

INSTITUT TEKNOLOGI DAN KESEHATAN MAHARDIKA

FAKULTAS KESEHATAN

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN

Skripsi, September 2023

Rizal Nova Jalaludin, Dwiyantri Purbasari, Pipit Indra Lestari

**Gangguan Tidur Pada Remaja Pengguna *Game* Elektronik di Desa
Ciawigebang Kabupaten Kuningan**

Xii + 69 Halaman + 9 Tabel + 2 Bagan + 11 Lampiran

ABSTRAK

Menurut Kementerian Informasi dan Informatika Indonesia (Kominfo,2021) di Indonesia sebanyak 170 juta orang bermain game di berbagai macam platform, sebanyak 84% orang bermain game dengan menggunakan ponsel, 43% menggunakan komputer, 20% menggunakan laptop dan 9,5% menggunakan konsol, mayoritas waktu bermain game sekitar 7-11 jam per minggu. Dalam penelitian Umi, Novrita dan Wahid (2019) secara global, prevalensi gangguan tidur di dunia bervariasi dari 15,3%- 39,2%. Data di Indonesia menunjukkan Sebagian besar tidur remaja kurang dari 63%. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengidentifikasi gangguan tidur pada remaja pengguna game elektronik di desa ciawigebang kabupaten kuningan.

Jenis Penelitian yaitu Deskriptif dengan desain pendekatan *cross sectional*. Jumlah populasi pada penelitian ini adalah 2158. Jumlah sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah 92 orang. Teknik sampling yaitu dengan menggunakan Teknik quota sampling. Instrumen yang digunakan adalah kuisioner *Sleep Disorders Questionnaire*.

Berdasarkan hasil penelitian ini di peroleh dari 92 responden bahwa remaja yang membutuhkan perhatian terutama jika peristiwa atau gerakannya berpotensi mencederai pasien atau pasangan saat tidur sebanyak 75 (81,5%) dan yang tidak mengalami insomnia sebanyak 17 (18,5%). Berdasarkan hasil penelitian ini di peroleh dari 92 responden bahwa remaja yang membutuhkan evaluasi klinis lebih lanjut untuk sleep apnea sebanyak 45 (48%) dan yang tidak membutuhkan evaluasi klinis lebih lanjut untuk sleep apnea sebanyak 47 (52%)Saran untuk ITEKes Mahardika Selama mahasiswa praktik dilapangan diharapkan mahasiswa mampu memberikan edukasi, dan pengabdian masyarakat mengenai gangguan tidur pada remaja. Bagi perawat Penelitian ini dapat dijadikan acuan untuk perawat dalam memotivasi remaja untuk menjaga jam tidur agar jam tidur untuk remaja terpenuhi. Bagi Dinas Kesehatan Kabupaten Kuningan Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi pemantauan dan monitoring terhadap kebutuhan jam tidur pada remaja.

MAHARDIKA INSTITUTE OF HEALTH AND TECHNOLOGY

HEALTH FACULTY NURSING

NURSING STUDY PROGRAM

Skripsi, September 2023

Rizal Nova Jalaludin, Dwiyanti Purbasari, Pipit Indra Lestari

***Sleep Disorders in Adolescent Electronic Game Users in Ciawigebang Village,
Kuningan Regency***

xii + 69 Pages + 9 Tables + 2 Charts + 11 Appendices

ABSTRACT

According to the Indonesian Ministry of Information and Informatics (Kominfo, 2021) in Indonesia as many as 170 million people play games on various platforms, 84% of people play games using cellphones, 43% use computers, 20% use laptops and 9.5% use consoles. , the majority of gaming time is around 7-11 hours per week. In research by Umi, Novrita and Wahid (2019) globally, the prevalence of sleep disorders in the world varies from 15.3% - 39.2%. Data in Indonesia shows that most teenagers sleep less than 63%. The aim of this research is to identify sleep disorders in adolescent electronic game users in Ciawigebang village, Kuningan district.

The type of research is descriptive with a cross sectional approach design. The population in this study was 2158. The number of samples taken in this study was 92 people. The sampling technique is by using the quota sampling technique. The instrument used was the Sleep Disorders Questionnaire.

Based on the results of this research, it was obtained from 92 respondents that 75 (81.5%) teenagers needed attention, especially if an event or movement had the potential to injure the patient or partner while sleeping and 17 (18.5%) did not experience insomnia. Based on the results of this study, it was obtained from 92 respondents that 45 (48%) teenagers needed further clinical evaluation for sleep apnea and 47 (52%) did not need further clinical evaluation for sleep apnea. Suggestions for ITEKes Mahardika During student practice In the field, it is hoped that students will be able to provide education and community service regarding sleep disorders in adolescents. For nurses, this research can be used as a reference for nurses in motivating teenagers to maintain sleep hours so that teenagers can get enough sleep. For the Kuningan District Health Service, it is hoped that the results of this research will be able to monitor and monitor the need for sleep hours in teenagers.