

**HUBUNGAN PERILAKU REMAJA MENGENAI KECANDUAN
GAME ONLINE DENGAN POLA TIDUR
DI SMPN 2 BATANG GASAN**

SKRIPSI



**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN**

Oleh:

SYUKRA RAHIMA SUHADA

NIM : 0801182272

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN**

**PROGRAM STUDI ILMU KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA
2022**

**HUBUNGAN PERILAKU REMAJA MENGENAI KECANDUAN
GAME ONLINE DENGAN POLA TIDUR
DI SMPN 2 BATANG GASAN**

SKRIPSI



*Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat
Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Kesehatan Masyarakat (S.K.M)*

Oleh:

SYUKRA RAHIMA SUHADA

NIM : 0801182272

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN

**PROGRAM STUDI ILMU KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA
2022**

**HUBUNGAN PERILAKU REMAJA MENGENAI KECANDUAN
GAME ONLINE DENGAN POLA TIDUR
DI SMPN 2 BATANG GASAN**

SYUKRA RAHIMA SUHADA

NIM : 0801182272

ABSTRAK

Latar belakang: Bermain *game online* dapat menyebabkan pola tidur menjadi terganggu dan konsentrasi belajar remaja menjadi menurun. Remaja yang memiliki pola tidur yang lebih teratur lebih menunjukkan pola tidur yang berkualitas serta performa tubuh yang lebih baik dibandingkan dengan remaja yang memiliki pola tidur yang tidak teratur. **Tujuan penelitian:** Menganalisis hubungan antara perilaku remaja mengenai kecanduan game online dengan pola tidur tidak teratur di SMPN 2 Batang Gasan. **Metode:** jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain penelitian cross sectional. Jumlah sampel pada penelitian ini adalah 69 remaja . Pengumpulan data menggunakan kuisioner dengan analisis uji chi square. **Hasil:** Dari hasil penelitian yang di lakukan didapatlah nilai p value = $0,005 < 0,05$ yang mana menunjukkan bahwa kecanduan game online mempengaruhi terhadap pola tidur tidak teratur. **Kesimpulan:** Terdapat hubungan antara kecanduan *game online* dengan pola tidur remaja di SMPN 2 Batang Gasan. **Saran :** Diharapkan kepada pihak sekolah untuk mengontrol siswa saat dalam masih proses ruang lingkup sekolah di perhatikan mengenai membawa *handphone* ke sekolah yang dapat mengganggu konsentrasi belajar remaja.

Kata kunci : remaja, kecanduan game online, pola tidur.

RELATED ADOLESCENT BEHAVIOR REGARDING ADDICTION

**ONLINE GAMES WITH SLEEP PATTERNS
AT SMPN 2 BATANG GASAN**

SYUKRA RAHIMA SUHADA

NIM : 0801182272

ABSTRACT

Background: *Playing online games can cause sleep patterns to be disrupted and adolescents' concentration in learning to decrease. Someone who has a more regular sleep pattern shows better quality sleep patterns and better body performance compared to teenagers who have irregular sleep patterns. Research objective:* *To analyze the relationship between adolescent behavior regarding online game addiction and irregular sleep patterns at SMPN 2 Batang Gasan.* **Method:** *this type of research is quantitative with a cross-sectional research design. The number of samples in this study were 69 teenagers. Collecting data using a questionnaire with chi square test analysis.* **Results:** *From the results of the research conducted, it was found that the p value = 0.005 < 0.05 which shows that online game addiction affects irregular sleep patterns.* **Conclusion:** *There is a relationship between online game addiction and adolescent sleep patterns at SMPN 2 Batang Gasan.* **Suggestion:** *It is hoped that the school will control students while still in the process of the scope of the school paying attention to bringing mobile phones to school which can interfere with the concentration of adolescent learning.*

Keywords: *adolescents, online game addiction, sleep patterns*

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Nama : Syukra Rahima Suhada
Nim : 0801182272
Program Studi : Ilmu Kesehatan Masyarakat
Peminatan : Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku (PKIP)
Tempat/Tanggal Lahir : Pariaman, 13 September 2000
Judul Skripsi : Hubungan Perilaku Remaja Mengenai Kecanduan *Game Online* Terhadap Pola Tidur di SMPN 2 Batang Gasan

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi ini merupakan hasil karya saya yang diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh gelar Stara 1 Di Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat FKM UIN Sumatera Utara Medan.
2. Semua sumber yang saya gunakan dalam penelitian ini telah saya cantumkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Program Ilmu Kesehatan Masyarakat FKM UIN Sumatera Utara Medan.
3. Jika dikemudian hari terbukti bahwa karya ini bukan hasil karya saya atau merupakan jiplakan dari karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi yang berlaku di Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat FKM UIN Sumatera Utara Medan.

Medan, 23 November 2022

Syukra Rahima Suhada
NIM.0801182272

HALAMAN PERSETUJUAN

JUDUL SKRIPSI : HUBUNGAN PERILAKU REMAJA MENGENAI
KECANDUAN *GAME ONLINE* DENGAN POLA TIDUR
DI SMPN 2 BATANG GASAN

NAMA : Syukra Rahima Suhada

NIM : 0801182272

PROGRAM STUDI : Ilmu Kesehatan Masyarakat

PEMINATAN : Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku (PKIP)

Menyetujui,

Dosen Pembimbing Skripsi .

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

Diketahui,

Medan, 23 November 2022

Pembimbing Intergrasi Keislaman

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI

SUMATERA UTARA MEDAN

Dr. Mhd. Furqan, S.Si., M. Comp.Sc
NIP. 198008062006041003

Tanggal Lulus : 23 November 2022

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi Dengan Judul :

**HUBUNGAN PERILAKU REMAJA MENGENAI KECANDUAN GAME
ONLINE DENGAN POLA TIDUR DI SMPN 2
BATANG GASAN**

Yang Dipersiapkan dan Dipertahankan Oleh :

SYUKRA RAHIMA SUHADA

NIM : 0801182272

Telah Diuji dan Dipertahankan di Hadapan Tim Penguji Skripsi
Pada Tanggal 23 November 2022 dan
Dinyatakan Telah Memenuhi Syarat Untuk Diterima

TIM PENGUJI

Ketua Penguji



Eliska, SKM, M.Kes

NIP. 1100000125

Penguji I

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

Penguji II

Wasiyem, S.Pd, M.Si
NIP: 196807271997032001

Penguji Integrasi

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
Dr. Mhd. Furqan, S.Si, M. Comp.Sc
SUMATERA UTARA MEDAN
NIP. 198008062006041003

Medan, 23 November, 2022

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

Plt. Dekan,

Dr. Mhd. Furqan, S.Si, M.Comp. Sc
NIP. 198008062006041003

DAFTAR RIWAYAT HIDUP
(*CURICULUM VITAE*)

1. DATA PRIBADI

Nama : Syukra Rahima Suhada
Tempat, Tgl. Lahir : Pariaman, 13 September 2000
Jenis Kelamin : Perempuan
Alamat Rumah : Jl. Sidi Tukar Arif, Sintuk Pariaman Utara Kota
Pariaman.
Kewarganegaraan : Warga Negara Indonesia
Suku Bangsa : Minang
Agama : Islam
Tinggi Berat Badan : 155 cm, 43 kg
Golongan Darah : O
Status Perkawinan : Belum Menikah
Contact Person : 085264892948
Alamat e-mail : suhadasyukrarahima13@gmail.com

2. DATA ORANG TUA

Nama Ayah : Suhardi S.Pd
Pekerjaan Ayah : PNS
Nama Ibu : Satri Darnita
Pekerjaan Ibu : Ibu Rumah Tangga
No Hp : 085263757351

3. RIWAYAT PENDIDIKAN

2006-2012 : SDN 27 Kp Baru Padusunan

2012-2015 : SMPN 7 Kota Pariaman

2015-2018 : SMAN 4 Kota Pariaman

2018-2022 : Peminatan Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku,
Jurusan Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas
Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri
Sumatera Utara

4. RIWAYAT ORGANISASI

2018-2019 : Anggota IKAMMI UIN SU Medan

2019-2020 : Anggota Bidang Seni & Budaya

2020-2021 : Anggota Volunter POKJA ISMKMI UINSU Medan

5. PENGALAMAN MAGANG

1. 2022 : UPT Puskesmas Mulyorejo, Kecamatan Sunggal,
Kabupaten Deli Serdang Sumatera Utara

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Puji syukur peneliti sampaikan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkah, rahmat, dan hidayah-Nya peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Hubungan Perilaku Remaja Mengenai Kecanduan Game Online Dengan Pola Tidur Di SMPN 2 Batang Gasan”**. Selanjutnya shalawat beriring salam penulis ucapkan kepada Nabi Muhammad SAW yang menjadi suri tauladan dalam setiap sikap dan tindakan kita sebagai seorang intelektual muslim. Adapun maksud dari penulisan proposal skripsi ini yaitu menjadi salah satu syarat untuk disetujui sebagai salah satu langkah dalam memperoleh gelar Strata Satu (S1) jurusan Ilmu Kesehatan Masyarakat di Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.

Dalam penyusunan skripsi ini tentunya tidak terlepas dari bantuan, bimbingan, dan arahan dari berbagai pihak. Peneliti menerima saran yang bermanfaat saat perencanaan sampai pada penelitian selesai. Untuk itu, penulis menyampaikan terimakasih yang setulusnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Abu Rokhmad, M.Ag selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
2. Bapak Dr. Muhammad Furqan, M. Comp. Sc selaku Plt Dekan sekaligus Wakil Dekan I Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan yang juga merupakan dosen pembimbing integrasi islam yang telah memberikan bimbingan dan motivasi pada penulis dalam menyelesaikan skripsi.

3. Bapak Dr. Watni Marpaung, M.A selaku wakil Dekan II Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan dan juga merupakan dosen pembimbing akademik Penulis yang telah memberikan bimbingan kepada penulis dari semester awal sampai saat ini.
4. Bapak Dr. Salamuddin, M.A selaku wakil Dekan III Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan.
5. Ibu Susilawati, SKM., M.Kes selaku Kepala Program Studi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan.
6. Ibu dr. Nofi Susanti, M.Kes selaku Sekretaris Program Studi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan.
7. Ibu Zuhrina Aidha, S.Kep., M.Kes selaku koordinator peminatan Pendidikan Kesehatan dan Ilmu Perilaku (PKIP) Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan.
8. Ibu Reni Agustina Harahap, SST., M.Kes selaku dosen pembimbing Umum yang telah banyak meluangkan waktu dan pikiran dalam memberikan pengarahan dan bimbingan pada penulis dalam menyelesaikan skripsi.
9. Ibu Eliska, SKM., M.Kes selaku ketua penguji yang telah memberikan masukan serta saran dalam penyelesaian skripsi ini.
10. Ibu Wasiyem, S.Pd., M.Si selaku dosen penguji umum yang telah banyak memberikan masukan serta saran pada penulis dalam menyelesaikan skripsi.
11. Kepada seluruh Dosen dan Staff Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
12. Kepala Sekolah dan Seluruh Guru di SMPN 2 Batang Gasan yang telah menerima dan membantu menulis dan mengumpulkan informasi.

13. Teristimewa Untuk kedua orang tua penulis, Ayahanda Suhardi, SP.d dan Ibunda Satri Darnita yang tiada henti-hentinya mendoakan penulis, memberikan semangat, kasih sayang, Kesehatan serta dukungan baik moral dan material yang tidak pernah terputus sehingga bisa berada di tahap saat sekarang ini.
14. Kepada Adik-adiku tercinta dan tersayang Syahidatul Husna dan Isramir F Suhanda yang telah memberikan support, semangat serta Doa yang tiada hentinya sampai saat ini.
15. Teruntuk Keluarga Besar tercinta yang senantiasa memberikan doa, nasihat, motivasi, serta kasih sayang sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi.
16. Terkhusus ungkapan terimakasih penulis untuk sahabat seperjuangan yaitu Rahma Safira yang telah membersamai dari awal perkuliahan dan teman satu kos, serta selalu memberikan motivasi dan dukungan dalam penyelesaian skripsi.
17. Kepada Novia Yuliade Putri dan Rahmi Lestari sahabat seperkuliahan yang selalu memberikan semangat, motivasi serta saran dalam penulisan skripsi.
18. Kepada Squad Padang Ifanada Suryani, Rahma safira, Novia yuliade putri yang telah memberikan dukungan serta semangat dalam mengerjakan skripsi ini.
19. Kepada teman-teman IKM 2 (B) FKM UINSU yang mana tidak dapat di sebutkan Namanya satu-persatu yang memberikan semangat serta saran kepada penulis.
20. Kepada teman-teman peminatan PKIP dan semua pihak yang telah banyak membantu dalam penyelesaian skripsi ini yang tidak dapat disebutkan namanya satu persatu.

21. Kepada teman-teman kelompok LKP yang Namanya tidak bisa disebutkan satu persatu terimakasih telah membantu dalam menyelesaikan skripsi ini.
22. *Last but not least. I wanna thank me, I wanna thank me for believing in me, I wanna thank me for doing all this hard work, I wanna thank me for hafing no day off, I wanna thank me for never quitting.*

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna sehingga penulis membutuhkan kritik dan saran yang bersifat membangun agar bisa menjadi lebih baik di masa yang akan datang. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis dan para pembaca.

Wassalamu 'alaikum warahmatullahi wabarakatuh.

Medan, 23 November 2022

Penulis,

Syukra Rahima Suhada

NIM. 0801182272

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
ABSTRACT	ii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	vi
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	7
1.3 Tujuan Penelitian	7
1.3.1 Tujuan Umum	7
1.3.2 Tujuan Khusus	7
1.4 Manfaat Penelitian	8
BAB II LANDASAN TEORITIS	9
2.1 <i>Game Online</i>	9
2.2 Jenis-jenis <i>Game Online</i>	10
2.3 Kecanduan <i>Game Online</i>	12
2.4 Dampak Bermain <i>Game Online</i>	13
2.4.1 Dampak Positif	15
2.4.2 Dampak Negatif	17
2.5 Perilaku Remaja	19
2.5.1 Pengertian Perilaku	19
2.5.2 Faktor yang mempengaruhi perilaku	19
2.5.3 Remaja	22
2.5.4 Faktor yang mempengaruhi perilaku remaja bermain game online	24
2.6 Konsep tidur	26
2.6.1 Pengertian Tidur.....	26

2.6.2	Tahapan Tidur	27
2.6.3	Pengertian Kualitas Tidur.....	29
2.6.4	Pengertian Pola Tidur.....	30
2.6.5	Faktor-faktor yang mempengaruhi Pola Tidur.....	31
2.6.6	Penilaian Pola Tidur.....	32
2.7	Kajian Intgeritasi Keislaman	34
2.7.1	Konsep Hukum Bermain Game Online Dalam Islam.....	34
2.7.2	Pola Tidur yang baik dalam perspektif islam.....	37
2.8	Kerangka Teori	41
2.9	Kerangka Konsep.....	42
BAB III METODE PENELITIAN		43
3.1	Jenis dan Desain Penelitian	43
3.2	Lokasi dan Waktu Penelitian.....	43
3.3	Populasi dan Sampel.....	43
3.3.1	Populasi.....	43
3.3.2	Sampel	43
3.3.3	Teknik Pengambilan Sampel.....	45
3.4	Variabel Penelitian	45
3.5	Definisi Operasional.....	47
3.6	Aspek Pengukuran.....	48
3.7	Uji Validitas dan Reliabilitas.....	48
3.7.1	Uji Validitas	48
3.7.2	Uji Reliabilitas	48
3.8	Teknik Pengumpulan Data	49
3.8.1	Jenis Data	49
3.8.2	Alat Atau Instrument Penelitian.....	49
3.8.3	Prosedur Pengumpulan Data.....	50
3.9	Analisis Data	50
3.9.1	Analisis Univariat.....	50
3.9.2	Analisis Bivariat.....	50
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN		51
4.1.	Hasil Penelitian	51
4.1.1	Gambaran umum lokasi penelitian	51
4.1.2	Karakteristik responden	51
4.1.3	Analisis univariat	53
a.	Kategori responden berdasarkan kecanduan <i>game online</i>	53
b.	Kategori responden berdasarkan pola tidur	53
4.1.4	Analisis Bivariat	54
a.	Hubungan mengenai kecanduan <i>game online</i> terhadap pola tidur di SMPN 2 Batang Gasan	54

4.2 Pembahasan.....	55
4.2.1 Hubungan mengenai kecanduan <i>game online</i> terhadap pola tidur di SMPN 2 Batang Gasan	55
4.2.2 Konsep kajian Integrasi Keislaman Terkait Pola Tidur.....	59
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	65
5.1 Kesimpulan	65
5.2 Saran	65
DAFTAR PUSTAKA	67
LAMPIRAN I	69
DOKUMENTASI	70



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka teori	34
Gambar 2.2 Kerangka konsep	35



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 sampel siswa.....	37
Tabel 3.2 Definisi Operasional	40
Tabel 3.3 Hasil uji validitas instrument Hubungan perilaku remaja mengenai kecanduan <i>game online</i> terhadap pola tidur	42
Tabel 3.4 Hasil uji reabilitas	43
Tabel 4.1 Karakteristik Frekuensi responden	51
Tabel 4.2 Distribusi frekuensi responden berdasarkan kecanduan game online.....	53
Tabel 4.3 Distribusi frekuensi responden berdasarkan pola tidur	53
Tabel 4.4 Distribusi mengenai hubungan antara kecanduan <i>game online</i> terhadap pola tidur di SMPN 2 Batang Gasan	54



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Kuisisioner.....	69
Lampiran II Informend consent	71
Lampiran III Lembaran permohonan menjadi responden penelitian	72
Lampiran IV Surat Keterangan penelitian	73
Lampiran V Master data penelitian mengenai hubungan kecanduan game online terhadap pola tidur tidak teratur	74
Lampiran VI Output data SPSS	76
Lampiran VII Dokumentasi	79



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN