

**HUBUNGAN ADIKSI *GAME ONLINE*, PENGGUNAAN MEDIA
SOSIAL, DAN LAMA PENGGUNAAN *GADGET* DENGAN
TINGKAT TERJADINYA INSOMNIA PADA
MAHASISWA UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH
SURAKARTA**

SKRIPSI



Oleh:

**FATMAWATI
J500217168**

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2023**

**HUBUNGAN ADIKSI *GAME ONLINE*, PENGGUNAAN MEDIA
SOSIAL, DAN LAMA PENGGUNAAN *GADGET* DENGAN
TINGKAT TERJADINYA INSOMNIA PADA
MAHASISWA UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH
SURAKARTA**



Disusun sebagai salah satu syarat menyelesaikan Program Studi Strata I pada
Jurusan Kedokteran Umum Fakultas Kedokteran

Oleh:

FATMAWATI

J500217168

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2023**

HALAMAN PENGESAHAN
HUBUNGAN ADIKSI GAME ONLINE, PENGGUNAAN MEDIA
SOSIAL, DAN LAMA PENGGUNAAN GADGET DENGAN
TINGKAT TERJADINYA INSOMNIA PADA MAHASISWA
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

OLEH
FATMAWATI
J500217168

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Fakultas Kedokteran
Universitas Muhammadiyah Surakarta
Pada hari Jumat, tanggal 26 Juli 2022
Dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Dewan Penguji:

1. dr. Erna Herawati, Sp.KJ (Ketua Dewan Penguji) (.....) NIK : 1046
2. dr. Sri Wahyu Basuki, M. Kes (Anggota I Dewan Penguji) (.....) NIK : 1093
3. dr. N. Juni Triastuti, M. Med. Ed (Anggota II Dewan Penguji) (.....) NIK : 1045

Dekan,



Dr. dr. Flora Ramona Sigit Prakoeswa, M.Kes., Sp.KK., Dipl. STD-HIV., FINSADV.
NIK:1540

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

**HUBUNGAN ADIKSI *GAME ONLINE*, PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL,
DAN LAMA PENGGUNAAN *GADGET* DENGAN TINGKAT
TERJADINYA INSOMNIA PADA MAHASISWA
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH
SURAKARTA**

PUBLIKASI ILMIAH

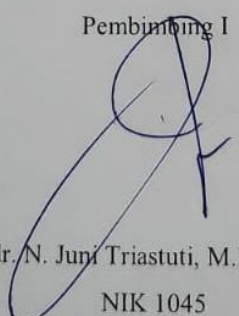
Oleh :

Fatmawati

J500217168

Telah disetujui oleh Pembimbing Skripsi
Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta
Pada hari Rabu, 2 Juli 2022

Pembimbing I



dr. N. Juni Triastuti, M.Med.Ed

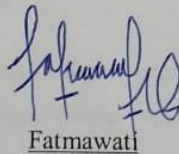
NIK 1045

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini bukan merupakan karya yang pernah diajukan sebelumnya untuk memperoleh gelar sarja di suatu Perguruan Tinggi, dan sepanjang pengetahuan tidak mengandung karya atau pendaat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar Pustaka.

Surakarta, 4 Agustus 2022

Yang membuat pernyataan



Fatmawati

J500217168

KATA PENGANTAR

Panjat puji beserta syukur kepada kehadirhat Allah SWT karena berkat pemberian rahmat, hidayah, serta taufik-Nya, saya sebagai penulis mampu untuk menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Adiksi *Game online*, Penggunaan Media Sosial, Dan Lama Penggunaan *Gadget* Dengan Tingkat Terjadinya Insomnia Pada Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta”. Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat menyelesaikan Pendidikan sarjana satu (S1) Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Penulisan skripsi ini tidak lepas dari bantuan berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Dr. dr. Flora Ramona Sigit Prakoeswa, M.Kes., Sp.KK., Dipl. STD-HIV., FINSADV selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah memberikan kesempatan dan segala fasilitas selama menempuh Pendidikan dokter di FK UMS.
2. dr. Nur Mahmudah, M.Sc selaku penanggung jawab skripsi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta
3. dr. N. Juni Triastuti, M. Med. Ed selaku dosen pembimbing skripsi yang telah membimbing dan bersedia meluangkan waktu, tenaga, dan pikirannya dalam penyusunan skripsi ini.
4. dr. Erna Herawati, Sp. KJ selaku ketua dewan penguji dan dr. Sri Wahyu Basuki, M. Kes selaku anggota I Dewan Penguji yang telah memberikan banyak kritik dan saran dalam penyusunan skripsi ini.
5. Kedua orang tua saya Bapak Alm. H.Baharuddin Maming dan Ibu Almh. Hj.Maryam Albram serta saudara dan saudari saya yang selalu memberikan motivasi, do’a, dukungan, beserta kasih sayang tanpa henti yang dilakukan setiap waktu untuk saya.

6. Sahabat – sahabat saya Meitri Tsani Putri, Hendri Firmansyah, Reza Salma dan teman teman yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu yang telah memberikan semangat, canda, tawa untuk membangun mental saya dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penulis mengharapkan, semoga skripsi ini dapat membantu dan memberikan manfaat yang berlimpah bagi semua pihak yang membutuhkan.

Surakarta, 04 Agustus 2022



Fatmawati

J500217168

DAFTAR ISI

COVER PENELITIAN	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI.....	iii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR LAMPIRAN.....	ix
ABSTRAK	x
ABSTRACT.....	xi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian.....	3
D. Manfaat Penelitian.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Adiksi Game online.....	5
B. Penggunaan Media Sosial	9
C. Lama Penggunaan Gadget.....	11
D. Insomnia	14
E. Kerangka Teori	17
F. Kerangka Konsep.....	18
G. Hipotesis Penelitian.....	18
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Desain Penelitian.....	19
B. Tempat dan Waktu Penelitian	19
C. Jenis, Sumber, dan Teknik Pengumpulan Data	19
D. Populasi dan Sampel	19
E. Variabel dan Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	21
F. Metode Pengumpulan Data.....	22
G. Validitas dan Reliabilitas	25
H. Metode Analisis Data	30
I. Tahap Penelitian	30
J. Etika Penelitian.....	31
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	32
B. Pembahasan	37
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	43
B. Saran	43
DAFTAR PUSTAKA	44
LAMPIRAN.....	47

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Distribusi Item Skala Adiksi Game Online.....	23
Tabel 2. Distribusi Item Skala Penggunaan Media Sosial	23
Tabel 3. Hasil Uji Validitas Soal Adiksi Game Online	26
Tabel 4. Hasil Uji Validitas Soal Media Sosial.....	27
Tabel 5. Hasil Uji Validitas Soal Lama Penggunaan Gadget	27
Tabel 6. Hasil Uji Validitas Soal Insomnia.....	27
Tabel 7. Hasil Uji Realibilitas.....	29
Tabel 8. Hubungan Adiksi Game Online terhadap Tingkat Insomnia Pada Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta	33
Tabel 9. Hubungan Penggunaan Media Sosial terhadap Tingkat Insomnia Pada Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta	33
Tabel 10. Hubungan Lama Penggunaan Gadget terhadap Tingkat Insomnia Pada Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta	33
Tabel 11. Uji Korelasi Chi-Square Adiksi Game Online – Tingkat Insomnia Pada Mahasiswa	34
Tabel 12. Uji Korelasi Chi-Square Penggunaan Media Sosial – Tingkat Insomnia Pada Mahasiswa	34
Tabel 13. Uji Korelasi Chi-Square Lama Penggunaan Gadget – Tingkat Insomnia Pada Mahasiswa	34
Tabel 14. Uji Korelasi Fisher's Exact Test (Alternative Chi Square)	35
Tabel 15. Tabel Seleksi Kandidat Analisis Multivariat Terhadap Variabel Dependen (Tingkat Insomnia).....	35
Tabel 16. Intervarisit Variabel Layak Uji Model Multivariat.....	36
Tabel 17. Hasil Uji Analisis Multivariat Regresi Logistik	36

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Teori	17
Gambar 2. Kerangka Konsep Penelitian	18

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Permohonan Menjadi Responden.....	47
Lampiran 2. Lembar Persetujuan Responden (Informed Consent).....	48
Lampiran 3. Kuesioner Penelitian.....	49
Lampiran 4. Hasil Uji Validitas Kuesioner.....	55
Lampiran 5. Hasil Uji Realibilitas	63
Lampiran 6. Hasil Uji Skripsi	64
Lampiran 7. Ethical Clearance	72
Lampiran 8. Hasil Uji Multivariat Regresi Logistik	73

ABSTRAK

Latar Belakang : Insomnia adalah kondisi seseorang mengalami kesulitan untuk tidur atau gangguan saat tidur yang dapat berpengaruh terhadap kegiatan sehari – harinya baik secara kualitas maupun kuantitas. Kegiatan manusia sehari – hari tidak bisa menjauh dari permainan (*game*). Frekuensi bermain *game* yang terlalu sering telah menimbulkan efek negatif dari permainan *game online*. Lama penggunaan *gadget* juga dapat menyebabkan insomnia. Selain kecanduan terhadap *game online*, penggunaan media sosial juga dapat menyebabkan insomnia

Tujuan Penelitian : Mengetahui hubungan antara adiksi *game online*, penggunaan media sosial, dan lama penggunaan *gadget* dengan tingkat terjadinya insomnia pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta. **Metode :** Jenis penelitian yang digunakan adalah bersifat kuantitatif dengan pendekatan survei. Seluruh mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta yang berusia 17-25 tahun. Sedangkan sampel dalam penelitian ini adalah sebagian mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta yang berusia 17-25 tahun yang diambil dengan menggunakan teknik *purposive sampling* (kriteria-kriteria tertentu) dengan jumlah sampel 110. Adiksi *game online*, skala penggunaan media sosial, penggunaan *gadget*, terjadinya insomnia diukur menggunakan skala *likert*. Data yang diperoleh diuji menggunakan uji deskriptif statistik *chi square* dan *fisher's exact test correlation*. **Hasil :** Uji deskriptif statistik *fisher's exact test* diperoleh adiksi *game online* terhadap tingkat insomnia dengan *p value* sebesar $0,0048 < 0,005$ bahwa terdapat hubungan, penggunaan media sosial terhadap tingkat insomnia dengan *p value* 0,463 bahwa tidak terdapat hubungan lama penggunaan *gadget* terhadap tingkat insomnia dengan *p value* sebesar $0,4638 < 0,005$, lama penggunaan *gadget* terhadap tingkat insomnia dengan *p value* 0,009 bahwa terdapat hubungan dengan tingkat terjadinya insomnia pada mahasiswa. **Kesimpulan :** Terdapat hubungan antara adiksi *game online* dan lama penggunaan *gadget* dengan tingkat terjadinya insomnia pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta dan tidak terdapat hubungan antara penggunaan media sosial dengan tingkat terjadinya insomnia pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Kata Kunci: *Insomnia, Game online, Media Sosial*

ABSTRACT

Background: *Insomnia is a condition in which a person has difficulty sleeping or sleep disturbances that can affect their daily activities both in quality and quantity. Daily human activities cannot be separated from the game (game). The frequency*

*of playing games too often has a negative effect on playing online games. Long use of gadgets can also cause insomnia. In addition to addiction to online games, the use of social media can also cause insomnia. **Research Objectives:** To determine the relationship between online game addiction, use of social media, and duration of use of gadgets with the occurrence of insomnia in students at Muhammadiyah University of Surakarta. **Method :** The type of research used is quantitative with a survey approach. All students of Muhammadiyah University of Surakarta aged 17-25 years. While the sample in this study was some students of Muhammadiyah University of Surakarta aged 17-25 years who were taken using purposive sampling technique (certain criteria) with a total sample of 110. Online game addiction, scale of social media use, use of gadgets, occurrence of insomnia were measured. using a Likert scale. The data obtained were tested using a statistical descriptive test of chi square and fisher's exact correlation test. **Results:** Descriptive statistical fisher's exact test test obtained online game addiction to the level of insomnia with a p value of $0.0048 < 0.005$ that there is a relationship, the use of social media to the level of insomnia with a p value of 0.463 that there is no relationship between the length of use of gadgets on the level of insomnia with p value of $0.4638 < 0.005$, duration of use of gadgets on the level of insomnia with a p value of 0.009 that there is a relationship with the level of occurrence of insomnia in students. **Conclusion:** there is a relationship between online game addiction and the duration of gadget use with the level of insomnia in Muhammadiyah Surakarta University students and there is no relationship between the use of social media and the occurrence of insomnia in Muhammadiyah Surakarta University students.*

Keywords: *Insomnia, Game Online, Media Sosial*

E-mail: kedokteran@ums.ac.id

Jl. Ahmad Yani, Gonilan, Kartasura, Gonilan, Kec. Kartasura, Kabupaten Sukoharjo, Jawa Tengah 57169