

**HUBUNGAN TINGKAT ADIKSI *GAME ONLINE*  
DENGAN TINGKAT GEJALA INSOMNIA PADA  
MAHASISWA KOMUNITAS *GAME ONLINE*  
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA  
SURABAYA**

**SKRIPSI**



**Oleh :**

**John Michael Santoso**

**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA SURABAYA  
2022**

**HUBUNGAN TINGKAT ADIKSI *GAME ONLINE*  
DENGAN TINGKAT GEJALA INSOMNIA PADA  
MAHASISWA KOMUNITAS *GAME ONLINE*  
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA  
SURABAYA**

**SKRIPSI**



**Oleh :**

**John Michael Santoso**

**NRP. 1523018035**

**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA SURABAYA  
2022**

## HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya sebagai mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya:

Nama : John Michael Santoso

NRP : 1523018035

Menyetujui skripsi/karya ilmiah saya yang berjudul:

**" HUBUNGAN TINGKAT ADIKSI *GAME ONLINE* DENGAN TINGKAT GEJALA INSOMNIA PADA MAHASISWA KOMUNITAS *GAME ONLINE* UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA SURABAYA "**

Untuk dipublikasikan/ditampilkan di internet atau media lain (*Digital Library* Perpustakaan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya) untuk kepentingan akademik sebatas sesuai dengan undang-undang hak cipta.

Demikian pernyataan persetujuan publikasi karya ilmiah ini saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 13 Januari 2023

Yang membuat pernyataan,



John Michael Santoso

NRP 1523018035

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini

Nama : John Michael Santoso

NRP : 1523018035

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul :

**HUBUNGAN TINGKAT ADIKSI *GAME ONLINE* DENGAN TINGKAT  
GEJALA INSOMNIA PADA MAHASISWA KOMUNITAS *GAME ONLINE*  
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA SURABAYA**

Benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri. Apabila di kemudian hari ditemukan bukti bahwa skripsi tersebut merupakan hasil plagiat atau bukan merupakan karya saya sendiri, saya bersedia menerima sanksi berupa pembatalan kelulusan dan/atau pencabutan gelar akademik yang telah diperoleh, serta menyampaikan permohonan maaf pada pihak-pihak terkait.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan penuh kesadaran

Surabaya, 28 November 2022  
Yang membuat pernyataan



John Michael Santoso  
NRP 1523018035

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

HUBUNGAN TINGKAT ADIKSI *GAME ONLINE* DENGAN TINGKAT  
GEJALA INSOMNIA PADA MAHASISWA KOMUNITAS *GAME ONLINE*  
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA SURABAYA

Oleh:

**John Michael Santoso**

1523018035

Telah dibaca, disetujui, dan diterima untuk diajukan ke tim penilai ujian skripsi.

Pembimbing I: dr. Nita Kurniawati Sp.S.

NIK. 152.16.0892



Pembimbing II: Dr. dr. Inge Wattimena M.Si

NIK. 152.09.0625



Surabaya, 28 November 2022

**LEMBAR PENGESAHAN**

**MATERI UJIAN SKRIPSI INI TELAH DISETUJUI  
PADA TANGGAL 28 NOVEMBER 2022**

Oleh

**Pembimbing I**



**dr Nita Kurnawati Sp.S.  
NIK. 152.16.0892**

**Pembimbing II**



**Dr. dr. Inge Wattimena M.Si.  
NIK. 152.09.0625**

**Mengetahui,**  
Dekan Fakultas Kedokteran  
Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya



**Prof. Dr. Paul Tahalele, dr., Sp.BTKV(K)  
NIK. 152.17.0953**

**LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI**

SKRIPSI INI TELAH DIUJI DAN DINILAI OLEH  
PANITIA PENGUJI SKRIPSI  
PADA TANGGAL 6 JANUARI 2023

**Panitia Penguji:**

- Ketua : 1. dr. Pauline Meryana Sp.S., M.Kes.  
Sekretaris : 2. dr. Handi Suyono M.Ked.  
Anggota : 3. dr. Nita Kurniawati Sp.S.  
4. Dr. dr. Inge Wattimena M.Si.

**Pembimbing I**



dr. Nita Kurniawati Sp.S.

NIK. 152.16.0892

**Pembimbing II**



Dr. dr. Inge Wattimena M.Si.

NIK. 152.09.0625

**Mengetahui,**  
Dekan Fakultas Kedokteran  
Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya



Prof. Dr. Paul Tahalele, dr., Sp.BTKV(K)

NIK. 152.17.0953

## LEMBAR PENGESAHAN REVISI SKRIPSI

Naskah skripsi "HUBUNGAN TINGKAT ADIKSI *GAME ONLINE* DENGAN TINGKAT GEJALA INSOMNIA PADA MAHASISWA KOMUNITAS *GAME ONLINE* UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA SURABAYA" telah direvisi sesuai hasil ujian skripsi pada tanggal 13 Januari 2023

Menyetujui:

Pembimbing I,



dr. Nita Kurniawati Sp.S.

NIK. 152.16.0892

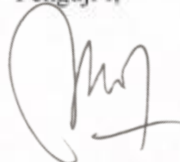
Pembimbing II,



Dr. dr. Inge Wattimena M.Si.

NIK. 152.09.0625

Penguji I,



dr. Pauline Meryana Sp.S., M.Kes.

NIK. 152.10.0655

Penguji II,



dr. Handi Suyono M.Ked.

NIK. 152.11.0676



## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kepada Tuhan yang Maha Esa atas segala kasih berkat dan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan Tingkat Adiksi *Game Online* Dengan Tingkat Gejala Insomnia Pada Mahasiswa Komunita *Game Online* Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya” tepat pada waktunya. Tujuan dari penulisan skripsi ini adalah sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana kedokteran pada Fakultas kedokteran Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih jauh dari sempurna dan tidak akan dapat selesai tanpa adanya bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu pada kesempatan kali ini penulis ingin menyampaikan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. Yth. Prof. DR. Paul L. Tahalele, dr. Sp. BTKV (K) selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.
2. Yth. dr. Nita Kurniawati Sp.S. selaku dosen pembimbing pertama atas segala masukan, saran, motivasi dan bimbingan yang telah diberikan.
3. Yth. Dr. dr. Inge Wattimena M.Si. selaku dosen pembimbing kedua atas segala masukan, saran, motivasi dan bimbingan yang telah diberikan.

Penulis juga menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih tidak luput dari kesalahan dan kekurangan. Oleh karena itu penulis mengharapkan saran dan kritik yang membangun guna menyempurnakan segala kekurangan yang terdapat pada skripsi ini. Akhir kata, penulis berharap agar hasil dari skripsi ini dapat berguna bagi pihak-pihak yang berkepentingan.

Surabaya, 28 November 2022

Penulis,

A handwritten signature in black ink, consisting of a large, sweeping curve at the top that descends into a series of smaller, connected loops and strokes, ending in a small flourish.

John Michael Santoso

## DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR .....	i
DAFTAR ISI.....	iii
DAFTAR SINGKATAN .....	vi
DAFTAR TABEL.....	vii
DAFTAR GAMBAR .....	viii
DAFTAR LAMPIRAN.....	ix
RINGKASAN .....	x
ABSTRAK .....	xii
ABSTRACT .....	xiii
BAB 1 PENDAHULUAN .....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	3
1.3 Tujuan Penelitian.....	3
1.3.1 Tujuan Umum.....	3
1.3.2 Tujuan Khusus.....	3
1.4 Manfaat Penelitian.....	4
1.4.1 Manfaat Teoritis .....	4
1.4.2 Manfaat Praktis.....	4
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA .....	5
2.1 Teori Variabel Penelitian.....	5
2.1.1 Insomnia .....	5
2.1.1.1 Definisi .....	5
2.1.1.2 Dampak.....	5
2.1.1.3 Epidemiologi .....	6
2.1.1.4 Indikator.....	6
2.1.1.5 Faktor Risiko .....	7
2.1.1.6 Patofisiologi.....	8
2.1.2 Adiksi Game Online .....	9
2.1.2.1 Definisi .....	9
2.1.2.2 Epidemiologi .....	9

2.1.2.3 Indikator.....	10
2.1.2.4 Faktor Risiko dan Motivasi .....	11
2.1.2.5 Patofisiologi.....	12
2.2 Teori Keterkaitan Antar Variabel .....	13
2.3 Tabel Orisinalitas.....	13
<b>BAB 3 KERANGKA TEORI, KONSEPTUAL, DAN HIPOTESIS .....</b>	<b>15</b>
3.1 Kerangka Teori .....	15
3.2 Kerangka Konseptual .....	16
3.3 Hipotesis Penelitian .....	16
<b>BAB 4 METODE PENELITIAN.....</b>	<b>17</b>
4.1 Desain Penelitian .....	17
4.2 Populasi, Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel .....	17
4.2.1 Populasi Penelitian .....	17
4.2.2 Sampel Penelitian .....	17
4.2.3 Teknik Pengambilan Sampel Penelitian .....	17
4.2.4 Estimasi Besar Sampel .....	18
4.2.5 Kriteria Inklusi.....	18
4.2.6 Kriteria Eksklusi .....	18
4.3 Identifikasi Variabel Penelitian .....	19
4.4 Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	19
4.5 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	20
4.5.1 Lokasi Penelitian .....	20
4.5.2 Waktu Penelitian.....	20
4.6 Prosedur Pengumpulan Data .....	20
4.7 Instrumen Penelitian .....	21
4.8 Teknik Analisis Data .....	22
4.9 Alur / Protokol Penelitian .....	24
4.10 Etika Penelitian.....	25
4.11 Jadwal Penelitian .....	25
<b>BAB 5 HASIL PENELITIAN .....</b>	<b>27</b>
5.1 Karakteristik Lokasi dan Populasi Penelitian.....	27
5.2 Pelaksanaan Penelitian .....	27

5.3 Analisis Penelitian .....	28
5.3.1 Distribusi Karakteristik Responden.....	28
5.3.2 Distribusi Tingkat Adiksi Game Online .....	29
5.3.3 Distribusi Tingkat Insomnia .....	30
5.3.4 Korelasi Antara Tingkat Adiksi Game Online dengan Tingkat Insomnia .....	31
BAB 6 PEMBAHASAN .....	33
6.1 Karakteristik Responden.....	33
6.2 Tingkat Adiksi Game Online.....	33
6.3 Tingkat Insomnia.....	35
6.4 Korelasi Antara Tingkat Adiksi Game Online dengan Tingkat Insomnia ..	36
6.5 Keterbatasan Penelitian .....	38
BAB 7 SIMPULAN DAN SARAN .....	39
7.1 Simpulan.....	39
7.2 Saran .....	39
DAFTAR PUSTAKA .....	40
LAMPIRAN .....	42

## DAFTAR SINGKATAN

APJII	: Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia
NINDS	: <i>National Institute of Neurological Disorders and Stroke</i>
PPDGJ	: Pedoman Penggolongan dan Diagnosis Gangguan Jiwa
ACTH	: <i>adrenocorticotrophic hormone</i>
EEG	: Elektroensefalogram
NREM	: <i>Non-Rapid Eye Movement</i>
PET	: <i>Positron Emission Tomography</i>
GABA	: <i>Gamma-Aminobutyric Acid</i>
CNS	: <i>Central Nervous System</i>
AMPA	: <i><math>\alpha</math>-amino-3-hydroxy-5-methyl-4-isoxazolepropionic Acid</i>
NMDA	: <i>N-Methyl-D-Aspartate Acid</i>
GAS	: <i>Game Addiction Scale</i>
ISI	: <i>Insomnia Severity Index</i>
SPSS	: <i>Statistical Product and Service Solution</i>

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	: Tabel Orisinalitas.....	13
Tabel 4.1	: Definisi operasional variabel penelitian .....	19
Tabel 4.2	: Jadwal penelitian .....	25
Tabel 5.1	: Distribusi Karakteristik Responden.....	28
Tabel 5.2	: Distribusi Tingkat Adiksi <i>Game Online</i> .....	29
Tabel 5.3	: Distribusi Insomnia .....	30
Tabel 5.4	: Distribusi Antara Tingkat Adiksi <i>Game Online</i> dengan Tingkat Insomnia.....	31
Tabel 5.5	: Korelasi Antara Tingkat Adiksi <i>Game Online</i> dengan Tingkat Insomnia.....	31

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1	: Kerangka Teori.....	15
Gambar 3.2	: Kerangka Konseptual Hubungan Tingkat Adiksi Game Online dan Tingkat Gejala Insomnia .....	16
Gambar 4.1	: Alur / Protokol Penelitian.....	24



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	: Lembar Information for Consent.....	42
Lampiran 2	: Lembar Persetujuan Menjadi Responden Penelitian.....	43
Lampiran 3	: Formulir Data Demografi Responden .....	44
Lampiran 4	: Kuesioner GAS.....	45
Lampiran 5	: Kuesioner ISI.....	48
Lampiran 6	: Bukti Pengecekan Plagiarisme .....	50
Lampiran 7	: Lembar Laik Etik.....	52
Lampiran 8	: Hasil Uji Statistik .....	53
Lampiran 9	: Hasil Data Responden .....	56

## RINGKASAN

### **HUBUNGAN TINGKAT ADIKSI *GAME ONLINE* DENGAN TINGKAT GEJALA INSOMNIA PADA MAHASISWA KOMUNITAS *GAME ONLINE* UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA SURABAYA**

John Michael Santoso

NRP : 1523018035

Adiksi *game online* adalah pola bermain *game online* yang berlebihan dan dapat mempengaruhi atau menyebabkan gangguan pada hidup individu tersebut. Dampak negatif dari adiksi *game online* seperti adaptasi sosial yang rendah dikarenakan jarang keluar rumah, munculnya perilaku agresif, adanya gejala pusing, dan kualitas tidur menurun atau waktu tidur tidak teratur. Bermain *game online* secara berlebihan dapat mempengaruhi kebutuhan tidur, yang mengakibatkan seseorang untuk tidak berkeinginan untuk tidur atau istirahat. Hal ini tentu saja dapat mengakibatkan gangguan tidur, salah satunya adalah insomnia. Insomnia adalah suatu kondisi dimana seseorang kesulitan tidur atau memiliki gangguan tidur. Menurut *National Institute of Neurological disorders and Stroke* (NINDS), terdapat beberapa dampak yaitu peningkatan risiko untuk kondisi medis seperti inflamasi dan obesitas, peningkatan risiko gangguan kesehatan mental seperti depresi, kecemasan, dan kebingungan, dan meningkatkan risiko dari kecelakaan seperti menurunnya kinerja di tempat kerja atau sekolah dan menurunnya ingatan.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara tingkat adiksi *game online* dengan tingkat gejala insomnia pada kalangan mahasiswa komunitas *game online* Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya. Desain penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah analitik observasional dengan rancangan penelitian *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel yang digunakan pada

penelitian ini adalah teknik *non probability sampling* yaitu *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan untuk mengukur tingkat adiksi *game online* adalah GAS, dan untuk instrument yang digunakan untuk mengukur tingkat insomnia adalah ISI.

Jumlah responden yang terkumpul dan memenuhi kriteria inklusi-eksklusi adalah sebanyak 35 responden. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan ( $p = 0,005$ ) antara tingkat adiksi *game online* dengan tingkat insomnia. Nilai koefisien korelasi (nilai  $r$ ) adalah sebesar 0,466 yang menunjukkan bahwa hubungan antara kedua variabel berkekuatan sedang.

**ABSTRAK**  
**HUBUNGAN TINGKAT ADIKSI *GAME ONLINE* DENGAN TINGKAT  
GEJALA INSOMNIA PADA MAHASISWA KOMUNITAS *GAME ONLINE*  
UNIVERSITAS KATOLIK WIDYA MANDALA SURABAYA**

John Michael Santoso  
NRP: 1523018035

**Latar Belakang:** Adiksi *game online* adalah pola bermain *game online* yang berlebihan. Terdapat beberapa dampak negatif dari adiksi *game online*, seperti adaptasi sosial yang rendah, munculnya perilaku agresif, adanya gejala pusing, dan kualitas tidur menurun atau waktu tidur tidak teratur. **Tujuan:** Mengetahui hubungan tingkat adiksi *game online* dengan tingkat gejala insomnia pada mahasiswa komunitas *game online* Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya. **Metode:** Penelitian analitik observasional dengan rancangan penelitian *cross sectional*, menggunakan teknik *non probability sampling* yaitu *purposive sampling*. Penentuan tingkat adiksi *game online* dengan menggunakan kuesioner GAS dan penentuan tingkat gejala insomnia dengan menggunakan kuesioner ISI. **Hasil:** Analisis data menggunakan uji korelasi *Spearman* menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat adiksi *game online* dengan tingkat gejala insomnia ( $p = 0,005$ ). **Simpulan:** Terdapat hubungan yang bermakna dengan koefisien korelasi sedang antara tingkat adiksi *game online* dengan tingkat gejala insomnia pada mahasiswa komunitas *game online* Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya yang dapat menyebabkan peningkatan risiko gangguan kesehatan fisik, mental, dan sosial.

**Kata kunci:** Adiksi *Game Online*, Insomnia, GAS, ISI

**ABSTRACT**  
**THE CORRELATION OF ONLINE GAME ADDICTION LEVEL WITH  
INSOMNIA LEVEL IN STUDENTS OF THE ONLINE GAME COMMUNITY  
AT WIDYA MANDALA CATHOLIC UNIVERSITY SURABAYA**

John Michael Santoso  
NRP: 1523018035

**Background:** Online game addiction is the excessive patterns of playing online game. There are some negative effects of online game addiction, such as low social adaptation, emergence of aggressive behavior, dizziness symptoms, and decreased sleep quality or irregular bedtime. **Purpose:** To know the correlation of online game addiction level with insomnia level in students of the online game community at Widya Mandala Catholic University Surabaya. **Method:** Observational analytic research with cross-sectional research design, using non probability sampling technique called purposive sampling. Determining the level of online game addiction by using GAS questionnaire and determining the level of insomnia by using ISI questionnaire. **Results:** Data analysis by using Spearman correlation test shows that there is a significant correlation between online game addiction level with insomnia level ( $p = 0,005$ ). **Conclusion:** There is a significant correlation with a moderate correlation coefficient between online game addiction level with insomnia level in students of the online game community at Widya Mandala Catholic University Surabaya which can lead to an increased risk of physical, mental and social health disorders.

**Keywords:** Online Game Addiction, Insomnia, GAS, ISI