

Lampiran 1. *Informed Consent***Formulir Kuesioner Hubungan Kecanduan Bermain
Online game Terhadap Kualitas Tidur.**

Assalamualaikum wr. wb

Saya, Naluri Ragita, mahasiswi Program Studi Sarjana Kedokteran Universitas Muhammadiyah Yogyakarta akan melakukan sebuah penelitian yang bertujuan untuk mengetahui hubungan kecanduan bermain *online game* terhadap kualitas tidur. Segala informasi yang diberikan responden akan dijamin kerahasiaannya oleh peneliti dan hanya akan digunakan untuk keperluan penelitian ini.

Setelah membaca penjelasan tentang penelitian yang akan dilakukan, responden diharapkan dapat memahami tujuan, manfaat penelitian yang akan dilakukan.

Dengan memberikan tanda tangan di bawah ini responden setuju dengan penjelasan di atas dan setuju untuk mengisi data-data selanjutnya.

Peneliti

Responden

(Naluri Ragita)

()

Lampiran 2. Data Diri Responden

Data Diri

Nama: _____

Usia: _____

Berikan tanda silang (X) pada pilihan yang paling sesuai dengan anda.

1. Apakah anda pemain *online game*? (Jika Ya, lanjut ke Pertanyaan selanjutnya. Jika Tidak, lanjut ke Halaman selanjutnya)

Ya

Tidak

2. Anda biasanya bermain *online game* menggunakan

PC/Laptop

Handphone

3. Sudah berapa lama anda bermain *online game*?

< 1 bulan

1-3 bulan

>3 bulan

4. Dalam satu kali bermain, kira-kira berapa lama anda bermain *online game*?

< 3 jam

3-6 jam

>6 jam

5. Seberapa sering anda bermain *online game*?

1x seminggu

setiap hari

2-3x seminggu

6. Apakah anda mengonsumsi obat tidur?

Ya

Tidak

Lampiran 3. Kuesioner *Young's Internet Addiction Test (IAT)*

Young's Internet Addiction Test

| Pertanyaan | Tidak pernah | Jarang | Kadang-kadang | Sering | Sangat sering | Selalu |
|---|--------------|--------|---------------|--------|---------------|--------|
| Seberapa sering Anda memperpanjang waktu bermain online game Anda dari rencana awal Anda? | | | | | | |
| Seberapa sering Anda mengabaikan tugas utama anda di rumah demi bisa bermain online game lebih lama? | | | | | | |
| Seberapa sering Anda lebih memilih bermain online game dibanding pergi keluar bersama teman selain di warnet? | | | | | | |
| Seberapa sering anda memiliki teman baru dari internet? | | | | | | |
| Seberapa sering keluarga/teman anda mengeluh karena seringnya anda bermain online game? | | | | | | |
| Seberapa sering prestasi anda di sekolah turun karena anda bermain online game? | | | | | | |
| Seberapa sering anda memeriksa notifikasi sebelum anda melakukan hal lain pada pagi hari? | | | | | | |
| Seberapa sering produktivitas anda menurun karena bermain online game? | | | | | | |

| Pertanyaan | Tidak pernah | Jarang | Kadang-kadang | Sering | Sangat sering | Selalu |
|---|--------------|--------|---------------|--------|---------------|--------|
| Seberapa sering anda jadi mudah tersinggung atau kesal saat ada yang menanyakan mengapa anda bermain online game? | | | | | | |
| Seberapa sering anda bermain online game untuk menghindari masalah di dunia nyata? | | | | | | |
| Seberapa sering anda merasa tidak sabar untuk bermain online game lagi? | | | | | | |
| Seberapa sering anda merasa takut jika hidup tanpa bermain online game akan terasa membosankan atau tidak menyenangkan? | | | | | | |
| Seberapa sering anda marah, membentak, atau kesal jika ada yang mengganggu anda saat bermain online game? | | | | | | |
| Seberapa sering anda begadang demi bisa bermain online game lebih lama? | | | | | | |
| Seberapa sering anda memikirkan atau berkhayal sedang bermain online game saat anda sedang tidak bermain? | | | | | | |
| Seberapa sering anda menunda pekerjaan lain saat bermain online game? | | | | | | |
| Seberapa sering anda berusaha mengurani waktu bermain online game anda tapi gagal? | | | | | | |

| Pertanyaan | Tidak pernah | Jarang | Kadang-kadang | Sering | Sangat sering | Selalu |
|--|--------------|--------|---------------|--------|---------------|--------|
| Seberapa sering anda tidak mengatakan jumlah waktu bermain online game anda secara jujur? | | | | | | |
| Seberapa sering anda lebih memilih bermain online game dibanding nongkrong bersama teman? | | | | | | |
| Seberapa sering anda merasa tertekan, tidak bersemangat, atau cemas ketika sedang tidak bermain online game tetapi perasaan tersebut hilang saat anda sudah kembali bermain online game? | | | | | | |

Lampiran 4. Kuesioner *Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)*

PITTSBURGH SLEEP QUALITY INDEX (PSQI)

Petunjuk: Pertanyaan-pertanyaan di bawah ini berhubungan dengan kebiasaan tidur anda selama satu bulan terakhir. Jawaban anda harus menunjukkan jawaban yang akurat untuk hari dan malam dalam satu bulan terakhir. Silakan jawab pertanyaan-pertanyaan berikut.

1. Selama satu bulan terakhir, jam berapa anda biasa mulai tidur di malam hari?
BIASA TIDUR JAM _____.
2. Selama satu bulan terakhir, berapa lama anda biasanya menghabiskan waktu di tempat tidur sebelum akhirnya anda tertidur?
JUMLAH _____.
3. Selama satu bulan terakhir, pada jam berapa biasanya anda bangun setiap pagi?
BIASA BANGUN JAM _____.
4. Selama satu bulan terakhir, berapa jam biasanya anda merasakan tidur nyenyak di malam hari?
JUMLAH WAKTU TIDUR MALAM _____.

Petunjuk: Untuk setiap pertanyaan-pertanyaan di bawah ini, pilihlah sesuai dengan waktu kapan benar-benar terjadi. Silakan menjawab semua pertanyaan berikut.

5. Hal-Hal yang mengganggu tidur

| | Tidak selama Sebulan terakhir | Kurang dari seminggu sekali | Sekali atau dua kali seminggu | Tiga kali atau lebih dalam seminggu |
|---|-------------------------------|-----------------------------|-------------------------------|-------------------------------------|
| Saya tidak bisa tertidur dalam waktu 30 menit. | | | | |
| Saya terbangun di tengah malam atau bangun pagi terlalu cepat | | | | |
| Saya bangun untuk pergi ke kamar mandi | | | | |
| Saya tidak bisa bernapas dengan nyaman | | | | |

| | Tidak selama Sebulan terakhir | Kurang dari seminggu sekali | Sekali atau dua kali seminggu | Tiga kali atau lebih dalam seminggu |
|---|-------------------------------------|-----------------------------------|-------------------------------------|--|
| Saya batuk atau mendengkur dengan keras | | | | |
| Saya merasa kedinginan | | | | |
| Saya merasa kepanasan | | | | |
| Saya mengalami mimpi buruk | | | | |
| Saya merasa sakit badan atau pegal-pegal | | | | |
| Alasan lainnya yang belum disebutkan diatas (uraikan, jika ada) | | | | |

| | Sangat baik | Cukup baik | Cukup buruk | Sangat buruk |
|---|----------------|---------------|----------------|-----------------|
| Selama satu bulan terakhir, bagaimana anda menilai kualitas tidur anda? | | | | |

| | Tidak selama Sebulan terakhir | Kurang dari seminggu sekali | Sekali atau dua kali seminggu | Tiga kali atau lebih dalam seminggu |
|---|-------------------------------------|-----------------------------------|-------------------------------------|---|
| Selama satu bulan terakhir, seberapa sering anda mengonsumsi obat (baik sesuai resep atau tidak) untuk membantu anda tidur? | | | | |

| | Tidak selama Sebulan terakhir | Kurang dari seminggu sekali | Sekali atau dua kali seminggu | Tiga kali atau lebih dalam seminggu |
|---|-------------------------------|-----------------------------|-------------------------------|-------------------------------------|
| Selama satu bulan terakhir, seberapa sering muncul masalah-masalah yang mengganggu kegiatan sehari-hari anda? | | | | |

| | Tidak ada masalah sama sekali | Hanya masalah kecil | Semua masalah | Masalah yang sangat besar |
|---|-------------------------------|---------------------|---------------|---------------------------|
| Selama satu bulan terakhir, berapa banyak masalah yang tidak ingin anda selesaikan? | | | | |
| Selama satu bulan terakhir, ada berapa masalah yang membuat anda tidak ingin mengerjakan kewajiban anda ? | | | | |

Lampiran 5. Uji Analisis Data

Frequencies

[DataSet1] D:\otw s.ked\data diolah fix_1.sav

| | | Statistics | | |
|---|---------|------------|---------------------------|----------------|
| | | usia | tingkat_kecanduan _IAT | kualitas_tidur |
| N | Valid | 34 | 34 | 34 |
| | Missing | 0 | 0 | 0 |

Frequency Table

| | | usia | | | |
|-------|-------|-----------|---------|---------------|-----------------------|
| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
| Valid | 16 | 4 | 11.8 | 11.8 | 11.8 |
| | 17 | 3 | 8.8 | 8.8 | 20.6 |
| | 18 | 2 | 5.9 | 5.9 | 26.5 |
| | 19 | 2 | 5.9 | 5.9 | 32.4 |
| | 20 | 7 | 20.6 | 20.6 | 52.9 |
| | 21 | 5 | 14.7 | 14.7 | 67.6 |
| | 22 | 7 | 20.6 | 20.6 | 88.2 |
| | 23 | 1 | 2.9 | 2.9 | 91.2 |
| | 25 | 3 | 8.8 | 8.8 | 100.0 |
| | Total | 34 | 100.0 | 100.0 | |

tingkat_kecanduan_IAT

| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|--------|-----------|---------|---------------|-----------------------|
| Valid | normal | 10 | 29.4 | 29.4 | 29.4 |
| | ringan | 19 | 55.9 | 55.9 | 85.3 |
| | sedang | 5 | 14.7 | 14.7 | 100.0 |
| | Total | 34 | 100.0 | 100.0 | |

kualitas_tidur

| | | Frequency | Percent | Valid Percent | Cumulative Percent |
|-------|-------|-----------|---------|---------------|-----------------------|
| Valid | baik | 8 | 23.5 | 23.5 | 23.5 |
| | buruk | 26 | 76.5 | 76.5 | 100.0 |
| | Total | 34 | 100.0 | 100.0 | |

Explore

[DataSet1] D:\otw s.ked\data diolah fix_1.sav

Warnings

kualitas_tidur is constant when tingkat_kecanduan_IAT = sedang. It will be included in any boxplots produced but other output will be omitted.

tingkat_kecanduan_IAT

Case Processing Summary

| | | Cases | | | | | |
|----------------|--------|-------|---------|---------|---------|-------|---------|
| | | Valid | | Missing | | Total | |
| | | N | Percent | N | Percent | N | Percent |
| kualitas_tidur | normal | 10 | 100.0% | 0 | .0% | 10 | 100.0% |
| | ringan | 19 | 100.0% | 0 | .0% | 19 | 100.0% |
| | sedang | 5 | 100.0% | 0 | .0% | 5 | 100.0% |

Tests of Normality^b

| | | Kolmogorov-Smirnov ^a | | | Shapiro-Wilk | | |
|----------------|--------|---------------------------------|----|------|--------------|----|------|
| | | Statistic | df | Sig. | Statistic | df | Sig. |
| kualitas_tidur | normal | .524 | 10 | .000 | .366 | 10 | .000 |
| | ringan | .403 | 19 | .000 | .616 | 19 | .000 |

a. Lilliefors Significance

Correction

b. kualitas_tidur is constant when tingkat_kecanduan_IAT = sedang. It has been omitted.

Nonparametric Correlations

[DataSet1] D:\otw s.ked\data diolah fix_1.sav

Correlations

| | | | tingkat_kecanduan_IAT | kualitas_tidur |
|----------------|-----------------------|-------------------------|-----------------------|----------------|
| Spearman's rho | tingkat_kecanduan_IAT | Correlation Coefficient | 1.000 | -.044 |
| | | Sig. (2-tailed) | . | .807 |
| | | N | 34 | 34 |
| | | | | |
| | kualitas_tidur | Correlation Coefficient | -.044 | 1.000 |
| | | Sig. (2-tailed) | .807 | . |
| | | N | 34 | 34 |

Correlations

| | | | tingkat_kecanduan_IAT | sleep_latency |
|----------------|-----------------------|-------------------------|-----------------------|---------------|
| Spearman's rho | tingkat_kecanduan_IAT | Correlation Coefficient | 1.000 | -.113 |
| | | Sig. (2-tailed) | . | .523 |
| | | N | 34 | 34 |
| | sleep_latency | Correlation Coefficient | -.113 | 1.000 |
| | | Sig. (2-tailed) | .523 | . |
| | | N | 34 | 34 |

Correlations

| | | | tingkat_kecandu an_IAT | sleep_duration |
|----------------|-----------------------|-------------------------|---------------------------|----------------|
| Spearman's rho | tingkat_kecanduan_IAT | Correlation Coefficient | 1.000 | .020 |
| | | Sig. (2-tailed) | . | .910 |
| | | N | 34 | 34 |
| | sleep_duration | Correlation Coefficient | .020 | 1.000 |
| | | Sig. (2-tailed) | .910 | . |
| | | N | 34 | 34 |

Correlations

| | | | tingkat_kecandu an_IAT | sleep_efficiency |
|----------------|-----------------------|-------------------------|---------------------------|------------------|
| Spearman's rho | tingkat_kecanduan_IAT | Correlation Coefficient | 1.000 | .039 |
| | | Sig. (2-tailed) | . | .825 |
| | | N | 34 | 34 |
| | sleep_efficiency | Correlation Coefficient | .039 | 1.000 |
| | | Sig. (2-tailed) | .825 | . |
| | | N | 34 | 34 |

Correlations

| | | | tingkat_kecandu an_IAT | sleep_disturbanc e |
|----------------|-----------------------|-------------------------|---------------------------|-----------------------|
| Spearman's rho | tingkat_kecanduan_IAT | Correlation Coefficient | 1.000 | .269 |
| | | Sig. (2-tailed) | . | .123 |
| | | N | 34 | 34 |
| | sleep_disturbance | Correlation Coefficient | .269 | 1.000 |
| | | Sig. (2-tailed) | .123 | . |
| | | N | 34 | 34 |

Lampiran 6. Etika Penelitian