



**SKRIPSI**

**HUBUNGAN PENGGUNAAN *GAME ONLINE* DENGAN  
POLA TIDUR PADA REMAJA DI SMPN 2 KALISAT JEMBER**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh Gelar  
Sarjana Keperawatan (S.Kep)

Oleh :  
**Ervin Dewi Santika**  
**18.1101.1027**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER  
2022**

# SKRIPSI

## HUBUNGAN PENGGUNAAN *GAME ONLINE* DENGAN POLA TIDUR PADA REMAJA DI SMPN 2 KALISAT JEMBER

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat untuk Meperoleh Gelar  
Sarjana Keperawatan (S.Kep)

Oleh :  
**Ervin Dewi Santika**  
18.1101.1027

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER  
2022**

## PERNYATAAN PERSETUJUAN

### HUBUNGAN PENGGUNAAN *GAME ONLINE* DENGAN POLA TIDUR PADA REMAJA DI SMPN 2 KALISAT JEMBER

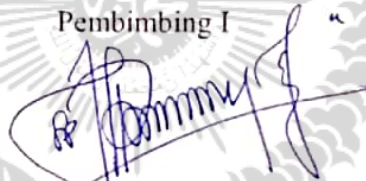
Ervin Dewi Santika

NIM.18.1101.1027

Skripsi ini telah diperiksa oleh pembimbing dan telah disetujui untuk dipertahankan dihadapan Tim Penguji Skripsi Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember

Jember, 28 Juli 2022

Pembimbing I



Ns. Susi Wahyuning Asih, S. Kep., M. Kep  
NPK. 19750920 1 0804491

Pembimbing II



Ns. Sri Wahyuni A, M.Kep., Sp. Kep.Kom  
NPK. 19880303 1 1703821

## PENGESAHAN


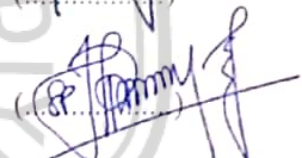

### HUBUNGAN PENGGUNAAN *GAME ONLINE* DENGAN POLA TIDUR PADA REMAJA DI SMPN 2 KALISAT JEMBER

Ervin Dewi Santika  
NIM.18.1101.1027

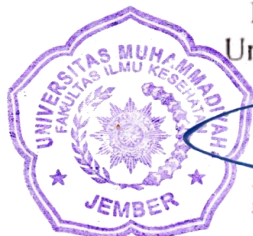
Dewan Penguji Ujian Sidang Skripsi pada Program Studi Ilmu Keperawatan  
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember


Jember, 28 Juli 2022

1. Ketua : Ns. Yeni Suryaningsih, S.Kep., M. Kep  
NPK. 19790301 1 1203734
2. Penguji I : Ns. Susi Wahyuning Asih, S.Kep., M. Kep  
NPK. 19750920 1 0804491
3. Penguji II : Ns. Sri Wahyuni A, M.Kep., Sp.Kep.Kom  
NPK. 19880303 1 1703821

  
.....  
  
.....  
  
.....

Mengetahui,  
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Jember



  
Ns. Sasmiyanto, S.Kep., M.Kes  
NPK. 19790416 1 0305358

## PENGUJI SKRIPSI

Dewan Penguji Sidang Skripsi pada Program Studi Ilmu Keperawatan  
Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Jember

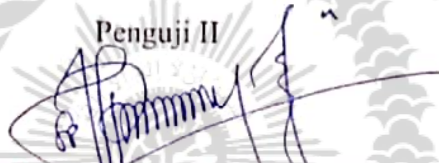
Jember, 28 Juli 2022

Penguji I



Ns. Yeni Suryaningsih, S. Kep., M. Kep  
NPK. 19790301 1 1203734

Penguji II



Ns. Susi Wahyuning Asih, S. Kep., M. Kep  
NPK. 19750920 1 0804491

Penguji III



Ns. Sri Wahyuni A, M.Kep., Sp. Kep.Kom  
NPK. 19880303 1 1703821





UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN

JL. Karimata No. 49 Jember Telp. ( 0331 ) 332240, 336728 Fax. 337957  
Website : <http://WWW.unmuhjember.ac.id> e-mail : [kantorpusat@unmuhjember.ac.id](mailto:kantorpusat@unmuhjember.ac.id)



SURAT PERNYATAAN  
KEABSAHAN KARYA ILMIAH

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ervin Dewi Santika  
NIM : 1811011027  
Tempat, tanggal lahir : Jember, 26 Juni 1999  
Agama : Islam  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Alamat : Dusun Barat Rt 002 Rw 015 Kalisat-Jember  
Jurusan/Program Studi : S1-Ilmu Keperawatan  
Fakultas : Ilmu Kesehatan  
Universitas : Universitas Muhammadiyah Jember

Dengan ini menyatakan bahwa Karya Ilmiah, dengan Judul di bawah ini :  
Hubungan Peran Perawat sebagai Konselor dengan Pemenuhan Kebutuhan Spiritual Pasien Rawat Inap di Rumah Sakit Citra Husada Kabupaten Jember

1. Penelitian dengan judul tersebut di atas benar-benar telah saya lakukan sebagaimana yang sudah ditulis dalam metode penelitian.
2. Adalah benar karya saya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain dan saya ajukan sebagai bahan ujian akhir skripsi.
3. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa karya ilmiah ini bukan karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Jember, 23 Juli 2022

Yang membuat pernyataan,

-/M/

(Ervin Dewi Santika)  
NIM. 1811011027

## LEMBAR PERSEMBAHAN

Alhamdulillah hirobbil'alamin puji syukur kepada Allah SWT atas rahmat serta hidayah-Nya yang selalu memberikan kekuatan, kesabaran, kelancaran serta kemudahan dalam menyusun skripsi ini. Sholawat serta salam tidak lupa tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW sebagai mana kita tahu bahwa beliau adalah yang telah menuntun kita ke jalan yang lebih baik. Semua ini tidak terlepas dari segala bantuan doa dan motivasi dari orang yang saya hormati dan saya sayangi. Terimakasih kepada:

1. Orang tua saya yaitu Bapak Haryanto dan Ibu Noryani yang telah mendoakan dengan tulus serta mensupport saya dalam keadaan apapun dan yang paling utama adalah kasih sayang yang begitu tidak ada duanya. Terimakasih banyak karena kalian saya bisa menyelesaikan ke jenjang pendidikan yang lebih tinggi.
2. Adik saya Erfan Ferdianto atas doa dan support yang kalian berikan untuk kelancaran pendidikan saya.
3. Tunangan saya Vivat Chaesaryan atas support sistemnya.
4. Dosen pembimbing 1 Ns. Susi Wahyuning Asih, S. Kep., M. Kep dan dosen pembimbing 2 Ns. Sri Wahyuni A, M.Kep., Sp. Kep. Kom. Yang telah sabar dalam membimbing saya disetiap penyusunan skripsi ini, serta meluangkan banyak waktu dan tenaga untuk memberikan kelancaran kepada anak didiknya untuk menuju kesuksesan.

5. Almamater Fakultas Ilmu Kesehatan, Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Jember, terimakasih telah membantu mewujudkan cita-cita saya.
6. Teman-teman seperjuangan di Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember angkatan 2018 terimakasih atas doa dan dukungannya.





## MOTTO

“Hatiku tenang karena mengetahui bahwa apa yang melewatkanmu tidak akan pernah menjadi takdirmu, dan apa yang ditakdirkan untukmu tidak akan pernah melewatkanmu “

**(Umar Bin Khattab)**

“Berusahalah untuk tidak menjadi manusia yang berhasil, tapi berusahalah menjadi manusia yang berguna”

**(Ervin Dewi Santika)**

“Jika suatu hari nanti aku ditakdirkan tidak berkecukupan, tapi takkan aku biarkan surgaku merasa kesusahan”

**(Ervin Dewi Santika)**

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas segala rahmat dan hidayah-Nya, peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Penggunaan *Game Online* dengan Pola Tidur Pada Remaja di SMPN 2 Kalisat Jember”. Skripsi ini disusun guna memenuhi syarat untuk melakukan penelitian serta dijadikan sebagai salah satu tugas akhir dalam menyelesaikan pendidikan Studi Ilmu Keperawatan di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember.

Skripsi ini dapat terselesaikan berkat bimbingan, bantuan dan dorongan dari berbagai pihak, maka pada kesempatan kali ini perkenankan peneliti untuk menyampaikan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Dr. Hanafi M.Pd. selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Jember
2. Ns. Sasmiyanto, S.Kep., M.Kes. selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember.
3. Ns. Sofia Rhosma Dewi, S.Kep., M.Kep. selaku Wakil Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember.
4. Ns. Yeni Suryaningsih, S.Kep., M.Kep. selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember
5. Ns. Susi Wahyuning Asih, S.Kep., M.Kep. Selaku Ketua Program Studi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember dan selaku Dosen Pembimbing I yang selalu meluangkan waktu, tenaga dan pikiran serta selalu sabar dalam membimbing peneliti dalam menyusun proposal ini.

6. Ns. Sri Wahyuni A, M.Kep., Sp. Kep. Kom. Selaku Dosen Pembimbing II yang selalu meluangkan waktu, tenaga dan pikiran serta selalu sabar dalam membimbing peneliti dalam menyusun skripsi ini.
7. Bapak dan Ibu dosen Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember yang penuh dengan tanggung jawab dalam memberikan ilmunya.
8. Kedua orang tua saya yang selalu memberikan doa sekaligus penyemangat dalam menyusun skripsi ini.
9. Semua sahabat – sahabat saya yang selalu memberikan semangat. Semoga segala bantuan dan bimbingan yang telah diberikan mendapat imbalan yang sesuai dari Allah SWT. Akhirnya peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, karenanya peneliti mengharap kritik maupun saran yang sifatnya membangun dan diharapkan dapat menyempurnakan skripsi ini

Dalam penyusunan skripsi ini, peneliti menyadari masih jauh dari sempurna. Untuk itu peneliti sangat mengharap kritik dan saran yang sifatnya membangun demi kesempurnaan skripsi ini. Semoga penelitian ini dapat bermanfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan, khususnya bidang keperawatan.

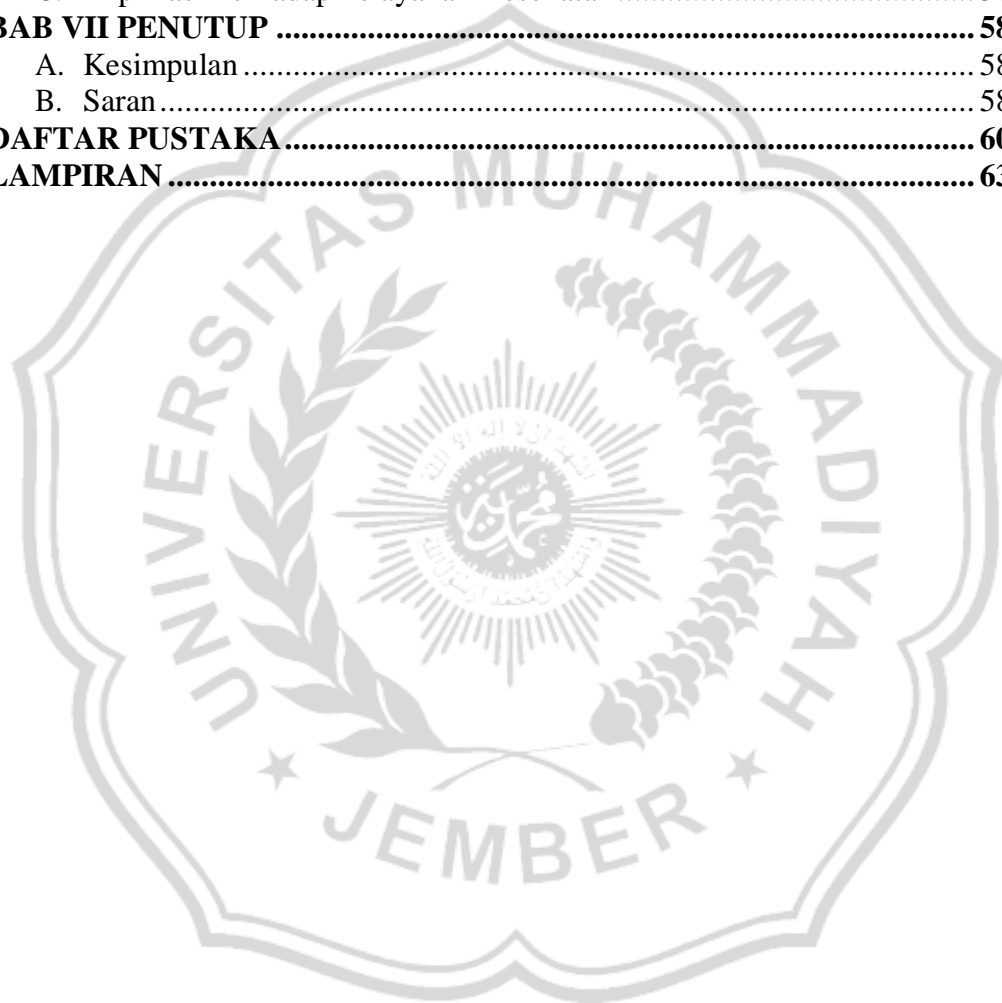
Jember, Juli 2022

Peneliti

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>SKRIPSI</b> .....	<b>i</b>
<b>PERNYATAAN PERSETUJUAN</b> .....	<b>ii</b>
<b>PENGESAHAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>PENGUJI SKRIPSI</b> .....	<b>iv</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>v</b>
<b>LEMBAR PERSEMBAHAN</b> .....	<b>viii</b>
<b>MOTTO</b> .....	<b>ix</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>xi</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xv</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xvi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xviii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	3
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	4
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	<b>6</b>
A. Konsep Remaja .....	6
1. Definisi Remaja .....	6
2. Tahapan Masa Remaja.....	6
B. Konsep <i>Game Online</i> .....	7
1. Definisi <i>Game Online</i> .....	7
2. Jenis-jenis <i>Game Online</i> .....	7
3. Indikator Kebiasaan Bermain <i>Game Online</i> .....	10
4. Faktor yang Mempengaruhi Penggunaan <i>Game Online</i> .....	10
5. Dampak Penggunaan <i>Game Online</i> .....	11
6. Fisiologi Kaitan <i>Game Online</i> dengan Pola Tidur .....	13
C. Konsep Pola Tidur.....	15
1. Definisi Pola Tidur .....	15
2. Tahap Tidur .....	16
3. Fisiologi Tidur .....	17
4. Indikator Pola Tidur.....	18
5. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pola Tidur.....	19
D. Model Konsep Keperawatan Virginia Henderson .....	21
E. Penelitian Terkait .....	25
<b>BAB III KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS</b> .....	<b>28</b>
A. Kerangka Konsep .....	28
B. Hipotesis .....	28
<b>BAB IV METODE PENELITIAN</b> .....	<b>29</b>
A. Desain Penelitian.....	29
B. Populasi, Sampel Dan Sampling .....	30
C. Definisi Operasional .....	31
D. Tempat Penelitian.....	34
E. Waktu Penelitian .....	34
F. Etika Penelitian .....	34

G. Alat Pengukuran Data .....	36
H. Prosedur Pengumpulan Data.....	39
I. Rencana Analisis .....	42
<b>BAB V HASIL PENELITIAN.....</b>	<b>46</b>
A. Data Umum.....	46
B. Data Khusus .....	47
<b>BAB VI PEMBAHASAN.....</b>	<b>49</b>
A. Interpretasi dan Diskusi Hasil .....	49
B. Keterbatasan Penelitian .....	56
C. Implikasi Terhadap Pelayanan Kesehatan .....	56
<b>BAB VII PENUTUP .....</b>	<b>58</b>
A. Kesimpulan .....	58
B. Saran .....	58
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>60</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>63</b>



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Anatomi Otak Manusia .....	14
Gambar 2.2	Model Konsep Teori Virginia Henderson .....	22





## DAFTAR BAGAN

Bagan 3.1	Kerangka konsep Hubungan Penggunaan <i>Game Online</i> Dengan Pola Tidur Pada Remaja di SMPN 2 Kalisat Jember .....	28
Bagan 4.1	Proses seleksi populasi hingga menjadi sampel .....	31



## DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Definisi operasional Hubungan Penggunaan <i>Game Online</i> Dengan Pola Tidur Pada Remaja di SMPN 2 Kalisat Jember.....	32
Tabel 4.2 Gantt Chart.....	34
Tabel 4.3 Nilai Indeks Uji Validitas Penggunaan <i>Game Online</i> .....	37
Tabel 4.3 Nilai Indeks Uji Validitas Pola Tidur .....	39
Table 4.4 Interpretasi Koefisien Korelasi ( $r$ ).....	46
Tabel 5.1 Distribusi Responden Berdasarkan Usia.....	46
Tabel 5.2 Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin .....	46
Table 5.3 Distribusi Responden Berdasarkan Alasan Penggunaan <i>Game Online</i> .....	47
Tabel 5.4 Distribusi Penggunaan <i>Game Online</i> .....	47
Tabel 5.5 Distribusi Pola Tidur.....	48
Table 5.6 Distribusi Hubungan Penggunaan <i>Game Online</i> Dengan Pola Tidur ...	48



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Surat Permohonan.....	64
Lampiran 2	Lembar Persetujuan menjadi responden .....	66
Lampiran 3	Data Demografi Responden .....	67
Lampiran 4	Kuisisioner Penggunaan <i>Game Online</i> .....	68
Lampiran 5	Kuisisioner Pola Tidur.....	70
Lampiran 6	Kisi-kisi Kuisisioner Penggunaan <i>Game Online</i> dan Pola Tidur.....	72
Lampiran 7	Lembar Surat Balasan Ijin Penelitian .....	74
Lampiran 8	Lembar Surat Keterangan Lolos Kaji Etik .....	75
Lampiran 9	Lembar Surat Permohonan Ijin Penelitian .....	76
Lampiran 10	Lembar Ijin Penelitian Dari Bakesbangpol .....	77
Lampiran 11	Lembar Surat Telah Melakukan Penelitian.....	78
Lampiran 12	Lembar Konsultasi.....	79
Lampiran 13	Daftar Riwayat Hidup.....	80

