

## ABSTRAK

### Abstrak

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER  
PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN

Skripsi, Juli 2022  
Ervin Dewi Santika

Hubungan Penggunaan *Game Online* Dengan Pola Tidur di SMPN 2 Kalisat Jember

xviii + 75 hal + 2 bagan + 11 tabel+ 2 gambar + 13 lampiran

### Abstrak

Dampak perkembangan teknologi salah satunya adalah munculnya *game online*. Namun yang terjadi saat ini *game online* digunakan secara berlebihan. Salah satu dampak dalam bermain *game online* yang berlebihan, akan menyebabkan para pemain melupakan waktu istirahat dan tidur. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan penggunaan *game online* dengan pola tidur pada remaja. Desain penelitian ini menggunakan *correlation research* dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 115 remaja kelas 8 dengan sampel penelitian yang diperoleh 90 responden melalui teknik pengambilan *simple random sampling*. Uji statistik menggunakan uji *Spearman Rho*. Hasil analisis penggunaan *game online* mayoritas (58,9%) dalam kategori berlebihan, pola tidur pada remaja mayoritas (71,1%) dalam kategori kurang. Hasil uji statistik didapatkan *p value* 0,002 (<0,05) artinya, ada hubungan yang signifikan penggunaan *game online* dengan pola tidur pada remaja, dengan kekuatan korelasi lemah. Arah korelasi positif yang artinya, semakin berlebihan penggunaan *game online* maka semakin kurang polanya. Upaya yang bisa dilakukan untuk mengurangi penggunaan *game online* yang berlebihan adalah bimbingan dan konseling keluarga, sekolah dan lingkungan.

Kata Kunci : Penggunan *Game Online*, Pola Tidur, Keperawatan Komunitas Pada Remaja

## **ABSTRACT**

### **Abstract**

MUHAMMADIYAH UNIVERSITY JEMBER  
NURSING SCIENCE STUDY PROGRAM  
FACULTY OF HEALTH SCIENCE

Thesis, July 2022  
Ervin Dewi Santika

*Relationship between the use of online games and sleep patterns in SMPN 2 Kalisat Jember*

*xviii + 75 pages + 2 charts + 11 table + 2 pictures + 13 attachments*

### **ABSTRACT**

*One of the impacts of technological developments is the emergence of online games. But what is happening today is that online games are used excessively. One of the effects of playing excessive online games will cause players to forget to rest and sleep. The purpose of this study was to determine the relationship between the use of online games and sleep patterns in adolescents. The design of this study used correlation research with a cross-sectional approach. The population in this study was 115 8th graders, with a sample of 90 respondents obtained through a simple random sampling technique. Statistical test using Spearman's Rho test The results of the analysis of the use of online games showed that the majority (58.9%) in the excessive category had sleep patterns similar to those of adolescents (71.1%) in the less extreme category. Statistical test results obtained p value 0.002 (0.05), meaning that there is a significant relationship between the use of online games and sleep patterns in adolescents, with a weak correlation strength. The direction of the positive correlation means the more excessive use of online games, the fewer sleep patterns. Guidance and counseling for families, schools, and the environment can be made to reduce the excessive use of online games.*

*Keywords: Online Game Users, Sleep Patterns, and Community Nursing in Adolescents*