



**HUBUNGAN ANTARA DURASI BERMAIN *GAME ONLINE*
DENGAN KUALITAS TIDUR PADA ANAK USIA REMAJA
DI SMA N 10 SEMARANG**

Skripsi

Untuk memenuhi persyaratan mencapai Sarjana Keperawatan

Oleh :

**MUHAMMAD RAMADHAN
NIM. 30901301683**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG
SEMARANG
2017**



**HUBUNGAN ANTARA DURASI BERMAIN *GAME ONLINE*
DENGAN KUALITAS TIDUR PADA ANAK USIA REMAJA
DI SMA N 10 SEMARANG**

Skripsi

Oleh :

**MUHAMMAD RAMADHAN
NIM. 30901301683**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG
SEMARANG
2017**

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, dengan sebenarnya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “**Hubungan Antara Durasi Bermain Game Online dengan Kualitas Tidur Pada Anak Usia Remaja di SMA N 10 Semarang**” saya susun tanpa tindakan plagiarisme sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang, yang dibuktikan melalui uji Turn it in dengan hasil 24%. Jika dikemudian hari ternyata saya melakukan tindakan plagiarisme, saya bertanggung jawab sepenuhnya dan bersedia menerima sanksi yang dijatuhkan oleh Universitas Islam Sultan Agung Semarang kepada saya.

Semarang, 11 April 2017

Mengetahui,



Ns. Hj. Sri Wahyuni, M.Kep, Sp.Kep.Mat
Wakil Dekan I

Peneliti,



(Muhammad Ramadhan)

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi Berjudul :

HUBUNGAN ANTARA DURASI BERMAIN *GAME ONLINE* DENGAN KUALITAS TIDUR PADA ANAK USIA REMAJA DI SMA N 10 SEMARANG

Dipersiapkan dan disusun oleh :

Nama : Muhammad Ramadhan

NIM : 30901301683

Telah disahkan dan disetujui oleh pembimbing pada :

Pembimbing I,

Pembimbing II,

Tanggal : 23 Februari 2017

Tanggal : 23 Februari 2017



Ns. Nopi Nur Khasanah, M.Kep., Sp.Kep.An Ns.Herry Susanto,S.Kep.,M.A.N

NIDN 0630118701

NIDN. 06-1306-8502

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi Berjudul :

HUBUNGAN ANTARA DURASI BERMAIN *GAME ONLINE* DENGAN KUALITAS TIDUR PADA ANAK USIA REMAJA DI SMA N 10 SEMARANG

Disusun oleh :

Nama : Muhammad Ramadhan

NIM : 30901301683

Telah dipertahankan di depan dewan pengaji pada tanggal 23 Februari 2017 dan

dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima

Pengaji I

Ns. Kurnia Wijayanti, M.Kep

NIDN : 0628028603

Pengaji II

Ns.Nopi Nur Khasanah,M.Kep.,Sp.Kep.An

NIDN.06-3011-8701

Pengaji III

Ns.Herry Susanto,S.Kep.,M.A.N

NIDN. 06-1306-8502



NIDN.06-2208-7403

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama	:	MUHAMMAD RAMADHAN
NIM	:	30901301683
Program Studi	:	ILMU KEPERAWATAN
Fakultas	:	KEPERAWATAN
Alamat Asal	:	DS. RIAM DURIAN, KOTAWARINGIN LAMA, KAB.KOTAWARINGIN BARAT, KALIMANTAN TENGAH
No. HP / Email	:	081329649534 / RAMADHANM05@GMAIL.COM

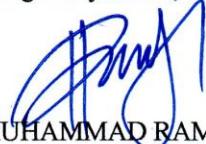
Dengan ini menyerahkan karya ilmiah berupa Tugas Akhir/Skripsi/Tesis/Disertasi* dengan judul :

**HUBUNGAN ANTARA DURASI BERMAIN GAME ONLINE DENGAN KUALITAS
TIDUR PADA ANAK USIA REMAJA
DI SMA N 10 SEMARANG**

dan menyetujuinya menjadi hak milik Universitas Islam Sultan Agung serta memberikan Hak Bebas Royalti Non-ekslusif untuk disimpan, dialihmediakan, dikelola dalam pangkalan data, dan dipublikasikannya di internet atau media lain untuk kepentingan akademis selama tetap mencantumkan nama penulis sebagai pemilik Hak Cipta.

Pernyataan ini saya buat dengan sungguh-sungguh. Apabila dikemudian hari terbukti ada pelanggaran Hak Cipta/Plagiarisme dalam karya ilmiah ini, maka segala bentuk tuntutan hukum yang timbul akan saya tanggung secara pribadi tanpa melibatkan pihak Universitas Islam Sultan Agung.

Semarang, 11 APRIL 2017
Yang menyatakan,


MUHAMMAD RAMADHAN

*Coret yang tidak perlu

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG SEMARANG
Skripsi, Februari 2017**

ABSTRAK

Muhammad Ramadhan

HUBUNGAN DURASI BERMAIN *GAME ONLINE* DENGAN KUALITAS TIDUR PADA USIA REMAJA DI SMA N 10 SEMARANG
50 Halaman + 8 Tabel + 3 gambar + xiv + 15 lampiran

Latar belakang : *Game online* adalah game yang berbasis elektronik dan visual yang sangat populer di berbagai kalangan, salah satunya populer dikalangan anak sekolah. Sebanyak 63 juta orang di Indonesia adalah pengguna internet dan 95% diantaranya adalah pengguna situs jejaring sosial dan *game online*. Bermain *game online* yang berlebihan akan mengakibatkan kualitas tidur berkurang. Dampak dari penurunan kualitas tidur adalah terjadi masalah pada pertumbuhan, perkembangan psikologi, konsentrasi, serta akan mengganggu ritme tubuh dan menghambat kerja otak untuk mempelajari informasi baru. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui hubungan antara durasi bermain *game online* dengan kualitas tidur pada anak usia remaja.

Metode : Penelitian ini menggunakan metode survei analitik dengan desain *cross sectional*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner. Jumlah responden 133 remaja, sebanyak 59 responden laki-laki dan 74 responden perempuan diambil dengan teknik *Purposive sampling*. Data yang diperoleh diolah dengan menggunakan uji *Spearman*.

Hasil : Hasil analisa dengan *spearman* menunjukkan bahwa *p value* =0,000 dan nilai korelasi *Spearman* 0,356.

Simpulan : Durasi bermain *game online* berhubungan dengan kualitas tidur pada siswa.

Kata kunci : *Game online*, kualitas tidur, remaja

Daftar pustaka : 28 (2001-2015)

**UNDERGRADUATE NURSING STUDY PROGRAM
FACULTY OF NURSING SCIENCE
SULTAN AGUNG ISLAMIC UNIVERSITY OF SEMARANG
Mini Thesis, February 2017**

ABSTRACT

Muhammad Ramadhan

**CORRELATION BETWEEN DURATION OF PLAYING ONLINE GAMES
AND QUALITY OF SLEEP ON TEENAGERS IN SENIOR HIGH SCHOOL
OF SEMARANG 10**

50 pages + 8 Tables + 3 pictures + xiv + 15 appendic

Background: Online games is a game based on electronic and visual who popular in every circle, the one of that circle is the student . 63 million peoples in Indonesia are internet user and 94% are social networking and game online user. Excessive playing online games can decrease quality of sleep. The impact of Decreasing sleep quality are growth problem, physiology development problem, concentration, and disrupt body rhythm and obstruct headwork to learn new information. The purpose of this study was to know the correlation between playing online games duration and quality of sleep on teenagers.

Methods: This research used analytic survey with cross-sectional design. Data was collected through questionnaire. The number of respondents were was 133, consist of 59 boys and 74 girls collected by using purposive sampling technique. The data were process statistically using spearmen test.

Results: Analysis results with spearmen test showed that correlation playing online games $p\text{-value} = 0,000$ and value of spearmen correlation 0,356.

Conclusions: Duration of playing online games was correlated with quality of sleep on students.

Keywords: Online games, quality of sleep, teenagers.

Bibliography : 28 (2001-2015)

KATA PENGANTAR



Segala puji dan syukur bagi Allah SWT, yang telah memberikan rahmat, dan karunianya, sehingga penulis telah diberi kesempatan untuk menyelesaikan skripsi dengan judul Hubungan Durasi Bermain *Game online* Dengan Kualitas Tidur Pada Anak Usia Remaja Di SMA N 10 Semarang.

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis mendapatkan bimbingan dan saran yang bermanfaat dari berbagai pihak, sehingga penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan sesuai dengan yang di rencanakan. Untuk itu, pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan terima kasih pada:

1. Bapak Anis Malik Thoha, MA, Ph.d., Selaku Rektor Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
2. Bapak Iwan Ardian, SKM, M.Kep., Selaku Dekan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam sultan Agung Semarang.
3. Ibu Ns. Tutik Rahayu, M.Kep, Sp.Kep.Mat., Selaku Kaprodi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
4. Ibu Ns. Nopi Nur Khasanah, M.Kep., Sp.Kep.An., Selaku Pembimbing I yang telah sabar dan selalu meluangkan waktu serta tenaganya dalam

memberikan bimbingan dan memberikan ilmu serta nasehat yang bermanfaat dalam penyusunan skripsi ini.

5. Bapak Ns. Herry Susanto.,S.Kep.MAN Selaku pembimbing II yang telah sabar dan selalu meluangkan waktu dan tenaganya dalam memberikan bimbingan, ilmu dan nasehat yang sangat berharga guna penyusunan Skripsi ini.
6. Seluruh Dosen pengajar dan Staf Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan serta bantuan kepada penulis selama menempuh studi.
7. Ibunda Trisnawati, yang cinta dan kasih sayangnya selalu tertanam didalam jiwa. Serta Ayahanda Arbain yang selalu memberikan doa dan semua perhatian dan kasih sayangnya.
8. Saudara dan semua keluarga tersayang, yang selalu memberikan perhatian, motivasi, semangat dan nasehat.
9. Teman-teman HMJ S1 Keperawatan yang telah mendukung dan membantu.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih banyak kekurangan, sehingga sangat membutuhkan saran dan kritik demi kesempurnaannya. Peneliti berharap skripsi keperawatan ini nantinya dapat bermanfaat bagi banyak pihak.

Semarang, 2 November 2016

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	1
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME.....	2
HALAMAN PERSETUJUAN.....	3
HALAMAN PENGESAHAN.....	4
ABSTRAK	6
ABSTRACT	7
KATA PENGANTAR	8
DAFTAR ISI.....	10
DAFTAR TABEL.....	13
DAFTAR GAMBAR	14
DAFTAR LAMPIRAN	15
BAB I PENDAHULUAN	Error! Bookmark not defined.
A. Latar Belakang Masalah.....	Error! Bookmark not defined.
B. Rumusan Masalah	Error! Bookmark not defined.
C. Tujuan Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
D. Manfaat Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	Error! Bookmark not defined.
A. Tinjauan Teori	Error! Bookmark not defined.
1. Remaja.....	Error! Bookmark not defined.
a. Pengertian	Error! Bookmark not defined.
b. Tugas perkembangan Remaja	Error! Bookmark not defined.
2. Bermain Game online.....	Error! Bookmark not defined.
a. Game online.....	Error! Bookmark not defined.
b. Tanda-tanda kecanduan game online	Error! Bookmark not defined.

- c. Durasi lama bermain game online**Error! Bookmark not defined.**
 - d. Faktor yang mempengaruhi kecanduan game online**Error! Bookmark not defined.**
 - e. Dampak kecanduan game online**Error! Bookmark not defined.**
3. Konsep tidur **Error! Bookmark not defined.**
- a. Pengertian tidur..... **Error! Bookmark not defined.**
 - b. Fisiologi tidur..... **Error! Bookmark not defined.**
 - c. Jenis-jenis tidur..... **Error! Bookmark not defined.**
 - d. Faktor yang mempengaruhi tidur**Error! Bookmark not defined.**
 - e. Kualitas tidur..... **Error! Bookmark not defined.**
 - f. Penilaian kualitas tidur..... **Error! Bookmark not defined.**
- B. Kerangka Teori..... **Error! Bookmark not defined.**
- C. Hipotesis..... **Error! Bookmark not defined.**

BAB III METODE PENELITIAN..... **Error! Bookmark not defined.**

- A. Kerangka Konsep **Error! Bookmark not defined.**
- B. Variabel penelitian **Error! Bookmark not defined.**
- C. Desain penelitian **Error! Bookmark not defined.**
- D. Populasi dan sampel penelitian **Error! Bookmark not defined.**
- E. Tempat dan waktu penelitian **Error! Bookmark not defined.**
- F. Definisi operasional..... **Error! Bookmark not defined.**
- G. Instrumen/Alat ukur pengumpulan data**Error! Bookmark not defined.**
- H. Alur Kerja Penelitian..... **Error! Bookmark not defined.**
- I. Metode Pengumpulan Data **Error! Bookmark not defined.**
- J. Rencana Analisa Data **Error! Bookmark not defined.**
 - 1. Tehnik pengolahan data..... **Error! Bookmark not defined.**
 - 2. Analisa data **Error! Bookmark not defined.**
- K. Etika penelitian..... **Error! Bookmark not defined.**

BAB IV HASIL PENELITIAN Error! Bookmark not defined.

- A. Pengantar Bab Error! Bookmark not defined.
- B. Analisa Univariat..... Error! Bookmark not defined.
 - 1. Karakteristik Responden..... Error! Bookmark not defined.
 - 2. Variable penelitian..... Error! Bookmark not defined.
- C. Analisa Bivariat..... Error! Bookmark not defined.
 - 1. Uji Normalitas Data..... Error! Bookmark not defined.
 - 2. Hubungan Antara Durasi Bermain Game online Dengan Kualitas Tidur Pada Remaja Kelas X Di SMA 10 Kota Semarang Error! Bookmark not defined.

BAB V PEMBAHASAN Error! Bookmark not defined.

- A. Pengantar Bab Error! Bookmark not defined.
- B. Interpretasi dan Diskusi Hasil Error! Bookmark not defined.
 - 1. Karakteristik Remaja Yang Bermain Game onlineError! Bookmark not defined.
 - 2. Durasi Bermain Game online RespondenError! Bookmark not defined.
 - 3. Kualitas Tidur Responden Error! Bookmark not defined.
 - 4. Analisa Hubungan Durasi Bermain Game online dengan Kualitas Tidur Error! Bookmark not defined.
- C. Keterbatasan Penelitian Error! Bookmark not defined.
- D. Implikasi Keperawatan..... Error! Bookmark not defined.

BAB VI SIMPULAN DAN SARAN..... Error! Bookmark not defined.

- A. Kesimpulan Error! Bookmark not defined.
- B. Saran..... Error! Bookmark not defined.

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1. Definisi operasional.....	Error! Bookmark not
Tabel 4.1. Distribusi Responden Berdasarkan Umur	Error! Bookmark not
Tabel 4.2. Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	Error! Bookmark not
Tabel 4.3. Persentase Durasi Bermain <i>Game online</i> Responden	Error! Bookmark not
Tabel 4. 4. Kualitas Tidur Responden.....	Error! Bookmark not
Tabel 4.5. Normalitas Data Durasi Bermain <i>Game online</i> dan Kualitas Tidur	Error! Bookmark not
Tabel 4.6. Transformasi Data Durasi Bermain <i>Game online</i> dan Kualitas Tidur	Error! Bookmark not
Tabel 4. 7. Hasil Uji Statistik Spearman	Error! Bookmark not

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Kerangka Konsep	Error! Bookmark not
Gambar 3.1. Kerangka Konsep	Error! Bookmark not
Gambar 3.2. Skema Alur Kerja Penelitian.....	Error! Bookmark not

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Surat Permohonan Ijin Survey
- Lampiran 2. Surat Balasan Permohonan Ijin Survey
- Lampiran 3. Surat Ijin Penelitian
- Lampiran 4. Surat Keterangan Lolos Uji Etik
- Lampiran 5. Permohonan Menjadi Asisten Peneliti
- Lampiran 6. Lembar Persetujuan Asisten Peneliti
- Lampiran 7. Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 8. Kuesioner Penelitian
- Lampiran 9. Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 10. Uji Normalitas
- Lampiran 11. Frekuensi
- Lampiran 12. Non Parametrik Tes
- Lampiran 13. Crosstab
- Lampiran 14. Lembar Bimbingan Skripsi
- Lampiran 15. Daftar Riwayat Hidup