

**KORELASI INTENSITAS BERMAIN *GAME* DENGAN KUALITAS
TIDUR MAHASISWA/I ANGKATAN 2019 FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS WIJAYA KUSUMA SURABAYA**

SKRIPSI

**Untuk Memenuhi Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran**



Oleh:

Aditya Hanyanto

NPM: 17700104

**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS WIJAYA KUSUMA SURABAYA
SURABAYA**

2020

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

**KORELASI INTENSITAS BERMAIN *GAME* DENGAN KUALITAS
TIDUR MAHASISWA/I ANGKATAN 2019 FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS WIJAYA KUSUMA SURABAYA**

**Untuk Memenuhi Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran**

Oleh:

Aditya Hanyanto

NPM : 17700104

Menyetujui untuk diuji

Pada tanggal : 25 Juni 2020

Penguji I/Pembimbing,



Dr.drg. Wike Herawaty, M.Kes

NIK. 17778-ET

Penguji II,



dr. H. Heru Setiawan, M.Imun.

NIK. 96265-ET

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

**KORELASI INTENSITAS BERMAIN *GAME* DENGAN KUALITAS
TIDUR MAHASISWA/I ANGKATAN 2019 FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS WIJAYA KUSUMA SURABAYA**

Oleh:

Aditya Hanyanto

NPM : 17700104

Telah diuji pada

Hari : Kamis

Tanggal : 25 Juni 2020

Dan dinyatakan lulus oleh:

Penguji I/Pembimbing,



Dr.drg. Wike Herawaty, M.Kes

NIK. 17778-ET

Penguji II,



dr. H. Heru Setiawan, M.Imun.

NIK. 96265-ET

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT karena berkat rahmat dan karunia-Nyalah, penulis dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul “Korelasi Intensitas Bermain *Game* Dengan Kualitas Tidur Mahasiswa/i Angkatan 2019 Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya”.

Tugas Akhir ini dapat terselesaikan karena dukungan dari berbagai pihak. Oleh sebab itu pada kesempatan ini saya sampaikan terima kasih kepada :

1. Allah SWT yang telah mengaruniakan hikmat kepada penulis sehingga penulis dapat menulis tugas akhir ini dengan baik.
2. Prof. Suhartati, dr., MS., Dr., sebagai Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya yang telah memberikan kesempatan kepada penulis menuntut ilmu di Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya.
3. Dr. drg. Wike Herawaty, M.Kes. sebagai dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan, arahan, serta dorongan dalam menyelesaikan Tugas Akhir ini.
4. dr. H. Heru Setiawan, M.Imun. sebagai dosen penguji yang juga membantu memberikan bimbingan, arahan, masukan dan menguji kami dalam menyelesaikan Tugas Akhir ini.
5. Mahasiswa angkatan 2019 Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya yang telah berpartisipasi dalam pembuatan dan penelitian Tugas Akhir ini.

6. Seluruh keluarga besar yang memberi dukungan doa dan moril.
7. Muhammad Riza Suryanto Tri Prasetyo, Ricky Ahmad Ridho Setiawan, Calista Dinda Natania Rau, Rizki Amalia Mega Fitriani, dan teman-teman semuanya untuk dukungan serta bantuannya dalam pembuatan Tugas Akhir ini.
8. Semua pihak yang tidak mungkin disebut satu per satu yang telah membantu dalam menyelesaikan Tugas Akhir ini.

Penulis menyadari bahwa penulisan Tugas Akhir ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu penulis mengharapkan segala masukan demi sempurnanya tulisan ini.

Akhirnya penulis berharap semoga Tugas Akhir ini bermanfaat bagi berbagai pihak yang terkait.

Tulungagung, 22 Juni 2020

Penulis

Aditya Hanyanto. 2020. *Korelasi Intensitas Bermain Game dengan kualitas tidur mahasiswa/i angkatan 2019 Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya*. Skripsi, Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya. Pembimbing : Dr. Wike Herawaty, drg., M.Kes. Penguji : Heru Setiawan, dr., M.Imun.

ABSTRAK

Permainan terdiri atas sekumpulan peraturan yang membangun situasi bersaing dari dua sampai beberapa orang atau kelompok dengan memilih strategi yang dibangun untuk memaksimalkan kemenangan sendiri ataupun untuk meminimalkan kemenangan lawan. Pada perkembangannya permainan merambah dunia digital dan terciptalah *video game*, dimana dewasa ini *game* banyak menyebabkan dampak negatif seperti kecanduan dan berdampak pada kualitas tidur. Penelitian non eksperimental dengan rancangan penelitian observasional analitik. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui korelasi intensitas bermain *game* dengan kualitas tidur mahasiswa/I angkatan 2019 fakultas kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya. Sampel yang digunakan sebanyak 98 yang sedang aktif berkuliah di fakultas kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya. Variabel terikat pada penelitian ini adalah Kualitas tidur mahasiswa/i sedangkan Variabel bebas pada penelitian ini adalah Intensitas bermain *game*. Data penelitian ini selanjutnya di analisis menggunakan uji statistik korelasi *Spearman*. Hasil penelitian menunjukkan Ada hubungan antara Intensitas bermain *game* dengan kualitas tidur mahasiswa/i angkatan 2019 fakultas kedoktean Universitas Wijaya Kusuma Surabaya.

Kata Kunci : *Video Games, Intensitas Bermain Game, Kualitas Tidur*

Aditya Hanyanto. 2020. *Correlation of the intensity of playing games with the quality of sleep of 2019 class students of the Faculty of Medicine, University of Wijaya Kusuma Surabaya*. Skripsi, Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya. Pembimbing : Dr. Wike Herawaty, drg., M.Kes. Penguji : Heru Setiawan, dr., M.Imun.

ABSTRACT

Game consists of a set of rules that build competing situations from two to several people or groups by choosing a strategy that is built to maximize your own win or to minimize your opponent's victory. In its development, the game has reached the digital world and the creation of video games, where today games have many negative effects such as addiction and have effect on sleep quality. Non-experimental research with analytic observational research design. This research was conducted to determine the correlation between the intensity of playing games and the quality of sleep of the 2019 students of medical faculty, Wijaya Kusuma University, Surabaya. The sample used is 98 who are currently studying at the medical faculty of Wijaya Kusuma University, Surabaya. The dependent variable in this study is the quality of student sleep, while the independent variable in this study is the intensity of playing games. The research data were analyzed using the Spearman correlation statistical test. The results showed that there was a relationship between the intensity of playing games and the quality of sleep of the 2019 students of the Wijaya Kusuma University of Medicine Faculty of Medicine, Surabaya.

Keywords : *Video Games, Sleep Quality, Gaming Intensity*

DAFTAR ISI

JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR SINGKATAN DAN SIMBOL.....	x
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Permainan (<i>game</i>).....	7
1. Definisi Permainan	7
2. Permainan video (<i>video games</i>)	7
3. Macam Macam Platform <i>Game</i>	7
4. Dampak Positif dan Negatif <i>Game</i>	8
5. Intensitas Bermain <i>Game</i>	10
B. Tidur.....	11

1. Definisi Tidur	11
2. Fisiologi Tidur	12
3. Tahapan Tidur	12
4. Kualitas Tidur	14
5. Fungsi dan Tujuan Tidur	14
6. Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Tidur.....	15
C. Hubungan Bermain Game Terhadap Kualitas Tidur.....	15
BAB III KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS PENELITIAN	
A. Kerangka Konsep Penelitian	16
B. Hipotesis Penelitian	17
BAB IV METODE PENELITIAN	
A. Rancangan Penelitian	18
B. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	18
C. Subjek Penelitian	18
D. Variabel Penelitian	20
E. Definisi Operasional Variabel Penelitian	20
F. Prosedur Penelitian	22
G. Cara Analisis Data	28
BAB V HASIL PENELITIAN	
A. Deskripsi Hasil	29
B. Deskripsi Data	29
C. Analisis Univariat.....	30
D. Analisis Bivariat	32

BAB VI PEMBAHASAN

A. Gambaran Intensitas Bermain Game.....	35
B. Gambaran Kualitas Tidur	35
C. Hubungan Intensitas Bermain Game dengan Kualitas Tidur...	36

BAB VII PENUTUP

A. Kesimpulan.....	38
B. Saran.....	38

DAFTAR PUSTAKA	40
----------------------	----

LAMPIRAN.....	44
---------------	----

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar IV.1 Alur Penelitian	23
Gambar V.1 Grafik dan Diagram Intensitas Bermain Game	32
Gambar V.2 Grafik dan Diagram Kualitas Tidur.....	33

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel IV.1 Definisi Operasional	21
Tabel IV.2 Hasil Uji Reabilitas	29
Tabel V.1 Mean dan Standar Deviasi Intensitas Bermain <i>Game</i>	31
Tabel V.2 Karakteristik Berdasarkan Intensitas Bermain Game	32
Tabel V.3 Karakteristik Berdasarkan Kualitas Tidur.....	33
Tabel V.4 Tabel uji korelasi Rank Spearman	34

**Lampiran 5: Surat Pernyataan Penulisan Hasil Penelitian di Jurnal
Ilmiah**

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Aditya Hanyanto

NPM : 17700104

Program Studi : Pendidikan Kedokteran

Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa hasil penelitian saya dengan judul:
Korelasi Intensitas Bermain *Game* dengan kualitas tidur mahasiswa/i
angkatan 2019 Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya.

Bersedia untuk dimuat di dalam majalah atau jurnal ilmiah atas nama
pembimbing dengan tetap mencantumkan nama saya sebagai peneliti.

Surabaya, 28 Januari 2021
Yang membuat pernyataan,



(Aditya Hanyanto)
NPM : 17700104

Lampiran 4: Pernyataan Keaslian Tulisan

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN


Yang bertanda tangan di bawah ini saya:

Nama : Aditya Hanyanto
NPM : 17700104
Program Studi : Pendidikan Kedokteran
Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya;

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Skripsi yang saya tulis dengan judul "Korelasi Intensitas Bermain *Game* dengan kualitas tidur mahasiswa/i angkatan 2019 Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya.", benar-benar hasil karya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila di kemudian hari dapat dibuktikan bahwa Skripsi ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Surabaya, 28 Januari 2021
Yang membuat pernyataan,




(Aditya Hanyanto)
NPM : 17700104

Lampiran 6: Surat Pernyataan Persetujuan diunggah

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Aditya Hanyanto

NPM : 17700104

Program Studi : Pendidikan Kedokteran

Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa hasil penelitian saya dengan judul:

Korelasi Intensitas Bermain *Game* dengan kualitas tidur mahasiswa/i angkatan 2019 Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya.

Bersedia untuk diunggah dalam *e-repository* Universitas Wijaya Kusuma

Surabaya dan dimanfaatkan untuk masyarakat luas.

Surat Pernyataan Persetujuan ini digunakan sebagaimana diperlukan.

Surabaya, 28 Januari 2021

Yang membuat pernyataan,




(Aditya Hanyanto)
NPM : 1770004