

SKRIPSI

**HUBUNGAN KECANDUAN BERMAIN GAME ONLINE
DENGAN KUALITAS TIDUR ANAK
USIA SEKOLAH DASAR
SDN 7 PEDUNGAN
TAHUN 2023**



Oleh:

NI MADE AUDIA MAHESWARI
NIM. P07120219016

**POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
DENPASAR
2023**

SKRIPSI

HUBUNGAN KECANDUAN BERMAIN GAME ONLINE DENGAN KUALITAS TIDUR ANAK USIA SEKOLAH DASAR SDN 7 PEDUNGAN TAHUN 2023

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Sarjana Terapan Keperawatan
Jurusan Keperawatan**

Oleh :

**NI MADE AUDIA MAHESWARI
NIM. P07120219016**

**POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
DENPASAR
2023**

LEMBAR PERSETUJUAN

SKRIPSI

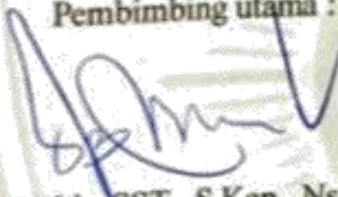
**HUBUNGAN KECANDUAN BERMAIN GAME ONLINE
DENGAN KUALITAS TIDUR ANAK
USIA SEKOLAH DASAR
SDN 7 PEDUNGAN
TAHUN 2023**

Diajukan oleh:

NI MADE AUDIA MAHESWARI
NIM. P07120219016

TELAH MENDAPAT PERSETUJUAN

Pembimbing utama :


I Ketut Labir, SST., S.Kep., Ns., M.Kes.
NIP. 196312251988021001

Pembimbing pendamping :


N.L.K Sulisnadewi, M.Kep., Ns., Sp.Kep.An.
NIP. 197406221998032001

MENGETAHUI

**KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR**


Ners. I Made Sukarja, S.Kep., M.Kep.
NIP. 196812311992031020

LEMBAR PENGESAHAN
SKRIPSI DENGAN JUDUL:

**HUBUNGAN KECANDUAN BERMAIN GAME ONLINE
DENGAN KUALITAS TIDUR ANAK
USIA SEKOLAH DASAR
SDN 7 PEDUNGAN
TAHUN 2023**

Diajukan oleh:

Ni Made Audia Maheswari
NIM. P07120219016

TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI

**PADA HARI : KAMIS
TANGGAL : 25 MEI 2023**

TIM PENGUJI:

- | | | |
|---|-----------|---------|
| 1. <u>Dr. Nyoman Ribek, S.Pd., Skep., Ners., M.Pd.</u>
NIP. 196106061988031002 | (Ketua) | (.....) |
| 2. <u>I Nengah Sumirta, SST, S.Kep.Ns, M.Kes.</u>
NIP. 196502251986031002 | (Anggota) | (.....) |
| 3. <u>Dra.ID.A.Ketut Surinati, S.Kep., Ns M.Kes.</u>
NIP. 196412311985032010 | (Anggota) | (.....) |

MENGETAHUI
KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR

Ners. I Made Sukarja, S.Kep., M.Kep.
NIP.196812311992031020

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadapan Ida Sang Hyang Widhi Wasa karena atas berkat asungkerta wara nugraha-Nya, peneliti dapat menyusun penelitian yang berjudul **“Hubungan Kecanduan Bermain Game Online Dengan Kualitas Tidur Anak Usia Sekolah Dasar”** tepat pada waktunya dan sesuai dengan harapan.

Skripsi ini dapat terselesaikan bukanlah semata-mata atas usaha sendiri melainkan berkat dorongan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu melalui kesempatan ini peneliti mengucapkan terima kasih kepada :

1. Dr. Sri Rahayu, S.Kp., Ns., S.Tr.Keb, M.Kes. selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar yang telah memberikan bimbingan secara tidak langsung dalam pendidikan Sarjana Terapan Keperawatan di Politeknik Kesehatan Denpasar Jurusan Keperawatan.
2. Ners. I Made Sukarja, S.Kep., M.Kep. selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar yang telah memberikan masukan, pengetahuan, bimbingan.
3. N.L.K Sulisnadewi, M.Kep., Ns., Sp. Kep. An. selaku Ketua wakil direktur I Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar dan sekaligus pembimbing pendamping yang telah memberikan pengetahuan, bimbingan, dan masukan dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. I Ketut Labir, SST., S.Kep., Ns., M.Kes. selaku pembimbing utama yang telah memberikan pengetahuan, bimbingan, dan masukan dalam menyelesaikan skripsi ini.

5. Kepala sekolah, bapak/ibu guru, pegawai tata usaha, siswa kelas 4, kelas 5, dan kelas 6 di SDN 7 Pedungan yang sudah memberikan izin dan bersedia untuk ikut berpartisipasi pada penelitian ini.
6. Orang tua, keluarga, dan sahabat peneliti, yang telah memberikan dorongan semangat dan inspirasi dalam mengerjakan penelitian ini.
7. Semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu.

Kemajuan selalu menyertai segala sisi kehidupan menuju ke arah yang lebih baik, karenanya sumbang saran untuk perbaikan sangat peneliti harapkan dan semoga skripsi ini bermanfaat bagi pembaca dan peneliti selanjutnya.

Denpasar, 25 Mei 2023

Peneliti

**HUBUNGAN KECANDUAN BERMAIN GAME ONLINE
DENGAN KUALITAS TIDUR ANAK
USIA SEKOLAH DASAR
SDN 7 PEDUNGAN
TAHUN 2023**

ABSTRAK

Dampak game online meliputi lima aspek yaitu aspek kesehatan, akademik, social, keuangan dan psikologi . kecanduan game online adalah adanya keterikatan dengan game. Jenis penelitian adalah penelitian korelasional. Pada penelitian ini akan mencari dan menjelaskan hubungan kecanduan bermain game online dengan kualitas tidur pada anak usia sekolah dasar SDN 7 Pedungan. Desain penelitian cross-sectional adalah jenis penelitian yang menekankan waktu pengukuran/ observasi data variabel independen dan dependen hanya satu kali. Variabel Kecanduan bermain game online dan variabel kualitas tidur normalnya diukur pada waktu yang bersamaan. Karakteristik responden dari 165 sampel penelitian, sebanyak 32,1% berumur 10 tahun, sebanyak 63% berjenis kelamin perempuan, sebanyak 80,6% beragama hindu dan sebanyak 37,6% dengan kelas 4. Kecanduan bermain game online responden pada 165 sampel penelitian, sebanyak 51,5% mengarah ke kategori selalu. Kualitas tidur pada anak usia sekolah dasar berdasarkan kecanduan bermain game online, kategori buruk sebesar 53,3% , kategori baik sebesar 46,7% . Ada hubungan antara kecanduan bermain game online dengan kualitas tidur pada anak usia sekolah dasar, dengan nilai $p < 0,000$ $\alpha (0,05)$ sehingga H_0 ditolak Dari kriteria tingkat kekuatan korelasi diperoleh hasil $r = 0,733$ yang artinya hubungan kuat antara variabel kecanduan bermain game online dengan kualitas tidur pada anak usia sekolah dasar.

Kata Kunci : Hubungan, Game online, Kualitas Tidur,

**THE RELATIONSHIP OF ADDICTION TO PLAYING ONLINE
GAMES WITH THE QUALITY OF CHILDREN'S SLEEP
PRIMARY SCHOOL AGE
SDN 7 PEDUNGAN
YEAR 2023**

ABSTRACT

The impact of online games includes five aspects, namely health, academic, social, financial and psychological aspects. Online game addiction is the existence of an attachment to games. This type of research is correlational research. This study will look for and explain the relationship between addiction to playing online games with sleep quality in elementary school-age children of SDN 7 Pedungan. Cross-sectional research design is a type of research that emphasizes the time of measurement/observation of independent and dependent variable data only once. Online gaming addiction and sleep quality variables were normally measured at the same time. The characteristics of respondents from 165 research samples, as many as 32.1% are 10 years old, as many as 63% are female, as many as 80.6% are Hindus and as many as 37.6% with grade 4. Addiction to online gaming respondents in 165 research samples, as many as 51.5% lead to the category always. Sleep quality in elementary school-aged children based on addiction to playing online games, bad category by 53.3%, good category by 46.7%. There is a relationship between addiction to playing online games with sleep quality in elementary school-aged children, with a p value of $0.000 \alpha (0.05)$ so that H_0 is rejected. From the criterion of the correlation strength level obtained results r 0.733 which means a strong relationship between the variable addiction to playing online games with sleep quality in elementary school-age children.

Keywords : Connect, Online Games, Sleep Quality,

RINGKASAN PENELITIAN

**HUBUNGAN KECANDUAN BERMAIN GAME ONLINE
DENGAN KUALITAS TIDUR ANAK
USIA SEKOLAH DASAR
SDN 7 PEDUNGAN**

Oleh : Ni Made Audia Maheswari

Kecanduan game online adalah adanya keterikatan dengan game. Pemain game online akan berpikir tentang game ketika sedang offline dan kerap kali berfantasi mengenai bermain game ketika mereka seharusnya berkonsentrasi pada hal lainnya. Seseorang yang kecanduan game online akan memfokuskan diri pada bermain game dan menelantarkan hal lain seperti tugas sekolah, pelajaran, dan lainnya. Bermain game online menjadi sebuah prioritas yang harus diutamakan. Tanda yang biasanya ditunjukkan adalah bermain hampir setiap hari dan dalam waktu yang lama (lebih dari 4 jam), merasa gelisah atau pemarah jika tidak dapat bermain, dan mengorbankan kegiatan sosialnya (Marheni 2015).

Kecanduan game online merupakan suatu kesenangan dalam bermain karena bisa memberikan kepuasan tersendiri, sehingga ada keinginan untuk mengulang lagi kegiatan yang menyenangkan ketika bermain game online. Hal tersebut dapat menimbulkan dampak negatif yang akan mempengaruhi gaya hidup dan kualitas tidur yang terganggu.

Tidur merupakan salah satu kebutuhan dasar manusia dan memiliki efek memulihkan kondisi tubuh. Tanpa tidur dan istirahat yang cukup, kemampuan Anda untuk berkonsentrasi dan bergerak berkurang dan iritabilitas Anda meningkat. Tidur adalah keadaan perubahan kognitif yang mengurangi respons individu terhadap lingkungan. Tidur memperlambat metabolisme tubuh, memengaruhi tingkat kesadaran setiap orang, mengubah proses fisiologis tubuh, dan mengubah respon terhadap rangsangan eksternal. Anak-anak berumur 5 tahun memerlukan waktu untuk tidur di malam hari sekitar 11 jam, anak-anak yang berumur 10 tahun membutuhkan waktu tidur malam sekitar 9-10 jam. Anak dengan kualitas tidur yang buruk akan berdampak pada masalah pertumbuhan,

perkembangan, psikologi, dan konsentrasinya. Dari paparan diatas dijelaskan bahwa dampak dari kualitas yang buruk yaitu salah satunya masalah pertumbuhan pada anak begitu juga dengan penggunaan game online yang berlebihan akan berdampak tidak baik. (T. Yunita,2021)

Gangguan tidur yang sering dialami manusia antara lain insomnia, sleep apnea, dan insomnia (Krisna, 2016).Insomnia merupakan masalah sulit tidur yang berkelanjutan salah satunya adalah gangguan tidur yang meskipun memiliki waktu yang cukup banyak, namun penderita sulit tidur. Gangguan tidur yang terjadi adalah lamanya waktu tidur dan kualitas tidur yang tidak tepat. Selain itu, terjadinya gangguan tidur berkaitan dengan kualitas tidur, seperti tidur yang tidak efektif. Insomnia bisa terjadi tanpa melibatkan masalah lain. Insomnia bukanlah penyakit, tetapi gejala gangguan yang di dapat saat tidur.

Karakteristik responden dari 165 sampel penelitian, sebanyak 32,1% berumur 10 tahun, sebanyak 63% berjenis kelamin perempuan,sebanyak 80,6% beragama hindu dan sebanyak 37,6% dengan kelas 4. Kecanduan bermain game online responden pada 165 sampel penelitian, sebanyak 51,5% mengarah ke kategori selalu. Kualitas tidur pada anak usia sekolah dasar berdasarkan kecanduan bermain game online pada 165 sampel penelitian, kategori buruk sebesar 53,3% , kategori baik sebesar 46,7% . Ada hubungan yang kuat, positif, dan signifikan kecanduan bermain game online dengan kualitas tidur pada anak usia sekolah dasar, dengan nilai $p \ 0,000 < \alpha \ (0,05)$ sehingga H_0 ditolak yang berarti ada hubungan yang bermakna hal ini menyatakan bahwa ada hubungan antara kecanduan bermain game online dengan kualitas tidur pada anak usia sekolah dasar SDN 7 Pedungan. Dari kriteria tingkat kekuatan korelasi diperoleh hasil $r = 0,733$ yang artinya hubungan kuat antara variabel kecanduan bermain game online dengan kualitas tidur pada anak usia sekolah dasar.

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
KATA PENGANTAR	v
ABSTRAK.....	vii
<i>ABSTRACT</i>	viii
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian	6
1. Tujuan umum	6
2. Tujuan khusus	6
D. Manfaat Penelitian	7
1. Manfaat teoritis	7
2. Manfaat praktis	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
A. Konsep Kualitas Tidur Pada Anak.....	9
1. Pengertian tidur.....	9
2. Tahap tidur	10
3. Kualitas Tidur	12
4. Kualitas tidur pada anak.....	12
5. Faktor yang Mempengaruhi Kualitas Tidur pada Anak.....	13
6. Dampak kualitas Tidur Buruk.....	13
7. Pengukuran kualitas tidur.....	13
B. Konsep Kecanduan Bermain Game Online	15

1. Pengertian game online.....	15
2. Kecanduan game online.....	17
3. Faktor yang menyebabkan kecanduan bermain game online.....	18
4. Dampak kecanduan bermain game online	19
C. Konsep Anak Usia Sekolah Dasar	21
1. Pengertian anak usia sekolah dasar	21
2. Tahapan masa anak usia sekolah dasar	21
D. Hubungan Kecanduan Bermain Game Online Dengan Kualitas Tidur Anak Usia Sekolah Dasar SDN 7 Pedungan	22
BAB III KERANGKA KONSEP	24
A. Kerangka Konsep.....	24
B. Variable Penelitian Dan Definisi Operasional	25
1. Variable penelitian	25
2. Definisi operasional	26
C. Hipotesis Penelitian	27
BAB IV METODE PENELITIAN	28
A. Jenis Penelitian.....	28
B. Alur Penelitian	29
C. Tempat Penelitian Dan Waktu Penelitian	30
D. Populasi Dan Sampel	30
1. Populasi penelitian	30
2. Sampel penelitian.....	30
3. Jumlah dan besar sampel.....	31
4. Teknik sampling.....	32
E. Jenis Dan Pengumpulan Data	33
1. Jenis data yang dikumpulkan	33
2. Metode pengumpulan data	33
3. Instrument pengumpulan data.....	35
F. Pengolahan Dan Analisis Data.....	37
1. Teknik pengolahan data	37
2. Teknik analisis data.....	38
G. Etika Penelitian	39

1.Prinsip manfaat	39
2.Prinsip menghargai hak asasi manusia (<i>respect human dignity</i>).....	40
3.Prinsip keadilan (<i>right to justice</i>).....	41
BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	42
A. Hasil	42
1.Gambaran umum sekolah dasar Negeri 7 Pedungan.....	42
2.Karakteristik sample	43
3.Hasil pengamatan terhadap subjek penelitian berdasarkan variabel peneltian.	44
4.Hasil analisis data	46
B. Pembahasan.....	47
1.Karakteristik responden	47
2.Kecanduan bermain game online	47
3.Kualitas tidur pada anak usia sekolah dasar berdasarkan kecanduan bermain game online	48
4.Hubungan kecanduan bermain game online dengan kualitas tidur pada anak usia sekolah dasar.	49
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN.....	51
A. Simpulan	51
B. Saran	52
DAFTAR PUSTAKA	53
LAMPIRAN.....	55

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Definisi oprasional hubungan gangguan bermain game online dengan kualitas tidur pada anak usia sekolah dasar	26
Tabel 2. Karakteristik responden siswa SDN 7 Pedungan tahun 2023.....	43
Tabel 3. Karakteristik distribusi sampel mendapatkan sumber informasi tentang game online	44
Tabel 4. Karakteristik distribusi sumber informasi tentang game online	45
Tabel 5. Distribusi kualitas tidur pada anak usia sekolah dasar SDN 7 Pedungan	45
Tabel 6. Distribusi sampel kecanduan bermain game online SDN 7 Pedungan	46

DAFTAR GAMBAR

- Gambar 1. Kerangka Konsep Hubungan kecanduan bermain game online dengan kualitas tidur pada anak usia sekolah dasar. 24
- Gambar 2. Rancangan penelitian hubungan kecanduan bermain game online dengan kualitas tidur anak usia sekolah dasar SDN 7 Pedungan 28
- Gambar 3. Kerangka Alur Penelitian Hubungan kecanduan bermain game online dengan kualitas tidur pada anak usia sekolah dasar SDN 7 Pedungan. 29

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Jadwal Kegiatan Hubungan Kecanduan Bermain Game Onlie Dengan Kualitas Tidur Pada Anak Usia Sekolah Dasar SDN 7 Pedungan.....	55
lampiran 2 Rencana Anggaran Biaya Penelitian Hubungan Kecanduan Bermain Game Online Dengan Kualitas Tidur Pada Anak Usia Sekolah Dasar SDN 7 Pedungan	56
lampiran 3 Lembar permohonan menjadi responden.....	57
lampiran 4 Lembar persetujuan menjadi responden	58
lampiran 5 Persetujuan setelah penjelasan (informend consent) sebagai peserta penelitian	59
lampiran 6 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Kuesioner Kecanduan Bermain Game Online	62
lampiran 7 Hasil uji validitas dan reabilitas Kuensioner kualitas tidur	63
lampiran 8 Bukti Validasi Bimbingan Proposal dan Skripsi Hubungan Kecanduan Bermain Game Online Dengan Kualitas Tidur Pada Anak Usia Sekolah Dasar SDN 7 Pedungan	65
lampiran 9 Surat Ijin Melaksanakan Studi Pendahuluan/Pengambilan Data Pendukung Untuk Penelitian	66
lampiran 10 Surat Keterangan Penelitian Dinas Pendidikan Kepemudaan Kota Denpasar	67
lampiran 11 Persetujuan Etik/Ethical Approval.....	68
lampiran 12 Instrumen penelitian lembar kuesioner	70
lampiran 13 Kuesioner kualitas tidur pittsburg sleep quality indeks	72
lampiran 14 Kisi-kisi kuesioner	74
lampiran 15 Master Tabel Pengumpulan Data Hubungan Kecanduan Bermain Game Online Dengan Kualitas Tidur Pada Anak Usia Dasar SDN 7 Pedungan	76
lampiran 16 Uji Statistik Penelitian Hubungan Kecanduan Bermain Game Online Dengan Kualitas Tidur Anak Usia Sekolah Dasar SDN 7 Pedungan.....	84
lampiran 17 Dokumentasi Penelitian	87