

**Karya Tulis Ilmiah**

**HUBUNGAN TINGKAT KECANDUAN *ONLINE GAME*  
DENGAN KUALITAS TIDUR**

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Gelar Sarjana  
Kedokteran pada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Yogyakarta



**Disusun Oleh:**

**NALURI RAGITA HANDINI**

**20160310145**

**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN  
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA  
2020**

## **PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Naluri Ragita Handini

NIM : 20160310145

Program Studi : Kedokteran

Fakultas : Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya Tulis Ilmiah yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri dan belum diajukan dalam bentuk apa pun kepada perguruan tinggi mana pun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam Daftar Pustaka di bagian akhir Karya Tulis Ilmiah ini.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan Karya Tulis Ilmiah ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Yogyakarta, 26 November 2019

Yang membuat pernyataan,

Naluri Ragita Handini

## KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum wr.wb

Segala puji syukur kepada Allah SWT yang karena dengan rahmat-Nya Karya Tulis Ilmiah ini dapat terselesaikan. Penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini, penulis tidak lepas dari bantuan dan dukungan berbagai pihak. Bersama ini diucapkan terimakasih kepada:

1. Dr. dr. Wiwik Kusumawati, M.Kes selaku dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
2. Dr. Tri Pitara Mahanggoro, S.Si., M.Kes selaku dosen pembimbing yang telah banyak memberikan arahan dan bimbingan.
3. Orang tua dan keluarga saya yang selalu mendukung saya.
4. #AnjasFam, Sari Rasa, Yaudah iya, dll yang selalu menyemangati saya selama penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Baskara Putra/ Hindia dengan lagu Besok Mungkin Kita Sampai sebagai penyemangat penulis selama penulisan.

Adanya saran dan kritik kepada penulisan Karya Tulis Ilmiah ini diharapkan dapat lebih menyempurnakan Karya Tulis Ilmiah ini.

Wassalamu'alaikum wr.wb

Yogyakarta, 26 November 2019

Penulis

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL.....	vi
DAFTAR GAMBAR.....	vii
INTISARI.....	viii
<i>ABSTRACT</i> .....	ix

### BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah .....	3
C. Tujuan Penelitian.....	3
D. Manfaat Penelitian.....	4
E. Keaslian Penelitian.....	5

### BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Telaah Pustaka.....	7
1. <i>Online game</i> .....	7
2. Tidur.....	13
3. Hubungan Bermain <i>Online game</i> dengan Kualitas Tidur.....	18
B. Kerangka Teori.....	19
C. Kerangka Konsep.....	20
D. Hipotesis.....	21

### BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian.....	22
B. Populasi dan Subyek Penelitian.....	22
C. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	24
D. Variabel Penelitian .....	24
E. Definisi Operasional.....	24
F. Instrumen Penelitian.....	26
G. Jalannya Penelitian.....	26
H. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	27
I. Analisis Data .....	27
J. Etika Penelitian.....	28

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian.....	29
B. Pembahasan.....	36
C. Keterbatasan Penelitian.....	40

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan .....	41
B. Saran.....	41

DAFTAR PUSTAKA.....	42
---------------------	----

LAMPIRAN.....	45
---------------	----

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Keaslian Penelitian.....	5
Tabel 2. Karakteristik Usia Responden.....	30
Tabel 3. Karakteristik Waktu Bermain Responden.....	31
Tabel 4. Rata-Rata Harga Paket Internet.....	32
Tabel 5. Tingkat Kecanduan Bermain <i>Online game</i> Diukur dengan <i>Young's Internet Addiction Test (IAT)</i> .....	33
Tabel 6. Kualitas Tidur Diukur dengan <i>Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)</i> ....	33
Tabel 7. Hubungan Antara Tingkat Kecanduan Bermain <i>Online game</i> dengan Latensi Tidur (Uji Korelasi <i>Spearman</i> ).....	33
Tabel 8. Hubungan Antara Tingkat Kecanduan Bermain <i>Online game</i> dengan Durasi Tidur (Uji Korelasi <i>Spearman</i> ).....	34
Tabel 9. Hubungan Antara Tingkat Kecanduan Bermain <i>Online game</i> dengan Efikasi Tidur (Uji Korelasi <i>Spearman</i> ).....	34
Tabel 10. Hubungan Antara Tingkat Kecanduan Bermain <i>Online game</i> dengan Gangguan Tidur (Uji Korelasi <i>Spearman</i> ).....	35
Tabel 11. Hubungan antara Tingkat Kecanduan bermain <i>Online game</i> dengan Kualitas Tidur (Uji Korelasi <i>Spearman</i> ).....	35

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Gambaran EEG Tahapan Tidur.....	12
Gambar 2. Kerangka Teori.....	17
Gambar 3. Kerangka Konsep.....	18

## DAFTAR PUSTAKA

- Association, A. P. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (5th ed.). <https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425596>.
- Buysee, D. J., Reynolds III, C. F., Monk, T., Berman, S. R., & Kupfer, D. J. (1989). The Pittsburgh Sleep Quality Index: A New Instrument for Psychiatric Practice and Research. *Psychiatric Research*, 193-213.
- Chung, K., & Cheung, M. (2004). Sleep-wake patterns and sleep disturbance among Hong Kong Chinese adolescents. *Sleep* 18, 185-195.
- Eickhoff, E., Yung, K., Davis, D. L., Bishop, F., Klam, W. P., & Doan, A. P. (2015). Excessive Video Game Use, Sleep Deprivation, and Poor Work Performance Among U.S. Marines Treated in a Military Mental Health Clinic: A Case Series. *Military Medicine*, Vol. 180, e839-e843.
- Exelmans, L., & Bulck, J. V. (2015). Sleep quality is negatively related to video gaming volume in adults. *Journal Sleep Research*, 24, 189-196.
- Fuller, C., Lehman, E., Hicks, S., & Novick, M. B. (2017). Bedtime Use of Technology and Associated Sleep Problems in Children. *Global Pediatric Health*, Vol. 4, 1-8.
- Gildner, T. E., Liebert, M. A., Kowal, p., Chatterji, S., & Snodgrass, J. J. (2014). Associations Between Sleep Duration, Sleep Quality, and Cognitive Test Performance among Older Adults from Six Middle Income Countries: Results from the Study on Global Ageing and Adult Health (SAGE). *Journal of Clinical Sleep Medicine*, 613-621.
- Guyton, & Hall. (2010). *Textbook of Medical Physiology 12th Ed.* Elsevier.
- Hardanti, H. A., Nurhidayah, I., & Fitri, S. Y. (2013). Faktor-Faktor yang Melatarbelakangi Perilaku Adiksi Bermain Game Online pada Anak Usia Sekolah. *Jurnal Keperawatan Padjajaran*, Vol. 1, No. 3, 166-175.
- Higuchi, S., Motohashi, Y., Liu, Y., & Maeda, A. (2005). Effects of playing a computer game using a bright display on presleep physiological variables, sleep latency, slow wave sleep and REM sleep. *J. Sleep Research*, 14: 267-273.
- Kawabe, K., Horiuchi, F., Oka, Y., & Ueno, S.-i. (2019). Association between Sleep Habits and Problems and Internet Addiction in Adolescents. *Korean Neuropsychiatric Association, Psychiatry Investig, Sleep and Internet Use in Adolescents*.



- Kawada, T., & Suzuki, S. (1995). Instantaneous change in sleep stage with noise of passing truck. *Percept Mot Skills*, 80: 1031-1040.
- Krueger, J. M., Rector, D. M., Roy, S., Van Dongen, H., Belenky, G., & Panksepp, J. (2009). Sleep as a fundamental property of neuronal assemblies. *Nat Rev Neurosci*, 910-919.
- Lemma, S., Gelaye, B., Berhae, Y., Worku, A., & Williams, M. A. (2012). Sleep quality and its psychological correlates among university students in Ethiopia: a cross-sectional study. *BMC Psychiatry*, 12:237.
- Lo, H. M., Leung, J. H., Chau, G. K., Lam, M. H., Lee, K. Y., & Ho, A. (2017). Factors Affecting Sleep Quality among Adolescent Athletes. *Sports Nutrition and Therapy*.
- Mayers, A. G., Van Hooff, J. C., & Baldwin, D. S. (2003). Quantifying subjective assessment of sleep and life-quality in antidepressant-treated depressed patients. *Hum. Psychopharmacol. Vol. 18*, 21-27.
- Mayra, F. (2015). Mobile Games. *The International Encyclopedia of Digital Communication and Society, 1st Ed.*
- McGonigal, J. (2011). *Reality Is Broken: Why Games Make Us Better*. New York: The Penguin Press.
- Mollayeva, T., Thurairajah, P., Burton, K., Mollayeva, S., Shapiro, C. M., & Colantonio, A. (2016). The Pittsburgh sleep quality index as a screening tool for sleep dysfunction in clinical and non-clinical samples: A systematic review and meta-analysis. *Sleep Medicine Reviews*, 52-73.
- Munezawa, T., Yoshitaka, K., Kaneita, Y., Osaki, Y., Kanda, H., Minowa, M., . . . Ohida, T. (2011). The Association Between Use of Mobile Phones After Lights Out and Sleep Disturbances Among Japanese Adolescents: a Nationwide Cross-sectional Survey. *Sleep*.
- Murawski, B., Wade, L., Plotnikoff, R. C., & Lubans, D. R. (2017). A systematic review and meta-analysis of cognitive and behavioral interventions to improve sleep health in adults without sleep disorders. *Sleep Medicine Reviews*.
- Nasution, R. D. (2017). Pengaruh Perkembangan Teknologi Informasi Komunikasi Terhadap Eksistensi Budaya Lokal. *Jurnal Penelitian Komunikasi dan Opini Publik Vol. 21 No. 1*, 30-42.
- NINDS, N. (2016). Understanding Sleep. *Brain Basics*.

- Peach H. D., G. J. (2018). Direct and indirect associations of sleep knowledge and attitudes with objective and subjective sleep duration and quality via sleep hygiene. *J. Prim. Prev.*, 39 555–570.
- Poon, A. W. (2012). Computer Game Addiction and Emotional. *Trinity College Digital Repository*.
- Prasojo, R., Maharani, D. A., & Hasanuddin, M. O. (2018). Mengujukan Internet Addiction Test (IAT) ke Responden Indonesia.
- Purwoko, K. (2010, September 30). Indonesia Ikuti Kejuaraan Dunia Game Online. Retrieved from Republika: <https://bit.ly/21V7vXw>
- Rahmadina, A. (2014). *Hubungan Antara Kecanduan Game Online dengan Keterampilan Sosial pada Remaja*. Retrieved from <http://etd.repository.ugm.ac.id>.
- Robotham, D. (2011). Sleep as a public health concern: insomnia and mental health. *Journal of Public Mental Health Vol. 10*, 234-237.
- Rollings, A., & Adams, E. (2003). *Game Design*. Indianapolis: New Riders.
- Tao, R., Huang, X., Wang, J., Zhang, H., Zhang, Y., & Li, M. (2010). Proposed diagnostic criteria for internet addiction. *The Authors. Journal compilation. Society for the Study of Addiction*, 556-564.
- Thomas, N. J., & Martin, F. H. (2010). Video-arcade game, computer game and Internet activities of Australian students: Participation habits and prevalence of addiction. *American Journal of Psychology*, 62(2), 59-66.
- Tortora, G. J., & Derrickson, B. (2014). *Principles of Anatomy & Physiology*. Danvers: Wiley.
- Tribunnews. (2014, Januari 31). *Pecandu Game Online di Indonesia Mencapai 25 Juta Orang*. Retrieved from [Tribunjogja.com: http://jogja.tribunnews.com/2014/01/31/pecandu-game-online-di-indonesia-mencapai-25-juta-orang](http://jogja.tribunnews.com/2014/01/31/pecandu-game-online-di-indonesia-mencapai-25-juta-orang)
- Ulfa, M. (2017). Pengaruh Kecanduan Game Online Terhadap Perilaku Remaja Di Mabas Game Center Jalan HR.Subrantas Kecamatan Tampan Pekanbaru. *JOM. FISIP Vol. 4 No. 1*.
- Weinstein, A., Fede, L. C., Rosenberg, K. P., & Dannon, P. (2014). Internet Addiction Disorder: Overview and Controversies. *Behavioral Addictions. Chapter 5*, 99-117.
- Wuriyanto, A. B. (2003). Globalisasi, Teknologi Informasi dan Peran Bahasa Daerah Sebagai Pencitraan Budaya Nasional. *Globalisasi dan Bahasa Daerah*, 233-248.

- Xu, F., Adams, S. K., Cohen, S. A., Earp, J. E., & Greaney, M. L. (2019). Relationship Between Physical Activity, Screen Time, and Slep Quantity an Quality in US Adolescents Aged 16-19. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16, 1524.
- Yee, N. (2006). The psychology of massively multi-user online role-playing games. *Avatars at Work and Play: Collaboration and Interaction in Shared Virtual Environments*.
- Yi, H., Shin, K., & Shin, C. (2006). Development of the Sleep Quality Scale. *Journal Sleep Research*, 309-316.
- Young, K. S. (1998). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *CyberPsychology and Behavior*, 1, 237-244.