

KARYA TULIS ILMIAH

**HUBUNGAN INTENSITAS BERMAIN GAME ONLINE DENGAN
GANGGUAN POLA TIDUR DI SMPN 01
PAKISAJI KABUPATEN MALANG**



OLEH

FARID FADHOLI
NIM. 16.11.67

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
POLITEKNIK KESEHATAN RS dr. SOEPROAOEN MALANG
2018/2019

KARYA TULIS ILMIAH

HUBUNGAN INTENSITAS BERMAIN GAME ONLINE DENGAN GANGGUAN POLA TIDUR DI SMPN 01 PAKISAJI KABUPATEN MALANG

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh
Gelar Ahli Madya Keperawatan Pada Prodi Keperawatan
Politeknik Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang



OLEH

FARID FADHOLI

NIM. 16.11.67

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
POLITEKNIK KESEHATAN RS dr. SOEPRAOEN MALANG
2018/2019**

LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Farid Fadholi

Tempat/tanggal lahir : Malang, 10 April 1997

NIM : 16.1.167

Alamat : Sukun Jl Johan No 06 RT 01 RW 08, Malang

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, maka saya bersedia menerima sanksi akademik dari almamater.

Malang, 1 Juli 2019

Yang Menyatakan



Farid Fadoli

161167

CURRICULUM VITAE

Nama : Farid Fadholi
Tempat Tgl Lahir : Malang, 10 April 1997
Alamat Rumah : Jl Johan No 06 RT 01 RW 08, Sukun
Kota Malang
Nama Orang Tua :
Ayah : Slamet
Ibu : Alfiatur Rohman



Riwayat Pendidikan :

SD : SD NEGERI SUKUN 02 Malang
SMP : SMPN 12 MALANG
SMA : SMKN 4 NEGERI MALANG

LEMBAR PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah dengan Judul "Hubungan Intensitas Bermain Game Online Dengan Gangguan Pola Tidur Di SMPN 01 Pakisaji Kabupaten Malang" telah disetujui untuk disajikan di depan tim pengaji.

Tanggal Persetujuan: 1 Juli 2019

Oleh:

Pembimbing I,



Ns. Mokhtar Jamil, M.Kep

Pembimbing II,



Diaz Pitaloka P, S.Kep, Ners, M.Kep

LEMBAR PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah dengan judul "Hubungan Intensitas Bermain Game Online
Dengan Gangguan Pola Tidur di SMP 01 Pakisaji Kabupaten Malang"

Pada tanggal: 1 Juli 2019

Tim Pengaji

Nama

Tanda Tangan

Ketua : 1 Ns. Ardiles WK.,S.Kep, M.Kep

Anggota : 2. Ns. Riki Ristanto, M. Kep

3. Ns. Mokhtar Jamil, M.Kep.

Mengetahui,

Ketua Program Studi Keperawatan



Ns. Kumoro Asto Lenggono, 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 “Hubungan Intensitas Bermain Game Online Dengan Gangguan Pola Tidur di SMPN 01 Pakisaji Kabupaten 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 Poltekkes RS Dr. Soepraoen Malang. Dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini, penulis mendapatkan banyak pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu dalam kesempatan ini penulis tidak lupa mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat :

1. Letkol (CKM) Arief Efendi, SH, S.Kep., S.MPh, MM selaku Direktur Poltekkes RS Dr. Soepraoen Malang.
2. Bapak Kumoro Asto Lenggono, M.Kep., selaku Ketua Program Studi Keperawatan.
3. Bapak Dra. Trisno Widodo selaku Kepala Sekolah SMPN Pakisaji 1 Pakisaji Kota Malang yang telah memberi ijin penelitian ini.
4. Bapak Ns. Mokhtar Jamil, M. Kep selaku pembimbing I dalam penelitian ini yang telah banyak memberikan bimbingan dan pengarahan kepada penulis.

5. Ibu Dian Pitaloka P, S. Kep. Ners, M. Kep., selaku pembimbing II
6. Responden yang telah bersedia menjadi objek penelitian
7. Kedua orang tua dan adik-adik saya yang selalu mendukung, membantu dan mendo'akan saya.
8. Penyemangatku Devi Ayu Ariyanti yang telah memberi motivasi dalam penyusuan Karya Tulis Ilmiah
9. Serta teman-teman yang banyak membantu kelancaran penelitian 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, untuk menyempurnakannya.

Malang, 1 Juli 2019

Peneliti

DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Cover Dalam	ii
Lembar Pernyataan	iii
Curiculum Vitae	iv
Lembar Persetujuan	v
Lembar Pengesahan	vi
Kata Pengantar	xii
Daftar Isi	ix
Daftar Tabel	xi
Daftar Gambar	xii
Daftar Singkatan	xiii
Daftar Lampiran	xiv

BAB 1 PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan Penelitian	3
1.3.1 Tujuan Umum.....	3
1.3.2 Tujuan Khusus	3
1.4 Manfaat	4
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	4
1.4.2 Manfaat Praktis.....	4

BAB 2 TINJAUAN TEORI

2.1 Konsep Game Online.....	6
2.1.1 Pengertian Game Online	6
2.1.2 Sejarah Dan Perkembangan Game Online	7
2.1.3 Tipe – Tipe Game Online.....	8
2.1.4 Dampak Bermain Game Online	9
2.2 Konsep Tidur.....	14
2.2.1 Pengertian Tidur	14
2.2.2 Tahapan Tidur	15
2.2.3 Mekanisme Tidur	19
2.2.4 Faktor faktor Yang Mempengaruhi Pola Tidur	20
2.2.5 Kebutuhan Tidur Manusia	22
2.2.6 Gangguan Pola Tidur	23
2.2.7 Cara Pengukuran Kualitas Tidur	24
2.3 Hubungan Intensitas Bermain Game Online Dengan Gangguan Pola Tidur	25
2.4 Kerangka Konsep	26
2.5.1 Diskripsi Kerangka Konsep.....	27

2.6 Hipotesis	27
---------------------	----

BAB 3 METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian	28
3.2 Kerangka Kerja	29
3.3 Populasi, Sampel, Sampling	30
3.3.1 Populasi	30
3.3.2 Sampel	30
3.3.3 Sampling	30
3.4 Identifikasi Variabel dan Definisi Operasional	31
3.4.1 Identifikasi Variabel	31
3.4.2 Definisi Operasional Variabel	32
3.5 Pengumpulan dan Analisa Data.....	34
3.5.1 Pengumpulan Data	34
3.5.2 Analisa Data	36
3.5.3Uji Statistika	40
3.5.4 Waktu dan Tempat Penelitian	40
3.6 Etika Penelitian	40

BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1Hasil Penelitian	42
4.1.1 Gambaran Lokasi penelitian	42
4.2 Data Umum	43
4.2.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Dan Usia	43
4.3 Data Khusus	44
4.3.1 Data Intensitas Bermain Game Online	44
4.3.2 Data Gangguan Pola Tidur	45
4.3.3 Data Hubungan Intensitas Bermain Game Online Dengan Gangguan Pola Tidur	45
4.3.4 Tabel Hasil	46
4.4 Pembahasan	47
4.4.1 Intensitas Bermain Game Online	47
4.4.2 Gangguan Pola Tidur	49
4.4.3 Hubungan Intensitas Bermain Game Online Dengan Gangguan Pola Tidur	50

BAB 5 PENUTUP

5.1 Kesimpulan	53
5.2 Saran	54
DAFTAR PUSTAKA	43
LAMPIRAN	44

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.4.2 Definisi Operasional	33
Tabel 4.1 Hasil analisis data umum	43
Tabel 4.2 Hasil Intensitas Bermain Game Online	44
Tabel 4.3 Hasil Analisis Gangguan Pola Tidur.....	45
Tabel 4.4 Hasil Analisis Hubungan Intensitas Bermain Game Online Dengan Gangguan Pola Tidur.....	45
Tabel 4.5 Hasil Uji Statistik	46

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.5.1	Kerangka Konsep Penelitian	27
Gambar 3.2.1	Kerangka Kerja	29

DAFTAR SINGKATAN

SCN : *Supra Chiasmatic Nucleus*

REM : *Rapid Eye Movement sleep*

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Jadwal Penyusunan Penelitian	57
Lampiran 2 Lembar Permohonan	58
Lampiran 4 Lembar Persetujuan	59
Lampiran 5 Kisi-Kisi Kuesioner	61
Lampiran 6 Kuesioner	61
Lampiran 7 Lembar Hasil Penelitian	64
Lampiran 8 Tabel SPSS	66
Lampiran 9 Surat Balasan	68
Lampiran 10 Lembar Konsul	69
Lampiran 11 Dokumentasi Penelitian	70

ABSTRAK

Fadholi, Farid. 2019. “**Hubungan Intensitas Bermain Game Online Dengan Gangguan Pola Tidur di SMPN 01 Pakisaji**”. Karya Tulis Ilmiah Prodi Keperawatan Poltekkes Rs. Dr Soepraoen. Pembimbing I : Ns. Mokhtar Jamil,. M. Kep . Pembimbing II : Dian Pitaloka P, S. Kep. Ners, M. Kep.

Game adalah sesuatu yang dapat dimainkan dengan aturan sehingga ada yang menang dan kalah. Sementara itu banyak anak remaja yang bermain game hingga larut malam yang membuat pola tidur remaja terganggu. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan intensitas bermain game online dengan gangguan pola tidur pada siswa-siswi kelas 8 SMPN 01 Pakisaji Kabupaten Malang.

Penelitian ini menggunakan analisis kasus control atau (*case control*) dengan populasi seluruh siswa kelas 8 SMPN 01 Pakisaji, Teknik Pengambilan sampel menggunakan metode *Total Sampling*. Besar sampel 55 siswa. Variabel penelitian ini adalah Intensitas Bermain Game Online dan Gangguan Pola Tidur. Uji data menggunakan *Sommers'd*.

Hasil penelitian ini menunjukkan tidak ada hubungan antara intensitas bermain game online dengan gangguan pola tidur pada siswa kelas 8 uji korelasi menggunakan didapat kan nilai p value 0,373

Dari hasil penelitian ini didapatkan hasil bahwa H0 diterima dan H1 ditolak sehingga tidak ada hubungan intensitas bermain game online dengan gangguan pola tidur.

Kata Kunci: Game Online, Pola Tidur.

ABSTRACT

Fadholi, Farid. 2019. “**Relationship between Online Game Intensity and Sleep Pattern Disorders at 01 Pakisaji Middle School**”. Scientific Writing of Nursing Study Program, Polytechnic of Rs. Dr. Soepraoen. Advisor I: Ns. Mokhtar Jamil ,. M. Kep. Advisor II: Dian Pitaloka P, S. Kep. Ners, M. Kep.

Games are words in English which means games. The game is something that can be played with rules so that there are winners and losers. Meanwhile, there are many teenagers who play games late at night which makes teenage sleep patterns disrupted.

The purpose of this study was to determine the relationship between the intensity of playing online games with disturbances in sleep patterns in the 8th grade students of Pakisaji 01 Junior High School, Malang Regency. This study uses a case control survey design (Case Control).

The sampling technique using the Retrospective study method. Sample size of 50 respondents. The variable of this study is the intensity of online game play with sleep disorders. Test data using. The results of this study indicate that there is no relationship between the intensity of playing online games with disturbances in sleep patterns in 8th grade students using correlation test obtained p value of 0.373.

From the results of this study it was found that H0 was accepted and H1 was rejected so there was no correlation between the intensity of playing online games with disturbed sleep patterns.

Keywords: Online Games, Sleep Pattern.