

**HUBUNGAN KECANDUAN *GAME ONLINE* DENGAN
STATUS GIZI REMAJA (SISWA KELAS X DAN XI) DI SMA
SWASTA RA. KARTINI TEBING TINGGI**

SKRIPSI



Oleh:

DIAH DWI UTARI

NIM: 0801171098

**PROGRAM STUDI ILMU KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UIN SUMATERA UTARA
MEDAN
2022**

**HUBUNGAN KECANDUAN *GAME ONLINE* DENGAN
STATUS GIZI REMAJA (SISWA KELAS X DAN XI) DI SMA
SWASTA RA. KARTINI TEBING TINGGI**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat

Untuk Memperoleh Gelar

Sarjana Kesehatan Masyarakat (S.K.M)

DIAH DWI UTARI

NIM : 0801171098

**PROGRAM STUDI ILMU KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UIN SUMATERA UTARA
MEDAN
2022**

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Nama : Diah Dwi Utari
NIM : 0801171098
Program Studi : Ilmu Kesehatan Masyarakat
Peminatan : Gizi Masyarakat
Tempat, Tanggal Lahir : Merbau Selatan, 20 Juni 1999
Judul Skripsi : Hubungan Kecanduan *Game Online* dengan Status Gizi Remaja (Siswa Kelas X dan XI) di SMA Swasta RA. Kartini Tebing Tinggi

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini merupakan hasil karya asli saya yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Strata I di Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat FKM Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
2. Sumber yang saya gunakan dalam penelitian ini telah saya cantumkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Program Studi Kesehatan Masyarakat FKM Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
3. Jika dikemudian hari terbukti bahwa karya ini bukan hasil karya saya asli atau merupakan hasil jiplakan dari karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi yang berlaku di Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat FKM Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.

Medan, 23 Agustus 2022

Diah Dwi Utari
0801171098

LEMBAR PERSETUJUAN

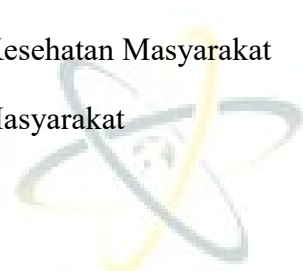
Judul Skripsi : Hubungan Kecanduan *Game Online* dengan Status Gizi Remaja
(Siswa Kelas X dan XI) di SMA Swasta RA. Kartini Tebing
Tinggi

Nama : Diah Dwi Utari

Nim : 0801171098

Program Studi : Ilmu Kesehatan Masyarakat

Peminatan : Gizi Masyarakat



Menyetujui
Pembimbing Skripsi

Eliska, SKM, M.Kes
NIP. 1100000125

Prof. Dr. Nurhavati, M.Ag
NIP. 197405172003122003

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan judul
Hubungan Kecanduan *Game Online* dengan Status Gizi Remaja (Siswa Kelas X dan XI) di SMA Swasta RA. Kartini Tebing Tinggi

Yang dipersiapkan dan dipertahankan oleh:

DIAH DWI UTARI
NIM: 0801171098

Telah Diuji dan Dipertahankan Dihadapan Tim Penguji Skripsi
Pada Tanggal 23 Agustus 2022 dan
Dinyatakan Telah Memenuhi Syarat Untuk Diterima

TIM PENGUJI
Ketua Penguji



Reni Agustina Harahap, SST, M.Kes
NIB. 1100000124

Penguji I



Eliska, SKM, M.Kes
NIB. 1100000125

Penguji II



Meutia Nanda, SKM, M.Kes
NIB. 1100000082

Penguji III



Prof. Dr. Nurhayati, M.Ag
NIP. 197405172003122003

Medan, Oktober 2022

Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat
Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

Plt. Dekan,



Dr. Mhd. Furqan, S.Si, M.Comp, Sc
NIP. 1980080620060041003

RIWAYAT HIDUP

Data Pribadi

Nama : Diah Dwi Utari
NIM : 0801171098
Jenis Kelamin : Perempuan
Tempat, Tanggal Lahir : Merbau Selatan, 20 Juni 1999
Agama : Islam
Alamat : Perumahan Kartama Raya Blok. G2 No.1, Pekanbaru.
No Hp : 0851 5942 0990
E-mail : diahdwiutari9@gmail.com

Data Orang Tua

Nama Ayah : Agus Jusa
Pekerjaan : Pegawai Swasta
Nama Ibu : Nurbaini
Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga
Alamat : Perumahan Kartama Raya Blok. G2 No.1, Pekanbaru.

Data Pendidikan Formal

SD : SD Negeri 013 Tampan, Pekanbaru (2005-2011)
SMP : SMP Negeri 20 Pekanbaru (2011-2014)
SMA : SMA Swasta YLPI Pekanbaru (2014-2017)

Pengalaman Magang

UPT Puskesmas Mandala (2021)

**HUBUNGAN KECANDUAN *GAME ONLINE* DENGAN STATUS GIZI
REMAJA (SISWA KELAS X DAN XI) DI SMA SWASTA RA. KARTINI
TEBING TINGGI**

DIAH DWI UTARI
NIM : 0801171098

ABSTRAK

Game online saat ini sangat populer di semua kalangan, salah satunya cukup populer di kalangan remaja. *Game online* merupakan permainan yang dapat dimainkan melalui koneksi internet dalam waktu yang relatif singkat dan telah menjadi fenomena budaya yang signifikan. *Game online* memiliki dampak buruk tersendiri bagi remaja seperti terjadinya perubahan pola makan yang dapat menimbulkan masalah gizi bagi remaja berupa gizi kurus dan kegemukan. Remaja dengan kebiasaan bermain *game online* memiliki status gizi gemuk dikarenakan remaja bermain *game* sambil melahap makanan sehingga menimbulkan penumpukan lemak pada tubuh remaja. Status gizi kurus pada remaja dikarenakan remaja terlalu fokus bermain *game*, hingga melupakan waktu makan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kecanduan *game online* dengan status gizi remaja di SMA Swasta RA. Kartini Tebing Tinggi. Jenis penelitian ini deskriptif korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi pada penelitian ini ialah siswa kelas 10 dan 11 yang gemar bermain *game online* yang berjumlah 53 siswa dan menggunakan *total sampling*. Data dianalisis menggunakan Uji *Chi Square*. Hasil uji statistik menunjukkan tidak terdapat hubungan antara kecanduan *game online* dengan status gizi remaja di SMA Swasta RA. Kartini Tebing Tinggi. Saran pada penelitian ini ialah pihak sekolah diharapkan dapat memberikan edukasi mengenai pembatasan waktu dalam bermain *game online* dan juga edukasi mengenai pola hidup sehat beserta aktifitas fisik guna mengurangi prevalensi kecanduan *game online* dan mempertahankan indeks massa tubuh (IMT) remaja tetap normal.

Kata Kunci: Game Online, Kecanduan Game Online, Status Gizi

**THE RELATIONSHIP OF ONLINE GAME ADDICTION WITH THE
NUTRITIONAL STATUS OF ADOLESCENTS (CLASS X AND XI) IN
SMA SWASTA RA. KARTINI TEBING TINGGI**

DIAH DWI UTARI
NIM : 0801171098

ABSTRACT

Online games are currently very popular in all circles, one of which is quite popular among teenagers. Online games are games that can be played via an internet connection in a relatively short time and have become a significant cultural phenomenon. Online games have their own bad effects for teenagers, such as changes in eating patterns that can cause nutritional problems for teenagers in the form of underweight and overweight nutrition. Adolescents with the habit of playing online games have a fat nutritional status because they play games while devouring food, causing fat accumulation in their bodies. Underweight nutritional status in adolescents is due to teenagers being too focused on playing games, to the point of forgetting when to eat. This study aims to determine the relationship between online game addiction and the nutritional status of adolescents in SMA Swasta R.A Kartini Tebing Tinggi. This type of research is descriptive correlation with cross sectional approach. The population in this study were students in grades 10 and 11 who liked to play online games, totaling 53 students and using total sampling. Data were analyzed using Chi Square Test. Statistical test results show that there is no relationship between online game addiction and adolescent nutritional status in SMA Swasta R.A Kartini Tebing Tinggi. The suggestion in this study is that the school is expected to provide education regarding time restrictions in playing online games and also education about healthy lifestyles and physical activity in order to reduce the prevalence of online game addiction and maintain a normal body mass index (BMI).

Keywords: Online Games, Online Game Addiction, Nutritional Status

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Alhamdulillah segala puji bagi Allah Swt. yang telah memberikan rahmat, kesehatan, dan kesempatan kepada saya, dan dengan izin Allah juga saya berhasil menyusun Skripsi saya yang berjudul “Hubungan Kecanduan *Game Online* dengan Status Gizi Remaja (Siswa Kelas X Dan XI) Di SMA Swasta RA. Kartini Tebing Tinggi” tepat pada waktunya.

Shalawat beserta salam atas junjungan kita Nabi besar Muhammad Saw. beliau adalah utusan Allah untuk menyampaikan risalah Islam ke tengah-tengah kita hingga saat ini kita telah berada didalamnya. Dengan banyak bershalawat kepada beliau mudah-mudahan kita mendapatkan syafaatnya di Yaumul Akhir kelak, Aamiin. Untuk itu dalam kesempatan kali ini, maka perkenankanlah penulis mempersembahkan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada :

1. Bapak Prof. Dr. H. Abu Rokhmad, M.Ag selaku Plt Rektor Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
2. Almarhum Bapak Prof. Dr. Syafaruddin, M.Pd selaku Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
3. Bapak Dr. Mhd. Furqan, S.si, M.Comp, SC selaku Plt Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
4. Bapak Dr. Watni Marpaung, M.Ag selaku Wakil Dekan 2 Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.

5. Bapak Dr. Salamuddin, M.A selaku Wakil Dekan 3 Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
6. Ibu Susilawati SKM, M.Kes selaku Kepala Program Studi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
7. Ibu dr. Nofi Susanti, M.Kes selaku Sekretaris Prodi yang telah banyak membantu meluangkan waktu dalam proses Administrasi Skripsi seluruh mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan.
8. Ibu Reni Agustina Harahap, SST, M.Kes, selaku dosen pembimbing akademik sekaligus ketua penguji penulis yang senantiasa memberi bimbingan, nasihat, arahan serta motivasi kepada penulis.
9. Ibu Eliska, SKM, M.Kes, selaku dosen pembimbing yang senantiasa meluangkan waktu, pikiran, dan tenaga dalam membimbing dan mengarahkan penulis dengan penuh kesabaran dalam menyelesaikan skripsi ini.
10. Ibu Prof. Dr. Nurhayati, M.Ag, selaku dosen pembimbing kajian integrasi penulis yang senantiasa memberikan bimbingan, nasihat, arahan serta motivasi dalam menyelesaikan skripsi ini.
11. Ibu Meutia Nanda, SKM, M.Kes, selaku penguji II pada sidang munaqasah yang senantiasa memberikan saran, kritik dan motivasi kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini.
12. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan yang telah banyak memberikan ilmunya kepada penulis selama menempuh perkuliahan.

13. Seluruh staf dan pegawai di lingkungan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan.
14. Kepala sekolah, guru dan staf SMA Swasta RA. Kartini Tebing Tinggi yang telah memberikan bantuan hingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
15. Teristimewa kepada kedua orang tua tercinta Bapak Agus Jusa dan Ibu Nurbaini, yang mengiringi penulis dengan Do'a dan kasih sayang serta memberikan dorongan, semangat dan pengorbanan yang sangat besar sehingga penulis dapat menyelesaikan pendidikan sarjana di Program Studi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan.
16. Teristimewa kepada abang penulis Muhammad Bima Wijaya dan adik penulis Qorry Shapa Bahagia, yang mengiringi penulis dengan Do'a dan kasih sayang sehingga penulis dapat menyelesaikan pendidikan sarjana di Program Studi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan.
17. Teristimewa kepada seluruh sahabat penulis Sari Eka Surabina, Mutiara Mustafa, Dinda Lyani Ramadhani, dan Nisrina Afifah yang senantiasa membantu, memberikan motivasi dan Do'a nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan pendidikan sarjana di Program Studi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan.
18. Kepada teman sepermainan penulis Rafika Jumaini, Lisna Sulandri, Afifah Luthfiyyah dan Dinda Khoirunnisa Harahap yang selalu membantu dan menyemangati penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
19. Teman-teman IKM 2 angkatan tahun 2017 yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

20. Teman-teman peminataan gizi angkatan tahun 2017 yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Demikianlah ucapan terimakasih ini penulis sampaikan. Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih sangat jauh dari kata sempurna baik dari segi penulisan maupun isi. Oleh karenanya, penulis berharap saran dan kritik yang bersifat membangun dari pembaca demi tercapainya kesempurnaan skripsi ini. Semoga Allah SWT membalas kebaikan saudara semua. *Aamiin Ya Rabbal Alamin.*

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Medan, 23 Agustus 2022

Diah Dwi Utari
0801171098

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN

DAFTAR ISI

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
RIWAYAT HIDUP	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xvi
DAFTAR TABEL	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
BAB I : PENDAHULUAN	
1.1.Latar Belakang	1
1.2.Rumusan Masalah	5
1.3.Tujuan Penelitian	5
1.3.1. Tujuan Umum	5
1.3.2. Tujuan Khusus	5
1.4.Manfaat Penelitian	5
1.4.1. Bagi Program Studi Kesehatan Masyarakat	5
1.4.2. Bagi Sekolah	6
1.4.3. Bagi Siswa SMA	6
1.4.4. Bagi Masyarakat.....	6
1.4.5. Bagi Peneliti	6
BAB II : LANDASAN TEORI	
2.1. Kecanduan <i>Game Online</i>	7
2.1.1. Definisi Kecanduan	7
2.1.2. Definisi <i>Game Online</i>	7
2.1.3. Desinisi Kecanduan <i>Game Online</i>	9
2.2. Definisi Remaja.....	12
2.3. Kebutuhan Status Gizi Remaja	13

2.4. Status Gizi Remaja	16
2.4.1. Status Gizi	16
2.4.2. Penilaian Status Gizi Remaja	19
2.5. Hubungan Kecanduan <i>Game Online</i> Dengan Status Gizi Remaja	20
2.6. Kajian Integrasi	21
2.6.1. <i>Game Online</i> Dalam Perspektif Islam	21
2.6.2. Status Gizi Dalam Perspektif Islam	23
2.7. Kerangka Teori	25
2.8. Kerangka Konsep	27
2.9. Hipotesis	27
BAB III : METODE PENELITIAN	
3.1. Jenis dan Desain Penelitian	28
3.2. Lokasi dan Waktu Penelitian	28
3.3. Populasi dan Sampel	28
3.3.1. Populasi	28
3.3.2. Sampel	29
3.4. Variabel Penelitian	29
3.4.1. Variabel Bebas	29
3.4.2. Variabel Terikat	29
3.5. Definisi Operasional	29
3.6. Teknik Pengumpulan Data	30
3.6.1. Jenis Data	30
3.6.2. Instrumen Penelitian	31
3.6.3. Prosedur Pengumpulan Data	31
3.7. Teknik Pengolahan Data	32
3.7.1. Data Karakteristik Responden	32
3.7.2. Data Kecanduan <i>Game Online</i>	32
3.7.3. Data Status Gizi	33
3.8. Analisis Data	33
3.8.1. Analisis Univariat	33
3.8.2. Analisis Bivariat	33

BAB IV : HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1. Hasil Penelitian 35

 4.1.1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian 35

 4.1.2. Analisis Univariat..... 35

 4.1.3. Analisis Bivariat..... 38

4.2. Pembahasan..... 39

 4.2.1. Kecanduan *Game Online* 39

 4.2.2. Status Gizi Remaja Yang Bermain *Game Online*..... 41

 4.2.3. Hubungan Kecanduan *Game Online* dengan Status Gizi Remaja ... 43

BAB V : KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan 47

5.2. Saran..... 47

DAFTAR PUSTAKA 49

LAMPIRAN 54



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori Penelitian.....	26
Gambar 2.2 Kerangka Konsep Penelitian.....	27



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1. Kebutuhan energi harian dalam tubuh remaja	14
Tabel 2.2. Kebutuhan harian protein dalam tubuh remaja	14
Tabel 2.3. Kategori dan Ambang Batas Status Gizi Remaja	20
Tabel 3.1. Definisi Operasional	30
Tabel 4.1 Distribusi Karakteristik Responden	36
Tabel 4.2 Rata-Rata Waktu Bermain <i>Game Online</i> Dalam Sehari	36
Tabel 4.3 Rata-Rata Waktu Harian Bermain <i>Game Online</i> Dalam Seminggu ...	37
Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Kecanduan <i>Game Online</i>	37
Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Status Gizi Remaja	38
Tabel 4.6 Hubungan Kecanduan <i>Game Online</i> dengan Status Gizi Remaja	39



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Master Tabel.....	54
Lampiran 2. Output Uji Normalitas	58
Lampiran 3. Output Analisis Univariat.....	59
Lampiran 4. Output Analisis Bivariat	62
Lampiran 5. Surat Izin Penelitian.....	63
Lampiran 6. Surat Keterangan Penelitian	64
Lampiran 7. Foto Kegiatan	65
Lampiran 8. Lembar <i>Informed Consent</i>	66
Lampiran 9. <i>Form</i> data diri	67
Lampiran 10. Kuesioner Kecanduan <i>Game Online</i>	69
Lampiran 11. Tabel Observasi Status Gizi	71

