

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Game elektronik adalah permainan dalam setting virtual yang, diimplementasikan melalui perangkat alat seperti, komputer, laptop, tablet, handphone, tv dan lain-lain ( Ratna,2014). Pada era digital game sangat pesat perkembangannya, game di manfaatkan sebagai hiburan tetapi yang terjadi game di mainkan secara berlebihan yang menyebabkan kecanduan. Menurut Kementrian 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 consol, mayoritas waktu bermain game sekitar 7-11 jam per minggu. Remaja pada saat ini banyak menggunakan media elektronik seperti gadget, komputer dan tablet untuk bermain game.

Dalam penelitian Yustina, Maria, dan Theofilus (2021) dari total sampel 240 remaja, sebanyak 169 orang (70,4%) remaja bermain game yang dapat menyebabkan kecanduan yang dapat berdampak pada Kesehatan dan proses belajar menjadi terganggu. Menurut *World Health Organization* (WHO,2022) Remaja adalah fase kehidupan antara masa kanak-kanak dan dewasa, dari usia 10-19 tahun. Jumlah remaja di dunia berjumlah 1,2 milyar atau 18% dari jumlah penduduk didunia (WHO,2022). Menurut Badan Pusat Statistik (2022)

terdapat 65,82 juta remaja di Indonesia pada tahun 2022, jumlah itu setara dengan 24% dari total penduduk di Indonesia. Menurut Dinas Kesehatan Jawa Barat (Dinkes Jabar, 2021) di Jawa Barat jumlah remaja terdapat sekitar 7,8 juta penduduk usia remaja. Menurut Dinas Kesehatan Kabupaten Kuningan (Dinkes Kuningan, 2021) di Kuningan jumlah remaja terdapat sekitar 169,740 ribu penduduk usia remaja. Di Desa Ciawigebang terdapat sebanyak 2158 ribu penduduk usia remaja.

Menurut *world health organization* (WHO, 2022) remaja mengalami pertumbuhan fisik, kognitif, dan psikososial yang cepat. Mempengaruhi perasaan, pemikiran, pengambilan keputusan, dan interaksi remaja di sekitarnya, meskipun remaja dianggap sebagai masa tahap kehidupan yang sehat, ada kematian, penyakit yang signifikan pada masa remaja, risiko utama Kesehatan remaja adalah Kesehatan mental, penyakit menular, penggunaan alkohol dan narkoba. Dalam penelitian Yustina, Maria dan Theofilus (2021) sebanyak 169 orang (70,4%), dari total 169 responden, sebanyak 136 responden (56,7%) mengalami kualitas tidur yang buruk.

Tidur memiliki dampak besar pada Kesehatan dan kesejahteraan remaja. Tidur sangat penting untuk perkembangan dan pembelajaran, dan kurang tidur dapat mempengaruhi fisik dan psikologis jangka panjang. Dari segi fisik, kurang tidur bisa menyebabkan pucat, mata bengkak, lemas dan daya tahan tubuh menurun, sehingga dapat mudah terserang penyakit. Sedangkan dari segi psikologi, orang yang kurang tidur dapat menyebabkan perubahan suasana psikologisnya, membuat mengantuk, kesulitan menghadapi

rangsangan dan sulit berkonsentrasi (Alem,2020). Perubahan fisiologis dan psikologis remaja berdampak negatif pada tidur, tetapi tidur yang buruk juga terkait atau diperburuk oleh faktor eksternal. Dalam penelitian Umi, Novrita dan Wahid (2019) secara global, prevalensi gangguan tidur didunia bervariasi dari 15,3%-39,2%. Data di Indonesia menunjukkan Sebagian besar tidur remaja kurang dari 63%. Berdasarkan studi pendahuluan terhadap 15 remaja di desa ciawigebang di dapatkan bahwa sejumlah remaja di desa ciawigebang, menyatakan bahwa mereka terbiasa bermain game elektronik sampai larut malam, terutama saat libur sekolah, menyebabkan kebiasaan tidur larut malam terbawa sampai saat masuk sekolah kembali, yang menyebabkan mereka mengalami gangguan tidur, sebanyak 15 orang remaja mengalami susah tidur pada malam hari dan merasa ngantuk di siang hari.

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti akan melakukan penelitian dengan judul “Gangguan Tidur Pada Remaja Pengguna Game Elektronik Di Desa Ciawigebang Kabupaten Kuningan”

#### **1.4 Manfaat Penelitian**

a. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai sumber informasi khususnya bidang keperawatan pada kebutuhan istirahat tidur. Hasil penelitian dapat digunakan sebagai bahan referensi untuk penelitian selanjutnya pada penelitian sejenis.

b. Manfaat praktis

1. Bagi ITEKES Mahardika

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat yang berpusat pada gangguan tidur pada remaja pengguna game elektronik

2. Bagi Perawat

Hasil penelitian ini diharapkan perawat dapat mengidentifikasi gangguan tidur pada remaja pengguna game elektronik

3. Bagi Dinas kesehatan kabupaten kuningan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan evaluasi untuk menetapkan pengetahuan remaja tentang pentingnya waktu tidur

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas maka dapat dirumuskan masalah pada penelitian ini yaitu apakah ada gangguan tidur pada remaja pengguna game elektronik?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

a. Tujuan umum

Untuk mengidentifikasi gangguan tidur pada remaja pengguna game elektronik di Desa Ciawigebang Kabupaten Kuningan

b. Tujuan Khusus

1. Untuk mengidentifikasi karakteristik remaja pengguna game elektronik di desa ciawigebang kabupaten kuningan

2. Untuk mengidentifikasi gangguan tidur pada remaja pengguna game elektronik di desa ciawigebang kabupaten kuningan

### 1.5 Keaslian Penelitian

Penelitian yang berkaitan dengan penulisan judul Gangguan tidur pada remaja pengguna game elektronik, yaitu :

1. Yustinu, Maria & Theofilus., (2021). Hubungan kecanduan game online dengan kualitas tidur pada remaja sma negeri di kota ruteng. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kecanduan game online dengan kualitas tidur pada remaja sma negeri di kota ruteng. Jenis penelitian yang digunakan adalah desain deskriptif kuantitatif korelasional dengan pendekatan cross sectional. Teknik pengambilan sampel adalah probability sampling yaitu dengan random sampling. Subjek penelitian adalah 240 sampel dengan menggunakan uji chi square. Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah instrument baku. Penelitian ini dilaksanakan pada 2 desember 2021.

Persamaannya adalah pada variabel tidur, sedangkan perbedaannya adalah judul, instrument, populasi, sampel, tempat dan waktu.

2. Umi, Novrita & wahid., (2019). Perilaku Pengguna Gadget Dengan Kualitas Tidur Remaja. Tujuan untuk mengetahui hubungan perilaku penggunaan gadget dengan kualitas tidur pada remaja. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan rancangan menggunakan analitik. Populasi sampel penelitian ini yaitu siswa kelas X dan XI di SMKN 1 terbanggi besar Lampung tengah

yang berjumlah 119 responden. Instrumen penelitian ini dengan menggunakan kuisioner dengan menggunakan uji chi square.

Persamaannya adalah ada pada variabel 2 yaitu tidur, sedangkan perbedaannya adalah, judul, populasi, sampel, tempat, dan waktu.

3. Sarah, Titi & Ratna., (2022). Dampak bermain game online terhadap kualitas tidur pada remaja SMA. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui dampak bermain game online terhadap kualitas tidur pada remaja sma. Jenis penelitian. Desain penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan rancangan cross sectional. Populasi pada penelitian ini adalah siswa-siswi di SMAN X Jakarta dengan sampel 95 responden, pengambilan sampel dengan purposive sampling dan dianalisis dengan uji *chi square*. Teknik pengambilan sampel yang digunakan, yaitu purposive sampling. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kuisioner.

Persamaannya adalah membahas game dan tidur pada remaja, sedangkan perbedaannya adalah judul, populasi, sampel, pengambilan, tempat, dan waktu.

4. Daniel, Paul, Tara & Dean., (2014). *Sleep interference effects of pathological electronic media use during adolescence*. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui penggunaan media elektronik terhadap kualitas tidur remaja di Australia. Jenis penelitian ini menggunakan analisis deskriptif. Sampel dan populasi pada penelitian ini yaitu

dengan mengambil data dari tujuh sekolah yang ada di Australia dengan total 1.287 siswa.

Persamaannya adalah ada pada variabel tidur, sedangkan perbedaannya adalah judul, instrument, populasi, sampel, tempat.