Tien Aminah, M. Kep. Pembimbing II Ns. Yuni Asri, M. Kes

Fenomena game online menyebabkan remaja menjadi kecanduan sampai waktu untuk istirahat/ tidur dipakai untuk bermain game online akibatnya, muncul masalah baru yaitu kualitas tidur remaja. Apabila kualitas tidur menjadi buruk maka dampak lanjutnya akan menimbulkan stress dan pada ujungnya depresi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran kualitas tidur mahasiswa tingkat III Prodi D III Keperawatan yang Kecanduan Game Online di ITSK RS dr Soepraoen Malang.

Desain penelitian ini adalah deskriptif. Populasi penelitian ini adalah seluruh mahasiswa tingkat III Prodi D III Keperawatan yang kecanduan game online sejumlah 43 orang di ITSK RS dr Soepraoen Malang. Teknik sampling menggunakan Total sampling dengan besar sampel 43 responden. Variabel yang diteliti adalah kualitas tidur mahasiswa yang kecanduan game online. Hasil penelitian dianalisis menggunakan analisis univariat. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 21 Maret 2023 - 28 Maret 2023 menggunakan lembar kuesioner Pittsburgh Sleep Quality Index.

Data hasil penelitian menunjukkan bahwa kualitas tidur mahasiswa tingkat III prodi DIII keperawatan yang kecanduan game diperoleh hasil hampir seluruh sebanyak 38 responden (88%) memiliki kualitas tidur dalam kategori buruk, dan sebagian kecil sebanyak 5 responden (11%) memiliki kualitas tidur dalam kategori baik.

Berdasarkan penelitian ini, diharapkan mahasiswa mampu mengontrol bermain game online sehingga mendapatkan kualitas tidur yang baik dan mengevaluasi diri mahasiswa tentang dampak bermain game online yang sehingga mendorong mahasiswa untuk mencari mekanisme koping yang positif.

Kata kunci: Game Online, Kualitas Tidur, Mahasiswa

## ABSTRACT

Ashraf Haidar. Mohammed. 2023 Description of Sleep Quality for Level III Students of D3 Nursing Study Program Addiction to Online Games at ITSK Dr Soepraoen Hospital Malang. Scientific papers. Nursing Study Program Institute of Science and Health Technology Dr. Soepraoen Malang. Advisor I Ns. Tien Aminah, M. Kep. Advisor II Ns. Yuni Asri, M. Kes

The phenomenon of online games causes teenagers to become addicted to the point that time for rest/sleep is used to play online games. As a result, a new problem arises, namely the quality of adolescent sleep. If the quality of sleep becomes poor, the impact will continue to cause stress and ultimately depression. This study aims to describe the sleep quality of third-level students of Nursing Study Program D III who are addicted to online games at ITSK dr Soepraoen Hospital, Malang.

Design of this study is descriptive. The population of this study were all 43 students at the ITSK dr Soepraoen Hospital, Malang, who were addicted to online games. The sampling technique used was total sampling with a sample size of 43 respondents. The variable studied is the sleep quality of students who are addicted to online games. The research results were analyzed using univariate analysis. The research instrument used a questionnaire distributed using a Pittsburgh Sleep Quality Index questionnaire sheet. This research was conducted on March 21, 2023 - March 28, 2023.

The research data showed that the sleep quality of level III students of the DIII nursing study program who were addicted to games obtained the results that almost all of 38 respondents (88%) had sleep quality in the bad category, and a small proportion of 5 respondents (11%) had sleep quality in the good category.

Based on this research, students are expected to be able to control playing online games so as to get good quality sleep and self-evaluate students about the impact of playing online games which encourages students to seek positive coping mechanisms.

Keywords: Online Games, Sleep Quality, Students