

**GAMBARAN GANGGUAN TIDUR PADA MAHASISWA  
PENGGUNA *GAME ONLINE* DI STIKES KARSA HUSADA  
GARUT**

**SKRIPSI**

**Diajukan Dalam Seminar Penelitian yang akan digunakan dalam penyusunan  
Skripsi pada Program Studi S1 Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan  
Karsa Husada Garut**

**ALFINA LIANI SURYADI  
KHGC19048**



**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN KARSA HUSADA GARUT  
PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
2023**

**LEMBAR PERSETUJUAN**

**JUDUL : GAMBARAN GANGGUAN TIDUR PADA MAHASISWA  
PENGGUNA *GAME ONLINE* DI STIKES KARSA HUSADA  
GARUT**

**NAMA : ALFINA LIANI SURYADI**

**NIM : KHGC19048**

**SKRIPSI**

**Diajukan Untuk Memenuhi Ujian Pada Program Studi S1 Keperawatan Sekolah  
Tinggi Ilmu Kesehatan Karsa Husada Garut**

**Garut, Juli 2023**

**Menyetujui,**

**Pembimbing Utama**



**Dr.H.AsepAhmadHidayat,M.Ag**

**Pembimbing Pendamping**



**Tantri Puspita, MNS.**

**LEMBAR PERSETUJUAN**

**SIDANG SKRIPSI**

Yang bertanda tangan dibawah ini, menyatakan bahwa :

Nama : Alfina Liani Suryadi

NIM : KHGC19048

Program Studi : S1 Keperawatan STIKes Karsa Husada Garut

Mahasiswa yang bersangkutan telah disetujui untuk melaksanakan seminar penelitian dengan judul :

**“GAMBARAN GANGGUAN TIDUR PADA MAHASISWA PENGGUNA  
GAME ONLINE DI STIKES KARSA HUSADA GARUT”**

Demikian persetujuan ini kami buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Garut, Juli 2023

**Menyetujui,**

**Pembimbing Utama**



**(Dr.H Asep Ahmad Hidayat,M.Ag)**

**Pembimbing Pendamping**



**(Tantri Puspita, MNS)**

**LEMBAR PERBAIKAN SEMINAR**

**PROPOSAL PENELITIAN**

**JUDUL : GAMBARAN GANGGUAN TIDUR PADA MAHASISWA  
PENGUNA *GAME ONLINE* DI STIKES KARSA HUSADA  
GARUT**

**NAMA : ALFINA LIANI SURYADI**

**NIM : KHGC19048**

Menyatakan bahwa mahasiswa di atas telah melaksanakan perbaikan seminar usulan  
penelitian

Garut, Mei 2023

**Menyetujui,**

**Pembimbing Utama**

**Pembimbing Pendamping**



**(Dr. H. Asep Ahmad Hidayat, M.Ag)**



**(Tantri Puspita, S.Kep.,Ners.,M.N.S)**

**Penguji I**



**(Elang M Athoilah, M.Kes)**

**Penguji II**



**(Hasbi Taobah R, S.Kep.,Ns.,M.Pd)**

## **ABSTRAK**

### **GAMBARAN GANGGUAN TIDUR PADA MAHASISWA PENGGUNA GAME ONLINE DI STIKES KARSA HUSADA GARUT.**

Alfina Liani Suryadi

Program Studi S1 Keperawatan

STIKes Karsa Husada Garut

*Game online* merupakan salah satu situs yang menyediakan jenis permainan yang digunakan oleh seluruh pengguna internet dan dapat terhubung di tempat maupun waktu yang berbeda melalui jaringan komunikasi *online*. Sehingga membuat para remaja menjadi kecanduan dan sulit mengontrol waktunya dalam bermain yang dapat menyebabkan gangguan saat tidur atau kesulitan untuk memulai tidur, seperti mengalami insomnia, parasomnia, dan gangguan tidur lainnya. Tujuan penelitian ini, untuk mendeskripsikan gambaran gangguan tidur pada mahasiswa pengguna *game online* di STIKes Karsa Husada Garut. Metode penelitian ini menggunakan deskriptif kuantitatif dengan 1 variabel. Pengumpulan data dilakukan dengan kuesioner. Teknik penentuan sampel yang digunakan adalah proporsi sampling yaitu sebanyak 152 sampel. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa STIKes Karsa Husada Garut. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa mengalami insomnia sebanyak 115 orang (75,7%), mahasiswa mengalami parasomnia sebanyak 91 orang (59,9%), dan mahasiswa mengalami gangguan tidur narkolepsi sebanyak 100 orang (65,8%). Kesimpulan dari hasil penelitian ini seluruh mahasiswa mengalami gangguan tidur karena bermain *game online* yang berlebihan yaitu mengalami insomnia kesulitan memulai tidur, mengalami parasomnia yaitu gangguan saat tidur, dan mengalami narkolepsi (gangguan disiang hari seperti tertidur pada aktivitas lain). Saran bagi mahasiswa diharapkan agar lebih dapat mengatur waktunya atau membagi waktu dalam bermain game.

**Kata kunci** : *Game online*, Gangguan tidur

## **ABSTRACT**

### **DESCRIPTION OF SLEEP DISORDERS IN STUDENTS USING ONLINE GAMES AT STIKES KARSA HUSADA GARUT.**

Alfina Liani Suryadi

S1 Nursing Study Program

STIKes Karsa Husada Garut

*Online games are one of the sites that provide types of games that are used by all internet users and can be connected in different places and times through online communication networks. Thus making teenagers become addicted and difficult to control their time in play which can cause disturbances during sleep or difficulty starting sleep, such as experiencing insomnia, parasomnia, and other sleep disorders. The purpose of this study is to describe the picture of sleep disorders in students using online games at STIKes Karsa Husada Garut. This research method uses quantitative descriptive with 1 variable. This research method uses quantitative descriptive with 1 variable. Data collection was carried out by questionnaire. The sampling technique used is the proportion of sampling, which is 152 samples. The population in this study was students of STIKes Karsa Husada Garut. The results showed that students experienced insomnia as many as 115 people (75.7%), students experienced parasomnia as many as 91 people (59.9%), and students experienced narcolepsy sleep disorders as many as 100 people (65.8%). The conclusion of the results of this study was that all students experienced sleep disorders due to excessive online game play, namely insomnia, difficulty starting sleep, experiencing parasomnia, which is a disturbance during sleep, and experiencing narcolepsy (disturbances during the day such as falling asleep in other activities). Suggestions for students are expected to be more able to manage their time or divide time in playing games.*

*Keywords : Online games, Sleep disorders*

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, sholawat serta salam tetap terlimpah curahkan kepada Nabi Muhammad SAW, karena atas karunia dan rahmat-Nya penulis masih diberikan kesehatan sehingga dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Gambaran Gangguan Tidur pada Mahasiswa Pengguna *Game Online* di STIKes Karsa Husada Garut”** dengan sebaik-sebaiknya.

Penulis mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini terutama kepada :

1. Bapak Dr. H. Hadiat, MA, selaku Ketua Pembina Yayasan Dharma Husada Insani Garut.
2. Bapak H. Suryadi, SE.,M.Si Ketua umum pengurus yayasan Dharma Husada Insani Garut.
3. Bapak H. Engkus Kusnaedi, S.Kep., M.MKes., selaku ketua STIKes Karsa Husada Garut.
4. Ibu Iin Patimah, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Ketua Prodi S1 Keperawatan STIKes Karsa Husada Garut.
5. Bapak Dr. H. Asep Ahmad Hidayat, M.Ag sebagai pembimbing utama yang telah meluangkan waktunya untuk membimbing penelitian dengan penuh kesabaran dan memberikan motivasi, serta arahan bagi penulis.

6. Ibu Tantri Puspita, S.Kep,Ns,MNS sebagai pembimbing kedua yang telah meluangkan waktunya untuk membimbing penelitian dengan penuh kesabaran dan memberikan motivasi, serta arahan bagi penulis.
7. Bapak Elang M Athoilah,M.Kes selaku penguji 1 yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan juga arahan serta saran-saran dan motivasi.
8. Bapak Hasbi Taobah R, S.Kep.,Ns.,M.Pd, selaku penguji 2 yang memberikan arahan, serta masukan sistematis penulis dalam penyusunan skripsi ini..
9. Seluruh staf dosen dan karyawan STIKes Karsa Husada Garut.
10. Almarhum ayah yang telah memberikan support nya dan doanya sehingga penulis dapat menyelesaikan nya tepat waktu.
11. Ibuku tercinta yang sudah memberikan dukungan dan doanya serta semangat sehingga penulis dapat menyelesaikan nya tepat waktu.
12. Anakku tercinta yang menjadikan lebih semangat lagi.
13. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu-persatu yang telah membantu dan memberikan dorongan kepada peneliti baik langsung maupun tidak langsung sehingga peneliti dapat menyelesaikan proposal penelitian ini.

Penyusun menyadari bahwa skripsi penelitian ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun demi kesempurnaan skripsi l penelitian ini sangat diharapkan.

Garut, Juli 2023

## DAFTAR ISI

|                                                              |             |
|--------------------------------------------------------------|-------------|
| <b>LEMBAR PERSETUJUAN SIDANG PENELITIAN.....</b>             | <b>i</b>    |
| <b>LEMBAR PERSETUJUAAN SIDANG AKHIR PENELITIAN.....</b>      | <b>ii</b>   |
| <b>LEMBAR PERBAIKAN SEMINAR PROPOSAL .....</b>               | <b>iii</b>  |
| <b>ABSTRAK .....</b>                                         | <b>iv</b>   |
| <b>ABSTRACT .....</b>                                        | <b>v</b>    |
| <b>KATA PENGANTAR.....</b>                                   | <b>vii</b>  |
| <b>DAFTAR ISI.....</b>                                       | <b>viii</b> |
| <b>DAFTAR TABEL .....</b>                                    | <b>x</b>    |
| <b>DAFTAR BAGAN.....</b>                                     | <b>xi</b>   |
| <b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>                                | <b>1</b>    |
| 1.1 Latar Belakang Masalah.....                              | 1           |
| 1.2 Rumusan Masalah .....                                    | 6           |
| 1.3 Tujuan Penelitian .....                                  | 7           |
| 1.3.1 Tujuan Umum .....                                      | 7           |
| 1.3.2 Tujuan Khusus .....                                    | 7           |
| 1.4 Manfaat Penelitian .....                                 | 7           |
| 1.4.1 Manfaat secara praktis.....                            | 7           |
| <b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>                          | <b>9</b>    |
| 2.1 Kajian Pustaka.....                                      | 9           |
| 2.1.1 Konsep Dasar Gangguan Tidur .....                      | 9           |
| 2.1.1.1 Definisi Tidur .....                                 | 9           |
| 2.1.1.2 Fisiologi Tidur.....                                 | 10          |
| 2.1.1.3 Gangguan Tidur .....                                 | 10          |
| 2.1.1.4 Dampak Gangguan Tidur.....                           | 12          |
| 2.1.1.5 Alat Ukur Gangguan Tidur .....                       | 13          |
| 2.1.1.6 Faktor-faktor Yang mempengaruhi Gangguan Tidur ..... | 13          |
| 2.1.1.7 Penyebab Gangguan Tidur .....                        | 15          |
| 2.1.1.8 Kuesioner Gangguan Tidur .....                       | 17          |
| 2.1.2 <i>Game Online</i> .....                               | 19          |
| 2.1.2.1 Pengertian <i>Game Online</i> .....                  | 19          |
| 2.1.2.2 Sejarah <i>Game Online</i> .....                     | 20          |
| 2.1.2.3 Jenis-jenis <i>Game Online</i> .....                 | 21          |
| 2.1.2.4 Dampak <i>Game Online</i> .....                      | 24          |
| 2.2 Kerangka Pemikiran.....                                  | 26          |
| <b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>                       | <b>27</b>   |
| 3.1 Rancangan Penelitian .....                               | 27          |
| 3.2 Variabel Penelitian .....                                | 27          |

|                                                              |           |
|--------------------------------------------------------------|-----------|
| 3.3 Definisi Operasional.....                                | 28        |
| 3.4 Populasi dan Sampel Penelitian .....                     | 28        |
| 3.4.1 Populasi .....                                         | 28        |
| 3.4.2 Sampel.....                                            | 29        |
| 3.5 Teknik Pengumpulan Data .....                            | 31        |
| 3.5.1 Karakteristik Responden .....                          | 31        |
| 3.5.2 Kuesioner Gangguan Tidur .....                         | 31        |
| 3.5.3 Teknik Pengumpulan Data .....                          | 32        |
| 3.6 Uji Validitas dan Reabilitas .....                       | 32        |
| 3.6.1 Validitas .....                                        | 32        |
| 3.6.2 Reabilitas .....                                       | 33        |
| 3.7. Pengolahan dan Analisa Data .....                       | 34        |
| 3.7.1. Pengolahan Data .....                                 | 34        |
| 3.7.2. Analisa Data .....                                    | 36        |
| 3.7.2.1. Analisa Univariat .....                             | 36        |
| 3.8. Langkah-Langkah Penelitian .....                        | 36        |
| 3.9. Tempat dan Waktu Penelitian .....                       | 37        |
| 3.9.1 Waktu Penellitian .....                                | 37        |
| 3.9.2 Tempat Penelitian.....                                 | 37        |
| <b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>           | <b>38</b> |
| 4.1. Hasil Penelitian .....                                  | 38        |
| 4.1.1 Karakteristik Responden .....                          | 38        |
| 4.2 . Analisis Univariat.....                                | 39        |
| 4.2.1. Gangguan Tidur pada pengguna <i>game online</i> ..... | 39        |
| 4.3. Pembahasan .....                                        | 41        |
| <b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>                      | <b>44</b> |
| 5.1. Kesimpulan .....                                        | 44        |
| 5.2. Saran .....                                             | 45        |
| <b>DAFTAR PUSTAKA</b>                                        |           |
| <b>LAMPIRAN</b>                                              |           |

## DAFTAR TABEL

|                                                                                                                                             |    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Tabel 3.1 Definisi Operasional Gambaran Gangguan Tidur<br>pada Mahasiswa Pengguna <i>Game Online</i> di STIKes<br>Karsa Husada Garut .....  | 28 |
| Tabel 4.1 Distribusi frekuensi dan presentase Karakteristik<br>Responden .....                                                              | 38 |
| Tabel 4.2 Distribusi frekuensi Identifikasi Insomnia Pada<br>Mahasiswa Pengguna Game Online Di STIKes Karsa<br>Husada Garut (n:152) .....   | 39 |
| Tabel 4.2 Distribusi frekuensi Identifikasi Parasomnia Pada<br>Mahasiswa Pengguna Game Online Di STIKes Karsa<br>Husada Garut (n=152) ..... | 40 |
| Tabel 4.2 Distribusi frekuensi Identifikasi Narkolepsi Pada<br>Mahasiswa Pengguna Game Online Di STIKes Karsa<br>Husada Garut (n=152) ..... | 40 |

## **DAFTAR BAGAN**

|                                                                                                                              |    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Gambar 2.2. Kerangka pemikiran Gambaran Gangguan Tidur pada Mahasiswa Pengguna Game Online di STIKes Karsa Husada Garut..... | 26 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1. Latar Belakang**

Gangguan tidur secara umum merupakan suatu keadaan di mana individu mengalami atau mempunyai resiko perubahan dalam jumlah dan kualitas pola istirahat yang menyebabkan ketidaknyamanan atau mengganggu gaya hidup yang diinginkan ( Carpenito, 2002).

Kualitas tidur adalah proporsi ketika istirahat menjadi lebih mudah untuk mulai tertidur dan dapat melakukan istirahat tidur, kualitas istirahat tidur dapat digambarkan dari lama istirahat, dan setiap keluhan yang yang dirasakan selama tidur. Kualitas istirahat tidur yang baik akan memberikan kesegaran dan kesehatan tubuh saat sudah terbangun, bagaimanapun juga istirahat tidur yang tidak cukup dan kualitas yang rendah dapat menimbulkan berbagai masalah keseimbangan fisiologis yang mempengaruhi kesehatan. Waktu istirahat tidur yang cukup adalah sekitar 7 jam per hari, jika istirahat tidur cukup, anda dapat melakukan aktivitas dengan baik (Woran et al., 2021).

Kualitas tidur itu sendiri dapat dilihat dari beberapa aspek, yaitu latensi tidur, durasi tidur, kualitas tidur subjektif, efisiensi tidur sehari-hari, gangguan tidur, penggunaan obat tidur, dan disfungsi disiang hari (Dhamayanti, Faisal, Maghfirah, 2019). Tidur tidak hanya sekedar beristirahat dan menutup mata di malam hari. Durasi tidur artinya lamanya tidur berlangsung. Kemudian, kontinuitas adalah tidur yang terus menerus berlangsung tanpa terbangun dan

terkena gangguan hingga bangun di pagi hari. Kedalaman tidur yaitu berkaitan dengan tidur yang nyenyak dimana saat terbangun badan tidak terasa lelah namun terasa lebih segar. Rata-rata jam tidur yang ideal bagi individu yang dewasa ialah selama 7-9 jam/malam, dimana hal ini bervariasi pada setiap individu.

Sebuah pernyataan bahwa kualitas tidur yang buruk dan kurang tidur banyak terjadi pada remaja. Bagi remaja yang memanfaatkan waktu secara baik antara waktu belajar, bermain, dan tidur mempunyai hubungan yang sangat berkaitan. Remaja yang mampu menyeimbangkan atau membagi waktu Antara belajar, bermain, dan bersosialisasi maka remaja tersebut dapat mempunyai waktu tidur yang cukup sehingga waktu tidur mereka berkualitas. Tetapi tidak semua remaja mempunyai koping untuk mengatur waktu antara bermain game atau beraktivitas yang positif lainnya dengan baik sehingga menyebabkan waktu tidur menjadi berkurang. Yang di sebabkan oleh bermain *game* online (Saifuddin, 2012).

*Game online* adalah gabungan dari dua kata yaitu game artinya permainan dan *online* artinya *daring* ( dalam jaringan internet) yang berasal dari bahasa Inggris. Ketika dua kata tersebut digabungkan akan menjadi permainan yang menggunakan jaringan internet, memiliki makna baru namun tidak jauh dari pengertian dasar dua kata tersebut (Darwis et al., 2020).

Permasalahan yang terkait dengan penggunaan *game online* telah mendapat banyak perhatian dari masyarakat luas. Sejak kemunculannya *game online* menjadi sangat populer dan mudah untuk diakses. *Game online* dapat dimainkan diberbagai *platform*, seperti komputer pribadi (PC), *konsol game* (alat khusus

untuk bermain game) dan *smartphone* (Kiraly, Nagygyorgy, Griffiths, & Demetrovics, 2014).

*World Health Organization* (2018) mendefinisikan lupanya waktu dengan bermain game online sebagai gangguan mental yang dimasukkan ke dalam *International Classification of diseases* (ICD-11). Hal ini ditandai dengan gangguan kontrol atas *game* dengan meningkatnya prioritas yang diberikan pada *game* lebih dari kegiatan lain. Perilaku tersebut terus dilanjutkan walaupun memberikan dampak negatif pada dirinya sendiri.

Sebuah studi menunjukkan bahwa kecanduan *game online* lebih sering terjadi pada remaja (Brand, Todhunter, & Jervis, 2017). Bermain *game online* yang dialami remaja akan sangat banyak menghabiskan waktunya. Remaja menghabiskan waktu saat bermain *game* lebih dari 2 jam/hari, atau lebih dari 14 jam/minggu (Rudhiati, Apriany, & Hardianti, 2015) bahkan 55 jam dalam seminggu (Van Rooij, Schoenmakers, Vermulst, van den Eijnden, & van de Mheen, 2011) atau rata-rata 20-25 jam dalam seminggu (Chou, Condon, & Belland, 2005).

Pernyataan tersebut didukung oleh penelitian yang dilakukan Yee pada tahun 2006 menyatakan bahwa gender merupakan faktor dari kecanduan game online yaitu laki-laki lebih mudah kecanduan game online dibandingkan dengan perempuan. Sehingga menyebabkan para pelajar seperti mahasiswa yang suka bermain *game online* memiliki gangguan tidur atau kurangnya waktu untuk beristirahat.

Kekurangan tidur merupakan hasil dari periode terbangun yang semakin panjang atau menurunnya waktu tidur setiap harinya. Kekurangan tidur terjadi apabila individu tidak berhasil tidur dengan cukup. Jumlah jam tidur yang diperlukan seseorang bervariasi, tetapi umumnya kebanyakan orang dewasa tidur sekitar 7 sampai 8 jam setiap malam agar merasa segar dan nyaman. Remaja rata-rata memerlukan tidur selama 9 jam setiap malam dan 9 jam lebih untuk anak-anak tergantung usianya masing-masing. Berbagai hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh yang kurang menguntungkan dari kurang tidur terhadap kemampuan kognitif manusia. Salah satunya adalah penelitian yang dilakukan oleh David Dinges dari *University of Pennsylvania School of Medicine in Philadelphia*. Hasilnya menunjukkan bahwa menjadi terganggunya proses belajar bukan hanya karena kurang tidur tetapi terjaga dalam waktu yang terlalu lama dapat mengikis proses biologis pada otak yang penting dalam proses mengingat dalam belajar.

Dampak utama dari kekurangan tidur adalah rasa kantuk yang berat. Orang yang mengalami kekurangan tidur akan tertidur ketika terduduk dalam suatu ruangan dalam kelas. Tingkat keparahan rasa kantuk ini dapat menimbulkan resiko yang berbahaya. Dampak yang lain dari kekurangan tidur dapat terlihat pada berbagai aspek psikologis seperti terhadap *mood*. Gangguan dalam *mood* ditunjukkan dalam bentuk lekas marah (*Irritability*), kurang motivasi, cemas, dan simptom depresi. Dampak dari kurang tidur bisa juga mengakibatkan menurunnya fungsi kognitif dan gangguan pada respon reflex.

Efek terburuk dari tidur yang buruk bukanlah bagaimana kita merasakannya di malam hari akan tetapi bagaimana hal itu mempengaruhi kita di siang hari, baik secara fisik maupun emosional. Menurut hasil *survey* sebuah studi tidur di Inggris didapatkan bahwa orang yang kurang tidur cenderung lebih besar menderita gangguan konsentrasi, 2 kali menderita kelelahan, gangguan *mood*, produktivitas dan lain-lain (*The Sleep survey Great British, 2012*) .

Di temukan pada saat dilakukan wawancara di basement STIKes Karsa Husada Garut dengan jumlah 10 mahasiswa yang menggunakan *game online* pada prodi S1 Keperawatan. Pada saat wawancara didapatkan hasil bahwa, *game online* yang sering dimainkan oleh kebanyakan mahasiswa PUBG (*Player unknown' s Battleground*) dan ML (*mobile legend*, ada juga yang memainkan *game online* FF (*Free Fire*), *Genshin Impact*. Berdasarkan durasi bermain *game* 8 dari 10 orang mengatakan setiap hari memainkan *game online* sampai larut malam bahkan sampai tidak tidur hanya untuk bermain *game*, dan 2 diantaranya memainkan *game* 2 kali dalam seminggu ketika hari *weekend*. Paling sebentar memainkan *game* yaitu 3 jam dan bahkan bisa seharian karena menurut mereka ada sensasi tersendiri saat kalah jadi membuat mereka terus memainkan *game online* sampai mereka menang dan itu membuat mereka merasa kecanduan untuk terus memainkan *game*. Sebagian mahasiswa juga mengatakan alasan bermain *game online* ada yang karena “penghibur diri dikala bosan dan ingin naik rank legend” ada juga yang karena “merasa menantang kalo kalah jadi main terus sampai menang”. Beberapa mahasiswa mengatakan mempunyai durasi tidur kurang dari 3 jam dan itu terjadi hampir setiap hari. 8 mahasiswa mengatakan sering mengantuk

dan tidak berkonsentrasi ketika perkuliahan berlangsung karena waktu tidur mereka yang singkat akibat keasikan bermain *game* menjadikan kesulitan juga untuk memulai tidur. Beberapa mahasiswa kebanyakan memainkan *game online* di kosan atau di rumah pada malam hari. Selain itu dari segi fisik juga tampak kusam, mata merah, dan bagian bawah kelopak mata hitam. Kebanyakan mahasiswa yang selalu menggunakan *game online* adalah gender laki-laki.

Ada dampak dari kurang tidur karena bermain *game* pada 8 mahasiswa STIKes Karsa Husada Garut seperti, kesulitan mengikuti mata perkuliahan karena rasa kantuk atau menjadi pengaruh kepada *mood* yang selalu gelisah, ingin cepat pulang juga, ada juga yang menjadi mudah marah atau gampang tersinggung. Ada 2 mahasiswa diantaranya yang dapat mengikuti perkuliahan karena dapat menyesuaikan waktu bermain *game* ketika weekend saja.

Berdasarkan uraian di atas peneliti tertarik melakukan penelitian di STIKes Karsa Husada Garut. Peneliti sudah melakukan studi pendahuluan pada bulan januari 2023 di STIKes Karsa Husada Garut pada prodi S1 Keperawatan.

## **1.2. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti tertarik untuk mengetahui gambaran gangguan tidur pada mahasiswa pengguna *game online* di STIKes Karsa Husada Garut.

### **1.3. Tujuan Penelitian**

#### **1.3.1 Tujuan Umum**

Tujuan penelitian yang dilakukan ini untuk mendeskripsikan gambaran gangguan tidur pada mahasiswa pengguna *game online* di STIKes Karsa Husada Garut

#### **1.3.2 Tujuan Khusus**

- a. Mengidentifikasi gambaran karakteristik responden pada pengguna *game online* mahasiswa STIKes Karsa Husada.
- b. Mengidentifikasi gambaran gangguan tidur berdasarkan frekuensi, lama, dan waktu tidur pada mahasiswa pengguna *game online* mahasiswa STIKes Karsa Husada Garut.

### **1.4. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber informasi awal untuk penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan gangguan tidur pada mahasiswa pengguna *game online*.

#### **1.4.1. Secara praktis**

- a. Bagi mahasiswa pengguna *game online*

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi wawasan dan menambah informasi mengenai gambaran gangguan tidur pada mahasiswa pengguna *game online* sehingga mahasiswa dapat membagi waktu istirahat tidur.

c. Bagi peneliti

Penelitian ini menjadi pengalaman bagi peneliti serta dapat mengetahui gangguan tidur pada mahasiswa pengguna *game online* sebagai dampak kecanduan bermain *game online*.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1. Kajian pustaka**

##### **2.1.1. Konsep Dasar Gangguan Tidur**

###### **2.1.1.1. Definisi Tidur**

Tidur adalah suatu keadaan relatif tanpa sadar yang penuh ketenangan tanpa kegiatan yang merupakan urutan siklus yang berulang-ulang dan masing-masing menyatakan fase kegiatan otak dan badaniah yang berbeda (Tarwoto & Wartonah, 2011).

Tidur merupakan kebutuhan dasar setiap orang. Pada kondisi istirahat dan tidur, tubuh melakukan proses pemulihan untuk mengembalikan stamina tubuh hingga berada dalam kondisi yang optimal (Trilaksono Pranoto, 2010). Perubahan pola tidur umumnya disebabkan oleh tuntutan aktivitas sehari-hari yang berakibat pada berkurangnya kebutuhan untuk tidur, sehingga sering mengantuk yang berlebihan disiang harinya ( Rafknawledge, 2011).

Putra (2011) mengatakan bahwa tidur dikarakteristikkan oleh penurunan kesadaran dan respon terhadap stimulasi internal maupun eksternal, tetapi seringkali kejadian yang mengagetkan dapat membangunkan individu dari tidur. Namun demikian, tidur bukanlah proses pasif, tetapi sebuah keadaan dimana aktivitas otak diistirahatkan. Berdasarkan beberapa pengertian tidur disimpulkan yakni suatu proses yang menjadi kebutuhan dasar manusia yang memiliki siklus

tertentu diikuti dengan terjadinya penurunan kesadaran dan kemampuan tubuh untuk merespon stimulus yang tidak begitu penting.

#### **2.1.1.2. Fisiologi Tidur**

Fisiologi tidur adalah pengaturan kegiatan tidur, dimana adanya hubungan mekanisme serebral yang secara bergantian mengaktifkan dan menekan pusat otak agar dapat tidur dan bangun. Salah satu aktivitas tidur ini biasanya diatur oleh sistem pengaktivasi retikularis yang merupakan sistem untuk mengatur seluruh tingkatan kegiatan susunan saraf pusat, dimana termasuk pengaturan kewaspadaan dan tidur. Pusat pengaturan aktivitas kewaspadaan dan tidur terletak dalam mesensefalon dan bagian atas pons. Selain itu, ada pula reticular activating system (RAS) yang dapat memberikan rangsangan visual, pendengaran, nyeri, dan perabaan juga dapat menerima stimulasi dari korteks serebri termasuk rangsangan emosi dan proses pikir. Dalam keadaan sadar, neuron dalam RAS akan melepaskan katekolamin seperti norepineprin. Demikian juga pada saat tidur, mungkin disebabkan dengan adanya pelepasan serum serotonin dari sel khusus yang berada di pons dan batang otak tengah, yaitu bulbar synchronizing regional (BSR), sedangkan pada saat bangun tergantung dari keseimbangan impuls yang diterima dipusat otak dan sistem limbik. Dengan demikian, sistem yang ada pada batang otak yang mengatur siklus atau perubahan dalam tidur adalah RAS dan BSR (Hidayat, 2012).

#### **2.1.1.3. Gangguan Tidur**

Gangguan tidur merupakan suatu kumpulan kondisi yang dicirikan dengan adanya gangguan dalam jumlah, kualitas, atau waktu tidur pada seorang individu.

Kuantitas tidur inadkuat adalah durasi tidur yang inadkuat berdasarkan kebutuhan tidur sesuai usia akibat kesulitan memulai (awitan tidur yang terlambat) atau mempertahankan tidur (periode panjang terjaga di malam hari). Kualitas tidur inadkuat adalah fragmentasi dan terputusnya tidur akibat periode singkat terjaga di malam hari yang sering dan berulang.

Kualitas tidur disini adalah proporsi ketika istirahat menjadi lebih mudah untuk mulai tertidur dan dapat melakukan istirahat tidur, kualitas istirahat tidur dapat digambarkan dari lama istirahat, dan setiap keluhan yang dirasakan selama tidur. Kualitas istirahat tidur yang baik akan memberikan kesegaran dan kesehatan tubuh saat sudah terbangun, bagaimanapun juga istirahat tidur yang tidak cukup dan kualitas yang rendah dapat menimbulkan berbagai masalah keseimbangan fisiologis yang mempengaruhi kesehatan. Waktu istirahat tidur yang cukup adalah sekitar 7 jam per hari, jika istirahat tidur cukup, anda dapat melakukan aktivitas dengan baik (Woran et al., 2021).

Kualitas tidur merupakan ukuran dimana seseorang itu dapat kemudahan dalam memulai tidur dan untuk mempertahankan tidur, kualitas tidur seseorang dapat digambarkan dengan lama waktu tidur, dan keluhan-keluhan yang dirasakan saat tidur ataupun sehabis bangun tidur (Suastika, Jaya, and IGN 2020).

Kurang tidur yang berkepanjangan dapat mengganggu kesehatan fisik dan psikis. Dari segi fisik, kurang tidur akan menyebabkan muka pucat, mata sembab, badan lemas, dan daya tahan tubuh menurun sehingga mudah terserang penyakit. Sedangkan dari segi psikis, kurang tidur akan menyebabkan timbulnya perubahan

suasana kejiwaan, sehingga penderita akan menjadi lesu, lambat menghadapi rangsangan, dan sulit berkonsentrasi (Kozier, 2010).

Kualitas tidur adalah ukuran dimana seseorang itu dapat kemudahan dalam memulai tidur untuk mempertahankan tidur, dan berupa keluhan-keluhan yang dirasakan saat tidur ataupun setelah bangun tidur. Kebutuhan tidur yang cukup ditentukan selain oleh faktor jumlah jam tidur, juga bisa disebabkan oleh faktor kedalaman tidur. Beberapa faktor yang mempengaruhi kualitas tidur yaitu, faktor psikologis, fisiologis, lingkungan, dan gaya hidup. Adapun faktor fisiologis akan berdampak dengan adanya penurunan aktivitas sehari-hari, terasa lemah, lelah, daya tahan tubuh akan menurun, sedangkan dari faktor psikologis akan berdampak depresi, merasa cemas, dan sulit untuk berkonsentrasi (Potter & Perry, 2010).

#### **2.1.1.4. Dampak Gangguan Tidur**

Tidur berhubungan dengan kualitas dan kuantitas morbiditas dan mortalitas. Menurut data epidemiologi tidur yang kurang dari 6 jam atau tidur yang lebih dari 9 jam perhari erat hubungannya dengan peningkatan mortalitas. Adapun contoh-contoh yang dapat meningkatkan mortalitas tersebut seperti penyakit jantung dan kanker.

Dampak gangguan tidur pada aspek *mood*, meliputi iritabilitas, *mood* yang berubah-ubah, dan kendali emosi yang buruk. Dampak pada fungsi kognitif, meliputi atensi dan konsentrasi yang berkurang, waktu reaksi yang melambat, kewaspadaan yang berkurang, penurunan fungsi eksekutif (pengambilan

keputusan, penyelesaian masalah), gangguan pembelajaran, dan prestasi belajar yang buruk.

#### **2.1.1.5. Alat ukur Gangguan Tidur**

Alat ukur gangguan tidur menggunakan *Sleep Disturbances Scale for Children (SDSC)*. SDSC banyak digunakan untuk mengukur gangguan tidur. SDSC merupakan suatu kuesioner yang di susun dalam rangka standarisasi penilaian terhadap gangguan tidur pada anak maupun remaja melalui sistem scoring tidur yang mudah digunakan, menciptakan basis data dari populasi besar untuk mendapatkan standar nilai normal, mengidentifikasi anak dengan gangguan tidur spesifik (Bruni O, 1996).

Kuesioner SDSC memiliki enam faktor gangguan tidur, yaitu gangguan memulai dan mempertahankan tidur, gangguan kesadaran, gangguan transisi tidur-bangun, gangguan pernafasan, gangguan somnolen berlebihan, dan gangguan hiperhidrosis (Bruni O, 1996).

#### **2.1.1.6. Faktor-faktor Yang mempengaruhi Gangguan Tidur**

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi tidur, diantaranya adalah :

##### **1. Penyakit.**

Setiap penyakit yang menyebabkan nyeri, ketidaknyamanan fisik seperti kesulitan bernafas, serta kecemasan atau depresi dapat menyebabkan masalah tidur. Penyakit juga menyebabkan seseorang untuk tidur dalam posisi tidak biasa (Warahmatillah, 2012).

## 2. Gaya Hidup

Gaya hidup merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kualitas tidur pada remaja, di era sosial media dan permainan elektronik, banyak remaja yang menyabotase kesempatan mereka untuk beristirahat cukup pada malam hari dengan asyik bermain sosial media dan bermain game online sampai dini hari. Kegiatan-kegiatan tersebut membuat pikiran mereka tetap segar sampai di atas jam sebelas dan menghalangi otak mereka sehingga menyebabkan penundaan tidur lebih lanjut sampai berjam-jam setelah mereka mematikan perangkat elektronik. ( Atkins, 2017).

## 3. Lingkungan

Faktor lingkungan memiliki dampak yang mempermudah tidur bahkan dapat mempersulit tidur. Ventilasi yang buruk dan lingkungan yang tidak nyaman dapat mempengaruhi tidur seseorang. Lingkungan yang bising dan gaduh akan menghambat individu untuk beristirahat dan tidur. (Mubarak, 2010).

## 4. Kelelahan

Setiap orang mempunyai kondisi tubuh yang berbeda-beda. Kondisi tubuh yang lelah akibat aktivitas fisik maupun aktivitas yang lain dapat mempengaruhi kualitas tidur seseorang. Semakin seseorang merasakan lelah dan letih maka akan semakin pendek siklus REM yang dilaluinya. Setelah beristirahat biasanya siklus REM akan kembali memanjang (Mubarak, 2010).

## 5. Medikasi

Obat-obatan tertentu dapat mempengaruhi kualitas tidur seseorang. Misalnya obat jenis amfetamin akan menurunkan tidur REM. Hipotik dapat mengganggu tahap II dan IV tidur NREM sedangkan obat-obatan jenis narkotik dapat menekan tidur REM dan menyebabkan sering terjaga pada malam hari. (Mubarak, 2010).

## 6. Stress Emosional

Ansietas dan depresi sering kali mengganggu tidur seseorang. Sebab seseorang yang berada pada kondisi ansietas kadar norepinefrin darah akan meningkat melalui stimulasi sistem saraf simpatis. Kondisi ini akan menyebabkan siklus tidur NREM tahap IV dan tidur REM akan berkurang dan akan sering terjaga (Mubarak, 2010).

### 2.1.1.7. Penyebab Gangguan Tidur

Beberapa penyebab gangguan tidur menurut Prasadja (2009) pada seseorang, diantaranya adalah :

#### 1. Insomnia

Insomnia merupakan suatu keadaan yang menyebabkan individu tidak mampu mendapatkan tidur yang adekuat baik secara kualitas maupun kuantitas, sehingga individu tersebut hanya tidur sebentar atau susah tidur. Insomnia terbagi menjadi tiga jenis, yaitu insial insomnia, intermiten insomnia, dan terminal insomnia. Insial insomnia merupakan ketidakmampuan individu untuk jatuh tidur atau mengawali tidur. Intermiten insomnia merupakan ketidakmampuan tetap tidur karena selalu

terbangun pada malam hari. Sedangkan terminal insomnia merupakan ketidakmampuan untuk tidur kembali setelah bangun tidur pada malam hari. Proses gangguan tidur ini kemungkinan besar disebabkan adanya rasa khawatir dan tekanan jiwa.

## 2. Hipersomnia

Hipersomnia merupakan gangguan tidur dengan kriteria tidur yang berlebihan. Pada umumnya, lebih dari 9 jam pada malam hari, yang disebabkan oleh kemungkinan adanya masalah psikologis, gangguan saraf pusat, dan gangguan metabolisme

## 3. Parasomnia

Parasomnia merupakan kumpulan beberapa penyakit yang dapat mengganggu pola tidur. Misalnya Somnambulisme (berjalan-jalan dalam tidur) yang banyak terjadi pada anak-anak, yaitu pada tahap III dan IV dari tidur NREM. Somnambulisme ini juga dapat menyebabkan diare.

## 4. Enuresis

Enuresis merupakan buang air kecil yang tidak disengaja waktu tidur atau disebut juga dengan istilah mengompol. Enuresis ada 2 macam, yaitu enuresis nocturnal dan enuresis diurnal. Enuresis nocturnal merupakan mengompol pada waktu tidur. Umumnya, enuresis nocturnal terjadi sebagai gangguan tidur NREM. Sedangkan enuresis diurnal merupakan mengompol pada saat bangun tidur.

#### 5. Apnea dan mendengkur

Pada umumnya, mendengkur tidak termasuk gangguan dalam tidur, tetapi yang mendengkur yang disertai dengan keadaan apnea dapat menjadi masalah. Mendengkur disebabkan oleh adanya rintangan dalam pengaliran udara di hidung dan mulut pada waktu tidur.

#### 6. Narkolepsi

Narkolepsi merupakan keadaan tidur yang tidak dapat dikendalikan, seperti saat seseorang tidur dalam keadaan berdiri, mengemudi kendaraan, atau ditengah suatu pembicaraan. Hal ini merupakan suatu gangguan neurologis.

#### 7. Mengigau

Mengigau merupakan suatu gangguan tidur bila terjadi terlalu sering dan diluar kebiasaan menyebabkan kualitas dan kebutuhan tidur berkurang sehingga dapat mengganggu fungsi organ dalam tubuh (perbaikan sel) dan dapat mudah menyebabkan masalah psikologis. Hasil pengamatan dapat menunjukkan hampir semua orang pernah mengigau dan terjadi sebelum tidur REM.

### 2.1.1.8. Kuesioner Gangguan Tidur

#### a. Definisi

SDSC adalah instrumen klinis yang digunakan untuk mengukur gangguan tidur. SDSC terdiri dari 22 pertanyaan, dimana berhubungan dengan gangguan tidur, termasuk insomnia, parasomnia, narkolepsi, dan estimasi durasi tidur, latensi tidur, juga frekuensi tidur.

SDSC merupakan suatu kuesioner yang di susun dalam rangka standarisasi penilaian terhadap gangguan tidur pada anak maupun remaja melalui sistem scoring tidur yang mudah digunakan, menciptakan basis data dari populasi besar untuk mendapatkan standar nilai normal, mengidentifikasi anak dengan gangguan tidur spesifik (Bruni O, 1996).

Kuesioner SDSC memiliki enam faktor gangguan tidur, yaitu gangguan memulai dan mempertahankan tidur, gangguan kesadaran, gangguan transisi tidur-bangun, gangguan pernafasan, gangguan somnolen berlebihan, dan gangguan hiperhidrosis (Bruni O, 1996).

#### **b. Cara Pengukuran Insomnia**

SDSC mengkaji 7 dimensi pada gangguan tidur, yaitu kualitas tidur subjektif, latensi tidur, lama tidur, gangguan tidur, lama tidur malam, dan gangguan aktifitas pada siang hari. Pengukuran pada tiap dimensi tersebar dalam beberapa pertanyaan dan penilaian yang sesuai dengan standar baku (Nova, 2012), seperti berikut:

1. Gangguan tidur insomnia (pertanyaan no 1,2,3,4,5,6,7,8)
  - 4 = Selalu
  - 3 = Sering
  - 2 = Kadang-kadang
  - 1 = Tidak pernah
2. Gangguan tidur parasomnia (pertanyaan no 9,10,11,12,13,14)
  - 4 = Selalu
  - 3 = Sering

2 = Kadang-kadang

1 = Tidak pernah

3. Gangguan tidur narkolepsi ( pertanyaan no 15,16,17,18,19,20)

4 = Selalu

3 = Sering

2 = Kadang-kadang

1 = Tidak pernah

Skor akhir : Jumlahkan semua skor mulai dari komponen 1 sampai 3.

### **2.1.2. Game Online**

#### **2.1.2.1. Pengertian Game Online**

*Game online* adalah gabungan dari dua kata yaitu *game* artinya permainan dan *online* artinya *daring* ( dalam jaringan internet) yang berasal dari bahasa Inggris. Ketika dua kata tersebut digabungkan akan menjadi permainan yang menggunakan jaringan internet, memiliki makna baru namun tidak jauh dari pengertian dasar dua kata tersebut (Darwis et al., 2020).

*Game online* menurut Kim dkk (dalam Azis, 2011: 13) yang dikutip oleh Kustiawan & Utomo (2019: 5) adalah *game* atau permainan dimana banyak orang yang dapat bermain pada waktu yang sama dengan melalui jaringan komunikasi *online*.

*Game online* didefinisikan sebagai *game* komputer yang dimainkan oleh multi pemain melalui internet. Biasanya disediakan sebagai tambahan layanan perusahaan penyedia jasa *online* atau dapat diakses langsung dari perusahaan yang mengkhususkan menyediakan *game*. Dalam memainkan *game online* terdapat dua

perangkat penting yang harus di miliki yaitu seperangkat komputer dengan spesifikasi yang memadai dan koneksi dengan internet ( Kustiawan & Utomo, 2019: 6).

*Game online* adalah permainan video yang dimainkan selama beberapa bentuk jaringan komputer, menggunakan komputer pribadi atau *konsol video game*. Jaringan ini biasanya internet atau teknologi setara, tetapi *game* selalu digunakan apapun teknologi yang saat ini (Surbakti, 2017:30).

Tetapi *Game Online* juga membawa dampak yang besar. Pelajar yang sering memainkan situs *Game Online* akan menyebabkan menjadi ketagihan. Pelajar yang sering bermain *Game Online* akan mengalami ketergantungan pada aktivitas *game*, dan mengurangi waktu belajar. Hal inilah yang dapat berpengaruh pada hasil belajar. Hanya saja para pelajar sudah terbiasa dengan *Game Online* yang dimainkannya, dan memiliki ketagihan tersendiri.

#### **2.1.2.2. Sejarah Game Online**

Sejarah *Game Online* dimulai sejak tahun 1969. Awalnya permainan ini dikembangkan dengan tujuan pendidikan. Namun, kemudian pada awal tahun 1970, sebuah sistem dengan kemampuan *time-sharing* yang disebut Plato, diciptakan untuk memudahkan siswa belajar secara *online*, dimana beberapa pengguna dapat mengakses komputer secara bersamaan menurut waktu yang diperlukan. Dua tahun kemudian, muncul Plato IV dengan kemampuan grafik baru, yang digunakan untuk menciptakan permainan untuk banyak pemain.

Baru pada tahun 1995, *Game Online* benar-benar mengalami perkembangan , apalagi setelah pembatasan NSFNET (*National Science*

*Foundation Network*) dihapuskan sehingga akses ke domain lengkap dari internet. Kesuksesan moneter menghampiri perusahaan-perusahaan yang meluncurkan permainan ini, sehingga persaingan mulai tumbuh dan menjadikan *Game Online* semakin berkembang hingga hari ini.

*Game Online* adalah jenis permainan komputer yang memanfaatkan jaringan komputer. Jaringan yang biasanya digunakan adalah jaringan internet dan sejenisnya seperti modem dan koneksi kabel. Biasanya *games online* disediakan sebagai tambahan layanan dari perusahaan penyedia jasa *online* atau dapat diakses langsung melalui sistem yang disediakan dari perusahaan yang menyediakan permainan tersebut.

Sebuah *games online* bisa dimainkan secara bersamaan dengan menggunakan komputer yang terhubung kedalam sebuah jaringan tertentu. *Game online* biasanya diikat dengan semacam peraturan yang disebut *End User License Agreement* (EULA). Konsekuensi yang didapat apabila melanggar perjanjian tersebut bervariasi, sesuai dengan kontrak, mulai dari peringatan hingga penghentian.

#### **2.1.2.3. Jenis-jenis *Game Online***

*Game online* merupakan salah satu jenis permainan komputer yang memanfaatkan media jaringan komputer baik berupa LAN atau internet. Biasanya game online disediakan sebagai tambahan layanan dari perusahaan penyedia jasa online, atau dapat diakses langsung melalui sistem yang disediakan dari perusahaan yang menyediakan permainan tersebut.

*Game online* terbagi dua jenis yaitu *web based game* dan *text based game*. *Web based game* adalah aplikasi yang diletakkan pada *server* diinternet dimana pemain hanya perlu menggunakan akses internet dan *browser* untuk mengakses *games* tersebut. Jadi tidak perlu *install* atau *patch* untuk memainkan sebagian *gamenya* (Kustiawan & Utomo, 2019: 9-10).

Untuk lebih jelasnya berikut ini adalah jenis-jenis *game online* berdasarkan jenis permainan :

1. *Massively Multiplayer Online First-person shooter games* (MMOFPS).

*Game online* jenis ini mengambil sudut pandang orang pertama sehingga seolah-olah pemain berada dalam permainan tersebut dalam sudut pandang tokoh karakter yang dimainkan, dimana setiap tokoh memiliki kemampuan yang berbeda dalam tingkat akurasi, refleks, dan lainnya. Permainan ini dapat melibatkan banyak orang dan biasanya permainan ini mengambil setting peperangan dengan senjata-senjata militer. Contoh *Strike*, *Call of Duty*, *Point Blank*, *Quake*, *Blood*, *Unreal*.

2. *Massively Multiplayer Online Real-time strategy games* (MMORTS).

*Game* jenis ini menekankan kepada kehebatan strategi pemainnya. Permainan ini memiliki ciri khas dimana pemain harus mengatur strategi permainan. Dalam RTS, tema permainan bisa berupa sejarah (misalnya seri *Age of Empires*), fantasi (misalnya *Warcraft*), dan fiksi ilmiah (misalnya *Star Wars*).

3. *Massively Multiplayer Online Role-playing games* (MMORPG).

*Game* jenis ini biasanya memainkan peran tokoh-tokoh khayalan dan berkolaborasi untuk merajut sebuah cerita bersama. RPG biasanya lebih

mengarah ke kolaborasi sosial daripada kompetisi. Pada umumnya dalam RPG, para pemain tergabung dalam satu kelompok. Contoh dari genre permainan ini *Ragnarok Online*, *The Lord of the Rings Online: Shadows of Angmar*, *Final Fantasy*, *Dota*.

#### 4. *Cross-platform online play.*

Jenis ini dapat dimainkan secara *online* dengan perangkat yang berbeda. Saat ini mesin permainan konsol (*console games*) mulai berkembang menjadi seperti komputer yang dilengkapi dengan jaringan sumber terbuka (*open source networks*), seperti *Dreamcast*, *Playstation 2*, dan *Xbox* yang memiliki fungsi *online*, misalnya *Need for Speed Underground*, yang dapat dimainkan secara *online* dari PC maupun Xbox 360.

#### 5. *Massively Multiplayer Online Browser Game.*

*Game* jenis ini dimainkan pada *browser* seperti *Mozilla Firefox*, *Opera*, atau *Internet Explorer*. *Game* sederhana dengan pemain tunggal dapat dimainkan dengan *browser* melalui HTML dan teknologi *scripting* HTML (JavaScript, ASP, PHP, MySQL). Perkembangan teknologi grafik berbasis web seperti *Flash* dan Java menghasilkan permainan yang dikenal dengan “*Flash games*” atau “*Java games*” yang menjadi sangat populer. Permainan sederhana seperti *Pac-Man* bahkan dibuat ulang menggunakan pengaya (plugin) pada sebuah halaman web. *Browser games* yang baru menggunakan teknologi web seperti Ajax yang memungkinkan adanya interaksi *multiplayer*.

## 6. *Simulation games*

*Game* jenis ini bertujuan untuk memberi pengalaman melalui simulasi. Ada beberapa jenis permainan simulasi, di antaranya *life-simulation games*, *construction and management simulation games*, dan *vehicle simulation*. Pada *life-simulation games*, pemain bertanggung jawab atas sebuah tokoh atau karakter dan memenuhi kebutuhan tokoh selayaknya kehidupan nyata, namun dalam ranah virtual. Karakter memiliki kebutuhan dan kehidupan layaknya manusia, seperti kegiatan bekerja, bersosialisasi, makan, belanja, dan sebagainya. Biasanya, karakter ini hidup dalam sebuah dunia virtual yang dipenuhi oleh karakter- karakter yang dimainkan pemain lainnya. Contoh, permainannya adalah *Second Life*.

### 2.1.2.4. Dampak *Game Online*

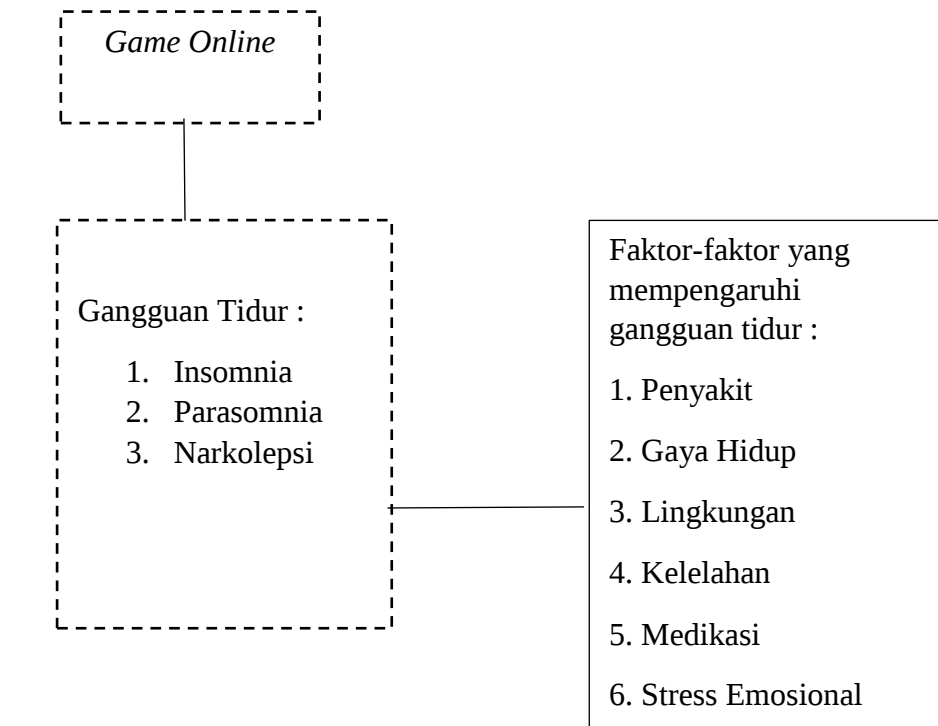
Dampak *Game online* dapat memberikan dampak positif dan negatif. Efek positif dari kebiasaan bermain *game online* antara lain peningkatan keterampilan, pengambilan keputusan, pemecahan masalah, peningkatan kreativitas, kecepatan berfikir, dan menjaga interaksi sosial. Bermain *game online* akan berdampak negatif, yang dapat menimbulkan kecanduan, pemborosan, serta mengganggu kesehatan dan efek psikologis seperti perilaku agresif, mudah tersinggung (Hidayat dalam Nirmala & Kartasmita, 2013).

Adapun beberapa dampak negatif dari permainan *game online* antara lain (Masya & Candra , 2016) :

1. Kurang tertariknya dalam belajar dan sering menggunakan waktu luangnya untuk bermain *game online*

2. Akan meluangkan waktu dari rencana studi untuk bermain *game online*
3. Waktu yang seharusnya digunakan untuk belajar dan membantu orang tua akan terbuang percuma karena selalu digunakan untuk bermain *game online*
4. Kebiasaan makan yang tidak teratur
5. Pengguna nya yang emosional akan merasa kesal jika kalah bermain *game online*

## 2.2. Kerangka Pemikiran



Keterangan :

= Tidak Diteliti

= Diteliti

**Gambar 2.2. Kerangka pemikiran Gambaran Gangguan Tidur pada Mahasiswa Pengguna *Game Online* di STIKes Karsa Husada Garut.**

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **3.1 Rancangan Penelitian**

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif. Deskriptif kuantitatif merupakan data yang diperoleh dari sampel populasi penelitian. Penelitian deskriptif dalam penelitian ini dimaksudkan untuk mendapatkan gambaran gangguan tidur pada mahasiswa pengguna *game online* mahasiswa di STIKes Karsa Husada Garut.

#### **3.2 Variabel Penelitian**

Variabel adalah sesuatu yang digunakan sebagai ciri, sifat, atau ukuran yang dimiliki atau didapatkan oleh satuan penelitian tentang suatu konsep penelitian tertentu (Notoatmojo, 2010). Penelitian ini menggunakan variabel tunggal yaitu gangguan tidur pada mahasiswa pengguna *game online* di STIKes Karsa Husada Garut.

### 3.3 Definisi Operasional

**Tabel 3.1**  
**Definisi Operasional**

| No | Variabel                                                                                        | Sub variabel | Definisi Operasional                                                                                                                               | Alat ukur | Cara ukur                                                                 | Skala   |
|----|-------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|---------------------------------------------------------------------------|---------|
| 1  | Gambaran gangguan tidur pada mahasiswa pengguna <i>game online</i> di STIKes Karsa Husada Garut | Insomnia     | Merupakan suatu keadaan dimana seseorang mengalami kesulitan tidur. Terutama tidur di malam hari dan merasa tidak cukup atau kualitas tidur buruk. | Kuesioner | Responden diminta mengisi kuesioner untuk semua pertanyaan pada kuesioner | Ordinal |
|    |                                                                                                 | Parasomnia   | Merupakan suatu gangguan tidur yang menyebabkan perubahan perilaku yang abnormal selama seseorang tertidur.                                        |           |                                                                           |         |
|    |                                                                                                 | Narkolepsi   | Gangguan tidur yang ditandai rasa ngantuk di siang hari dan tidak bisa mengontrol siklus tidurnya.                                                 |           |                                                                           |         |

### 3.4 Populasi dan Sampel Penelitian

#### 3.4.1 Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi terdiri atas obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu. Ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan (Sugiyono, 2012).

Populasi diambil dari jumlah mahasiswa 1000 lebih yang ada di STIKes Karsa Husada Garut dengan dibagikan kuesioner yang berbentuk google form didapatkan hasil 239 mahasiswa yang suka bermain *game online*.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh prodi mahasiswa STIKes Karsa Husada Garut yang bermain *game online*. Jumlah populasi dalam penelitian ini adalah 239 mahasiswa.

### 3.4.2 Sampel

Sampel adalah penentuan dalam kriteria sampel yang dapat membantu untuk mengurangi bias suatu hasil penelitian (Nursalam, 2017).

#### a. Kriteria Inklusi

Merupakan karakteristik umum pada objek penelitian dari populasi yang menjadi target yang akan diteliti (Nursalam, 2017). Kriteria dalam inklusi yaitu sebagai berikut :

1. Mahasiswa yang bersedia menjadi responden
2. Mahasiswa yang memiliki waktu tidur kurang dari 5 jam.
3. Mahasiswa yang mengalami gangguan tidur pada siang hari.

#### b. Kriteria Eksklusi

1. Mahasiswa yang tidak bersedia menjadi responden
2. Mahasiswa yang memiliki waktu tidur yang cukup
3. Mahasiswa yang tidak memainkan *game online*

Teknik sampling yang digunakan adalah proporsi sampling, dengan menggunakan rumus Slovin (2008) :

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

Keterangan :

$n$  = Jumlah sampel

$N$  = Jumlah populasi

$e$  = Batas kesalahan maksimal yang ditolerir dalam sampel alias tingkat

signifikansi adalah 0,05 (5%).

$$n = \frac{239}{1 + (239 \cdot 0,05^2)}$$

$$n = \frac{239}{1 + (239 \cdot 0,0025)}$$

$$n = \frac{239}{1 + 0,5975}$$

$$n = \frac{239}{1,5975}$$

$$n = 149.6087$$

$$n = 150$$

Apabila dibulatkan maka besar sampel minimal 200 populasi pada margin of error' 5% adalah sebesar 150.

Berdasarkan rumus diatas, maka dapat ditarik sampel atas populasi dalam penelitian ini dengan nilai kritis yang diinginkan sebagai berikut :

$$S1 \text{ Kep} = \frac{50}{239} \times 150 = 31,38 = 32$$

$$D3 \text{ Kep} = \frac{65}{239} \times 150 = 40,79 = 41$$

$$D3 \text{ Analis} = \frac{45}{239} \times 150 = 28,24 = 29$$

$$D3 \text{ Farmasi} = \frac{49}{239} \times 150 = 30,75 = 31$$

$$D3 \text{ Keb} = \frac{11}{239} \times 150 = 6,90 = 7$$

$$\text{Prof.Nrs} = \frac{19}{239} \times 150 = 11,92 = 12$$

Di hitung dari jumlah masing-masing prodi yang memainkan *game online* dijumlahkan dengan jumlah populasi lalu dikalikan hasil yang sudah dihitung menggunakan Teknik sampling proporsi dengan menggunakan rumus slovin.

Berdasarkan perhitungan tersebut, maka jumlah sampel akhir yang dibutuhkan dalam penelitian ini adalah 152 responden.

### 3.5 Teknik Pengumpulan Data

#### 3.5.1 Karakteristik Responden

Untuk karakteristik responden ini meliputi data demografi yang meliputi, jenis kelamin, umur responden, tingkat responden, prodi responden, lama bermain *game online* dan waktu tidur di malam hari.

#### 3.5.2 Kuesioner Gangguan Tidur *Sleep Disturbances Scale for Children (SDSC)*

Kuesioner gangguan tidur menggunakan *Sleep Disturbances Scale for Children (SDSC)*. SDSC merupakan instrumen yang telah terbukti efektif dan digunakan untuk mengukur gangguan tidur. SDSC mengkaji 7 dimensi dalam kualitas tidur yaitu kualitas subjektif, sleep latensi, durasi tidur, gangguan tidur, efisiensi kebiasaan tidur, dan disfungsi tidur pada siang hari. Nilai tiap komponen kemudian dijumlahkan menjadi skor global antara 0-21. Skor global >5 dianggap memiliki gangguan tidur yang signifikan.

#### 3.5.3 Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data diambil dari data primer dan sekunder. Cara pengumpulan data adalah sebagai berikut :

1. Peneliti membuat surat ijin untuk melakukan penelitian di STIKes Karsa Husada Garut
2. Peneliti melakukan koordinasi dengan mahasiswa tiap prodi yang menggunakan *game online* di STIKes Karsa Husada Garut
3. Peneliti meminta kesediaan mahasiswa pengguna *game online* untuk menjadi responden dengan menggunakan *informed consent*
4. Peneliti menjelaskan terkait tujuan, manfaat, serta hak dalam mengisi kuesioner sebelum menyebar kuesioner
5. Peneliti melakukan penelitian dengan memberikan kuesioner kepada responden untuk mengisi kuesioner yang telah diberikan
6. Setelah kuesioner dikembalikan kepada peneliti, peneliti melakukan pengecekan kelengkapan kuesioner
7. Setelah data terkumpul, peneliti melanjutkan ke tahap berikutnya yaitu pengolahan data dan analisa data.

### **3.6 Uji Validitas dan Reabilitas**

#### **3.6.1 Validitas**

Validitas merupakan suatu indeks yang menunjukkan alat ukur itu benar-benar mengukur apa yang diukur (Sumantri, 2013). Validitas instrument berkaitan dengan sejauh mana ia mengukur dengan tepat tanpa yang dimaksudkan untuk diukur. Suatu ukuran dianggap valid jika dapat menunjukan data variabel yang

tidak menyimpang dari keadaan yang sebenarnya (Yusup, 2018). Uji validitas akan dilaksanakan di Bandung STIKes Dharma Husada.

Rumus yang akan digunakan dalam uji validitas yaitu Teknik korelasi product moment dengan rumus sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{n\sum xy - (\sum x) \cdot (\sum y)}{(n\sum x^2 - (\sum x)^2) \cdot (n\sum y^2 - (\sum y)^2)}$$

Keterangan :

$r$  = koefisien butir validitas yang dianalisis.

$n$  = banyaknya responden.

$x$  = skor responden untuk item pertanyaan.

$y$  = skor total responden keseluruhan item.

Untuk uji validitas kuesioner insomnia terdapat 8 pertanyaan yang valid atau lebih dari 0,456 yaitu nomor 1,2,3,4,5,6,7,8. Untuk uji validitas kuesioner parasomnia terdapat 6 pertanyaan yang valid atau lebih dari 0,456 yaitu nomor 9,10,11,12,13,14. Sedangkan untuk uji validitas kuesioner narkolepsi terdapat 6 pertanyaan yang valid atau lebih dari 0,456 yaitu nomor 15,16,17,18,19,20. Kuesioner yang valid tersebut yang peneliti gunakan dalam penelitian.

### 3.6.2 Reabilitas

Sedangkan reliabilitas ialah indeks yang menunjukkan sejauh mana suatu alat pengukur dapat dipercaya atau dapat diandalkan (Sumantri, 2013). Suatu kuesioner dikatakan reliabel atau handal jika jawaban seseorang terhadap

pertanyaan konsisten dari waktu ke waktu. Tinggi rendahnya reabilitas dinyatakan oleh suatu nilai yang disebut koefisien reabilitas, berkisaran antara 0-1. Koefisien reliabilitas dilambangkan  $r_x$  dengan  $x$  adalah index kasus yang dicari uji reliabilitas menggunakan rumus *Alpha Cronbach's*.

$$r_x = \left( \frac{n}{n-1} \right) \left( 1 - \frac{\sum \alpha_t^2}{\alpha_t^2} \right)$$

Keterangan :

$r_x$  = reabilitas yang dicari

$n$  = jumlah item pertanyaan

$\sum \alpha_t^2$  = jumlah varians skor tiap item

$\alpha_t^2$  = varians total

Berdasarkan uji reabilitas yang dilakukan peneliti, dari hasil kuesioner didapatkan hasil  $r$  table 0,964 kurang dari 0,456. Sehingga dapat disimpulkan bahwa kuesioner yang di gunakan adalah reliable atau layak.

### 3.7 Pengolahan dan Analisa Data

#### 3.7.1 Pengolahan Data

##### 1. *Editing*

*Editing* dilakukan untuk memudahkan peneliti dalam pengolahan data selanjutnya. Peneliti melakukan pemeriksaan data yang dikirim oleh responden melalui google form atau kuesioner sebanyak 97 responden telah mengisi kuesioner secara lengkap.

##### 2. *Coding*

*Coding* merupakan pemberian kode-kode pada jawaban responden. Tujuan pemberian kode ini adalah untuk mempermudah dalam memasukkan data dan menganalisis data. Pemberian kode dapat diberikan sebelum atau sesudah pengumpulan data dengan pemberian kode 1 untuk gambaran kualitas tidur pada pengguna *game online* mahasiswa di STIKes Karsa Husada Garut.

### 3. *Skoring*

*Skoring* yaitu memberikan pada masing-masing item sesuai dengan jawaban yang diberikan responden. *Skoring* menggunakan skala yang ditetapkan dalam alat ukur PSQI yaitu : kualitas tidur baik  $<5$ , kualitas tidur buruk  $>5$ .

### 4. *Entry*

*Entry* data adalah memasukkan jawaban-jawaban responden yang sudah diberi kode kedalam program komputer untuk diolah lebih lanjut. Data yang telah masuk kedalam program komputer kemudian dikategorikan kedalam sub-variabel . Peneliti memasukkan *coding* data kedalam program komputer SPSS.

### 5. *Tabulating*

*Tabulating* adalah usaha untuk menyajikan bentuk data, terutama pengolahan data yang akan menjurus ke analisa kuantitatif. Pengolahan data menggunakan 2 model tabel yaitu tabel distribusi frekuensi yang terdiri dari karakteristik responden dan kualitas tidur, dengan menggunakan tabulasi silang terdiri dari kualitas tidur berdasarkan

frekuensi bermain *game online* dan kualitas tidur berdasarkan waktu bermain *game online*.

## 6. *Cleaning*

*Cleaning* adalah proses membersihkan data yang telah dimiliki untuk memastikan tidak ada kesalahan data sebelum dilakukan proses analisa data. Peneliti memeriksa dan memastikan kembali seluruh proses mulai dari *coding*, *entry* data dan *tabulating* sehingga meminimalkan kesalahan sebelum dilakukan analisa data.

### 3.7.2 Analisa Data

Tujuan analisis data untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik masing-masing variabel yang diteliti, sehingga kumpulan data tersebut berubah menjadi informasi yang berguna. Penelitian ini menggunakan analisis univariat. Analisis dilakukan terhadap hasil penelitian, yaitu untuk mengetahui gangguan tidur pada mahasiswa pengguna *game online*.

#### 3.7.2.1 Analisa Univariat

Analisis univariat yaitu gambaran dari suatu variabel penelitian (Sugiyono, 2010). Untuk mengetahui gambaran secara statistik deskriptif mengenai hasil ukur dilihat dari mean dan standar deviasi. Pengolahan data gangguan tidur pada pengguna *game online* dengan cara melihat hasil kuesioner jawaban responden.

## 3.8 Langkah-langkah Penelitian

1. Memilih penelitian dengan meminta izin terlebih dahulu kepada instansi yang akan dilakukan penelitian
2. Peneliti menemui calon responden yang sebelumnya sudah berjanjian terlebih dahulu, dan melakukan pendekatan serta memberikan penjelasan kepada calon responden mengenai hak-hak responden. Calon responden bersedia mengisi kuesioner berupa google form yang dikirimkan melalui WhatsApp.
3. Peneliti memberi penjelasan mengenai cara pengisian kuesioner pada responden untuk bertanya bila ada informasi yang kurang jelas
4. Semua responden mengisi kuesioner dan hasilnya langsung masuk ke peneliti kemudian dilakukan pengolahan data dan penyusunan laporan akhir penelitian.

### **3.9 Tempat dan Waktu Penelitian**

#### **3.9.1 Waktu Penelitian**

Penelitian akan dilakukan pada bulan Mei 2023.

#### **3.9.2 Tempat Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan di kampus STIKes Karsa Husada Garut.

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **4.1. Hasil Penelitian**

Hasil penelitian tentang gambaran gangguan tidur pada mahasiswa pengguna *game online* di STIKes Karsa Husada Garut. Jumlah sampel 152 mahasiswa yang terdiri dari 6 program studi S1 keperawatan, D3 keperawatan, D3 kebidanan, D3 analis kesehatan, D3 farmasi dan profesi Ners. Data yang didapat yaitu data primer. Pada bab ini akan dijelaskan hasil penelitian dan pembahasannya.

##### **4.1.1. Karakteristik Responden**

Sampel dalam penelitian ini 152 mahasiswa yang terdiri dari 6 program studi S1 keperawatan, D3 keperawatan, D3 kebidanan, D3 analis kesehatan, D3 farmasi dan profesi Ners. Gambaran kriteria sampel yang diambil meliputi jenis kelamin, usia, tingkat/ semester, prodi, lama bermain game dan waktu tidur di malam hari. Adapun hasil analisis dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

**Tabel 4.1 Distribusi frekuensi dan presentase Karakteristik Responden**

| <b>(n: 152)</b> |                           |           |                |
|-----------------|---------------------------|-----------|----------------|
| No              | Karakteristik responden   | Frekuensi | Persentase (%) |
| 1.              | Jenis kelamin             |           |                |
|                 | - Laki-laki               | 138       | 90,8           |
|                 | - Perempuan               | 14        | 9,2            |
| 2.              | Usia                      |           |                |
|                 | - Remaja akhir            | 140       | 92,1           |
|                 | - Dewasa awal             | 12        | 7,9            |
| 3.              | Tingkat/semester          |           |                |
|                 | - Tingkat 1 sem 2         | 31        | 20,4           |
|                 | - Tingkat 2 sem 4         | 51        | 33,6           |
|                 | - Tingkat 3 sem 6         | 38        | 25,6           |
|                 | - Tingkat 4 sem 8         | 20        | 13,2           |
|                 | - Profesi ners            | 12        | 7,9            |
| 4.              | Prodi                     |           |                |
|                 | - S1 keperawatan          | 32        | 21,1           |
|                 | - D3 keperawatan          | 41        | 27,0           |
|                 | - D3 kebidanan            | 7         | 4,6            |
|                 | - D3 analis               | 29        | 19,1           |
|                 | - D3 farmasi              | 31        | 20,4           |
|                 | - Profesi ners            | 12        | 7,9            |
| 5.              | Lama bermain game         |           |                |
|                 | - Tidak pernah            | 2         | 1,3            |
|                 | - Kadang kadang           | 36        | 23,7           |
|                 | - Sering                  | 114       | 75,0           |
|                 | - Selalu                  |           |                |
| 6.              | Waktu tidur di malam hari |           |                |
|                 | - < 5 jam                 | 52        | 34,2           |
|                 | - 5-7 jam                 | 66        | 43,4           |
|                 | - 7-8 jam                 | 30        | 19,7           |
|                 | - 8-9 jam                 | 4         | 2,6            |
|                 | - 9-10 jam                |           |                |

Berdasarkan tabel 4.1 diketahui distribusi jenis kelamin hampir seluruh responden berjenis kelamin laki-laki (90,8%), pada klasifikasi usia hampir seluruh responden pada rentan remaja akhir (92,1%). Untuk tingkat/sem sebagian kecil responden di tingkat 2 sem 4 (33,6%). Pada jenjang program studi sebagian kecil responden jenjang D3 keperawatan (27,0%). Untuk lama bermain game sebagian

besar responden sering bermain *game* (75,0%) sedangkan untuk durasi tidur sebagian kecil responden tidur 6-7 jam (43,4%).

## 4.2. Analisis Univariat

### 4.2.1 Gangguan Tidur Pada Mahasiswa Pengguna Game Online

**Tabel 4.2 Distribusi frekuensi Identifikasi Insomnia Pada Mahasiswa Pengguna Game Online Di STIKes Karsa Husada Garut (n:152)**

| Identifikasi insomnia | Frekuensi | Presentase (%) |
|-----------------------|-----------|----------------|
| insomnia              | 115       | 75,7           |
| Tidak insomnia        | 37        | 24,3           |
| Total                 | 152       | 100            |

Berdasarkan hasil pengolahan data yang dilakukan peneliti, didapatkan hasil identifikasi insomnia pada mahasiswa pengguna game online di STIKes Karsa Husada Garut menunjukkan hampir sebagian responden (75,7%) atau 115 orang tidak mengalami insomnia.

### 4.2.2 Gangguan Tidur Pada Mahasiswa Pengguna Game Online

**Tabel 4.2 Distribusi frekuensi Identifikasi Parasomnia Pada Mahasiswa Pengguna Game Online Di STIKes Karsa Husada Garut (n=152)**

| Identifikasi parasomnia | Frekuensi | Presentase (%) |
|-------------------------|-----------|----------------|
| Parasomnia              | 91        | 59,9           |
| Tidak parasomnia        | 61        | 40,1           |
| Total                   | 152       | 100            |

Berdasarkan hasil pengolahan data yang dilakukan peneliti, didapatkan hasil identifikasi parasomnia pada mahasiswa pengguna game online di STIKes Karsa Husada Garut menunjukkan sebagian besar responden (59,9 %) atau 91 orang tidak mengalami parasomnia.

### 4.2.3 Gangguan Tidur Pada Mahasiswa Pengguna Game Online

**Tabel 4.2 Distribusi frekuensi Identifikasi Narkolepsi Pada Mahasiswa Pengguna Game Online Di STIKes Karsa Husada Garut (n=152)**

| Identifikasi narkolepsi | Frekuensi | Presentase (%) |
|-------------------------|-----------|----------------|
| Narkolepsi              | 100       | 65,8           |
| Tidak narkolepsi        | 52        | 34,2           |
| Total                   | 152       | 100            |

Berdasarkan hasil pengolahan data yang dilakukan peneliti, didapatkan hasil identifikasi narkolepsi pada mahasiswa pengguna game online di STIKes Karsa Husada Garut menunjukan hampir sebagian responden (65,8 %) atau 100 orang mengalami narkolepsi.

#### **4.3 Pembahasan**

Hasil penelitian berdasarkan usia dari 152 responden didapatkan hasil remaja akhir sebanyak 140 orang (92,1%) dan paling sedikit dewasa awal sebanyak 12 orang (7,9%).

Hasil pada penelitian ini didapatkan *gamer* yang paling banyak pada masa remaja akhir, karena pada kelompok usia remaja pada umumnya lebih tertarik bermain *game online* dan ketika rasa tertarik tersebut berkembang, remaja akan menghabiskan waktu yang banyak untuk bermain, hal ini menjadikan seseorang menjadi rentan untuk bermain *game online* (Manuputty et al., 2019).

Kondisi kerentanan remaja disebabkan oleh peralihan dari fase anak-anak menuju dewasa, remaja menunjukkan tingkah laku tertentu seperti susah diatur dan belum bisa mengendalikan emosi. Remaja adalah sebagai masa

perkembangan tradisi antara anak dan masa dewasa yang mencakup perubahan biologis, dan kognitif (Kirana, Febriana, 2020).

Jenis kelamin dari 152 responden di dominasi oleh jenis kelamin laki-laki yaitu sebanyak 138 orang (90,8%) sedangkan jenis kelamin perempuan hanya 14 orang (9,2%).

Laki-laki sering sekali bermain *game online* dan sering melupakan waktu karena dalam *game* terdapat level dan tingkatan yang beragam, semakin tinggi level permainan *game online* maka semakin sulit pula menyelesaikan tantangan pada *game* tersebut. Hal ini menjadi daya tarik tersendiri bagi laki-laki yang menyukai tantangan dibandingkan dengan perempuan. Berdasarkan penelitian dan teori dapat disimpulkan bahwa laki-laki lebih suka menyelesaikan kesulitan dalam tantangan yang membuat laki-laki merasa tertantang memainkan dan mendapatkan kemenangan dengan hasil terbaik sehingga dapat merasa puas dalam menyelesaikan tantangan pada *game online* dibandingkan dengan perempuan (Aristina Halawa, 2021).

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan terhadap 152 responden hampir seluruh responden mengalami gangguan tidur seperti insomnia sebanyak 115 orang (75,7%), parasomnia sebanyak 91 orang (59,9%), narkolepsi sebanyak 100 orang (65,8%) yang diakibatkan dengan bermain *game online*.

Hasil tersebut didukung oleh Marlianti (2015), pola tidur remaja lebih banyak mengalami pola tidur terganggu daripada pola tidur tidak terganggu. Ini disebabkan karena terlalu lama bermain *game online* para remaja akan sering melupakan waktu untuk tidur sehingga mengalami gangguan tidur. Remaja yang

memiliki pola tidur yang tidak teratur atau kekurangan tidur akan menimbulkan rasa mengantuk disiang hari, rasa lelah, dan berpengaruh juga kepada suasana hati, ini artinya dapat membuat prestasi belajar menurun.

Perilaku *screen based activity* sebelum tidur baiknya tidak lebih dari 2 jam penggunaan *smartphone* dalam bermain *game online* yang melebihi batas toleransi akan berdampak pada kualitas tidur yang buruk karena seseorang membutuhkan waktu sekitar 10-30 menit untuk *pre-sleep* (Supartini et al., 2021).

Sehingga dapat disimpulkan bahwa dengan bermain *game online* dalam durasi yang lama, terutama pada malam hari adalah faktor yang signifikan dalam menyebabkan gangguan tidur disertai dengan kemungkinan efek samping terhadap kemampuan kognitif (Widiyani et al, 2021).

Hasil pengolahan data yang dilakukan oleh peneliti sendiri terdapat data dari 3 sub variabel menunjukkan bahwa lebih dari setengah responden mengalami insomnia, parasomnia, narkolepsi. Terbukti pada tabel 4.2.1 , 4.2.2 , 4.2.3. , presentase responden yang mengalami insomnia, parasomnia, dan narkolepsi lebih dominan daripada responden yang tidak mengalami insomnia parasomnia, parasomnia, dan narkolepsi. Hal tersebut diperkuat oleh data dari responden yaitu kebanyakan mahasiswa pengguna *game online* menjawab pola tidurnya terganggu karena mahasiswa yang menggunakan *game online* selalu menghabiskan waktu untuk bermain *game* atau tidak dapat mengatur waktunya dalam bermain sehingga hal tersebut memicu psikis responden yang mengakibatkan mengalami gangguan tidur.

#### **4.3.Keterbatasan peneliti.**

Melihat dari hasil penelitian yang telah didapatkan. Peneliti sadar bahwa penelitian yang telah dilakukan kurang begitu optimal, oleh karena itu peneliti merumuskan ada beberapa keterbatasan penelitian ini, diantaranya :

- 1.Terdapat kesulitan dalam mencari sumber instrumen kuesioner karena kebanyakan kuesioner yang di gunakan yaitu kualitas tidur.
- 2.Instrumen kuesioner yang peneliti gunakan untuk meneliti gangguan tidur pada anak.
- 3.Peneliti modifikasi sendiri pertanyaan pada kuesioner yang peneliti gunakan untuk penelitian .
- 4.Penelitian terhadap identifikasi parasomnia pada tabel 4.2.2. yang seharusnya diteliti bukan kepada subjek nya tetapi kepada orang tuanya atau yang tinggal serumah. Dan yang peneliti lihat dari sumber yang didapatkan kebanyakan diteliti pada anak-anak.

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Kesimpulan

Penelitian mengenai Gambaran Gangguan Tidur pada mahasiswa pengguna *Game Online* di STIKes Karsa Husada Garut , penelitian ini dilakukan terhadap 152 responden dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Seluruh responden yang memainkan *game online* berjenis kelamin laki-laki dan perempuan hanya sebagian. Pada klasifikasi usia hampir seluruh responden rentan pada remaja akhir.
2. Seluruh responden mengalami insomnia, dan hampir sebagian responden mengalami parasomnia, dan juga hampir seluruh responden mengalami narkolepsi.
3. Seluruh responden menyatakan sering bermain *game online*. Hampir sebagian responden menyatakan kadang-kadang bermain *game online*. Dan sedikit yang menyatakan tidak pernah bermain *game online*.
4. Hampir seluruh responden menyatakan waktu tidur di malam hari 5-7 jam sebanyak 66 orang, hampir seluruh responden menyatakan waktu tidur di malam hari <5 jam sebanyak 52 orang, hampir sebagian responden menyatakan waktu tidur di malam hari 7-8 jam sebanyak 30 orang, dan sebagian responden menyatakan waktu tidur di malam hari 8-9 jam sebanyak 4 orang.

## **5.2 Saran**

### **5.2.1 Bagi Mahasiswa**

Mahasiswa yang menggunakan *game online* diharapkan lebih dapat mengatur waktu istirahatnya atau dapat membagi waktu dalam bermain, tidur dan kegiatan atau aktivitas lainnya agar tidak mengalami gangguan pola tidur, atau kesulitan memulai tidur.

### **5.2.3 Bagi Peneliti lain**

Peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian yang sama hendaknya mencari suatu variabel tentang faktor-faktor yang bisa mengurangi kejadian gangguan pola tidur pada mahasiswa-mahasiswa yang menggunakan *game online* bertujuan untuk menjaga kualitas tidur pada mahasiswa tersebut.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adams, E., Rollings, A. (2007). *Fundamentals of Game Design*. PrenticeHall [http://www.designersnotebook.com/Books/Fundamentals\\_of\\_Game\\_Design/fundamentals\\_ch21.pdf](http://www.designersnotebook.com/Books/Fundamentals_of_Game_Design/fundamentals_ch21.pdf).
- Adiningtiyas, S.W. (2017). Peran Guru Dalam Mengatasi Kecanduan Game Online. *KOPASTA: Jurnal Program Studi Bimbingan Konseling*, 4(1), 28-40. <https://doi.org/10.33373/kop.v4i1.1121>
- Ariyantini, M. D. (2017). Digital Digital Repository Repository Universitas Universitas Jember Jember Staphylococcus aureus Digital Digital Repository Repository Universitas Universitas Jember Jember. Skripsi.
- Azwar, Saifuddin. (2008). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Andang. 2006. Dampak games online. [http://repositori.uin-alauddin.ac.id/4814/1/dewi%20marlianti\\_opt.pdf](http://repositori.uin-alauddin.ac.id/4814/1/dewi%20marlianti_opt.pdf).
- Atkins, S. (2017). *Langkah Pertama Melalui Insomnia*. Jakarta : Libri. Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Asmadi. (2008). *Konsep Dasar Keperawatan*. Jakarta : EGC.
- Agustina, H. (2009). *Psikologi perkembangan*. Bandung : PT. Refika Aditama.
- Ameliya, R. (2008). Pelatihan asertif untuk mereduksi perilaku adiksi online game pada remaja. Diperoleh tanggal 17 Oktober 2017 dari [http://repository.upi.edu/operator/upload/s\\_ppb\\_044802\\_chapter2.pdf](http://repository.upi.edu/operator/upload/s_ppb_044802_chapter2.pdf).
- Busyee, et al., 2010. *Instrument Pittsburgh Sleep Quality Index (PQSI)*. <http://eprints.uny.ac.id/53626/1>. Diakses 10/02/2023.
- Chandra, A. N. (2006). Gambaran perilaku dan motivasi pemain online games. *Jurnal Pendidikan Penabur* No.07/Th.V/Desember 2006, p. 1-11.
- Dahroni, D., Arisdiani, T., & Widiastuti, Y. P (2019). Hubungan Antara Stress Emosi Dengan Kualitas Tidur Lansia, *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 5(2), 68, <https://doi.org/10.26714/jkj.5.2.2017.68-71>

Dahwilani, D. M. (2020). Survei: 16 . 5 *Persen Masyarakat Habiskan Waktu Main Game Online selama Pandemi.*

Darwis, M., Amri, K.. & Reymond, H. (2020). Dampak Dari Kecanduan Game Online Di Kalangan Remaja Usia. *Ristekdik (Jurnal Bimbingan Dan Konseling)*, 5(2), 228-233. [jurnal.um-tapsel.ac.id/index.php/Ristekdik/article/download/2088/pdf](http://jurnal.um-tapsel.ac.id/index.php/Ristekdik/article/download/2088/pdf).

Guyton. 2006. Buku Ajar Fisiologi Kedokteran. <http://repositori.uin-alauddin.ac.id/4164/1> Diakses 13/02/2023

Freeman, C. B. (2008). Internet gaming addiction. *Journal for Nurse Practitioners*, vol. 4,1, 42-47.

Faozani (2013). Dampak Bermain Game Online Bagi Kesehatan dalam <http://www.jejakbocah.com>. Diakses pada tanggal 16/02/2023.

Game Using a Bright Display On Presleep Physiological Journal of Sleep Research (Vol.14 No.3), Hal. 267-273.

Highuci S, Motohashi Y, Liu Y, Maeda A. (2005). Effects of Playing a Computer Ichikawa, K., T., Fukazawa, S. (2008). The Relationship of Sleep Duration and Mental Health with Electrocardiographic Findings : A Retrospective-Cohort Study in Okinawa, Japan. *Environ Health Prev Med*, dalam <http://www.pubmedcentral.nih.gov/>. Diakses tanggal 22/01/2023.

Kozier, 2010. Kualitas Tidur Pada Remaja. <http://repositori.uin-alauddin.ac.id/4164/1.pdf> Diakses 10/01/2023

Kirana, febriana, A. (2020). Hubungan Kecanduan Game Online dengan Kualitas Tidur Siswa SMAN 1 Sragen. *Doctoral Dissertation, Universitas Kusuma Husada*. [http://perintis.ukh.ac.id./print/901/1/Naskah Publikasi.pdf](http://perintis.ukh.ac.id./print/901/1/Naskah_Publikasi.pdf)

Lee, E. (2011). A case study of game addiction. *Journal of Addiction Nursing*, 22, 208-213.

Laniwati, E. (2001). *Insomnia, Gangguan Sulit Tidur*. Yogyakarta: Kanisius.

Macmillan, 2011, *Definisi game online menurut teori*. Jakarta : Rinneka Cipta. Palupi, Pratiwi Indah, Nanang Wiyono, & Ari Probandari. 2017. "The Intensity of Playing Video Games Relates Positively to Working Memory Capacity: Cross-Sectional Study in Students of Faculty of Medicine at Sebelas Maret University Surakarta". *Nexus Kedokteran Komunitas*, 6(2):

18-32. DOI: <http://jurnal.fk.uns.ac.id/index.php/Nexus-Kedokteran-Komunitas/article/view/1135>

Mais, F.R ., Rompas, S. S. J ., & Gannika, L. (2020). Kecanduan Game Online Dengan Insomnia Pada Remaja. *Jurnal Keperawatan*, 8(2), 18. <https://doi.org/10.35790/jkpv8i2.32318>

Nursalam. (2017). Metodologi penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis Edisi 3. Salemba Medika.

Nusyifa, F, I., Widiati, E., & Herliani, Y. K . (2020). Gangguan Tidur Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Padjajaran Yang Mengalami Kecanduan Game Online. *Jurnal Keperawatan*, VIII(1), 32-41.

Sugiyono. (2004). Metode Penelitian. Bandung : Alfabeta

Sugiyono (2010). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif & RND. Bandung : Alfabeta.

Sugiyono (2014). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif & RND. Bandung : Alfabete.

Yee, 2006. Pengguna games online. <http://elib.stikesmuhgombong.ac.id> Diakses 20/01/2023.

Young, 2007. Bermain games terlalu lama. <http://digilib.unisayogya.ac.id/688/1> Diakses 16/01/2023.

# Lampiran

## LEMBAR KUESIONER

Judul :

Nama :

Hari/Tanggal :

Isilah pertanyaan dibawah ini

### A. Data Umum

Jenis kelamin. :

Umur :

Tingkat/Semester :

Program prodi :

### B. Games Online

#### Pernyataan

S = Selalu

SR = Sering

KK = Kadang-Kadang

TP = Tidak Pernah

| No  | Pertanyaan                                                                     | S | SR | KK | TP |
|-----|--------------------------------------------------------------------------------|---|----|----|----|
| 1.  | Saya bermain <i>game online</i> setiap hari                                    |   |    |    |    |
| 2.  | Saya bermain <i>game online</i> kurang dari 1 jam per hari                     |   |    |    |    |
| 3.  | Saya bermain <i>game online</i> kurang dari 2 jam per hari                     |   |    |    |    |
| 4.  | Saya bermain <i>game online</i> lebih dari 3 jam per hari                      |   |    |    |    |
| 5.  | Saya akan bermain <i>game online</i> setelah pulang sekolah                    |   |    |    |    |
| 6.  | Saya merasa terganggu apabila belum menyelesaikan permainan <i>game online</i> |   |    |    |    |
| 7.  | Saya bermain <i>game online</i> ketika pekerjaan rumah (PR) banyak             |   |    |    |    |
| 8.  | Saya bermain <i>game online</i> karena diajak teman saya                       |   |    |    |    |
| 9.  | Saya merasa tenang jika sudah bermain <i>game online</i>                       |   |    |    |    |
| 10. | Saya mudah marah jika kalah bermain <i>game online</i>                         |   |    |    |    |

### KISI-KISI KUESIONER

| Variabel               | Parameter                                       | Nomor soal | Jumlah |
|------------------------|-------------------------------------------------|------------|--------|
| Kebiasaan Games Online | 1.Dorongan untuk melakukan secara terus menerus | 1,2,3,4    | 4      |
|                        | 2.Penarikan diri                                | 5,6        | 2      |
|                        | 3.Toleransi                                     | 7,8        | 2      |
|                        | 4.Masalah hubungan interpersonal                | 9,10       | 2      |

### C. Gangguan Tidur

| No | Pertanyaan                                                   | 9-11 jam | 8-9 jam  | 7-8 jam  | 5-7 jam  | <5 jam   |
|----|--------------------------------------------------------------|----------|----------|----------|----------|----------|
| 1. | Berapa jam anda tidur pada malam hari                        |          |          |          |          |          |
| No | Pertanyaan                                                   | <15mnt   | 15-20mnt | 30-45mnt | 45-50mnt | 50-60mnt |
| 1. | Butuh berapa lama anda akan tertidur setelah ditempat tidur. |          |          |          |          |          |

| No  | Pertanyaan                                                                                     | S | SR | KK | TP |
|-----|------------------------------------------------------------------------------------------------|---|----|----|----|
| 1.  | Apakah anda malas untuk pergi ke kamar tidur                                                   |   |    |    |    |
| 2.  | Apakah anda merasa kesulitan memulai tidur di malam hari                                       |   |    |    |    |
| 3.  | Apakah anda merasakan gelisah atau takut saat akan tidur                                       |   |    |    |    |
| 4.  | Apakah anda merasakan mengantuk disiang hari                                                   |   |    |    |    |
| 5.  | Apakah anda merasakan lemas ketika bangun tidur                                                |   |    |    |    |
| 6.  | Apakah anda pernah tertidur disaat waktu yang tidak tepat                                      |   |    |    |    |
| 7.  | Apakah anda merasakan sakit kepala disiang hari                                                |   |    |    |    |
| 8.  | Apakah anda pernah terbangun lebih dari 2 kali pada saat tidur di malam hari                   |   |    |    |    |
| 9.  | Apakah anda saat tidur selalu melakukan gerakan berulang seperti menggoyangkan badan atau kaki |   |    |    |    |
| 10. | Apakah anda pernah merasakan sulit bernafas sepanjang malam                                    |   |    |    |    |
| 11. | Apakah anda merasa kesulitan bernafas diwaktu tidur                                            |   |    |    |    |
| 12. | Apakah anda berkeringat berlebihan diwaktu tidur                                               |   |    |    |    |
| 13. | Apakah anda pernah menggertakan gigi saat tidur                                                |   |    |    |    |
| 14. | Apakah anda pernah mengalami mimpi buruk yang tidak dapat diingat keesokan harinya             |   |    |    |    |

|     |                                                                      |  |  |  |  |
|-----|----------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|
| 15. | Apakah anda mengalami kesulitan bangun dipagi hari                   |  |  |  |  |
| 16. | Apakah saat bangun dipagi hari ada perasaan letih atau capek         |  |  |  |  |
| 17. | Apakah anda merasa sulit bergerak ketika bangun dipagi hari          |  |  |  |  |
| 18. | Apakah anda merasa mengantuk berlebihan di siang hari                |  |  |  |  |
| 19. | Apakah anda ketika bangun tidur pernah marah-marah karena hal sepele |  |  |  |  |
| 20. | Apakah anda pernah merasakan kecewa terhadap diri sendiri            |  |  |  |  |

**KISI – KISI KUESIONER**  
**SDSC DAN GANGGUAN TIDUR**

| <b>Variabel</b>                                           | <b>Sub Variabel</b> | <b>Indikator</b>                                                                             | <b>Item</b>             | <b>Score</b> |
|-----------------------------------------------------------|---------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|--------------|
| Gangguan Tidur pada mahasiswa pengguna <i>game online</i> | Insomnia            | 1. Kesulitan untuk tidur                                                                     | 1,2,3,4,6,8             | 8            |
|                                                           |                     | 2. Gangguan kesehatan fisik                                                                  | 5,7                     |              |
|                                                           | Parasomnia          | 1. Gerakan saat tidur<br>2. Gangguan saat tidur                                              | 9,13<br>10,11,12,14     | 6            |
|                                                           | Narkolepsi          | 1. Ngantuk berlebihan disiang hari<br>2. Kehilangan control atas kekuatan otot<br>3. Defresi | 15,18<br>16,17<br>19,20 | 6            |
| Jumlah total                                              |                     |                                                                                              | 20                      | 20           |

## UJI VALIDITAS

### 1. Hasil analisis data uji validitas dan uji reabilitas

#### A. Hasil uji validitas gambaran kualitas tidur pada pengguna game online di STIKes Karsa Husada Garut

| Item-Total Statistics |                                  |                                         |                                        |              |                                           |              |
|-----------------------|----------------------------------|-----------------------------------------|----------------------------------------|--------------|-------------------------------------------|--------------|
|                       | Scale Mean<br>if Item<br>Deleted | Scale<br>Variance if<br>Item<br>Deleted | Corrected<br>Item-Total<br>Correlation | R-tabel      | Cronbach's<br>Alpha if<br>Item<br>Deleted | Keterangan   |
| P1                    | 68,92                            | 351,910                                 | ,743                                   | <b>0,456</b> | ,965                                      | <b>Valid</b> |
| P2                    | 69,48                            | 354,260                                 | ,547                                   | <b>0,456</b> | ,966                                      | <b>Valid</b> |
| P3                    | 69,40                            | 353,000                                 | ,515                                   | <b>0,456</b> | ,966                                      | <b>Valid</b> |
| P4                    | 69,52                            | 338,927                                 | ,799                                   | <b>0,456</b> | ,964                                      | <b>Valid</b> |
| P5                    | 69,12                            | 364,193                                 | ,571                                   | <b>0,456</b> | ,966                                      | <b>Valid</b> |
| P6                    | 69,04                            | 342,957                                 | ,843                                   | <b>0,456</b> | ,964                                      | <b>Valid</b> |
| P7                    | 69,24                            | 345,523                                 | ,758                                   | <b>0,456</b> | ,965                                      | <b>Valid</b> |
| P8                    | 68,84                            | 358,723                                 | ,526                                   | <b>0,456</b> | ,966                                      | <b>Valid</b> |
| P9                    | 69,00                            | 350,417                                 | ,787                                   | <b>0,456</b> | ,964                                      | <b>Valid</b> |
| P10                   | 68,92                            | 354,660                                 | ,758                                   | <b>0,456</b> | ,965                                      | <b>Valid</b> |
| P11                   | 68,88                            | 353,193                                 | ,758                                   | <b>0,456</b> | ,965                                      | <b>Valid</b> |
| P12                   | 69,32                            | 348,727                                 | ,631                                   | <b>0,456</b> | ,966                                      | <b>Valid</b> |
| P13                   | 69,24                            | 348,690                                 | ,737                                   | <b>0,456</b> | ,965                                      | <b>Valid</b> |
| P14                   | 69,04                            | 352,373                                 | ,679                                   | <b>0,456</b> | ,965                                      | <b>Valid</b> |
| P15                   | 69,28                            | 350,127                                 | ,703                                   | <b>0,456</b> | ,965                                      | <b>Valid</b> |
| P16                   | 69,32                            | 347,060                                 | ,807                                   | <b>0,456</b> | ,964                                      | <b>Valid</b> |
| P17                   | 69,68                            | 343,977                                 | ,763                                   | <b>0,456</b> | ,965                                      | <b>Valid</b> |
| P18                   | 69,16                            | 356,057                                 | ,655                                   | <b>0,456</b> | ,965                                      | <b>Valid</b> |
| P19                   | 69,44                            | 349,090                                 | ,792                                   | <b>0,456</b> | ,964                                      | <b>Valid</b> |
| P20                   | 69,44                            | 352,090                                 | ,696                                   | <b>0,456</b> | ,965                                      | <b>Valid</b> |
| P21                   | 69,08                            | 360,910                                 | ,636                                   | <b>0,456</b> | ,965                                      | <b>Valid</b> |
| P22                   | 70,16                            | 354,390                                 | ,715                                   | <b>0,456</b> | ,965                                      | <b>Valid</b> |
| P23                   | 70,00                            | 354,083                                 | ,665                                   | <b>0,456</b> | ,965                                      | <b>Valid</b> |
| P24                   | 69,64                            | 347,657                                 | ,776                                   | <b>0,456</b> | ,964                                      | <b>Valid</b> |
| P25                   | 70,00                            | 356,250                                 | ,689                                   | <b>0,456</b> | ,965                                      | <b>Valid</b> |
| P26                   | 69,44                            | 359,423                                 | ,579                                   | <b>0,456</b> | ,966                                      | <b>Valid</b> |
| P27                   | 69,12                            | 361,443                                 | ,482                                   | <b>0,456</b> | ,967                                      | <b>Valid</b> |
| P28                   | 68,88                            | 359,110                                 | ,475                                   | <b>0,456</b> | ,966                                      | <b>Valid</b> |

|     |       |         |      |              |      |              |
|-----|-------|---------|------|--------------|------|--------------|
| P29 | 69,00 | 358,833 | ,650 | <b>0,456</b> | ,965 | <b>Valid</b> |
| P30 | 68,96 | 356,623 | ,625 | <b>0,456</b> | ,965 | <b>Valid</b> |
| P31 | 69,20 | 348,917 | ,762 | <b>0,456</b> | ,965 | <b>Valid</b> |
| P32 | 69,36 | 350,740 | ,750 | <b>0,456</b> | ,965 | <b>Valid</b> |

**Kesimpulan validitas:** Pertanyaan dikatakan valid apabila  $r \text{ hitung} \geq r \text{ tabel}$ .

Dilihat dari data tabel diatas semua item pertanyaan dinyatakan Valid.

**B. Hasil uji Reabilitas gambaran kualitas tidur pada pengguna game online di STIKes Karsa Husada Garut**

**Kesimpulan Reliabilitas:** Instrumen dinyatakan reliabilitas jika  $\geq 0,7$  dari hasil analisis instrumen didapatkan 0,966 sehingga **0,966  $\geq$  0,7**. Maka dapat disimpulkan bahwa instrumen **reliabel**

**Reliability Statistics**

|            |            |
|------------|------------|
| Cronbach's |            |
| Alpha      | N of Items |
| ,966       | 32         |

**C. Lampiran Hasil SPSS uji validitas dan Reabilitas**

**Case Processing Summary**

|       |                       | N  | %     |
|-------|-----------------------|----|-------|
| Cases | Valid                 | 25 | 100,0 |
|       | Excluded <sup>a</sup> | 0  | ,0    |
|       | Total                 | 25 | 100,0 |

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

**Item-Total Statistics**

|    | Scale Mean if Item Deleted | Scale Variance if Item Deleted | Corrected Item-Total Correlation | Cronbach's Alpha if Item Deleted |
|----|----------------------------|--------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|
| P1 | 68,92                      | 351,910                        | ,743                             | ,965                             |
| P2 | 69,48                      | 354,260                        | ,547                             | ,966                             |
| P3 | 69,40                      | 353,000                        | ,515                             | ,966                             |

|     |       |         |      |      |
|-----|-------|---------|------|------|
| P4  | 69,52 | 338,927 | ,799 | ,964 |
| P5  | 69,12 | 364,193 | ,571 | ,966 |
| P6  | 69,04 | 342,957 | ,843 | ,964 |
| P7  | 69,24 | 345,523 | ,758 | ,965 |
| P8  | 68,84 | 358,723 | ,526 | ,966 |
| P9  | 69,00 | 350,417 | ,787 | ,964 |
| P10 | 68,92 | 354,660 | ,758 | ,965 |
| P11 | 68,88 | 353,193 | ,758 | ,965 |
| P12 | 69,32 | 348,727 | ,631 | ,966 |
| P13 | 69,24 | 348,690 | ,737 | ,965 |
| P14 | 69,04 | 352,373 | ,679 | ,965 |
| P15 | 69,28 | 350,127 | ,703 | ,965 |
| P16 | 69,32 | 347,060 | ,807 | ,964 |
| P17 | 69,68 | 343,977 | ,763 | ,965 |
| P18 | 69,16 | 356,057 | ,655 | ,965 |
| P19 | 69,44 | 349,090 | ,792 | ,964 |
| P20 | 69,44 | 352,090 | ,696 | ,965 |
| P21 | 69,08 | 360,910 | ,636 | ,965 |
| P22 | 70,16 | 354,390 | ,715 | ,965 |
| P23 | 70,00 | 354,083 | ,665 | ,965 |
| P24 | 69,64 | 347,657 | ,776 | ,964 |
| P25 | 70,00 | 356,250 | ,689 | ,965 |
| P26 | 69,44 | 359,423 | ,579 | ,966 |
| P27 | 69,12 | 361,443 | ,482 | ,967 |
| P28 | 68,88 | 359,110 | ,475 | ,966 |
| P29 | 69,00 | 358,833 | ,650 | ,965 |
| P30 | 68,96 | 356,623 | ,625 | ,965 |
| P31 | 69,20 | 348,917 | ,762 | ,965 |
| P32 | 69,36 | 350,740 | ,750 | ,965 |

#### Scale Statistics

| Mean  | Variance | Std. Deviation | N of Items |
|-------|----------|----------------|------------|
| 71,52 | 375,343  | 19,374         | 32         |

GAMBARAN GANGGUAN TIDUR PADA MAHASISWA PENGGUNA GAME ONLINE DI STIKES KARSA HUSADA GARUT

| Gander | usia | tingkat/sem | prodi      | lama<br>bermain<br>game | waktu<br>tidur<br>malam<br>hari | p1 | p2 | p3 | p4 | p5 | p6 | p7 | p8 | p9 | p10 | p11 | p12 | p13 | p14 | p15 | p16 | p17 | p18 | p19 | p20 | p21 | p22 | p23 | p24 | p25 | p26 | p27 | p28 | p29 | p30 | p31 | p32 |
|--------|------|-------------|------------|-------------------------|---------------------------------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| L      | 19   | 1           | s1 kep     | SL                      | 5 jam                           | 4  | 2  | 1  | 4  | 4  | 3  | 3  | 4  | 4  | 3   | 2   | 1   | 4   | 4   | 4   | 3   | 3   | 3   | 2   | 3   | 4   | 1   | 1   | 2   | 1   | 4   | 4   | 3   | 3   | 4   | 3   | 4   |
| L      | 22   | 3           | d3 analis  | SL                      | 5 jam                           | 3  | 2  | 1  | 4  | 4  | 3  | 3  | 4  | 4  | 3   | 2   | 1   | 4   | 4   | 4   | 3   | 3   | 3   | 2   | 3   | 4   | 1   | 1   | 2   | 1   | 4   | 4   | 3   | 3   | 4   | 3   | 4   |
| L      | 20   | 2           | s1 kep     | SL                      | 5 jam                           | 3  | 2  | 1  | 4  | 4  | 3  | 3  | 4  | 4  | 3   | 2   | 1   | 4   | 4   | 4   | 3   | 3   | 3   | 2   | 3   | 4   | 1   | 1   | 2   | 1   | 4   | 4   | 3   | 3   | 4   | 3   | 4   |
| L      | 21   | 2           | d3 analis  | SL                      | 5 jam                           | 3  | 2  | 1  | 4  | 4  | 3  | 3  | 4  | 4  | 3   | 2   | 1   | 4   | 4   | 4   | 3   | 3   | 3   | 2   | 3   | 4   | 1   | 1   | 2   | 1   | 4   | 4   | 3   | 3   | 4   | 3   | 4   |
| L      | 21   | 2           | s1 kep     | SL                      | 7 jam                           | 4  | 2  | 1  | 4  | 4  | 3  | 3  | 4  | 4  | 3   | 3   | 1   | 4   | 4   | 4   | 3   | 3   | 3   | 2   | 3   | 4   | 1   | 1   | 2   | 1   | 4   | 4   | 3   | 3   | 4   | 3   | 4   |
| L      | 21   | 2           | s1 kep     | SL                      | 7 jam                           | 4  | 2  | 1  | 4  | 4  | 3  | 3  | 4  | 3  | 3   | 3   | 1   | 4   | 4   | 2   | 3   | 3   | 3   | 2   | 3   | 4   | 1   | 1   | 2   | 1   | 4   | 4   | 3   | 3   | 4   | 3   | 4   |
| L      | 21   | 2           | s1 kep     | SL                      | 7 jam                           | 4  | 2  | 1  | 4  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3   | 3   | 1   | 4   | 4   | 2   | 3   | 3   | 3   | 2   | 3   | 4   | 1   | 1   | 2   | 1   | 4   | 4   | 3   | 3   | 4   | 3   | 4   |
| L      | 22   | 3           | s1 kep     | SL                      | 7 jam                           | 4  | 2  | 1  | 4  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 2   | 3   | 1   | 2   | 4   | 2   | 3   | 3   | 3   | 2   | 3   | 4   | 1   | 1   | 2   | 1   | 3   | 4   | 3   | 3   | 4   | 1   | 4   |
| P      | 20   | 1           | d3 keb     | SL                      | 7 jam                           | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 1   | 3   | 1   | 2   | 4   | 2   | 3   | 3   | 3   | 2   | 3   | 4   | 1   | 1   | 2   | 1   | 3   | 4   | 3   | 3   | 4   | 1   | 4   |
| P      | 20   | 1           | d3 keb     | SR                      | 5 jam                           | 2  | 2  | 3  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 1   | 2   | 1   | 2   | 4   | 2   | 2   | 2   | 3   | 2   | 3   | 4   | 1   | 1   | 1   | 1   | 3   | 4   | 3   | 3   | 4   | 1   | 4   |
| P      | 22   | 4           | d3 keb     | SR                      | 5 jam                           | 2  | 2  | 2  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3  | 1   | 2   | 2   | 4   | 3   | 2   | 2   | 2   | 3   | 2   | 3   | 4   | 1   | 2   | 1   | 1   | 3   | 4   | 3   | 3   | 4   | 3   | 4   |
| L      | 19   | 1           | s1 kep     | SR                      | 5 jam                           | 4  | 1  | 1  | 3  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2   | 2   | 2   | 4   | 3   | 2   | 2   | 2   | 3   | 1   | 3   | 4   | 1   | 2   | 1   | 2   | 3   | 4   | 3   | 3   | 4   | 3   | 4   |
| L      | 20   | 1           | s1 kep     | SR                      | <5 jam                          | 4  | 1  | 1  | 3  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2   | 1   | 2   | 4   | 3   | 2   | 2   | 2   | 3   | 1   | 3   | 4   | 1   | 2   | 1   | 2   | 3   | 4   | 3   | 3   | 4   | 3   | 4   |
| L      | 20   | 1           | s1 kep     | SR                      | <5 jam                          | 4  | 1  | 1  | 4  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2   | 1   | 2   | 4   | 3   | 4   | 2   | 2   | 3   | 1   | 3   | 4   | 1   | 1   | 1   | 2   | 3   | 4   | 3   | 3   | 4   | 3   | 4   |
| L      | 21   | 3           | s1 kep     | SR                      | <5 jam                          | 4  | 2  | 1  | 4  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2   | 1   | 2   | 4   | 3   | 4   | 2   | 2   | 3   | 2   | 3   | 4   | 1   | 1   | 1   | 2   | 3   | 4   | 3   | 3   | 4   | 3   | 4   |
| L      | 20   | 1           | s1 kep     | SL                      | <5 jam                          | 4  | 1  | 1  | 4  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 2   | 1   | 2   | 4   | 3   | 4   | 2   | 2   | 3   | 2   | 3   | 4   | 1   | 1   | 1   | 2   | 3   | 4   | 3   | 3   | 4   | 3   | 4   |
| P      | 20   | 1           | s1 kep     | SL                      | <5 jam                          | 4  | 1  | 3  | 2  | 4  | 2  | 2  | 4  | 3  | 2   | 1   | 1   | 4   | 3   | 4   | 2   | 2   | 3   | 2   | 3   | 4   | 1   | 1   | 1   | 2   | 3   | 4   | 3   | 3   | 4   | 3   | 4   |
| P      | 19   | 1           | d3 farmasi | SL                      | 5 jam                           | 3  | 1  | 3  | 2  | 4  | 2  | 2  | 4  | 3  | 2   | 2   | 1   | 4   | 3   | 4   | 2   | 2   | 3   | 2   | 3   | 4   | 1   | 1   | 1   | 2   | 3   | 4   | 3   | 3   | 4   | 3   | 4   |
| P      | 20   | 2           | d3 farmasi | SL                      | 5 jam                           | 4  | 2  | 2  | 3  | 4  | 2  | 2  | 4  | 3  | 3   | 2   | 1   | 4   | 3   | 4   | 2   | 2   | 3   | 2   | 3   | 4   | 1   | 1   | 1   | 2   | 3   | 4   | 3   | 3   | 4   | 3   | 4   |
| L      | 20   | 2           | d3 analis  | SL                      | 5 jam                           | 4  | 2  | 1  | 4  | 4  | 2  | 2  | 4  | 3  | 3   | 2   | 1   | 4   | 3   | 2   | 2   | 2   | 3   | 2   | 3   | 4   | 1   | 1   | 1   | 2   | 3   | 4   | 3   | 3   | 4   | 3   | 4   |
| L      | 21   | 2           | d3 analis  | SL                      | 6 jam                           | 4  | 2  | 1  | 4  | 4  | 2  | 2  | 4  | 3  | 3   | 2   | 1   | 4   | 3   | 2   | 2   | 2   | 3   | 2   | 3   | 4   | 1   | 2   | 2   | 2   | 3   | 4   | 3   | 3   | 4   | 3   | 4   |
| P      | 22   | 4           | d3 keb     | SL                      | 6 jam                           | 2  | 2  | 3  | 3  | 4  | 2  | 2  | 4  | 3  | 3   | 2   | 1   | 4   | 3   | 2   | 2   | 2   | 3   | 2   | 3   | 4   | 1   | 2   | 2   | 2   | 3   | 4   | 3   | 3   | 4   | 2   | 4   |
| P      | 19   | 1           | d3 keb     | SL                      | 6 jam                           | 2  | 2  | 3  | 2  | 4  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3   | 2   | 1   | 4   | 3   | 2   | 2   | 2   | 3   | 2   | 3   | 3   | 1   | 2   | 2   | 2   | 3   | 4   | 3   | 3   | 4   | 2   | 4   |
| L      | 23   | 4           | d3 analis  | SL                      | 6 jam                           | 4  | 1  | 1  | 4  | 4  | 2  | 2  | 3  | 3  | 3   | 2   | 1   | 4   | 3   | 2   | 2   | 2   | 3   | 2   | 3   | 3   | 1   | 2   | 2   | 1   | 3   | 4   | 3   | 3   | 4   | 2   | 3   |
| L      | 22   | 4           | d3 analis  | SL                      | <5 jam                          | 4  | 1  | 1  | 4  | 4  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3   | 1   | 2   | 4   | 3   | 2   | 2   | 2   | 3   | 3   | 3   | 4   | 1   | 1   | 2   | 1   | 3   | 4   | 3   | 3   | 4   | 2   | 3   |
| L      | 24   | 4           | s1 kep     | SL                      | <5 jam                          | 4  | 1  | 1  | 4  | 4  | 2  | 3  | 3  | 3  | 3   | 1   | 2   | 4   | 3   | 2   | 2   | 2   | 3   | 3   | 3   | 4   | 1   | 1   | 2   | 1   | 3   | 4   | 2   | 2   | 4   | 2   | 4   |
| L      | 22   | 4           | s1 kep     | SR                      | <5 jam                          | 4  | 1  | 1  | 4  | 4  | 3  | 3  | 3  | 3  | 3   | 1   | 2   | 4   | 3   | 4   | 3   | 3   | 3   | 3   | 2   | 4   | 1   | 1   | 2   | 1   | 3   | 4   | 2   | 2   | 4   | 3   | 4   |
| L      | 20   | 2           | s1 kep     | SR                      | <5 jam                          | 4  | 1  | 1  | 4  | 2  | 3  | 3  | 2  | 2  | 3   | 1   | 1   | 4   | 3   | 4   | 3   | 3   | 3   | 3   | 2   | 4   | 1   | 1   | 2   | 1   | 3   | 4   | 2   | 2   | 4   | 3   | 3   |

|   |    |   |            |    |        |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|----|---|------------|----|--------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| P | 22 | 4 | s1 kep     | SR | <5 jam | 3 | 1 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 1 | 1 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 4 | 1 | 1 | 2 | 1 | 3 | 4 | 2 | 2 | 4 | 3 | 3 |
| P | 21 | 3 | s1 kep     | SR | <5 jam | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 1 | 2 | 4 | 3 | 4 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 4 | 1 | 1 | 2 | 1 | 3 | 4 | 2 | 2 | 4 | 3 | 3 |
| P | 20 | 2 | d3 kep     | SR | 5 jam  | 4 | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 4 | 3 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 2 | 1 | 3 | 4 | 2 | 2 | 4 | 3 | 3 |
| L | 27 | 5 | ners       | SR | 5 jam  | 3 | 1 | 1 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 4 | 3 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 4 | 3 | 3 |
| L | 25 | 5 | ners       | SL | 5 jam  | 3 | 1 | 1 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 1 | 4 | 3 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 2 | 2 | 4 | 2 | 2 | 2 | 4 | 3 | 3 |
| L | 22 | 3 | d3 farmasi | SL | 6 jam  | 3 | 1 | 1 | 4 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 1 | 4 | 3 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 2 | 2 | 4 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 |
| L | 22 | 3 | d3 farmasi | SL | 8 jam  | 4 | 1 | 1 | 4 | 2 | 3 | 2 | 4 | 2 | 3 | 3 | 1 | 4 | 3 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 1 | 1 | 2 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 |
| L | 26 | 5 | ners       | SR | 8 jam  | 4 | 2 | 1 | 4 | 2 | 1 | 2 | 4 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 1 | 1 | 2 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 |
| L | 25 | 5 | ners       | SR | 8 jam  | 4 | 2 | 1 | 4 | 2 | 1 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 1 | 1 | 3 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 |
| L | 25 | 5 | ners       | SR | 8 jam  | 4 | 2 | 1 | 4 | 2 | 1 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 1 | 1 | 3 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 |
| L | 20 | 2 | d3 farmasi | SL | <5 jam | 4 | 2 | 1 | 4 | 2 | 1 | 3 | 4 | 2 | 3 | 1 | 2 | 3 | 3 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 1 | 1 | 3 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 3 | 3 |
| L | 25 | 5 | ners       | SL | <5 jam | 4 | 1 | 1 | 4 | 2 | 3 | 3 | 4 | 2 | 2 | 1 | 1 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 3 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 3 | 3 |
| L | 25 | 5 | ners       | SR | <5 jam | 3 | 2 | 1 | 4 | 2 | 3 | 3 | 4 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 3 | 4 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 1 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 3 | 3 |
| L | 23 | 4 | s1 kep     | SL | <5 jam | 3 | 1 | 1 | 4 | 2 | 3 | 3 | 4 | 2 | 2 | 1 | 1 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 1 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 3 | 3 |
| L | 22 | 4 | s1 kep     | SL | <5 jam | 3 | 2 | 1 | 4 | 2 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 1 | 1 | 2 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 1 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 |
| L | 23 | 4 | s1 kep     | SL | 5 jam  | 3 | 1 | 1 | 4 | 2 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 2 | 1 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 4 | 1 | 1 | 2 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 |
| L | 22 | 4 | s1 kep     | SL | 5 jam  | 4 | 2 | 1 | 4 | 2 | 2 | 3 | 4 | 2 | 3 | 2 | 1 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 4 | 1 | 1 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 |
| L | 23 | 4 | d3 farmasi | SL | 5 jam  | 4 | 2 | 2 | 4 | 2 | 2 | 3 | 4 | 2 | 3 | 2 | 1 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 4 | 1 | 1 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 |
| P | 23 | 4 | d3 keb     | SL | 5 jam  | 2 | 3 | 2 | 2 | 4 | 2 | 3 | 4 | 2 | 3 | 2 | 1 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 4 | 1 | 1 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 |
| P | 26 | 5 | ners       | KK | 5 jam  | 2 | 3 | 3 | 2 | 4 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 1 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 4 | 1 | 1 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 |
| L | 26 | 5 | ners       | KK | 5 jam  | 4 | 2 | 1 | 4 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 4 | 3 | 4 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 4 | 1 | 1 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 |
| L | 20 | 2 | s1 kep     | SL | 5 jam  | 4 | 2 | 1 | 4 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 4 | 3 | 4 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 4 | 1 | 1 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 |
| L | 20 | 2 | s1 kep     | SL | 5 jam  | 4 | 2 | 1 | 4 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 4 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 1 | 1 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 |
| L | 20 | 2 | s1 kep     | SR | 5 jam  | 4 | 2 | 1 | 4 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 4 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 1 | 1 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 |
| L | 20 | 2 | s1 kep     | SR | 5 jam  | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 4 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 1 | 1 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 |
| L | 25 | 5 | ners       | SR | 5 jam  | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 4 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 |
| L | 25 | 5 | ners       | SL | 5 jam  | 3 | 2 | 1 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 4 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 2 | 2 | 4 | 2 | 3 |
| L | 25 | 5 | ners       | SL | 5 jam  | 3 | 2 | 1 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 4 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 2 | 2 | 4 | 2 | 3 |
| L | 20 | 2 | d3 kep     | SL | 5 jam  | 3 | 2 | 1 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 4 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 2 | 2 | 4 | 2 | 3 |
| L | 20 | 2 | d3 kep     | SL | 6 jam  | 4 | 2 | 1 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 2 | 2 | 1 | 4 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 2 | 3 | 4 | 2 | 2 | 4 | 3 | 3 |
| L | 20 | 1 | s1 kep     | SL | 6 jam  | 3 | 2 | 1 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 2 | 3 | 4 | 2 | 2 | 4 | 3 | 3 |
| L | 22 | 3 | d3 kep     | SL | 6 jam  | 4 | 2 | 1 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 4 | 3 | 3 |
| L | 22 | 3 | d3 kep     | SL | 6 jam  | 4 | 2 | 1 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 2 | 2 | 4 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 1 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 4 | 3 | 3 |

|   |    |   |            |    |        |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|----|---|------------|----|--------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| L | 22 | 3 | d3 kep     | SL | 6 jam  | 3 | 2 | 1 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 4 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 1 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 4 | 3 | 3 |
| L | 21 | 2 | d3 farmasi | SL | 6 jam  | 4 | 2 | 1 | 4 | 4 | 2 | 3 | 4 | 2 | 3 | 2 | 2 | 4 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 4 | 2 | 3 |
| L | 21 | 3 | d3 farmasi | SL | 6 jam  | 3 | 1 | 1 | 4 | 3 | 2 | 3 | 4 | 2 | 3 | 2 | 2 | 4 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 4 | 2 | 3 |
| L | 21 | 2 | d3 farmasi | SL | 6 jam  | 3 | 1 | 1 | 4 | 3 | 2 | 2 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 3 | 4 | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 4 | 2 | 3 |
| L | 23 | 4 | d3 farmasi | SL | 6 jam  | 3 | 1 | 2 | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 3 | 4 | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 4 | 2 | 3 |
| L | 23 | 4 | s1 kep     | SL | <5 jam | 3 | 1 | 1 | 4 | 4 | 3 | 2 | 4 | 2 | 2 | 1 | 2 | 4 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 3 | 4 | 1 | 1 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 4 | 2 | 3 |
| L | 23 | 4 | s1 kep     | SL | <5 jam | 4 | 1 | 1 | 4 | 4 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 4 | 3 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 1 | 1 | 2 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 |
| L | 21 | 3 | s1 kep     | SL | <5 jam | 3 | 1 | 1 | 4 | 4 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 1 | 2 | 4 | 3 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 1 | 1 | 2 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 |
| L | 21 | 3 | s1 kep     | SL | <5 jam | 3 | 2 | 1 | 4 | 4 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 1 | 2 | 4 | 3 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 1 | 1 | 2 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 |
| L | 21 | 3 | d3 farmasi | SL | <5 jam | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 2 | 3 | 1 | 1 | 3 | 3 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 1 | 1 | 2 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 |
| L | 21 | 3 | d3 farmasi | SR | <5 jam | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 3 | 4 | 2 | 3 | 1 | 1 | 3 | 3 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 1 | 1 | 2 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 |
| L | 21 | 3 | d3 farmasi | SR | <5 jam | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 3 | 4 | 2 | 3 | 1 | 1 | 2 | 3 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 1 | 1 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 3 | 2 | 4 |
| L | 19 | 1 | s1 kep     | SR | 5 jam  | 4 | 2 | 1 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 2 | 3 | 2 | 1 | 2 | 3 | 4 | 1 | 1 | 2 | 2 | 3 | 4 | 1 | 1 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 3 | 2 | 4 |
| L | 19 | 1 | s1 kep     | SR | 5 jam  | 3 | 2 | 1 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 2 | 3 | 2 | 1 | 2 | 3 | 4 | 1 | 1 | 2 | 2 | 3 | 4 | 1 | 1 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 2 | 3 |
| L | 19 | 1 | d3 kep     | SL | 5 jam  | 3 | 2 | 1 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 2 | 3 | 2 | 1 | 2 | 3 | 4 | 1 | 1 | 2 | 2 | 3 | 4 | 1 | 1 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 3 | 3 |
| P | 19 | 1 | d3 keb     | SL | 5 jam  | 2 | 2 | 1 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 2 | 3 | 2 | 1 | 4 | 3 | 4 | 1 | 1 | 2 | 2 | 3 | 4 | 1 | 1 | 2 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 |
| L | 20 | 2 | d3 kep     | SL | 7 jam  | 4 | 2 | 1 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 4 | 1 | 1 | 2 | 2 | 3 | 4 | 1 | 1 | 2 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 |
| L | 20 | 2 | d3 kep     | SL | 7 jam  | 4 | 2 | 1 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 4 | 1 | 1 | 2 | 2 | 3 | 4 | 1 | 1 | 2 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 |
| L | 20 | 2 | d3 kep     | SL | 7 jam  | 4 | 2 | 1 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 4 | 1 | 1 | 2 | 2 | 3 | 4 | 1 | 1 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 2 | 4 |
| L | 20 | 2 | d3 farmasi | SL | 7 jam  | 4 | 2 | 1 | 4 | 4 | 2 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 4 | 1 | 1 | 2 | 2 | 3 | 4 | 1 | 1 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 |
| L | 20 | 2 | d3 farmasi | SL | 5 jam  | 4 | 1 | 1 | 4 | 4 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 1 | 4 | 3 | 4 | 1 | 1 | 2 | 2 | 3 | 4 | 1 | 1 | 2 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 |
| L | 21 | 3 | d3 farmasi | SL | 5 jam  | 4 | 1 | 1 | 4 | 4 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 1 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 4 | 1 | 1 | 2 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 4 |
| L | 21 | 3 | d3 farmasi | SL | 5 jam  | 4 | 1 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 1 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 4 | 1 | 1 | 2 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 2 | 4 |
| L | 19 | 1 | d3 analis  | SL | 5 jam  | 4 | 1 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 4 | 3 | 4 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 3 |
| L | 19 | 1 | d3 analis  | SL | 5 jam  | 3 | 1 | 1 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 1 | 4 | 3 | 4 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 4 | 1 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 3 |
| L | 19 | 1 | d3 analis  | SL | 5 jam  | 3 | 2 | 1 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 1 | 4 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 4 | 1 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 3 |
| L | 19 | 1 | d3 analis  | SL | <5 jam | 3 | 2 | 1 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 1 | 1 | 4 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 1 | 2 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 3 |
| L | 20 | 2 | d3 analis  | SL | <5 jam | 4 | 2 | 1 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 1 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 3 |
| L | 20 | 2 | d3 kep     | SL | <5 jam | 4 | 2 | 1 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 1 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 3 |
| L | 20 | 2 | d3 kep     | SL | <5 jam | 3 | 2 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 3 | 1 | 2 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 1 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 |
| L | 22 | 4 | d3 farmasi | SR | <5 jam | 3 | 2 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 2 | 1 | 1 | 4 | 2 | 4 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 1 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 |
| L | 22 | 4 | d3 farmasi | SR | <5 jam | 4 | 2 | 1 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 2 | 1 | 1 | 4 | 2 | 4 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 1 | 4 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 |
| L | 23 | 4 | d3 farmasi | SR | 5 jam  | 4 | 1 | 1 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 4 | 2 | 2 | 1 | 4 | 2 | 4 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 1 | 2 | 1 | 4 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 |

|   |    |   |             |    |        |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|----|---|-------------|----|--------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| L | 22 | 4 | d3 farmasi  | SR | 5 jam  | 3 | 2 | 1 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 2 | 2 | 2 | 4 | 2 | 4 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 1 | 1 | 2 | 1 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 |
| L | 19 | 1 | d3 farmasi  | SR | 5 jam  | 3 | 1 | 1 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 4 | 2 | 4 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 1 | 1 | 2 | 1 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 |
| L | 19 | 1 | d3 kep      | SR | 5 jam  | 3 | 1 | 1 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 2 | 4 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 1 | 2 | 1 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 |
| L | 19 | 1 | d3 kep      | SL | 5 jam  | 3 | 1 | 1 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 1 | 2 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 2 | 4 |
| L | 19 | 1 | d3 analisis | SL | 5 jam  | 4 | 1 | 1 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 2 | 2 | 1 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 1 | 2 | 1 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 |
| L | 20 | 2 | d3 analisis | SL | 6 jam  | 4 | 1 | 1 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 2 | 2 | 1 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 1 | 2 | 1 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 4 |
| L | 20 | 2 | d3 analisis | SL | 6 jam  | 4 | 1 | 1 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 2 | 2 | 1 | 3 | 4 | 4 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 1 | 2 | 1 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 |
| L | 20 | 2 | d3 analisis | SL | 6 jam  | 4 | 1 | 1 | 4 | 2 | 3 | 3 | 2 | 4 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 4 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 1 | 2 | 1 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 4 |
| L | 20 | 2 | d3 kep      | SL | 5 jam  | 4 | 2 | 1 | 4 | 2 | 3 | 3 | 2 | 4 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 4 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 1 | 2 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 2 | 2 | 4 |
| L | 20 | 2 | d3 kep      | SL | <5 jam | 4 | 2 | 1 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 2 | 1 | 2 | 3 | 4 | 4 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 1 | 2 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 |
| L | 20 | 2 | d3 kep      | SL | <5 jam | 4 | 2 | 1 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 2 | 1 | 2 | 3 | 4 | 4 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 1 | 2 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 4 |
| L | 20 | 1 | d3 kep      | SL | <5 jam | 4 | 1 | 1 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 1 | 2 | 3 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 |
| L | 20 | 1 | d3 kep      | SL | <5 jam | 3 | 2 | 1 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 1 | 2 | 3 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 4 |
| L | 20 | 1 | d3 kep      | SL | <5 jam | 3 | 1 | 1 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 | 1 | 2 | 3 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 |
| L | 20 | 2 | d3 kep      | SL | <5 jam | 3 | 1 | 1 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 1 | 2 | 4 | 3 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 1 | 2 | 1 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 |
| L | 20 | 2 | d3 kep      | SL | <5 jam | 3 | 1 | 1 | 4 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 3 | 1 | 2 | 4 | 3 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 1 | 2 | 1 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 |
| L | 19 | 1 | d3 kep      | SL | <5 jam | 3 | 1 | 1 | 4 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 3 | 1 | 1 | 3 | 3 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 1 | 2 | 1 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 |
| L | 21 | 3 | d3 kep      | SL | <5 jam | 3 | 2 | 1 | 3 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 3 | 1 | 1 | 3 | 3 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 |
| L | 21 | 3 | d3 analisis | SL | <5 jam | 3 | 2 | 1 | 3 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 3 | 1 | 1 | 3 | 2 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 |
| L | 21 | 3 | d3 analisis | SL | <5 jam | 3 | 2 | 1 | 3 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 3 | 1 | 1 | 3 | 3 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 |
| L | 21 | 3 | d3 analisis | SR | <5 jam | 3 | 1 | 1 | 3 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 2 | 1 | 1 | 3 | 3 | 4 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 3 | 2 | 2 | 2 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 |
| L | 21 | 3 | d3 analisis | SR | <5 jam | 3 | 1 | 2 | 4 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 2 | 1 | 1 | 3 | 3 | 4 | 2 | 2 | 3 | 1 | 3 | 3 | 1 | 3 | 2 | 2 | 2 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 |
| L | 21 | 3 | d3 analisis | SR | <5 jam | 3 | 1 | 1 | 4 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 2 | 1 | 1 | 3 | 3 | 4 | 2 | 2 | 3 | 1 | 3 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 |
| L | 20 | 2 | d3 kep      | SR | <5 jam | 4 | 2 | 1 | 4 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 2 | 1 | 2 | 3 | 3 | 4 | 2 | 2 | 3 | 1 | 3 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 |
| L | 20 | 2 | d3 kep      | SR | <5 jam | 4 | 2 | 1 | 4 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 2 | 1 | 2 | 3 | 3 | 4 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 2 | 1 | 1 | 2 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 |
| L | 19 | 1 | d3 kep      | SR | <5 jam | 4 | 2 | 1 | 4 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 2 | 1 | 2 | 3 | 3 | 4 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 4 | 1 | 1 | 2 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 |
| L | 21 | 3 | d3 kep      | SR | <5 jam | 4 | 1 | 1 | 4 | 4 | 3 | 2 | 3 | 4 | 2 | 1 | 2 | 3 | 3 | 4 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 4 | 1 | 3 | 2 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 |
| L | 20 | 2 | d3 kep      | SL | <5 jam | 4 | 1 | 1 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 2 | 1 | 2 | 3 | 3 | 4 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 4 | 1 | 3 | 2 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 |
| L | 20 | 2 | d3 kep      | SL | 5 jam  | 4 | 1 | 1 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 |
| L | 20 | 2 | d3 kep      | SL | 5 jam  | 4 | 1 | 1 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 4 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 |
| L | 20 | 2 | d3 kep      | SL | 5 jam  | 3 | 1 | 1 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 4 | 1 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 |
| L | 20 | 2 | d3 kep      | SL | 6 jam  | 3 | 2 | 1 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 1 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 |
| L | 21 | 3 | d3 kep      | SL | 6 jam  | 4 | 1 | 1 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 |

|   |    |   |            |    |        |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|----|---|------------|----|--------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| L | 21 | 3 | d3 kep     | SL | 6 jam  | 3 | 2 | 1 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | 3 | 2 | 2 | 4 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 |
| L | 21 | 3 | d3 kep     | SL | 6 jam  | 4 | 1 | 1 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 4 | 2 | 2 | 2 | 4 | 3 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 |
| L | 21 | 3 | d3 kep     | SL | 5 jam  | 4 | 1 | 1 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 2 | 2 | 2 | 4 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 |
| L | 21 | 3 | d3 analis  | SL | 5 jam  | 4 | 1 | 1 | 4 | 4 | 3 | 3 | 2 | 4 | 2 | 2 | 2 | 4 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 |
| L | 21 | 3 | d3 analis  | SL | 5 jam  | 4 | 2 | 1 | 4 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 4 | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 4 | 1 | 2 | 2 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 |
| L | 21 | 3 | d3 analis  | SL | 5 jam  | 3 | 1 | 1 | 3 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 |
| L | 21 | 3 | d3 analis  | SL | 5 jam  | 3 | 2 | 1 | 3 | 4 | 3 | 2 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 4 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 |
| L | 20 | 2 | d3 kep     | SL | 5 jam  | 3 | 1 | 1 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 4 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 |
| L | 20 | 2 | d3 kep     | SL | 5 jam  | 4 | 1 | 1 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 |
| L | 20 | 2 | d3 kep     | SL | 5 jam  | 3 | 1 | 1 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 |
| L | 20 | 2 | d3 kep     | SL | 5 jam  | 4 | 2 | 1 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 |
| L | 20 | 2 | d3 farmasi | SL | 5 jam  | 4 | 2 | 2 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 |
| L | 20 | 2 | d3 farmasi | SL | 5 jam  | 4 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 |
| L | 21 | 3 | d3 farmasi | SL | 5 jam  | 4 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 4 | 4 | 2 | 2 | 2 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 |
| L | 21 | 3 | d3 analis  | SL | <5 jam | 3 | 1 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 4 | 4 | 2 | 1 | 2 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 |
| L | 21 | 3 | d3 analis  | SL | <5 jam | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 1 | 2 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 |
| L | 21 | 3 | d3 analis  | SL | <5 jam | 3 | 1 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 3 | 1 | 2 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 |
| L | 21 | 3 | d3 analis  | SL | <5 jam | 3 | 2 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 1 | 2 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 |
| L | 20 | 2 | d3 analis  | SL | 5 jam  | 3 | 2 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 |
| L | 20 | 2 | d3 farmasi | SL | 5 jam  | 3 | 2 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 |
| L | 20 | 2 | d3 farmasi | SL | 5 jam  | 4 | 1 | 2 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 |
| L | 20 | 1 | d3 farmasi | SL | 5 jam  | 3 | 1 | 2 | 4 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 1 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 |
| L | 19 | 1 | d3 farmasi | SL | 5 jam  | 4 | 1 | 1 | 4 | 3 | 2 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 1 | 4 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 |
| L | 19 | 1 | d3 farmasi | SL | 5 jam  | 3 | 1 | 1 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2 | 4 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 2 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 3 |
| L | 21 | 3 | d3 farmasi | SL | 5 jam  | 3 | 1 | 1 | 4 | 3 | 3 | 3 | 2 | 2 | 3 | 2 | 2 | 4 | 3 | 3 | 1 | 3 | 3 | 2 | 3 | 3 | 1 | 2 | 2 | 1 | 4 | 4 | 3 | 3 | 4 | 3 | 4 |

## Karakteristik Responden

### Jenis Kelamin

|       |           | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|-----------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | laki-laki | 138       | 90,8    | 90,8          | 90,8               |
|       | perempuan | 14        | 9,2     | 9,2           | 100,0              |
|       | Total     | 152       | 100,0   | 100,0         |                    |

### Umur

|       |              | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|--------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | Remaja Akhir | 140       | 92,1    | 92,1          | 92,1               |
|       | Dewasa Awal  | 12        | 7,9     | 7,9           | 100,0              |
|       | Total        | 152       | 100,0   | 100,0         |                    |

### Tingkat semester

|       |                 | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|-----------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | tingkat 1 sem 2 | 31        | 20,4    | 20,4          | 20,4               |
|       | tingkat 2 sem 4 | 51        | 33,6    | 33,6          | 53,9               |
|       | tingkat 3 sem 6 | 38        | 25,0    | 25,0          | 78,9               |
|       | tingkat 4 sem 8 | 20        | 13,2    | 13,2          | 92,1               |
|       | 5               | 12        | 7,9     | 7,9           | 100,0              |
|       | Total           | 152       | 100,0   | 100,0         |                    |

### Program Study

|       |               | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|---------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | S1keperawatan | 32        | 21,1    | 21,1          | 21,1               |
|       | D3keperawatan | 41        | 27,0    | 27,0          | 48,0               |
|       | D3farmasi     | 31        | 20,4    | 20,4          | 68,4               |
|       | D3analisis    | 29        | 19,1    | 19,1          | 87,5               |
|       | D3kebidanan   | 7         | 4,6     | 4,6           | 92,1               |
|       | Profesiniers  | 12        | 7,9     | 7,9           | 100,0              |
|       | Total         | 152       | 100,0   | 100,0         |                    |

## Analisis univariat

### Lama Bermain game

|       |               | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|---------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | Tidak Pernah  | 2         | 1,3     | 1,3           | 1,3                |
|       | kadang-kadang | 36        | 23,7    | 23,7          | 25,0               |
|       | sering        | 114       | 75,0    | 75,0          | 100,0              |
|       | Total         | 152       | 100,0   | 100,0         |                    |

### waktu tidur malam hari

|       |        | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|--------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | <5jam  | 52        | 34,2    | 34,2          | 34,2               |
|       | 5-7jam | 66        | 43,4    | 43,4          | 77,6               |
|       | 7-8jam | 30        | 19,7    | 19,7          | 97,4               |
|       | 8-9jam | 4         | 2,6     | 2,6           | 100,0              |
|       | Total  | 152       | 100,0   | 100,0         |                    |

### Identifikasi Insomnia

|       |                | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|----------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | tidak insomnia | 37        | 24,3    | 24,3          | 24,3               |
|       | insomnia       | 115       | 75,7    | 75,7          | 100,0              |
|       | Total          | 152       | 100,0   | 100,0         |                    |

### Identifikasi Parasomnia

|       |                  | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|------------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | Tidak Parasomnia | 61        | 40,1    | 40,1          | 40,1               |
|       | Parasomnia       | 91        | 59,9    | 59,9          | 100,0              |
|       | Total            | 152       | 100,0   | 100,0         |                    |

### Identifikasi Narkolepsi

|       |                  | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|------------------|-----------|---------|---------------|--------------------|
| Valid | Narkolepsi       | 100       | 65,8    | 65,8          | 65,8               |
|       | Tidak Narkolepsi | 52        | 34,2    | 34,2          | 100,0              |
|       | Total            | 152       | 100,0   | 100,0         |                    |



**YAYASAN DHARMA HUSADA INSANI GARUT**  
**Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Karsa Husada**

SK Mendiknas RI No. : 129/ D / 0 / 2007

Kampus I : Jl. Subyadinata No. 07 Tlp/Fax. 0262 – 235946 Garut – Jawa Barat

Kampus II : Jl. Nusa Indah No. 24 Tlp. 0262 – 4704803, 0262 – 235860 Garut – Jawa Barat

Nomor : /STIKes KHG/UM/IV/2023  
Lampiran : -  
Perihal : Permohonan izin studi pendahuluan

Kepada Yth.  
**Ketua STIKes Dharma Husada Bandung**  
di  
Tempat

*Assalamu'alaikum Wr. Wb.*

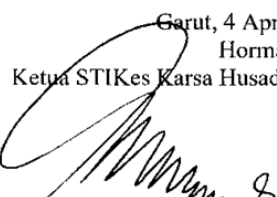
Sehubungan dengan akan dilaksanakannya penyusunan Karya Tulis Ilmiah/Tugas Akhir/Skripsi Mahasiswa STIKes Karsa Husada Garut, maka dengan ini kami memohon untuk melaksanakan studi pendahuluan dan pengumpulan data. Adapun nama mahasiswa/i yang akan melaksanakan kegiatan tersebut adalah:

|                      |                                                                    |
|----------------------|--------------------------------------------------------------------|
| Nama                 | : Alfina Liani Suryadi                                             |
| NIM                  | : KHGC19048                                                        |
| Topik penelitian     | : Gambaran kualitas tidur pada pengguna <i>game online</i>         |
| Data yang dibutuhkan | : Jumlah mahasiswa keperawatan yang menggunakan <i>game online</i> |

Demikian surat permohonan ini kami sampaikan. Atas perhatian dan kerjasama Bapak/Ibu kami ucapkan Terima Kasih.

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb.*

Garut, 4 April 2023  
Hormat kami,  
Ketua STIKes Karsa Husada Garut

  
H. Engkus Kusnadi, S.Kep., M.Kes  
NIK. 043298.1196.014

Nomor :  
Lampiran :  
Perihal : Permohonan Studi Pendahuluan

Kepada Yth :  
STIKes Karsa Husada Garut  
di  
Tempat

*Assalammu'alaikum Wr. Wb*

Sehubungan dengan akan dilaksanakannya penyusunan Tugas Akhir/Skripsi Mahasiswa STIKes Karsa Husada Garut, maka dengan ini kami memohon rekomendasi untuk melaksanakan penelitian dan pengumpulan data. Adapun nama mahasiswa/i yang akan melaksanakan kegiatan tersebut adalah :

Nama : Alfina Liani Suryadi

NIM : KHGC19048

Topik Penelitian : Kualitas Tidur pada Pengguna *Game Online*

Demikian surat permohonan ini kami sampaikan. Atas perhatiannya dan kerja sama Bapak/Ibu kami ucapkan TerimaKasih.

*Wassalammu'alaikum Wr. Wb*

Garut, Maret 2023

Hormat kami,  
Mahasiswa/i

Alfina Liani S

## LEMBAR PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Dengan hormat,

Saya yang bertanda tangan dibawah ini adalah mahasiswi STIKes Karsa Husada Garut.

Nama : Alfina Liani Suryadi

NIM : KHGC19048

Akan melaksanakan penelitian tentang **“Kualitas Tidur Pada Pengguna *Game Online* di STIKes Karsa Husada Garut”** Penelitian ini tidak menimbulkan akibat yang merugikan bagi semua responden. Kerahasiaan semua responden akan dijaga dan hanya akan digunakan untuk kepentingan penelitian. Apabila saudara menyetujui maka saya mohon kesediannya untuk menjawab semua pertanyaan yang saya berikan dan bersedia mengisi kuesioner.

Hormat saya,

(Alfina Liani Suryadi)

## LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama :

Jenis kelamin :

Dengan ini menyatakan bersedia ikut berpartisipasi dan bersedia menjadi responden dalam penelitian yang akan dilakukan oleh mahasiswi STIKes Karsa Husada Garut dengan judul **“Gambaran Kualitas Tidur Pada Pengguna Game Online di STIKes Karsa Husada Garut”**.

Untuk itu saya menyatakan bersedia menjadi responden pada penelitian ini tanpa adanya paksaan dan memberikan jawaban yang sebenar-benarnya.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sejujur-jujurnya dan tanpa adanya paksaan dari pihak manapun.

Garut, Mei 2023

(.....)



**YAYASAN DHARMA HUSADA INSANI GARUT**  
**Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Karsa Husada**

SK Mendiknas RI No. : 129/D/O/2007

Kampus I : Jl. Subyadinata No. 07 Tlp/Fax. 0262 – 235945 Garut – Jawa Barat

Kampus II : Jl. Nusa Indah No. 24 Tlp. 0262 – 4704803, 0262 – 235860 Garut – Jawa Barat

**FORMULIR USULAN TOPIK PENELITIAN**

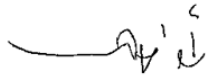
NAMA MAHASISWA : Alfina Liani S  
NIM : KH6C13048  
PROGRAM STUDY : SI. Keperawatan  
TAHUN AKADEMIK : ~~2019/2020~~ 2019/2020

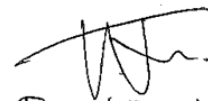
| NO | PENELITIAN          | KETERANGAN                                                                           |
|----|---------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|
| 1  | Tema Penelitian     | Mahasiswa yang ketertarikan<br>Game online.                                          |
| 2  | Judul Penelitian    | Gambaran kualitas tidur pada pengguna<br>Game online di STikes Karsa Husada<br>Garut |
| 3  | Variabel Penelitian | 1. Kualitas tidur<br>2. Pengguna Game online.                                        |
| 4  | Tempat Penelitian   | Mahasiswa STikes Karsa Husada Prodi<br>SI Keperawatan                                |
| 5  | Metode Penelitian   | Deskriptif kuantitatif                                                               |

Garut, 21 Desember 2022

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping

  
Dr. H. Asep Ahmad Hidayat, M.A.

  
Tantri Duspita, S.Kep.Ns., M.Ns.

Menyetujui  
Ka LP4M

  
Andhika Lungguh P. S.Kom., M.Si.



**YAYASAN DHARMA HUSADA INSANI GARUT**  
**Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Karsa Husada**

SK Mendiknas RI No. : 129/ D / 0 / 2007

Kampus I : Jl. Subyadinata No. 07 Tlp/Fax. 0262 – 235946 Garut – Jawa Barat

Kampus II : Jl. Nusa Indah No. 24 Tlp. 0262 – 4704803, 0262 – 235860 Garut – Jawa Barat

Nomor : 0985 /STIKes KHG/UM/V/2023  
Lampiran : -  
Perihal : Permohonan izin uji validitas instrumen

Kepada Yth.  
**Ketua STIKes Dharma Husada Bandung**  
di  
Tempat

*Assalamu'alaikum Wr. Wb.*

Sehubungan dengan akan dilaksanakannya penyusunan Karya Tulis Ilmiah/Tugas Akhir/Skripsi Mahasiswa STIKes Karsa Husada Garut, maka dengan ini kami memohon untuk melaksanakan uji validitas instrument penelitian. Adapun nama mahasiwa/i yang akan melaksanakan kegiatan tersebut adalah:

|                  |                                                               |
|------------------|---------------------------------------------------------------|
| Nama             | : Alfina Liani Suryadi                                        |
| NIM              | : KHGC19048                                                   |
| Topik penelitian | : Gambaran gangguan tidur pada mahasiswa pengguna game online |

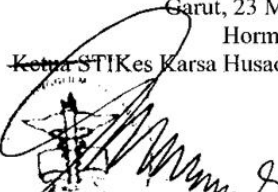
Demikian surat permohonan ini kami sampaikan. Atas perhatian dan kerjasama Bapak/Ibu kami ucapkan Terima Kasih.

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb.*

Garut, 23 Mei 2023

Hormat kami,

~~Ketua~~ STIKes Karsa Husada Garut

  
H. Engkus Kusnadi, S.Kep., M.Kes  
NIK. 043298.1196.014



**STIKes Dharma Husada**  
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Dharma Husada Bandung  
Jl. Terusan Jakarta No. 75 Telp/Fax. 022-7204803 Antapani Bandung

Nomor : 088/SDHB/L/TU/VI/2023  
Lampiran : -  
Perihal : *Permohonan ijin Uji Validitas Instrumen*

Bandung, 19 Juni 2023

Kepada yang terhormat,  
**Ketua STIKes Karsa Husada Garut**  
di-  
Tempat

Memperhatikan surat Ketua STIKes Karsa Husada Garut, Nomor : 0785  
/STIKesKHG/UM/V/2023 perihal tersebut pada pokok surat di atas an. mahasiswa:

N a m a : **Alfina Liani Suryadi**  
N I M : **KHGC19048**  
Program Studi : **Sarjana Keperawatan**  
Topik Penelitian : **Gambaran Gangguan Tidur Pada Mahasiswa Pengguna Game  
Online Di STIKes Karsa Husada Garut .**

Bersama ini kami sampaikan pada prinsipnya tidak keberatan dan memberikan ijin  
kepada mahasiswa tersebut, sepanjang Uji Validitas Instrumen ini hanya untuk penyelesaian  
skripsi.

Demikian kami sampaikan, atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih .

a.n. Ketua STIKes Dharma Husada Bandung  
Wakil Ketua I Bid. Akademik & Kemahasiswaan



*[Signature]*  
Dr. Suparni, ST., M. KKK

# LEMBAR BIMBINGAN

Nama : Alfina Liani .S  
 NIM : KHEC.19048  
 Pembimbing : Dr. H. Asep Ahmad Hidayat, M. Ag  
 Judul : Gambaran kualitas tidur pada pengguna Game Online di STIKes Karso Husada Garut.

| No | Tanggal             |                     | Materi yang dikonsulkan | Saran Pembimbing                   | Paraf Pembimbing |
|----|---------------------|---------------------|-------------------------|------------------------------------|------------------|
|    | Masuk               | Keluar              |                         |                                    |                  |
| 1  | 23/02/2022          | 23/02/2022          | LMHSL                   | LMHSL<br>diperbaiki                | →                |
| 2  | 27/2023<br>Januari  | 27/2023<br>Januari  | LMHSL<br>Kaula          | LMHSL<br>tidak diperbaiki<br>Kaula | →                |
| 3  | 18/2023<br>Februari | 18/2023<br>Februari | Tau                     | LMHSL<br>dan lain-lain             | →                |

LEMBAR BIMBINGAN

|            |                                                                                    |
|------------|------------------------------------------------------------------------------------|
| Nama       | : Alfira Liani S                                                                   |
| NIM        | : KHSC.19098                                                                       |
| Pembimbing | : Dr. H. Asep Ahmad Hidayat, M. Ag                                                 |
| Judul      | : Gambaran kualitas tidur pada Persepsia Game online di stiker farsa Husada Garut. |

44

# LEMBAR BIMBINGAN

Nama : Alfina Liani .s  
 NIM : KHEC.19098  
 Pembimbing : Tantri Puspita, S. Kep. Ns. MNS.  
 Judul : Gambaran Kualitas tidur Pada Pengguna game online di STIKes Karsa Husada Garut.

| No | Tanggal<br>Masuk | Tanggal<br>Keluar | Materi yang<br>dikonsultasikan | Saran Pembimbing                                                                                                                | Paraf<br>Pembimbing                                                                   |
|----|------------------|-------------------|--------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
|    | 7/2/2023         | 7/2/2023          | Bab 2                          | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Perhatikan penulisan margin</li> <li>- halaman</li> <li>- EYD, bahasa asing</li> </ul> |    |
|    | 14/2/2023        | 14/2/2023         | Bab 1<br>Bab 2<br>Bab 3        | <ul style="list-style-type: none"> <li>- EYD</li> <li>- kenapa purposive?</li> <li>- kriteria inklusi/eksklusi?</li> </ul>      |  |
|    | 21/2/2023        | 21/2/2023         | Bab 1<br>Bab 2<br>Bab 3        | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ace</li> <li>- Bab 1, Bab 2</li> <li>- Bab 3</li> </ul>                                |  |

### LEMBAR BIMBINGAN

Nama : ALFINA LIANI SURYADI  
 NIM : KHEC10048  
 Pembimbing : Tantri Puspita, MNS.  
 Judul : Gambaran Gangguan Tidur pada mahasiswa pengguna game online di STIKes Karsa Husada Garut.

| No | Tanggal      |        | Materi yang dikonsulkan       | Saran Pembimbing | Paraf Pembimbing                                                                      |
|----|--------------|--------|-------------------------------|------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
|    | Masuk        | Keluar |                               |                  |                                                                                       |
| 1  | 21 Juni 2023 |        | - Validitas<br>- reliabilitas |                  |    |
| 2. |              |        | Bab IV x V                    | EYP              |  |
|    |              |        |                               |                  |                                                                                       |