



**HUBUNGAN KECANDUAN BERMAIN *GAME ONLINE*  
DENGAN KEGEMUKAN PADA REMAJA**

**SKRIPSI**

oleh

**Atik Rohmawati Mulyaningsih  
NIM 152310101183**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS JEMBER  
2019**



**HUBUNGAN KECANDUAN BERMAIN *GAME ONLINE*  
DENGAN KEGEMUKAN REMAJA**

**SKRIPSI**

diajukan guna melengkapi tugas akhir dan memenuhi salah satu syarat untuk menyelesaikan Program Studi Sarjana Keperawatan (S1) dan mencapai gelar Sarjana Keperawatan

oleh

**Atik Rohmawati Mulyaningsih  
NIM 152310101183**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS JEMBER**

**2019**

ii

## PERSEMBAHAN

Dengan mengucapkan syukur kehadirat Allah SWT, skripsi ini penulis persembahkan untuk :

1. Ayahanda Zaenal Mukhlason dan Ibu Badriyah yang telah memberikan dukungan doa dan kasih sayang serta dukungan baik moril maupun materiil yang tidak akan pernah terbalaskan;
2. Muhammad Shulhan Islami yang turut serta memberikan do'a dan semangat selama penyusunan skripsi;
3. Almamater TK Al-Hidayah Nurussalam, MI Nahdlatul Ulama' Salam, MTsN 1 Kabupaten Blitar, dan MAN 2 Kediri serta seluruh Bapak/Ibu guru yang telah memberikan bimbingan dan ilmu;
4. Almamater Fakultas Keperawatan Universitas Jember dan seluruh Bapak/Ibu Dosen yang telah banyak membantu dan memberikan ilmu selama proses pembelajaran;
5. Teman-teman angkatan 2015 terutama kelas B Fakultas Keperawatan Universitas Jember yang telah memberikan dukungan dan motivasi dalam penyusunan skripsi ini;
6. Teman-teman saya Martina Fitria, Nila Sa'diyah, Qurrotul Ridho, Nurul Azizah, Ifa Mardiana, Kumala Nur Zakiyah, Mohammad Faisal Haris, Layyinatul Qori'ah yang telah banyak membantu dalam penyusunan skripsi dari awal hingga akhir penyusunan skripsi;

7. Sahabat Asrama Al Aqobah yang senantiasa mendo'akan dan memberikan dukungan hingga skripsi ini dapat terselesaikan.



**MOTTO**

Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan. Maka apabila engkau telah selesai (dari suatu urusan), tetaplah bekerja keras (untuk urusan yang lain)

(QS Al Insyirah 6-7)\*

Hai orang-orang yang beriman, apabila kamu menolong (agama) Allah, niscaya

Dia akan menolongmu dan meneguhkan kedudukanmu.

(QS Muhammad 7)\*

---

\*) Kementerian Agama Republik Indonesia. 2010. Al Qur'an Mushaf Aisyah, Al-Qur'an dan Terjemah untuk Wanita. Bandung: Jabal

**PERNYATAAN**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Atik Rohmawati Mulyaningsih

NIM : 152310101183

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa karya ilmiah yang berjudul “Hubungan Kecanduan *Game Online* dengan Kegemukan pada Remaja” yang saya tulis adalah benar-benar hasil karya sendiri serta bukan karya plagiat, kecuali dalam pengutipan substansi sumber yang saya tulis, dan belum pernah diajukan pada instansi manapun. Saya bertanggung jawab atas keabsahan dan kebenaran isinya sesuai dengan sikap ilmiah yang saya junjung tinggi. Apabila kemudian hari dapat dibuktikan bahwa karya ilmiah saya adalah hasil plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya, tanpa adanya tekanan dan paksaan dari pihak manapun serta bersedia mendapatkan sanksi akademik jika kemudian hari tidak benar.

Jember, 18 April 2019  
Yang menyatakan,

Atik Rohmawati Mulyaningsih  
NIM 152310101183

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN KECANDUAN *GAME ONLINE* DENGAN KEGEMUKAN  
PADA REMAJA**

oleh :

**Atik Rohmawati Mulyaningsih  
NIM 152310101183**

Pembimbing :

Pembimbing Utama : Ns.Tantut Susanto, S.Kep.,M.Kep.,Sp.Kom.,Ph.D.

Pembimbing Anggota : Latifa Aini Susumaningrum, S.Kp., M.Kep., Sp.Kom

**PENGESAHAN**

Skripsi yang berjudul “Hubungan Kecanduan *Game Online* dengan Kegemukan pada Remaja” karya Atik Rohmawati Mulyaningsih telah diuji dan disahkan, pada:

hari, tanggal : Kamis, 18 April 2019

tempat : Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Keperawatan  
Universitas Jember

Mengetahui,

Dosen Pembimbing Utama

Dosen Pembimbing Anggota



Ns. Tantut Susanto, M.Kep., Sp.Kep.Kom., Ph.D  
NIP 19800105 200604 1 004



Latifa Aini S., M.Kep., Sp.Kom.  
NIP 19710926 200912 2 001

Penguji I

Penguji II



Ns. Lantin Sulistyorini, S.Kep., M.Kes  
NIP 19780323 200501 2 002



Ns. Kholid Rosyidi MN, S.Kep., MNS  
NRP 760016843

Mengesahkan,  
Dekan Fakultas Keperawatan  
Universitas Jember



Ns. Lantin Sulistyorini, S.Kep., M.Kes  
NIP 19780323 200501 2 002

**Hubungan Kecanduan *Game Online* dengan Kegemukan pada Remaja**  
(*The Correlation between Online Game Addiction and Overweight in adolescents*)

**Atik Rohmawati Mulyaningsih**  
*Faculty of Nursing, University of Jember*

**ABSTRACT**

*Playing game online is most favorite leisure time for adolescents. Those, this habit impacted on addiction during for long time period and become sedentary lifestyle behaviour, which contributed for overweight among adolescents. The purpose of this study was to identify the correlation between game online addiction and overweight among adolescents in Jember district. A cross sectional study was conducted among 162 overweight's students from 16 senior high school in Jember with stratified random sampling. The development of Indonesian online game addiction questionnaire was used to assess game online addiction and body weight scales and stature meter was measured body mass index (overweight). Spearman Rank test was performed to answer the objective of this study. The result show that among 162 of adolescents were overweight ( $M=1,44$ ;  $SD=0,26$ ) of body mass index. Adolescents were identified addiction (27,2%) and mild addiction (72,8%). There was a significant correlation between addiction online game and overweight ( $r=0.212$  ;  $p$  value = 0.007). The sedentary lifestyle of addiction game online is contributed overweight among adolescent. Therefore, applying regular physical activity could be done for maintaining sedentary lifestyle and reducing overweight problems among adolescents.*

*Keyword : Game Online Addiction, Overweight, Sedentary Lifestyle, Adolescents.*

## RINGKASAN

**Hubungan Kecanduan Bermain *Game Online* dengan Kegemukan pada Remaja;** Atik Rohmawati Mulyaningsih 152310101183; 2019; 90+xviii halaman; Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Keperawatan, Universitas Jember.

Kegemukan menjadi *trend* permasalahan gizi pada remaja. Kegemukan terjadi akibat asupan energi yang lebih tinggi daripada energi yang dikeluarkan. Kemajuan teknologi berupa alat elektronik menjadi faktor penyebab menurunnya aktifitas fisik pada remaja. Kemajuan teknologi salah satunya terkait dengan *game online*. Remaja akan sering menghabiskan waktunya untuk bermain *game*, komputer/laptop dan menonton TV. Penggunaan *game online* yang intensif akan membawa masalah-masalah negatif pada jangka panjang, salah satunya adalah permasalahan gizi.

Penelitian ini bertujuan untuk menilai hubungan antara kecanduan *game online* dengan kegemukan pada remaja. Penelitian ini menggunakan metode observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Responden dalam penelitian ini berjumlah 162 remaja yang didapatkan dari teknik *stratified random sampling*. Pengumpulan data menggunakan alat ukur *the development of Indonesian online game addiction questionnaire* dan timbangan berat badan. Hasil data dianalisis menggunakan uji hubungan spearman rank dengan nilai signifikansi 0,05.

Hasil penelitian ini menunjukkan 118 remaja yang mengalami kecanduan *game online* dalam penelitian ini masih kategori ringan yaitu (72,8%), dan 44 remaja mengalami kecanduan berat (27,8%). Data kegemukan responden dalam

penelitian ini, didapatkan hasil nilai tengah dari *Z-Score* partisipan adalah 1,44 yang menunjukkan bahwa partisipan mengalami kegemukan. Hasil signifikan pada indikator kambuh dan konflik (*p-value*= 0,029; 0,005). Hasil juga menunjukkan adanya hubungan antara indikator kambuh dan konflik dengan kegemukan. Beberapa indikator yang lain seperti keasyikan, toleransi, modifikasi perasaan, melarikan diri, dan kurang tidur tidak berhubungan dengan kegemukan. Hasil uji hubungan untuk kecanduan *game online* dengan *Z-Score* remaja didapatkan korelasi positif dengan kekuatan lemah ( $r= 0,212$ ;  $p\ value= 0,007$ ).

Kesimpulan dari penelitian ini durasi permainan *game online* yang tinggi memungkinkan aktivitas remaja yang gemuk dan mengalami kecanduan *game online* cenderung rendah. Sehingga, hal ini mengakibatkan penumpukan lemak yang tidak seimbang dengan energi yang dikeluarkannya untuk beraktifitas. Remaja perlu membatasi waktunya untuk bermain *game online* dalam satu hari, lebih baik jika remaja hanya bermain *game online* pada saat akhir pekan atau libur panjang. Remaja dengan kegemukan dapat melakukan aktifitas fisik ringan. Misalnya, menyapu, mengepel, mencuci baju, dan lain sebagainya. Selain itu, beberapa aktivitas fisik yang mudah dilakukan untuk remaja diantaranya *jogging*, ber-sepeda, *zumba dance* atau *aerobic*, dan mengikuti kegiatan olahraga ekstrakurikuler di sekolah seperti bermain futsal, bermain basket, taekwondo, dan lain sebagainya.

## PRAKATA

Puji syukur kepada Allah Swt, karena atas rahmat dan ridho-Nya maka penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “Hubungan Kecanduan Bermain *Game Online* dengan Kegemukan Remaja” dengan baik. Skripsi ini disusun sebagai langkah awal untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam mencapai gelar sarjana keperawatan.

Ucapan terima kasih penulis sampaikan karena skripsi ini dapat penulis selesaikan atas bimbingan dan bantuan dari beberapa pihak, yaitu:

1. Ns. Lantin Sulistyorini, S.Kep., M.Kes., selaku Dekan Fakultas Keperawatan;
2. Ns. Tantut Susanto, S.Kep.,M.Kep.,Sp.Kom.,Ph.D selaku dosen pembimbing utama yang telah membimbing, memberikan masukan dan saran demi kesempurnaan skripsi ini;
3. Ns. Latifa Aini Susumaningrum, S.Kp., M.Kep., Sp.Kom selaku dosen pembimbing anggota yang telah memberikan masukan dan arahan sehingga skripsi ini dapat tersusun dengan baik;
3. Kedua orang tuaku yang selalu mendoakan dan menjadi sumber motivasi, serta semangat demi terselesaikannya skripsi ini;
5. Serta semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih belum sempurna. Penulis menerima saran dan kritik yang membangun untuk hasil yang lebih baik kedepannya. Penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan dibidang keperawatan.

Jember, April 2019

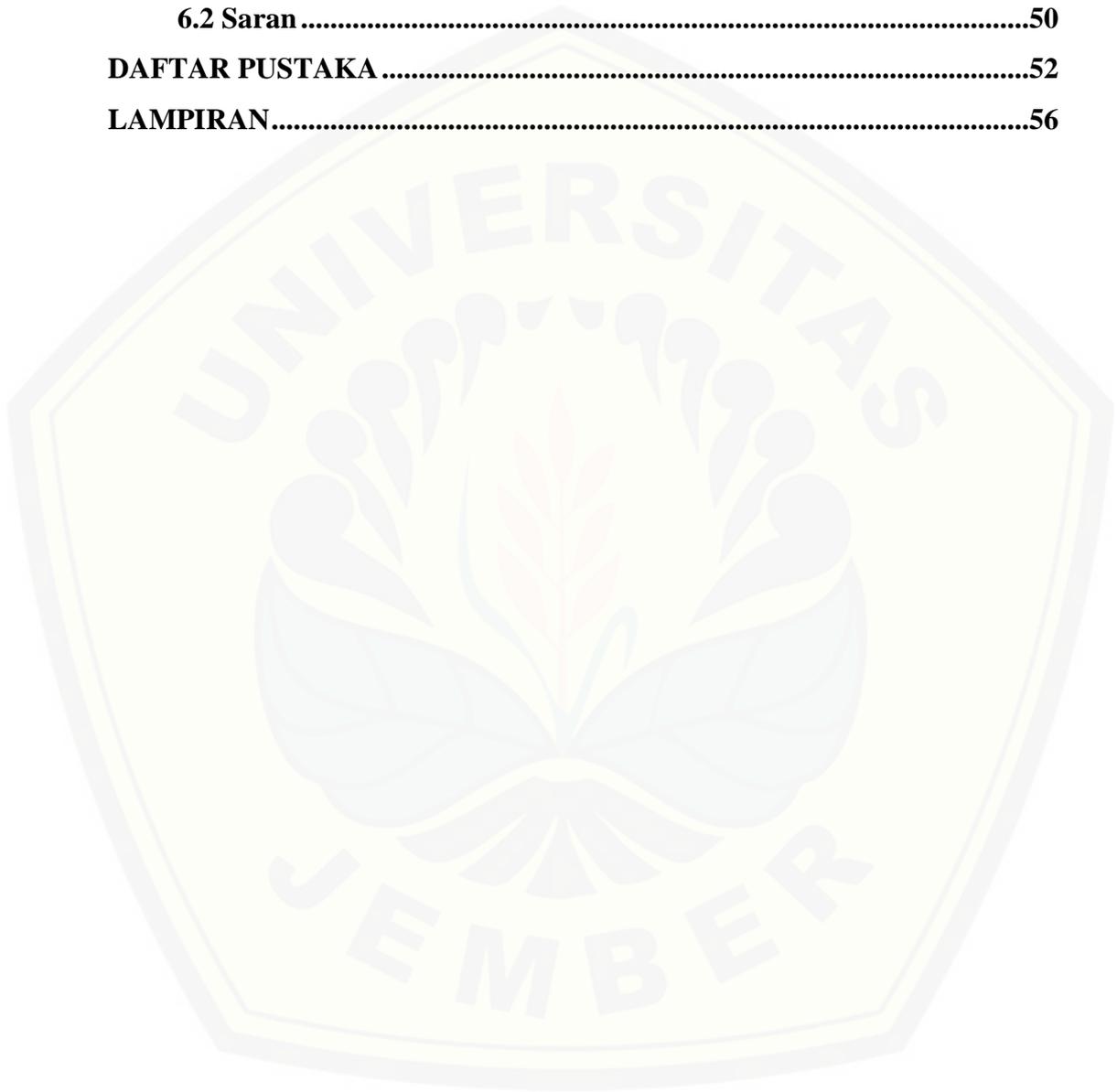
Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL.....	i
HALAMAN JUDUL .....	ii
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	iii
HALAMAN MOTTO .....	v
HALAM PERNYATAAN .....	vi
LEMBAR PENGESAHAN .....	viii
ABSTRAK .....	ix
RINGKASAN .....	x
PRAKATA .....	xii
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL .....	xvi
DAFTAR GAMBAR.....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xviii
<b>BAB I. PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
<b>1.1 Latar Belakang .....</b>	<b>1</b>
<b>1.2 Rumusan Masalah .....</b>	<b>5</b>
<b>1.3 Tujuan Penelitian .....</b>	<b>5</b>
1.3.1 Tujuan Umum.....	5
1.3.2 Tujuan Khusus.....	5
<b>1.4 Manfaat Penelitian.....</b>	<b>6</b>
1.4.1 Bagi Peneliti .....	6
1.4.2 Bagi Institusi Keperawatan.....	6
1.4.3 Bagi Profesi Keperawatan .....	6
1.4.4 Bagi Masyarakat dan Responden .....	7
<b>1.5 Keaslian Penelitian .....</b>	<b>7</b>
<b>BAB 2. TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>9</b>
<b>2.1 Kegemukan pada Tumbuh Kembang Remaja .....</b>	<b>9</b>
<b>2.2 <i>Sedentary Lifestyle</i> pada Remaja .....</b>	<b>11</b>

<b>2.3 Hubungan Kecanduan Bermain <i>Game Online</i> dengan     Kegemukan pada Remaja.....</b>	<b>13</b>
<b>2.4 Originalitas Penelitian.....</b>	<b>16</b>
<b>2.5 Kerangka Teori.....</b>	<b>19</b>
<b>BAB 3. KERANGKA KONSEP.....</b>	<b>21</b>
<b>3.1 Kerangka Konsep .....</b>	<b>22</b>
<b>3.2 Hipotesis Penelitian .....</b>	<b>20</b>
<b>BAB 4. METODE PENELITIAN.....</b>	<b>23</b>
<b>4.1 Desain Penelitian .....</b>	<b>23</b>
<b>4.2 Populasi Penelitian .....</b>	<b>23</b>
4.2.1 Populasi Penelitian .....	23
4.2.2 Sampel Penelitian .....	23
4.2.3 Kriteria Penelitian.....	25
<b>4.3 Lokasi Penelitian.....</b>	<b>26</b>
<b>4.4 Waktu Penelitian .....</b>	<b>26</b>
<b>4.5 Definisi Operasional .....</b>	<b>28</b>
<b>4.6 Pengumpulan Data .....</b>	<b>29</b>
4.6.1 Sumber Data .....	29
4.6.2 Teknik Pengumpulan Data .....	29
4.6.3 Alat Pengumpulan Data.....	31
4.6.4 Uji Validitas dan Uji Reliabilitas.....	32
<b>4.7 Pengolahan Data .....</b>	<b>33</b>
4.7.1 <i>Editing</i> .....	33
4.7.2 <i>Coding</i> .....	33
4.7.3 <i>Processing</i> .....	34
4.7.4 <i>Cleaning</i> .....	34
<b>4.8 Analisis Data .....</b>	<b>34</b>
4.8.1 Analisis Univariat .....	34
4.8.2 Analisis Bivariat .....	34
<b>4.9 Etika Penelitian.....</b>	<b>35</b>
<b>BAB 5. Hasil dan Pembahasan .....</b>	<b>37</b>

<b>5.1 Hasil Penelitian .....</b>	<b>37</b>
<b>5.2 Pembahasan Penelitian .....</b>	<b>42</b>
<b>BAB 6. Kesimpulan dan Saran .....</b>	<b>50</b>
<b>6.1 Kesimpulan.....</b>	<b>50</b>
<b>6.2 Saran .....</b>	<b>50</b>
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>52</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>56</b>

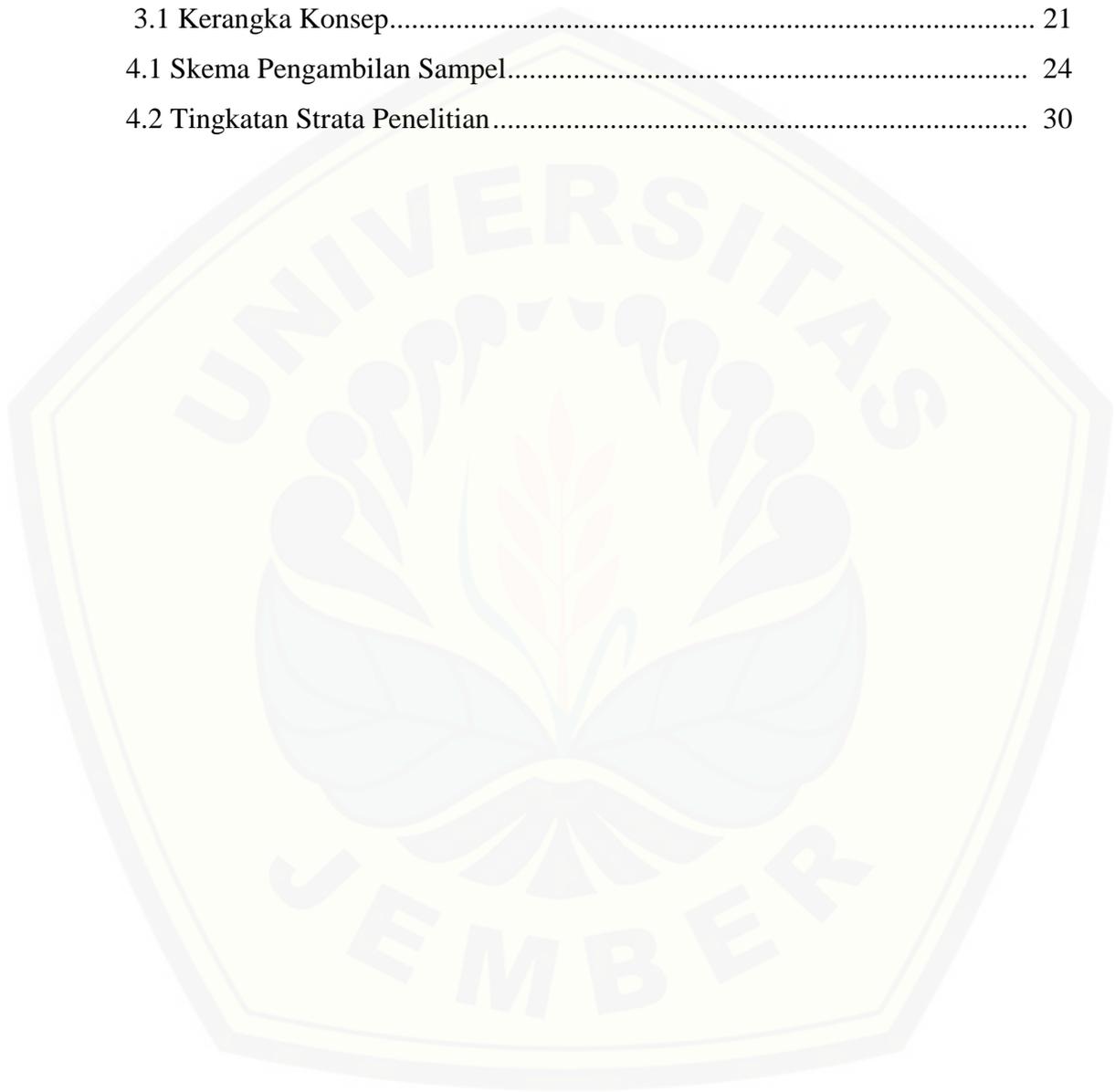


**DAFTAR TABEL**

2.1 Originalitas Penelitian .....	16
4.1 Waktu Penelitian .....	27
4.2 Variabel Penelitian dan Definisi Operasional.....	28
5.1 Tabel Karakteristik Responden.....	38
5.2 Indikator Kecanduan <i>Game online</i> Partisipan .....	40
5.3 Kategori kecanduan <i>game online</i> partisipan.....	40
5.4 Distribusi kegemukan partisipan .....	41
5.5 Analisis hubungan kecanduan <i>game online</i> dengan kegemukan.....	41

**DAFTAR GAMBAR**

2.1 Kerangka Teori .....	20
3.1 Kerangka Konsep.....	21
4.1 Skema Pengambilan Sampel.....	24
4.2 Tingkatan Strata Penelitian.....	30



**DAFTAR LAMPIRAN**

A. Lembar <i>Informed Consent</i> .....	57
B. Lembar Penghitungan sampel .....	67
C. Lembar Uji Kalibrasi .....	69
D. Lembar Uji Etik .....	70
E. Surat Izin Penelitian .....	71
F. Surat Selesai Penelitian .....	75
F1. Surat Selesai Penelitian SMAN 5 Jember .....	75
F2. Surat Selesai Penelitian SMA Muhammadiyah 3 .....	76
F3. Surat Selesai Penelitian SMAN Mumbulsari .....	77
F4. Surat Selesai Penelitian SMA 10 Nopember .....	78
F5. Surat Selesai Penelitian SMA Diponegoro.....	79
F6. Surat Selesai Penelitian SMAN 3 Jember .....	80
F7. Surat Selesai Penelitian SMAK Adhiwiyata .....	81
F8. Surat Selesai Penelitian SMAN Kalisat .....	82
F9. Surat Selesai Penelitian SMA 04 Ma'arif Perintis .....	83
F10. Surat Selesai Penelitian SMA Pahlawan .....	84
F11. Surat Selesai Penelitian SMA Argopuro .....	85
F12. Surat Selesai Penelitian SMAS As-Syuja'i .....	86
F13. Surat Selesai Penelitian SMAI Al-Hidayah .....	87
F14. Surat Selesai Penelitian SMA Muhammadiyah 1 .....	88
F15. Surat Selesai Penelitian SMA Al-Furqon.....	89
G. Lampiran Dokumentasi.....	90

## BAB 1. PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Remaja merupakan salah satu kelompok yang rentan terhadap masalah-masalah yang berisiko di dalam fase-fase kehidupan mereka, diantaranya adalah masalah yang berhubungan dengan perubahan fisik, psikologis dan sosial (Farhat et al, 2015). Masa remaja merupakan masa peralihan yang menjadikan remaja menjadi sangat rentan. Beberapa permasalahan pada remaja diantaranya risiko perilaku seksual yang bermasalah (Skinner et al, 2017), perilaku *bullying* (Kelly et al, 2015), percepatan pertumbuhan dan perkembangan yang membutuhkan banyak gizi, perubahan gaya hidup, dan permasalahan gizi seperti kegemukan (Mardalena, 2017). Menurut WHO (2014) permasalahan gizi pada populasi remaja usia 5-19 tahun saat ini adalah kegemukan. Kegemukan remaja diakibatkan oleh beberapa faktor, seperti peningkatan asupan makanan berlemak, porsi makan besar melebihi kebutuhan (Depkes RI, 2012), perubahan diet tinggi sayur buah menjadi tinggi lemak, dan kurangnya aktifitas fisik (WHO, 2014).

Kurangnya aktifitas fisik yang mengarah pada gaya hidup menetap (*Sedentary lifestyle*) menjadi salah satu faktor yang berkontribusi pada kejadian kegemukan. Perilaku sedentari adalah perilaku duduk atau berbaring dalam sehari-hari baik di tempat kerja, di rumah seperti menonton TV, main *game*, di perjalanan akan tetapi tidak termasuk waktu tidur (Risksdas, 2013). Salah satu *sedentary lifestyle* adalah bermain *game online*. Untuk itu lebih lanjut

kemungkinan gaya hidup menetap seperti bermain *game online* dapat menjadi faktor yang menimbulkan kegemukan pada remaja.

Berdasarkan penelitian (Prasad *et al*, 2015) gaya hidup menetap merupakan salah satu faktor terjadinya ketidakseimbangan nutrisi pada remaja di Eropa seperti jarang mereka untuk bermain *outdoor*, memakai kendaraan pada saat berangkat ke sekolah dan durasi tidak melakukan kegiatan apapun yang lama (menonton TV, tidur). Selain itu kehidupan modernisasi pada masyarakat semakin mengurangi pengeluaran energi melalui aktifitas fisik seminimal mungkin, sehingga tingkat aktivitas fisik umumnya sangat rendah pada remaja di semua negara (WHO, 2014). Oleh karena itu, *sedentary lifestyle* atau aktivitas menetap banyak dialami oleh remaja, terutama remaja yang gemar bermain *game online*. Remaja yang gemar bermain *game online* akan mengalami penurunan aktifitas fisik yang berkontribusi menjadi salah satu faktor terjadinya kegemukan. Selain itu, kegemukan diakibatkan oleh beberapa faktor diantaranya faktor fisiologis, faktor psikologis, dan faktor kecelakaan. Faktor fisiologis bersifat herediter maupun non herediter. Faktor herediter bersifat keturunan, sedangkan faktor non-herediter bersifat diluar dari individu misalnya jenis makanan dan tingkat kemampuan fisik (Mardalena, 2017).

Kegemukan pada remaja mengalami peningkatan akibat asupan nutrisi yang tidak seimbang dengan jumlah kebutuhan energi yang dikeluarkan (Prasad *et al*, 2015). Lebih dari 340 juta anak-anak dan remaja berusia 5-19 mengalami kelebihan berat badan atau obesitas pada tahun 2016. Prevalensi kelebihan berat badan dan obesitas di kalangan anak-anak dan remaja berusia 5-19 telah

meningkat secara drastis dari hanya 4% pada tahun 1975 menjadi hanya lebih dari 18% pada tahun 2016 (WHO, 2014). Di Indonesia, prevalensi gemuk pada remaja usia 16 sampai dengan 18 tahun sebanyak 73 persen yang terdiri dari 5,7% gemuk dan 1,6% obesitas. (Riskesdas, 2013).

Kegemukan pada remaja menjadi faktor risiko terjadinya penyakit degeneratif penyakit kardiovaskular, diabetes, gangguan muskuloskeletal dan kanker payudara, kanker endometrium dan kanker usus besar. Anak dan remaja yang mengalami kegemukan merupakan faktor risiko untuk terjadinya obesitas saat usia dewasa, serta peningkatan kejadian penyakit kardiovaskular. Penyakit-penyakit degeneratif ini yang akan membawa dampak negatif pada tumbuh kembang remaja sampai dengan masa dewasa (Prasad *et al*, 2015). Kegemukan pada remaja berkaitan dengan gaya hidup menetap seperti bermain *game online*. Gaya hidup menetap terdiri dari perilaku menetap seperti menonton televisi, bermain komputer atau laptop, dan bermain *game online*. Remaja dengan kegemukan akan mengalami peningkatan *Z-Score* yaitu  $>1$  SD (Riskesdas, 2013).

Berdasarkan (Riskesdas, 2013) aktifitas fisik digolongkan menjadi aktifitas fisik aktif, aktifitas fisik kurang aktif dan aktifitas menetap. Proporsi penduduk di Indonesia yang melakukan aktifitas fisik tergolong kurang aktif secara umum adalah 26,1%. Data yang didapatkan menunjukkan bahwa hampir separuh proporsi penduduk yang berusia lebih dari 10 tahun melakukan perilaku menetap selama 3-5,9 jam atau sekitar 42,0%, sedangkan untuk perilaku menetap lebih dari 6 jam per hari mencapai tingkat perbandingan satu dari empat penduduk Indonesia. Aktifitas menetap pada remaja dapat diakibatkan oleh menonton TV,

komputer/laptop dan bermain *game* (Prasad *et al*, 2015). Sebuah penelitian yang dilakukan Tas (2017) pada tahun 2000 dan 2017 menyebutkan bahwa tingkat kecanduan internet dan kecanduan *game online* di dunia mengalami peningkatan yang drastis pada Afrika 31,2 %, Asia 46,7%, Eropa 80,2%, Amerika Latin 62,4%, Timur Tengah 58,7%, Amerika Utara 88,1% dan Australia 69,6%. Total dari penelitian menunjukkan 51,7% populasi dunia saat ini sedang kecanduan internet dan *game online*. Menurut data Kominfo (2014) jumlah masyarakat yang menggunakan *game online* sebesar 3,5% termasuk data bermain *game* atau mengunduh video *game*.

Aktivitas menetap seperti bermain *game online* berkontribusi pada kegemukan remaja. Remaja dengan intensitas bermain *game online* yang tinggi akan cenderung mengalami penurunan aktivitas fisik karena mereka akan cenderung sering duduk atau berbaring sehingga mengurangi terjadinya pengeluaran energi, sehingga asupan nutrisi didalam tubuhnya tidak seimbang dengan energi yang dikeluarkan. Hal ini penting jika dipandang dalam bidang kesehatan akan mempengaruhi tumbuh kembang remaja di kemudian hari. Pemerintah telah mencanangkan beberapa program untuk mengatasi kegemukan dan obesitas pada remaja diantaranya promosi gaya hidup sehat meliputi pola dan perilaku makan serta aktifitas fisik bagi yang menyebabkan terjadinya kegemukan dan obesitas maupun tidak. Upaya ini melibatkan berbagai *stakeholder* terkait seperti remaja, orang tua, guru, komite sekolah (Depkes RI, 2012). Tenaga kesehatan berkontribusi dalam penanganan masalah ini dengan harapan aktifitas fisik pada remaja menjadi reguler atau rutin agar status nutrisinya menjadi ideal.

Untuk itu, berdasarkan latar belakang tersebut, sehingga perlu diteliti mengenai kecanduan bermain *game online* dengan kegemukan remaja.

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti merumuskan rumusan masalah adakah hubungan kecanduan bermain *game online* dengan kegemukan remaja?

## 1.3 Tujuan

### 1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini berdasarkan rumusan masalah adalah menganalisis hubungan kecanduan bermain *game online* dengan kegemukan pada remaja.

### 1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

- a. Mengidentifikasi kecanduan *game online* pada remaja.
- b. Mengidentifikasi kejadian kegemukan pada remaja.
- c. Menganalisis hubungan kecanduan bermain *game online* dengan kegemukan pada remaja.

## 1.4 Manfaat Penelitian

### 1.4.1 Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah kemampuan berfikir kritis dan alamiah peneliti dalam proses penelitian serta dapat menambah pengetahuan dan wawasan peneliti terutama mengenai hubungan kecanduan bermain *game online* dengan kegemukan pada remaja.

### 1.4.2 Bagi Institusi Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi data dasar dalam pengabdian masyarakat seperti pemberian promosi kesehatan terkait dengan dampak kecanduan bermain *game online* yang berlebihan. Hasil penelitian juga diharapkan dapat menjadi referensi bagi mahasiswa dalam penyusunan asuhan keperawatan.

### 1.4.3 Bagi Profesi Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi petugas kesehatan agar dapat menganalisis hubungan kecanduan bermain *game online* dengan kegemukan pada remaja.

#### 1.4.4 Bagi Masyarakat dan Responden

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan tentang analisis hubungan kecanduan bermain *game online* dengan kegemukan pada remaja.

### 1.5 Keaslian Penelitian

Berdasarkan Hubungan literatur yang telah dilakukan peneliti dari *Google Scholar* dengan kata kunci kata kunci "*game online*" dan "*obesity*" dan "*adolescence*" ditemukan sejumlah 26 artikel. Sedangkan, dalam pencarian di *Science Direct* ditemukan 34 artikel, dan di Pubmed ditemukan 5 artikel.

Berdasarkan beberapa artikel yang menjadi referensi pada penelitian ini menyebutkan bahwa menonton TV, bermain perangkat gengam dan bermain *game online* dapat mempengaruhi indeks massa tubuh (Falbe *et al*, 2017), hal itu didukung dengan penelitian bahwa bermain *game online* dapat mempengaruhi perilaku makan remaja, dan dalam hal ini dibutuhkan intervensi untuk memonitoring permainan *game online* remaja. Beberapa penelitian lain yang pernah dilakukan mengubungkan variabel kecanduan *game online* dengan perilaku agresifitas dan penurunan akademik dalam sekolah. Fokus kajian penelitian pada saat ini menganalisis terkait hubungan kecanduan *game online* dengan kejadian kegemukan pada remaja. Remaja yang mengalami kegemukan dianalisis terkait dengan pengalaman kecanduan *game onlinenya*.

Lebih lanjut peneliti akan mengidentifikasi keterkaitan antara kecanduan *game online* dan kegemukan yang memungkinkan berhubungan. Artikel-artikel yang mendukung dengan penelitian ini dikupas dalam tabel 2.1.



## BAB 2. TINJAUAN PUSTAKA

### 2.1 Kegemukan pada Tumbuh Kembang Remaja

Kegemukan menjadi *trend* permasalahan gizi pada remaja (WHO, 2014). Kegemukan sangat umum dikalangan anak-anak dan remaja di Amerika Utara jika dikaitkan dengan beberapa hasil fisik dan psikososial yang dilakukannya pada masa kecil dan dewasa (Turel *et al*, 2017). Kegemukan terjadi akibat asupan energi yang lebih tinggi daripada energi yang dikeluarkan. Selain itu, kegemukan diakibatkan oleh beberapa faktor diantaranya faktor fisiologis, faktor psikologis, dan faktor kecelakaan. Faktor fisiologis bersifat herediter maupun non herediter. Faktor *herediter* bersifat keturunan, sedangkan faktor *non-herediter* bersifat diluar dari individu misalnya jenis makanan dan tingkat kemampuan fisik (Mardalena, 2017).

Penyebab mendasar dari obesitas dan kelebihan berat badan adalah ketidakseimbangan energi antara energi yang dikonsumsi dengan energi yang dikeluarkan (Prasad *et al*, 2015). Selain itu, peningkatan asupan kalori terutama asupan tinggi kalori, kualitas makanan dikaitkan dengan faktor penyebab obesitas (Turel *et al*, 2017). Menurut Mu'tadin, dalam (Tarwoto, 2010) beberapa faktor pencetus kegemukan selain dari faktor genetik pola makan yang berlebihan, kurang aktivitas, emosi, dan lingkungan. Normalnya, tubuh memerlukan asupan kalori untuk kelangsungan hidup dan aktivitas fisik. Akan tetapi, untuk menjaga berat badan seimbang perlu adanya keseimbangan energi yang masuk dan energi

yang keluar. Ketidakseimbangan energi yang terjadi dapat mengarah pada kelebihan berat badan dan kegemukan.

Kebutuhan asupan gizi pada remaja laki-laki dan perempuan tentu berbeda. Menurut Arisman (2009) dalam (Mardalena, 2017) kebutuhan umum remaja Indonesia sekitar 3470 untuk remaja putra dan 2550 untuk remaja putri. Angka Kecukupan Gizi ini dianjurkan sekitar 60% berasal dari sumber karbohidrat seperti beras, terigu, umbi-umbian, jagung, gula, dan lain-lain. Selain itu, kebutuhan protein pada remaja harus terpenuhi yang tidak bisa ditentukan dari usia kronologis, namun lebih mengarah kepada mengidentifikasi perkembangan fisiologi remaja. Status gizi anak usia 16-18 didasarkan pada hasil pengukuran berat badan (BB) dan tinggi badan (TB) yang disajikan dalam bentuk tinggi badan menurut umur (TB/U) dan Indeks Massa Tubuh menurut umur (IMT/U) yang kemudian akan diklasifikasikan menurut indikator *Z-Score* (Risikesdas, 2013). Pengukuran status nutrisi dapat dibantu dengan *software AnthroPlus* milik WHO. *AnthroPlus* memungkinkan pengguna untuk mengimpor data yang sebelumnya telah dikumpulkan di *AnthroPlus* sehingga dapat digunakan memantau berat badan anak-anak, indeks massa tubuh dan tinggi saat mereka tumbuh dewasa dan untuk menganalisis survei data termasuk prasekolah, anak usia sekolah dan remaja (WHO, 2009).

Kegemukan pada remaja akan membawa dampak buruk fisiologis maupun psikologis. Menurut Tarwoto *et al* (2010) menyebutkan bahwa remaja yang mengalami kegemukan atau kelebihan berat badan mengalami peningkatan kematian di usia paruh baya. Remaja yang mengalami kelebihan berat badan atau

kegemukan diketahui 3-4 kali lebih berisiko mengalami penyakit jantung yang fatalnya dapat berujung pada kematian, serta berisiko 2-3 kali terhadap penyakit pernafasan seperti *asma* dan *emfisema* serta kanker kolon. Selain itu, kegemukan merupakan faktor risiko utama untuk *non-communicable disease* seperti penyakit jantung, diabetes, gangguan *muskuloskeletal*, kanker payudara, kanker endometrium, dan kanker kolon (Prasad *et al*, 2015). Selain dampak pada penyakit degeneratif, kegemukan pada remaja akan berdampak pada psikologis. Remaja yang kelebihan berat badan atau obesitas akan sangat rentan terhadap perilaku berisiko dan mungkin menunjukkan coping maladaptif. Mengingat peningkatan stigmatisasi kelebihan berat badan obesitas dalam beberapa dekade terakhir, persepsi menjadi kelebihan berat badan mungkin berhubungan dengan lebih psikologis distress dan risiko perilaku dari persepsi tentang berat badan. Stigma berat didefinisikan sebagai ketidaksetujuan individu dianggap kelebihan berat badan atau obesitas. Diskriminasi merujuk kepada interaksi negatif dengan orang-orang yang kelebihan berat badan atau obesitas (Farhat *et al*, 2015).

## **2.2 Sedentary Lifestyle pada Remaja**

Menurut Riskesdas (2013) aktifitas fisik dapat digolongkan menjadi tiga, yaitu aktifitas fisik berat, sedang, dan ringan. Aktifitas fisik berat dilakukan secara terus menerus minimal 10 menit sampai dengan meningkatnya denyut nadi dan nafas lebih cepat, seperti kegiatan mendaki gunung, berlari cepat, menimba air dan lain sebagainya. Aktifitas fisik sedang digolongkan apabila melakukan aktifitas fisik

minimal lima hari atau lebih dengan total lamanya beraktifitas 150 menit dalam waktu satu minggu. Misalnya, menyapu, mengepel, mencuci baju dan lain sebagainya. Sementara untuk aktifitas fisik ringan adalah keadaan selain dari yang disebutkan diatas, seperti duduk atau berbaring, berbicara, membaca, bermain games serta menonton televisi. Dalam Riskesdas (2013) dijelaskan beberapa kriteria aktivitas fisik aktif dan kurang aktif. Kriteria aktifitas fisik aktif adalah individu yang sedang melakukan aktifitas fisik berat atau sedang atau keduanya, sedangkan untuk kriteria aktifitas fisik kurang aktif adalah individu yang tidak melakukan aktifitas fisik sedang maupun berat seperti perilaku sedentari.

Perilaku sedentari atau *sedentary life style* adalah perilaku yang tidak melakukan aktivitas dan hanya duduk atau berbaring dalam sehari-hari baik untuk waktu kerja, di rumah, dan di perjalanan (Riskesdas, 2013). Proporsi penduduk di Indonesia yang melakukan aktifitas fisik tergolong kurang aktif secara umum adalah 26,1%. Data yang didapatkan menunjukkan bahwa hampir separuh proporsi penduduk yang berusia lebih dari 10 tahun melakukan perilaku menetap selama 3-5,9 jam atau sekitar 42,0%, sedangkan untuk perilaku menetap lebih dari 6 jam per hari mencapai tingkat perbandingan satu dari empat penduduk Indonesia.

### **2.3 Hubungan Kecanduan Bermain *Game online* dengan Kejadian *Kegemukan* pada Remaja**

Tingkat aktifitas fisik umumnya sangat rendah pada remaja di semua negara dan intensitasnya lebih rendah pada remaja perempuan. Kemajuan teknologi berupa alat elektronik menjadi faktor penyebab menurunnya aktifitas fisik pada remaja. Perkembangan teknologi yang semakin canggih menyebabkan video dan *game online* semakin menarik dan menantang dengan grafis yang indah, gambar manusia hidup, karakter realistis dan sistem permainan yang sangat canggih. Remaja akan sering menghabiskan waktunya untuk bermain *game*, komputer/laptop dan menonton TV. Penggunaan *game online* yang intensif akan membawa masalah-masalah negatif pada jangka panjang, khususnya untuk remaja (Sholeh *et al*, 2012).

Penelitian yang dilakukan oleh (Falbe *et al*, 2017) menyebutkan bahwa lama menonton TV, dan siaran iklan TV mempengaruhi Indeks Massa Tubuh wanita di Spanyol. Penelitian serupa juga dilakukan oleh (Turel *et al*, 2017) menyebutkan durasi bermain video *game* kurang lebih 4 jam sebelum waktu tidur berhubungan dengan adipositas perut yang lebih besar rasio lebar pinggang tinggi. Adapun penelitian yang dilakukan oleh Pramudyawarni (2015) dalam (Nugroho, 2017) menyebutkan 63% atau sebagian besar anak menghabiskan waktu maksimum 30 menit setiap sekali bermain *game*. Sejumlah responden (15%) menyatakan bahwa anak bermain *game* selama 30 sampai 60 menit dan sisanya dapat bermain dengan *game* lebih dari satu jam.

Intensitas bermain *game* yang tinggi merupakan salah satu indikator kecanduan *game online*. Berdasarkan angket *Game Addiction Questionnaire* yang dikembangkan oleh (Jap *et al*, 2013) disebutkan beberapa indikator yang termasuk kecanduan *game online* yang terdiri dari 7 pertanyaan, diantaranya saya memikirkan *game online* hari sepanjang, waktu bermain *game online* saya bertambah, misalnya dari 1 jam menjadi 2 jam setiap kali main, saya bermain *game online* untuk melarikan diri dari masalah, orang lain gagal saat mencoba untuk membantu saya mengurangi waktu bermain *game online*, saya merasa tidak nyaman jika saya tidak dapat bermain *game online*, *game online* membuat hubungan saya dengan orang lain (keluarga, teman, dll) bermasalah, waktu yang saya habiskan untuk bermain *game online* membuat saya kekurangan jam tidur. Hasil dari beberapa pertanyaan diatas diklasifikasikan dengan kecanduan *game* ringan dan kecanduan *game* berat apabila skor 14-21 dan >22.

Peningkatan gizi lebih banyak terjadi akibat penurunan energi total atau *energy expenditure*. Penurunan aktifitas fisik pada masa remaja perlu mendapatkan perhatian yang lebih, karena aktifitas fisik merupakan penentu utama pengeluaran energi dan memiliki dampak yang positif yang akan mempengaruhi keseimbangan energi dan dapat mengontrol berat badan (WHO, 2014).

Selain dapat menyebabkan kegemukan, *game online* dapat berdampak negatif bagi psikososial remaja. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Sholeh *et al*, 2012) remaja dengan kecanduan *game online* akan mengakibatkan

pecandu melakukan bolos sekolah, berbohong, melakukan tindakan pencurian, penipuan dan terbiasa menggunakan kata-kata kasar.



## 2.4 Originalitas Penelitian

Tabel 2.1 Originalitas Penelitian

No.	Pengarang	Tujuan Penelitian	Desain Penelitian	Hasil	Kesimpulan
1.	(Falbe <i>et al</i> , 2017)	Menilai hubungan yang belum diketahui antara menonton TV , pemakaian perangkat genggam dan video <i>game</i> aktif dengan indeks massa tubuh (IMT).	Analisis <i>Cross Sectional</i>	Di antara responden perempuan yang setiap hari menonton TV >1/2 jam di kaitkan dengan IMT yang lebih tinggi, Video <i>game</i> juga dikaitkan dengan IMT tetapi tidak dibatasi untuk mereka yang mencoba menurunkan atau mempertahankan berat badan.	Di antara perempuan, yang melihat TV dan menggunakan perangkat genggam dikaitkan dengan IMT lebih tinggi.
2.	(Tetik <i>et al</i> , 2018)	Untuk mengevaluasi dampak dari kecanduan permainan elektronik pada kebiasaan makan remaja berusia antara 9 dan 15.	<i>Cross Sectional</i>	Ditemukan bahwa siswa laki-laki menghabiskan lebih banyak waktu bermain <i>game</i> digital daripada siswi perempuan dan semakin	Anak-anak pada usia remaja perlu diajarkan berapa lama dan kapan harus bermain <i>game</i> dan dapat membatasi mereka dan bukan

			mereka bermain, semakin tinggi tingkat risiko <i>index</i> kebiasaan makan mereka	melarang mereka bermain
3. (Turel <i>et al</i> , 2017)	Untuk menilai hubungan antara video- <i>game</i> dan kegemukansebagai Langkah pertama mengidentifikasi dan meneliti kemungkinan intervensi	<i>Cross-sectional</i>	durasi bermain video- <i>game</i> yang dilaporkan kurang lebih 4-jam sebelum waktu tidur berhubungan dengan adipositas perut yang lebih besar dan asosiasi ini dapat dimediasi melalui pengurangan kualitas tidur (diukur dengan Indeks Kualitas tidur); dan <i>self reported</i> durasi sesi permainan video tidak signifikan jika dikaitkan dengan adipositas perut yang lebih besar dan asosiasi ini	Permainan video <i>game</i> durasi bermain 4-jam sebelum tidur, konsumsi minuman manis saat bermain video <i>game</i> dan kualitas tidur yang buruk memiliki hubungan dengan <i>adipositas</i> perut.

---

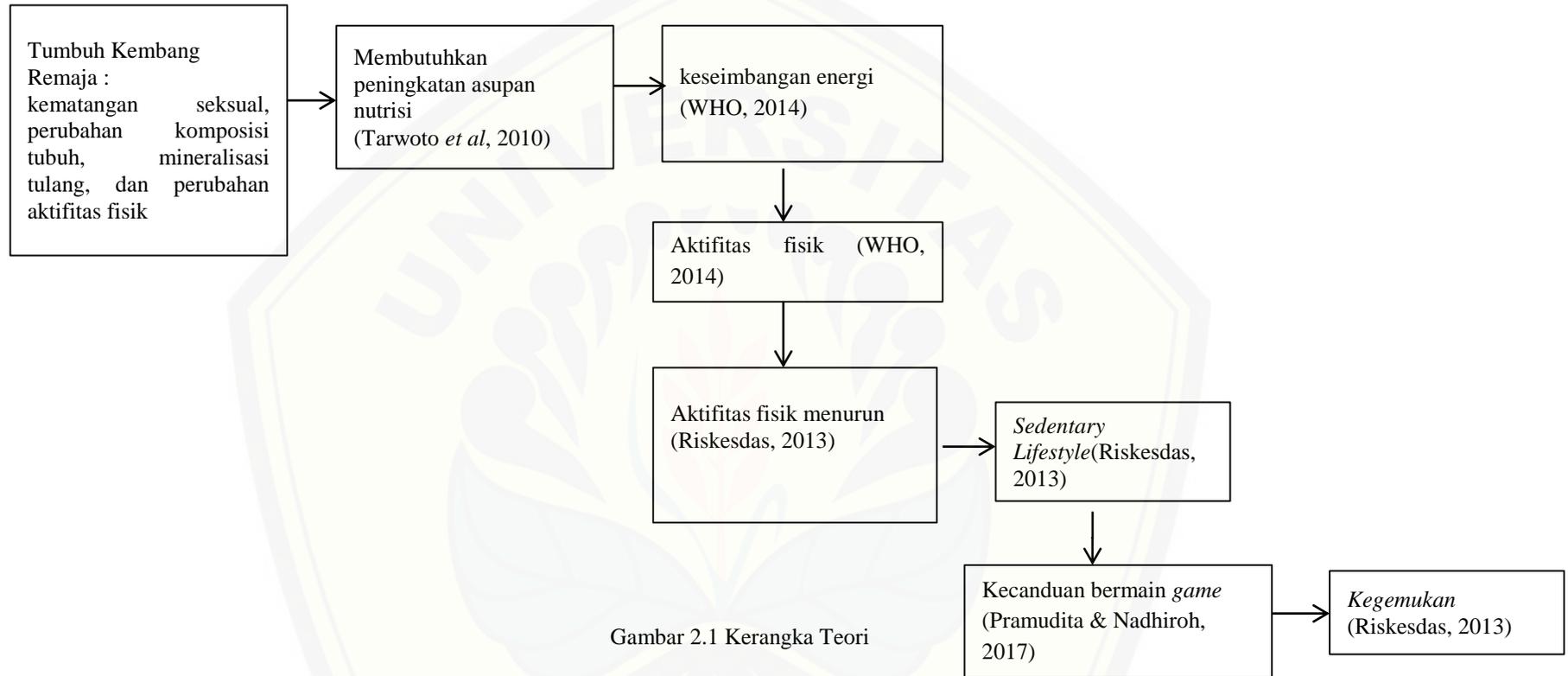
dapat dimediasi melalui laporan konsumsi minuman manis lebih tinggi saat bermain video *game* dan kualitas tidur berkurang.

---



## 2.5 Kerangka Teori

Tahap remaja adalah fase terjadinya pertumbuhan yang pesat, kematangan seksual, perubahan komposisi tubuh, mineralisasi tulang, dan perubahan aktifitas fisik. Oleh karena itu, pada tahap ini diperlukan peningkatan asupan nutrisi (Tarwoto *et al*, 2010). Asupan nutrisi yang berada didalam tubuh agar ideal untuk tumbuh kembang perlu adanya keseimbangan energi yang masuk. Keseimbangan energi diperoleh melalui aktifitas fisik (WHO, 2014). Aktifitas fisik menetap (*sedentary lifestyle*) seperti bermain *game online* diduga menjadi faktor ketidakseimbangan energi yang akan menjadi kegemukan (Prasad *et al*, 2015).

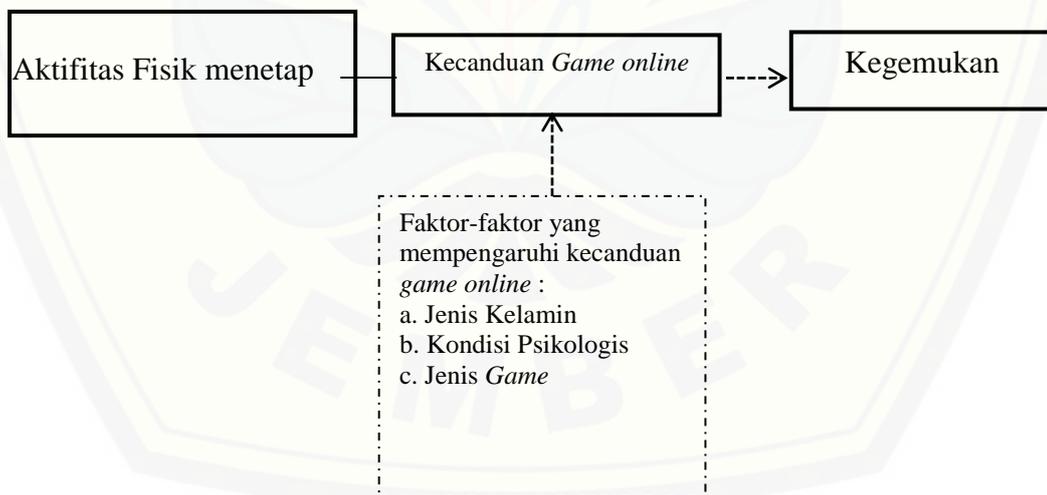


Gambar 2.1 Kerangka Teori

### BAB 3. KERANGKA KONSEP

#### 3.1 Kerangka Konsep

Aktifitas fisik diperlukan bagi remaja untuk keseimbangan energi (WHO, 2014). Menurut (Risksedas, 2013) aktifitas fisik menetap adalah perilaku yang tidak melakukan aktivitas dan hanya duduk atau berbaring dalam sehari-hari baik untuk waktu kerja, di rumah, dan di perjalanan. Aktifitas fisik salah satunya adalah dengan bermain *game online*. *Game Online* membawa dampak negatif bagi tumbuh kembang salah satunya menyebabkan kegemukan. Berdasarkan hal tersebut dapat digambarkan kerangka konsep sebagai berikut :



Gambar 3.1 Kerangka Konsep

Keterangan :



: Diteliti



: Tidak diteliti

### 3.2 Hipotesis Penelitian

Hipotesis yang dirumuskan peneliti pada penelitian ini adalah hipotesis alternatif ( $H_a$ ) yaitu ada hubungan antara kecanduan *game online* dengan kegemukan remaja.

## BAB 4. METODE PENELITIAN

### 4.1 Desain Penelitian

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian observasional korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Peneliti mengidentifikasi variabel *independen* kecanduan bermain *game online* dan variabel *dependen* kegemukan pada remaja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecanduan bermain *game online* dengan kegemukan.

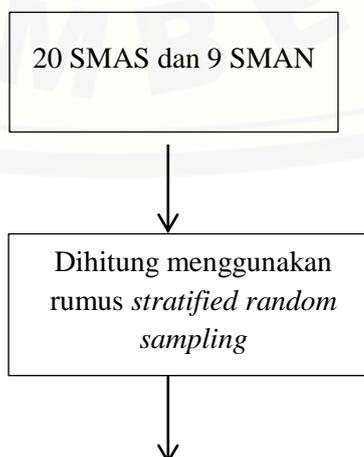
### 4.2 Populasi dan Sampel

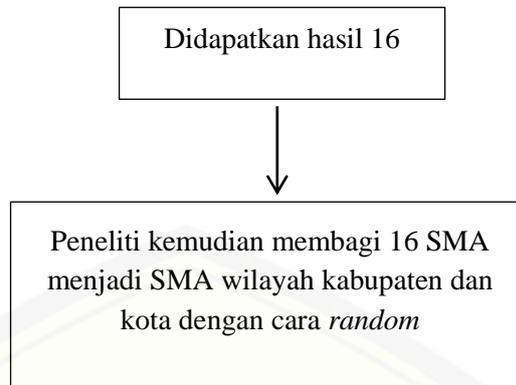
#### 4.2.1 Populasi Penelitian

Populasi penelitian ini adalah remaja di 16 SMA di Jember berjumlah 6.023 siswa yang didapatkan berdasarkan penghitungan *stratified random sampling*.

#### 4.2.2 Sampel Penelitian

Sampel pada penelitian ini diperoleh dengan metode berikut :





Gambar 4.1 Skema Pengambilan Sampel

Sejumlah SMA negeri dan swasta di Jember dihitung menggunakan rumus *stratified random sampling* didapatkan hasil 16 SMA yang kemudian dibagi menjadi sekolah wilayah kota dan kabupaten dan dipilih secara *random* untuk menjadi sampel dalam penelitian. Besar sampel pada penelitian ini ditentukan dengan rumus :

$$n = \frac{N Z^2_{1-\alpha/2} P (1-P)}{(N-1) d^2 + Z^2_{1-\alpha/2} P (1-P)}$$

$$n = \frac{6.023.(1,96)^2.(0,51)(0,51)}{6.022.0,0025+ 3,8416.0,2}$$

$$n = 374$$

Peneliti menggunakan besar populasi untuk menghitung pengambilan sampel lantaran tidak tersedia data kegemukan pada remaja SMA di wilayah Jember. Sehingga, dalam penentuan jumlah sampel peneliti menggunakan populasi umum remaja di 16 SMA di wilayah Jember yang dihitung untuk menentukan sampel pada masing-masing sekolah dan masing-masing tingkatan

kelas. Hasil penghitungan besar sampel didapatkan 374 dengan proporsi 10% menjadi 411 sampel yang akan diambil peneliti. Setelah screening dilakukan, data dilapangan didapatkan 193 siswa yang sesuai dengan kriteria inklusi. Beberapa siswa dikeluarkan sebagai responden penelitian dikarenakan menolak untuk mengikuti penelitian, sehingga siswa yang menjadi responden pada penelitian ini berjumlah 162 siswa. Untuk menentukan besarnya sampel pada setiap kelas dilakukan dengan alokasi proporsional dengan cara :

$$\text{Jumlah sampel tiap tingkatan kelas} = \frac{\text{Jumlah sampel}}{\text{Jumlah populasi}} \times \text{Jumlah tiap kelas}$$

Hasil pengambilan sampel pada penelitian ini dilampirkan pada lampiran. Sampel diambil sesuai dengan jumlah siswa yang berkenan untuk mengikuti penelitian. Peneliti memilih responden untuk dijadikan sampel penelitian yang mengalami kegemukan dan sesuai dengan kriteria inklusi.

#### 4.2.3 Kriteria Penelitian

Sampel penelitian yang digunakan adalah remaja yang memiliki kebiasaan bermain *game online*. Adapun kriteria inklusi dan eksklusi sampel yang telah ditetapkan untuk penelitian adalah sebagai berikut :

##### a. Kriteria Inklusi

Kriteria inklusi yang digunakan dalam penelitian ini adalah :

1. Remaja gemuk dengan *Z-Score* >1 SD s/d <2 SD
2. Bermain *game online* minimal satu bulan sekali.

3. Remaja bersedia ikut berpartisipasi dalam penelitian dan diijinkan oleh orang tua.

b. Kriteria Eksklusi

Kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah :

1. Remaja pada hari H pengukuran tidak berada disekolahnya (Sakit, izin).
2. Remaja yang rutin mengikuti kegiatan olahraga.

#### **4.3 Lokasi Penelitian**

Lokasi penelitian pada penelitian ini adalah sejumlah 16 Sekolah Menengah Atas di wilayah Jember.

#### **4.4 Waktu Penelitian**

Waktu penelitian ini dimulai dari pembuatan proposal sampai penyusunan laporan penelitian, untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 4.1.



## 4.5 Definisi Operasional

Tabel 4.1 Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

No.	Variabel	Definisi	Indikator	Alat Ukur	Skala	Hasil
1.	Variabel bebas : Kecanduan bermain <i>game online</i>	Tingkah laku yang ingin terus bermain <i>game online</i> dan tidak dapat dikontrol atau tidak mempunyai kekuatan dalam menghentikannya	Kecanduan <i>game online</i> : a. Kecanduan ringan b. Kecanduan berat	<i>The Development of Indonesian Online Game Addiction Questionnaire</i> (Jap <i>et al</i> , 2013) yang terdiri dari 7 pertanyaan dengan skor minimal 7 dan skor maksimal 35.	Interval	a. Skor 14-21: Kecanduan ringan b. Skor >21: Kecanduan berat
2.	Variabel terikat : Kegemukan	Penumpukan lemak yang berlebihan.	Indikator kegemukan : a. Tinggi badan b. Berat badan	a. Timbangan berat badan b. Pengukur tinggi badan Dibantu dengan <i>software AnthroPlus</i> dari WHO	Rasio	Hasil <i>Z – Score</i> >1 SD-<2SD

## 4.6 Pengumpulan Data

### 4.6.1 Sumber Data

Sumber data yang digunakan pada penelitian ini untuk memperoleh data pada kedua variabel yaitu data primer dan sekunder.

#### a. Data Primer

Data primer yang didapatkan melalui kuesioner yang diisi oleh koresponden berdasarkan hasil pengukuran berat badan dan tinggi badan.

#### b. Data Sekunder

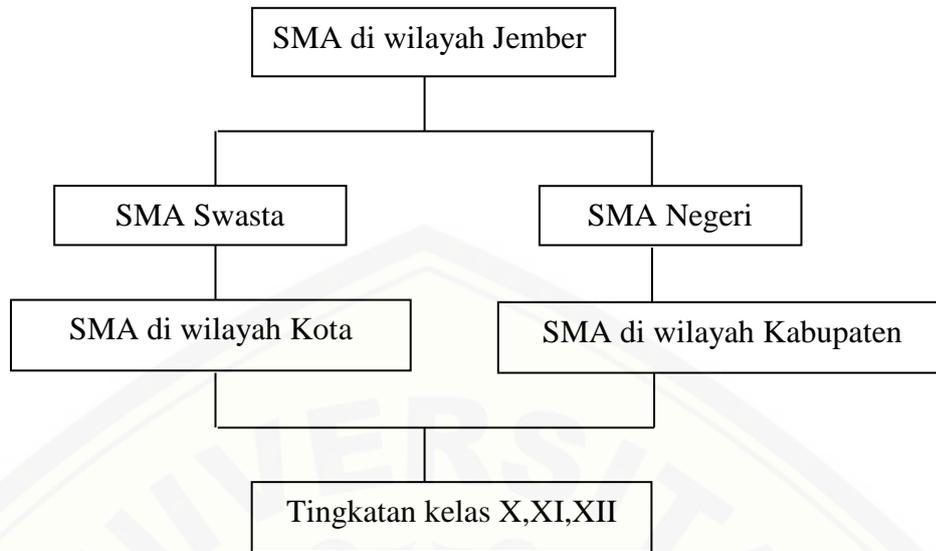
Data sekunder dalam penelitian ini data jumlah siswa.

### 4.6.2 Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini adalah sebagai berikut :

Penelitian ini sudah mendapatkan rekomendasi dari Komite Etik Penelitian Kesehatan Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Jember pada tanggal 25 Oktober 2018 nomer 180/UN25.8/KEPK/DL/2018. Peneliti mengajukan perijinan untuk melakukan penelitian dari Fakultas Keperawatan Universitas Jember dan Lembaga Pengembangan dan Pengabdian Masyarakat, selanjutnya peneliti melakukan koordinasi dengan Dinas Pendidikan dengan memberikan surat pengantar, kemudian peneliti memilih sekolah yang dijadikan sampel. Penghitungan sampel dengan rumus *stratified random sampling* didapatkan 16 SMA yang akan dijadikan sampel pada penelitian ini.

Pembagian yang dilakukan peneliti untuk pengumpulan data pada penelitian ini adalah sebagai berikut :



Gambar 4.2 Tingkatan Strata Penelitian

Peneliti membagi sekolah berdasarkan status negeri dan swasta. Setelah dihitung dan didapatkan 16 SMA peneliti membagi masing-masing dalam wilayah kota dan kabupaten. Setelah mendapatkan izin untuk melakukan penelitian. Peneliti membagi arah sekolah sesuai dengan wilayah kabupaten dan kota secara *random*. Setelah sampai pada sekolah masing-masing, peneliti menghitung jumlah sampel yang diperlukan untuk penelitian dengan melakukan strata sesuai dengan tingkatan kelas X, XI, dan XII, kemudian diambil sampel sesuai dengan kriteria inklusi peneliti. Setelah peneliti bertemu siswa, peneliti melakukan skreening kegemukan dengan mengukur tinggi badan dan berat badan siswa, masing-masing siswa membutuhkan waktu kurang lebih 4 menit untuk melakukan pengukuran. *Informed consent* dibagikan untuk kemudian dibawa masing-masing responden untuk di tanda tangani orang tua siswa sebagai bentuk persetujuan. Peneliti kembali ke sekolah setelah dihubungi oleh pihak sekolah atau sesuai waktu yang ditentukan untuk pengambilan data. Peneliti menjelaskan maksud dan

tujuan penelitian kepada siswa, kemudian peneliti menjelaskan isi dalam kuesioner yang terlampir untuk kemudian diisi oleh siswa dengan dibimbing oleh peneliti. Pengisian kuesioner ini membutuhkan waktu kurang lebih 10 menit

#### 4.6.3 Alat Pengumpulan Data

##### a. Instrumen karakteristik responden

Instrumen karakteristik responden menggunakan kuesioner. Kuesioner berisi nama, usia, jenis kelamin, tanggal lahir, dan tanggal pengkajian, rata-rata uang jajan dalam seminggu, rata-rata uang bermain *game online* dalam seminggu, rata-rata uang bermain *game online* dalam satu bulan, rata-rata waktu bermain *game online* dalam satu minggu, rata-rata waktu bermain *game online* dalam sehari, rata-rata penghasilan orang tua.

##### b. Instrumen kecanduan *game online*

Kecanduan *game online* diukur menggunakan kuesioner *Game Addiction Scale* (Douglas, 2015) dan telah modifikasi oleh (Jap *et al*, 2013) *The Development of Indonesian Online Game Addiction Questionnaire* dengan nilai reliabilitas  $\alpha = 0.73$ . Alat ukur ini terdiri dari 7 pertanyaan dengan 5 skala likert dimulai dari “tidak pernah” sampai dengan “sering sekali”. Kategori kecanduan pada alat ukur ini dikategorikan menjadi dua, yaitu kecanduan berat dan kecanduan ringan. Interpretasi alat ukur ini adalah skor 14 sampai 21 mungkin menunjukkan kecanduan *game online* ringan dan skor 22 dan di atas dapat menunjukkan kecanduan berat *game online*.

#### c. Instrumen Kegemukan Remaja.

Pengukuran kegemukan remaja diawali dengan pengukuran berat badan dan tinggi badan. Berat badan diukur dengan menggunakan timbangan berat badan merk GEA dan stature meter. Data yang didapatkan dientri kedalam *software AnthroPlus* hingga keluar data *Z-Score*. Maka yang diambil adalah jika *Z-Score* > 1,0- <2,0 SD yang merupakan indikator kegemukan.

#### 4.6.4 Uji Validitas dan Uji Reliabilitas

##### a. Uji Validitas

Uji validitas kuesioner *The Development of Indonesian Online Game Addiction Questionnaire* pernah dilakukan oleh (Jap *et al*, 2013) pada remaja usia sekolah di kota Manado, Medan, Pontianak, Yogyakarta sejumlah 3.264 siswa sekolah. Validitas menggunakan uji *Pearson* didapatkan  $r$  hitung >  $r$  tabel yang mengindikasikan bahwa semua item dalam kuesioner valid.

##### b. Uji Reliabilitas

Uji Reliabilitas kuesioner *The Development of Indonesian Online Game Addiction Questionnaire* pernah dilakukan oleh (Jap *et al*, 2013) dengan nilai reliabilitas  $\alpha = 0.73$ .

## 4.7 Pengolahan Data

### 4.7.1 Editing

Peneliti melakukan *editing* kepada kuesioner hasil pengambilan data berdasarkan hal berikut :

- a. Kelengkapan jawaban
- b. Keterbacaan tulisan
- c. Relevansi jawaban.

### 4.7.2 Coding

Pada tahap ini peneliti memberikan kode pada masing-masing jawaban responden. Pemberian kode pada penelitian ini yaitu jenis kelamin (Laki-laki=1, Perempuan=0), Rata-rata uang jajan per-minggu (kurang dari Rp. 20 ribu=1, Rp. 20 ribu-Rp. 50 ribu= 2, Rp. 50 ribu-Rp. 100 ribu=3, Rp. 100 ribu-Rp. 200 ribu=4, Rp. 200 ribu- Rp. 300 ribu= 5, lebih dari Rp. 300 ribu= 6), Rata-rata uang mingguan untuk bermain *game online* (kurang dari Rp. 20 ribu=1, Rp. 20 ribu-Rp. 50 ribu= 2, Rp. 50 ribu-Rp. 100 ribu=3, Rp. 100 ribu-Rp. 200 ribu=4, Rp. 200 ribu- Rp. 300 ribu= 5, lebih dari Rp. 300 ribu= 6), rata-rata uang bulanan untuk bermain *game online* (kurang dari Rp. 20 ribu=1, Rp. 20 ribu-Rp. 50 ribu= 2, Rp. 50 ribu-Rp. 100 ribu=3, Rp. 100 ribu-Rp. 200 ribu=4, Rp. 200 ribu- Rp. 300 ribu= 5, lebih dari Rp. 300 ribu= 6), rata-rata penghasilan orang tua (kurang dari Rp. 500 ribu=1, Rp. 5000 ribu-Rp. 1 juta= 2, Rp. 1 juta-Rp. 2 juta=3, Rp. 2 juta- Rp. 3 juta=4, lebih dari Rp. 3 juta= 5), rata-rata waktu harian bermain *game online* (1 hari/minggu= 1, 2-3 hari/minggu=2, 4-5 hari/minggu=3, 6-7 hari/minggu= 4),

Rata-rata jam bermain *game online* dalam sehari (0-1/2 jam/hari=1, lebih dari 1/2 jam-1 jam/hari=2, lebih dari 1 jam-2 jam/hari=3, lebih dari 2 jam-3 jam/hari=4, lebih dari 3 jam-4 jam/hari=5, lebih dari 4 jam-5 jam/hari=6, lebih dari 5 jam-6 jam/hari=7, lebih dari 6 jam-7 jam/hari=8, lebih dari 7 jam/hari=9).

#### 4.7.3 Processing

*Processing* adalah peneliti mengolah data menggunakan aplikasi SPSS.

#### 4.7.4 Cleaning

*Cleaning* adalah Peneliti meneliti kembali terkait jawaban responden. Kesalahan dimungkinkan terjadi pada saat data di-entry data ke komputer.

### 4.8 Analisis Data

#### 4.8.1 Analisis Univariat

Analisis *univariat* pada penelitian ini untuk data kategorik menggunakan presentase. Sementara itu, untuk data numerik disajikan dalam bentuk median, dan *percentile*.

#### 4.8.2 Analisis Bivariat

Analisis bivariat pada penelitian ini dilakukan pada variabel *dependen* dan *independen*. Untuk mengetahui keeratan hubungan antara variabel *independen* dan variabel *dependen* maka dilakukan Uji *Spearman Rank* karena hasil penelitian ini

untuk menguji hubungan kecanduan *game online* dengan kegemukan pada remaja dengan taraf signifikansi  $p < 0,05$ .

#### 4.9 Etika Penelitian.

Penelitian ini diajukan pada tim uji etik Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Jember. Dalam melakukan penelitian ini memperhatikan prinsip-prinsip sebagai berikut : kemanfaatan, menghargai hak asasi manusia, anonimitas, keadilan, dan kejujuran.

##### 4.9.1 Prinsip manfaat

###### a. Bebas dari penderitaan

Penelitian yang akan dilakukan peneliti tidak menyakiti responden atau menggunakan tindakan invasif yang akan menyakiti responden.

###### b. Bebas dari eksploitasi

Peneliti mengambil data dari responden sesuai dengan data yang dibutuhkan untuk penelitian.

###### c. Risiko (*benefits ratio*)

Prinsip risiko yang dilakukan pada penelitian ini yaitu dengan cara peneliti memberitahu kepada responden tentang tujuan dan manfaat penelitian mengenai kecanduan bermain *game online* dengan kegemukan pada remaja ini sebelum calon responden bersedia menjadi responden.

##### 4.9.2 Prinsip menghargai hak asasi manusia (*respect for human dignity*)

###### a. Hak memutuskan berkontribusi atau tidak untuk menjadi responden (*right to self determination*)

Responden memiliki hak untuk memilih atau mundur untuk menjadi sampel penelitian.

b. Hak untuk mendapatkan penjelasan dari tindakan yang akan dilakukan (*right to full disclosure*)

Peneliti menjelaskan manfaat dan tujuan dari penelitian ini dan diketahui responden mendapatkan manfaat dari hasil penelitian.

c. *Informed consent*

Responden mendapatkan informasi yang sejelas-jelasnya mengenai manfaat dan tujuan penelitian, kemudian responden memilih untuk mundur atau tetap bersedia ikut menjadi responden dalam penelitian dengan menandatangani *informed consent*.

4.9.3 Anonimitas

Peneliti merahasiakan nama responden dengan memberikan kode dalam pelampiran data.

4.9.4 Prinsip keadilan (*right to justice*)

Peneliti memberikan perlakuan secara adil kepada partisipan baik sebelum, selama dan sesudah menjalani proses penelitian. Peneliti tidak membeda-bedakan setiap responden dalam hal apapun selama proses penelitian berlangsung hingga penelitian berakhir.

4.9.5 Prinsip kejujuran (*Veracity*)

Peneliti memberikan informasi yang detail dan jujur terkait penelitian yang akan dilakukan.

## BAB 6. PENUTUP

### 6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan kecanduan *game online* dengan kegemukan pada remaja di Sekolah Menengah Atas di wilayah Jember dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

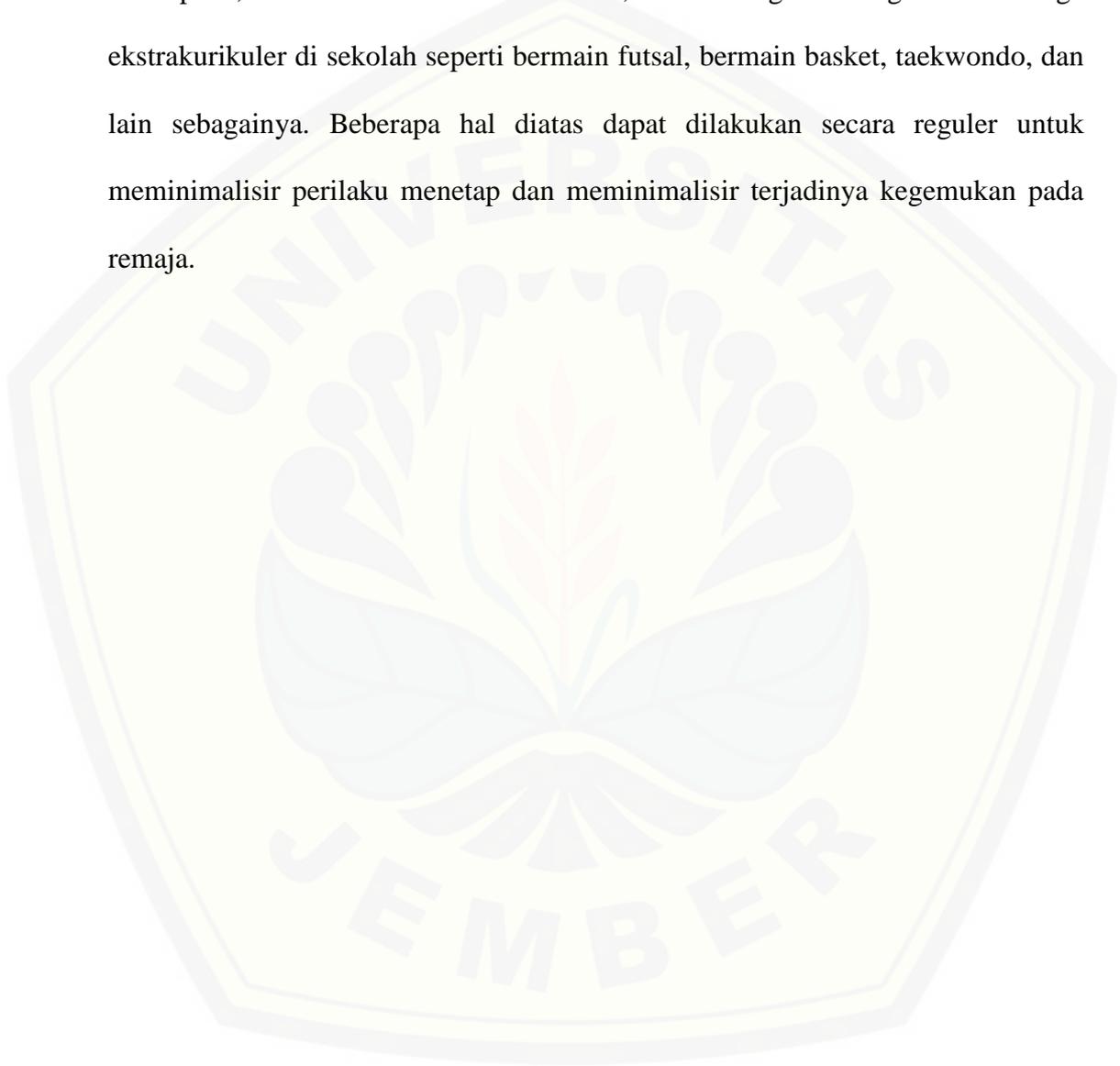
- a. Remaja yang mengalami kecanduan *game online* dalam penelitian ini masih kategori ringan yaitu (72,8%), dan kecanduan berat (27,2%).
- b. Remaja dalam penelitian ini mengalami kegemukan (M= 1,44; SD= 0,26).
- c. Kecanduan *game online* pada remaja berhubungan dengan kegemukan ( $r=0,212$  ;  $p\ value = 0,007$ ).

### 6.2 Saran

Penelitian ini selain menunjukkan hasil juga memberikan saran kepada banyak pihak. Saran yang peneliti dapat berikan adalah sebagai berikut :

Remaja perlu membatasi waktunya untuk bermain *game online*, lebih baik jika remaja hanya bermain *game online* pada saat akhir pekan atau libur panjang. Remaja perlu meningkatkan kemampuan bersosialisasi untuk mengalihkan perhatian dan energi melalui kegiatan-kegiatan seperti Palang Merah Remaja, Pramuka, dan kegiatan organisasi siswa yang lainnya. Monitoring orang tua termasuk pembatasan uang untuk bermain *game online* yang disesuaikan dengan penghasilan orang tua. Hal ini diharapkan dapat membantu mengurangi tingkat kecanduan *game* pada remaja.

Remaja dengan kegemukan dapat melakukan aktifitas fisik ringan. Misalnya, menyapu, mengepel, mencuci baju, dan lain sebagainya. Selain itu, beberapa aktivitas fisik yang mudah dilakukan untuk remaja diantaranya *jogging*, ber-sepeda, zumba *dance* atau *aerobic*, dan mengikuti kegiatan olahraga ekstrakurikuler di sekolah seperti bermain futsal, bermain basket, taekwondo, dan lain sebagainya. Beberapa hal diatas dapat dilakukan secara reguler untuk meminimalisir perilaku menetap dan meminimalisir terjadinya kegemukan pada remaja.



## DAFTAR PUSTAKA

- Bozkurt, H., S. Ozer, S. Sahin., dan E. Sonmezgoz. 2017. Internet Use Patterns and Internet Addiction In Children and Adolescents with Obesity. *Pediatric Obesity* (8):1–6.
- Coyne, M. Sarah., Dyer, W.J., Densley, Rebecca., Money, M. Nathan., Day, D. Randal., dan Harper, M. James. 2015. Physiological indicators of pathologic video game use in adolescence. *Journal of Adolescent Health*. 56(3):307–313.
- Depkes RI. 2012. *Pedoman Pencegahan Dan Penanggulangan Kegemukan Dan Obesitas Pada Anak Sekolah*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Douglas. 2015. Gaming addiction. *Biofeedback*. 45(1):14–18.
- Falbe, J., W.C. Willet., B. Rosner., dan A. E. Field.. 2017. Body mass index, new modes of tv viewing and active video games. *Pediatric Obesity*. 12(5):406–413.
- Farhat Tilda. 2015. Stigma, Obesity And Adolescent Risk Behaviors: Current Research And Future Directions. *Current Opinion in Psychology*. 5:56–66.
- Griffiths, M. D. dan H. M. Pontes. 2016. Online addictions : conceptualizations ,. 1–14.
- Griffiths, M. D. dan H. M. Pontes. 2016. Online Addictions : Conceptualizations ,. 1–14.
- Hafeez Maria., M. D. Idrees., dan J. Y. Kim. 2017. *Game addiction : a brief review*. *International Journal of Scientific Engineering and Research*. 2015:2347-2354.

- Jaacks et al. 2014. Jaacks, L. M., Slining, M. M. dan B. M. Popkin. 2014. Recent Trends in The Prevalence of Under-and Overweight Among Adolescent Girls in Low- and Middle- Income Countries. *Pediatric Obesity*. (11):1–8.
- Jap, T., S. Tiatri., E. S. Jaya., M. S. Suteja. 2013. The Development Of Indonesian Online Game Addiction Questionnaire. *PLoS ONE*. 8(4):4–8.
- Kelly, E.V., N.C. Newton., L. A. Stapinski., T. Slade., E. L. Barrett., P. J. Conrod., dan M. Teeson. 2015. Suicidality, Internalizing Problems And Externalizing Problems Among Adolescent Bullies, Victims And Bully-Victims. *Preventive Medicine*. 73:100–105.
- Lee, Changho dan Ocktae Kim. 2016. *Predictors of online game addiction among korean adolescents*. *Addiction Research and Theory*. 6359.
- Mardalena. 2017. *Dasar-Dasar Ilmu Gizi Dalam Keperawatan*
- Moreno, L. A., F. Gottrand., I. Huybrechts., J. R. Ruiz., M.G. Gross., dan S. DeHenauw. 2014. Nutrition and Lifestyle in European Adolescents : The Helena ( Healthy Lifestyle In Europe By Nutrition In Adolescence ) study 1 – 3. (Part 2):615–623.
- Nugroho. 2017. Hubungan antara kebiasaan bermain Video *Game* dengan Interaksi Sosial Pada Anak di Sekolah Dasar Muhammadiyah Bantul Yogyakarta. *Skripsi*. Yogyakarta: STIKES Achmad Yani Yogyakarta.
- Pang, Shirlene. 2017. *Correlates of online game play motivations , social anxiety and psychological distress*. *Game Play, Social Anxiety and Distress*. 46(11):443–446.
- Pramudita & Nadhiroh. 2017. Gambaran aktivitas aedentari dan tingkat kecukupan gizi pada remaja gizi lebih dan gizi normal. *Media Gizi Indonesia*. 12(1):1–6.

- Prasad rasad, VG., H.Katta., V. Malhotra. 2015. *Risk Factors Associated With Obesity Among Adolescent Students : A Case Control Study. International Journal of Health Sciences and Research.* 5(4):1–5.
- Riskesdas. 2013. Riset Kesehatan Dasar 2013 *.Laporan Nasional 2013.*
- Septiana, P., dan Irwanto. 2018. Hubungan durasi tidur dengan kejadian obesitas pada anak usia 3 – 8 tahun. *Global Medical and Health Communication.*6(47):63–67.
- Sholeh, Ismail. 2012. *Kerentanan Anak Yang Terpapar Game Online Untuk Menjadi Delinkuen ( Hubungan Kasus Terhadap Tiga Orang Anak ) DEPOK Skripsi.* Jakarta: Universitas Indonesia.
- Skinner, S. R. Marino, J. Rosenthal, S. L. Cannon, J. Doherty, D. A. dan Hickey, Martha. 2017. *Prospective Cohort Study Of Childhood Behaviour Problems And Adolescent Sexual Risk-Taking: Gender Matters.* Sexual Health. 14(6):492–501.
- Stubblefield, S., G. Datto, dan T. T. Phan. 2017. Problem Video Gaming Among Children Enrolled. *Cyberpsychology, Behaviour, and Social Networking.* 20(2):109–116.
- Sussman, C. J., J.M. Harper., J.L. Stahl., dan P. Weigle. 2017. *Internet and video game addictions.* Child and Adolescent Psychiatry Clinics of NA.
- Tarwoto. 2010. *Kesehatan Remaja Problem Dan Solusinya.* Jakarta: Salemba Medika.
- Tas, Ibrahim. 2017. *Relationship between Internet Addiction, Gaming Addiction and School Engagement among Adolescents.* Universal Journal of Educational Research. 5(12):2304–2311.

Taylor, Shawn., S.P. Angkoon., S. Sirirat., dan D. Woods. 2017. *The theoretical underpinnings of internet addiction and its association with psychopathology in adolescence*. International Journal of Adolescent Medicine and Health. 1–7.

Tetik, B.K., D. Kayhan., S. Sertkaya., dan K. B. Sandikci.. 2018. Evaluation of the effects of digital play addiction on eating attitudes. *Pakistan Journal of Medical Sciences*. 34(2):482–486.

Turel, O., A. Romashkin., dan K. M. Morrison. 2017. *A Model Linking Video Gaming, Sleep Quality, Sweet Drinks Consumption and Obesity Among Children and Youth*. Clinical Obesity. 7(4):191–198.

WHO. 2009. Software for assessing growth of the worlds children and adolescents. *Who Antro Plus for Personal Computers Manual*

WHO. 2014. *Trends And Inequalities In The Who European Region , Adolescent Obesity And Related Behaviours : Adolescent Obesity And Related Behaviours : Trends And Inequalities In The Who. 2002–2014*. [serial online][http://www.euro.who.int/\\_\\_data/assets/pdf\\_file/0019/339211/WHO\\_O](http://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0019/339211/WHO_O)

Wittek, C.T., T.R. Finseras., S. Pallesen., R. A. Mentzoni., D. Hanss., M. D. Griffiths., dan H. molde. 2015. *Prevalence and predictors of video game addiction : a study based on a national representative sample of gamers*. International Journal Mental Health Addiction.



# LAMPIRAN

Lampiran A. Lembar *Informed Consent*



**HUBUNGAN KECANDUAN GAME ONLINE DENGAN  
KEGEMUKAN PADA REMAJA**

**KUESIONER PENELITIAN**

oleh  
Atik Rohmawati Mulyaningsih  
NIM 152310101183

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS JEMBER  
2019**

Lembar *Informed Consent***PENJELASAN PENELITIAN**

Sehubungan dengan penyelesaian tugas akhir Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Jember, maka saya:

Nama Peneliti : Atik Rohmawati Mulyaningsih  
NIM : 152310101183  
Email : [atikrohrawati3@gmail.com](mailto:atikrohrawati3@gmail.com)  
Pekerjaan : Mahasiswa  
Alamat : Jl. Kalimantan X No. 168B Sumbersari, Jember  
Nomor Telephone : 085708396456

bermaksud mengadakan penelitian yang berjudul “Hubungan kecanduan game online dengan obesitas pada remaja”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan Kecanduan *Game Online* dengan Kegemukan pada Remaja. Penelitian ini merupakan bagian dari persyaratan untuk menyelesaikan program pendidikan sarjana saya di Fakultas Keperawatan Universitas Jember. Adapun pembimbing penelitian skripsi saya ini adalah Ns. Tantut Susanto., S.Kep., M.Kep., Sp.Kom., Ph.D, yang akan memfasilitasi selama jalannya penelitian ini.

Penelitian ini melibatkan klien remaja SMA di Kabupaten Jember. Waktu penelitian pada setiap responden membutuhkan sekitar 20 menit. Penelitian ini menggunakan kuesioner tentang kecanduan *game online* untuk kemudian responden diminta untuk mengisi kuesioner. Peneliti menjaga kerahasiaan data klien yang menjadi responden dan identitas klien tidak akan dicantumkan oleh peneliti. Data yang diperoleh hanya digunakan untuk kepentingan riset. Manfaat yang diperoleh responden terkait penelitian ini yaitu mengetahui terkait dampak dari bermain *game online*. Responden dalam penelitian ini setelah dilakukan pengecekan tinggi badan dan berat badan serta mengisi kuesioner, mendapatkan alat tulis dari peneliti. Sebagai ucapan terima kasih atas kesediaanya terlibat dalam penelitian ini. Oleh karena itu, untuk menunjang jalannya penelitian ini, saya memohon bantuan bapak/ibu selaku orang tua/wali dari siswa untuk

menyetujui putra/putrinya untuk menjadi responden dalam penelitian saya. Bapak/ibu dapat membaca setiap pernyataan yang akan ditanyakan pada halaman berikutnya. Apabila bapak/ibu atau wali dari siswa menyetujui bahwa siswa yang bersangkutan akan diteliti, dapat membubuhkan tanda tangan pada lembar persetujuan di halaman selanjutnya.

Demikian penjelasan penelitian yang saya sampaikan, mohon kerja samanya. Atas perhatiannya saya ucapkan terima kasih.

Jember, 2019  
Peneliti

(Atik Rohmawati Mulyaningsih)



**Lembar Consent**

**Kode Responden :**

**PERSETUJUAN RESPONDEN**

Saya yang bertandatangan di bawah ini :

nama :

usia :

kelas :

sekolah :

yang selanjutnya sebagai responden dalam penelitian yang berjudul “Hubungan Kecanduan *Game Online* dengan Kegemukan pada Remaja”. Saya telah mendapatkan penjelasan secara rinci terkait informasi jalannya penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti. Saya menyadari bahwa penelitian ini tidak akan menimbulkan sesuatu yang merugikan bagi saya, sehingga saya secara sadar memberikan persetujuan untuk ikut serta dalam kegiatan penelitian ini.

Demikian pernyataan ini saya buat, semoga dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Peneliti Jember, 2019  
Responden

(Atik Rohmawati Mulyaningsih) ( )

Lembar *Consent* Orang Tua

Kode Responden :

## PERSETUJUAN ORANG TUA RESPONDEN

Saya yang bertandatangan di bawah ini :

nama orang tua :

usia orang tua :

Selaku orang tua/wali dari siswa yang bernama :

nama siswa :

usia :

kelas :

sekolah :

bertindak sebagai orang tua/wali,  Setuju  Tidak Setuju

anak saya untuk menjadi responden dalam penelitian yang berjudul “Hubungan Kecanduan *Game Online* dengan Kegemukan pada Remaja”. Saya menyadari bahwa penelitian ini tidak akan menimbulkan sesuatu yang merugikan bagi saya dan keluarga saya, sehingga saya secara sadar memberikan persetujuan untuk ikut serta dalam kegiatan penelitian ini.

Demikian pernyataan ini saya buat, semoga dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Jember,

2019

Peneliti

Orang tua/wali

(Atik Rohmawati Mulyaningsih)

( )

Lampiran Kuesioner Kecanduan *Game Online*

Kode Responden

**Petunjuk Pengisian :**

1. Isilah titik-titik yang tersedia dengan jawaban yang benar
2. Berikan tanda checklist  $\checkmark$  pada jawaban yang sesuai

**Identitas Responden**

1. Nama :
2. Tempat Tanggal Lahir :
3. Umur :
4. Kelas :
5. Jenis Kelamin :  Perempuan  Laki-laki
6. Tanggal Pengkajian :
7. Rata-rata uang jajan perminggu : .....
8. Rata-rata uang mingguan untuk bermain game : .....
9. Rata-rata habis uang bulanan untuk bermain game : .....
10. Penghasilan orang tua/wali : .....

11. Rata-rata waktu harian bermain game online dalam satu minggu :

1 hari/minggu	<input type="checkbox"/>
2-3 hari/minggu	<input type="checkbox"/>
4-5 hari/minggu	<input type="checkbox"/>
6-7 hari/minggu	<input type="checkbox"/>

12. Rata-rata jam bermain game online dalam sehari :

0 – ½ Jam/hari	<input type="checkbox"/>
>1/2 jam – 1 jam/hari	<input type="checkbox"/>
>2 jam - 3 jam/hari	<input type="checkbox"/>
>3 jam – 4 jam/hari	<input type="checkbox"/>
>4 jam -5 jam/hari	<input type="checkbox"/>
>5 jam – 6 jam/hari	<input type="checkbox"/>
>6 jam – 7 jam/hari	<input type="checkbox"/>
>7 jam/hari	<input type="checkbox"/>

<b>KODE RESPONDEN :</b>
-------------------------

**Kuesioner Kecanduan *Game Online***

Petunjuk Pengisian Kuesioner:

1. Bacalah secara cermat dan teliti setiap bagian pernyataan dalam kuesioner ini.
2. Mohon mengisi pertanyaan dibawah ini sesuai dengan kondisi dalam 6 bulan terakhir dengan memberikan tanda ceklist (√) pada pilihan jawaban yang dipilih.

Sangat sering (SS) : 5

Sering (S) : 4

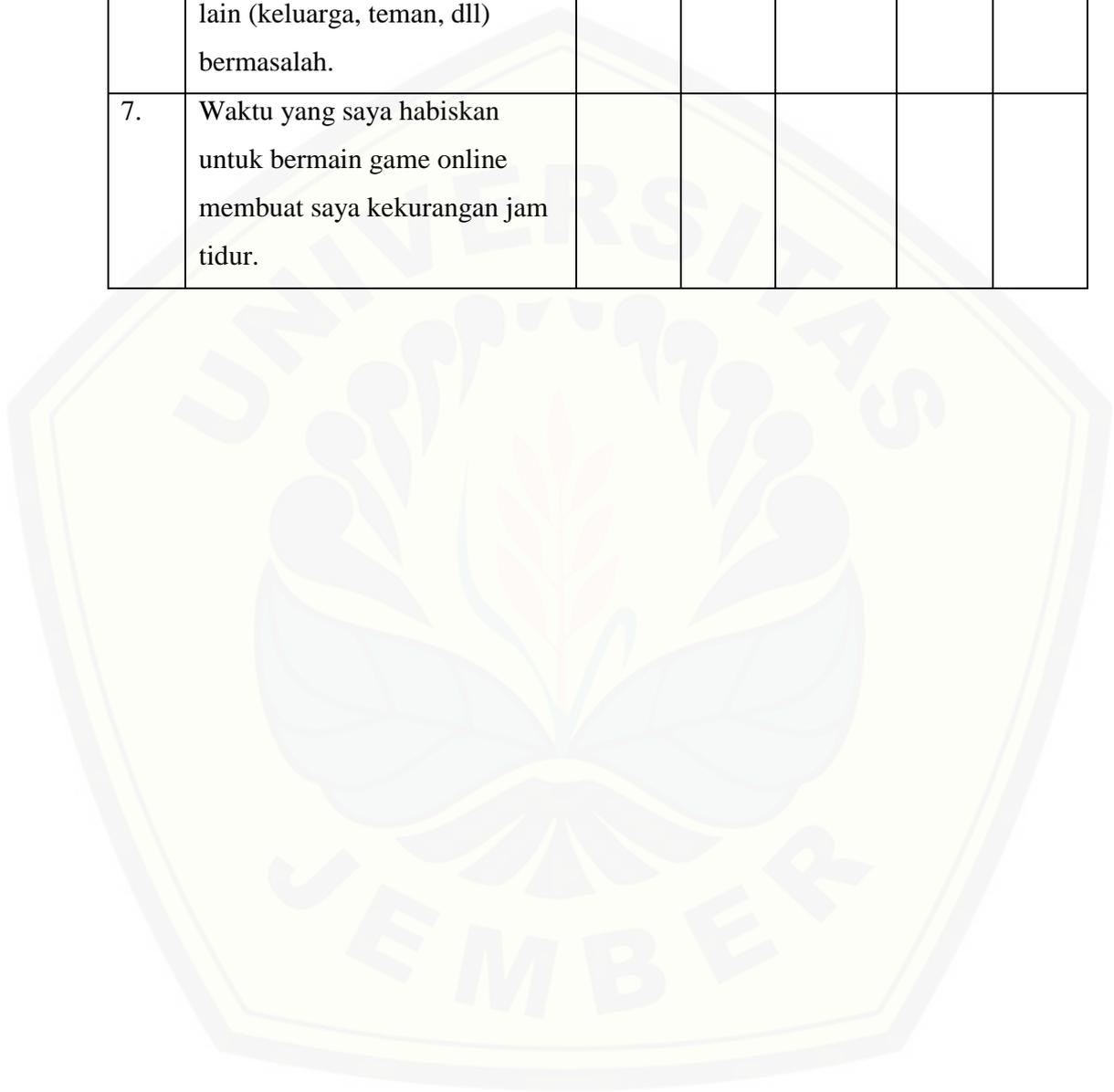
Kadang-kadang (KD) : 3

Jarang (J) : 2

Tidak Pernah (TP) : 1

NO.	DAFTAR PERTANYAAN	JAWABAN				
		SS	S	KD	J	TP
		5	4	3	2	1
1.	Saya memikirkan game online sepanjang hari.					
2.	Waktu bermain game online saya bertambah, misalnya dari 1 jam menjadi 2 jam setiap kali main.					
3.	Saya bermain game online untuk melarikan diri dari masalah.					
4.	Orang lain gagal saat mencoba untuk membantu saya mengurangi waktu bermain game online.					
5.	Saya merasa tidak nyaman jika saya tidak dapat bermain game					

	online.					
6.	Gameonline membuat hubungan saya dengan orang lain (keluarga, teman, dll) bermasalah.					
7.	Waktu yang saya habiskan untuk bermain game online membuat saya kekurangan jam tidur.					



Lampiran Tabel Observasi Kegemukan

**KODE RESPONDEN :**

**Kuesioner Kegemukan**

Petunjuk Pengisian Kuesioner:

1. Kuesioner ini akan diisi oleh peneliti.
2. Responden mengikut arahan peneliti untuk pengukuran.
3. Peneliti akan mengukur berat badan dan tinggi badan responden dengan alat yang telah disediakan.

No.	Nama Responden	Tinggi Badan	Berat Badan
Skor IMT			
Z-Score			

## Lampiran B. Penghitungan Sampel

$$\begin{aligned}
 n &= z_{1-\alpha/2}^2 \sum_{h=1}^L \frac{N_h^2 \sigma_h^2}{w_h} \Big/ [N^2 d^2 + z_{1-\alpha/2}^2 \sum_{h=1}^L N_h N_h^2 \sigma_h^2] \\
 &= (1,96)^2 \cdot \frac{20^2 \cdot 108565,4}{\frac{1}{2}} + \frac{9^2 \cdot 108565,4}{\frac{1}{2}} \\
 &\quad \frac{26532^2 \cdot 0,05^2 + 1,96^2 \cdot 20 \cdot 108565,4 + 9 \cdot 108565,4}{2} \\
 &= 3,8416 \cdot (400 \cdot 108565,4) + (81 \cdot 108565,4) \\
 &\quad \frac{(656999424 \cdot 0,0025) + 3,8416 \cdot (20 \cdot 108565,4) + (9 \cdot 108565,4)}{2} \\
 &= 43627849,168 + 17588372,4 \\
 &\quad \frac{1642498,56 + 8341665,6064 + 977131,8}{2} \\
 &= 16,02
 \end{aligned}$$

## Lampiran B. Penghitungan Sampel

Nama Sekolah		Jumlah Sampel
SMAN 3 Jember	Kelas X	9
	Kelas XI	7
SMAN 5 Jember	Kelas X	8
	Kelas XI	8
	Kelas XII	8
SMA As-Syuja'i	Kelas X	2
	Kelas XI	2
	Kelas XII	1
SMA Argopuro	Kelas X	1
	Kelas XI	4
	Kelas XII	3
SMA Al-Azhar	Kelas X	4
	Kelas XI	2
	Kelas XII	3
SMA Pahlawan	Kelas X	2
	Kelas XI	2
	Kelas XII	1
SMA Diponegoro	Kelas X	4
	Kelas XI	4
SMAK Adhiwiyata	Kelas X	1
	Kelas XI	1
SMA Muhammadiyah 3	Kelas X	9
	Kelas XI	7
SMA Muhammadiyah 1	Kelas X	4
	Kelas XI	3
	Kelas XII	3
SMAN Kalisat	Kelas X	6
	Kelas XI	6
	Kelas XII	6
SMAN Mumbulsari	Kelas X	6
	Kelas XI	8
	Kelas XII	7
SMA Al-Hidayah	Kelas X	2
	Kelas XI	1
	Kelas XII	1
SMAS 10 November	Kelas X	3
	Kelas XI	2
	Kelas XII	3
SMA 04 Ma'arif Perintis	Kelas X	3
	Kelas XI	2
SMA Al Furqon	Kelas X	1
	Kelas XI	1
	Kelas XII	1

## Lampiran C. Sertifikat Uji Kalibrasi Timbangan Berat Badan

	KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI, DAN PENDIDIKAN TINGGI <b>UNIVERSITAS JEMBER</b> <b>LABORATORIUM KALIBRASI</b> Gedung Mas Soerachman Lt. 1 Jl. Kalimantan No.37 Kampus Bumi Tegal Boto, Jember 68121 Telp. (0331) 333558, 330224. email: <a href="mailto:kalibrasi@unej.ac.id">kalibrasi@unej.ac.id</a>	
---	---	---

---

**SERTIFIKAT KALIBRASI**  
**CALIBRATION CERTIFICATE**

**NOMOR SERTIFIKAT : 118/Te/12/2018**  
CERTIFICATE NUMBER

**I IDENTITAS ALAT**  
*INSTRUMENT IDENTITY*

NAMA ALAT : Timbangan Badan  
*INSTRUMENT NAME*

MERK PABRIK : GEA  
*MANUFACTURER*

TYPE/NOMOR SERI : EB9350 / ---  
*TYPE/SERIAL NO.*

KAPASITAS : 150000 gram  
*CAPACITY*

SKALA TERKECIL : 100 gram  
*LEAST SCALE*

**II IDENTITAS PEMILIK**  
*OWNER IDENTITY*

NAMA : Atik Rohmawati Mulyaningsih  
*NAME*

ALAMAT : Jl.Kalimantan X No.37, Jember  
*ADDRESS*

**III IDENTITAS STANDAR**  
*STANDARD IDENTITY*

NAMA : Weight Set id. No.2201117-6201117, 2101117, 2051117  
*NAME*

KETERTELUSSURAN : Hasil kalibrasi yang dilaporkan tertelusur ke Satuan Pengukuran SI melalui PT.Almega Sejahtera  
*TRACEABILITY*

Sertifikat ini terdiri dari 2 halaman  
*This certificate comprises of 2 pages*

Diterbitkan Tanggal : 10 Desember 2018  
*Date issued*

  
Kepala Laboratorium Kalibrasi  
*Head of Calibration Laboratory*  
Ir. Mukhammad Fauzi, MSi.

Hal 1 dari 2  
*Page 1 of 2*  
F 5.10.00.01

## Lampiran D. Sertifikat Etika Penelitian

	<b>KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN (KEPK)</b> <b>FAKULTAS KEDOKTERAN GIGI UNIVERSITAS JEMBER</b> <i>(THE ETHICAL COMMITTEE OF MEDICAL RESEARCH</i> <i>FACULTY OF DENTISTRY UNIVERSITAS JEMBER)</i>
<b>ETHIC COMMITTEE APPROVAL</b> <u>No. 180/UN25.8/KEPK/DL/2018</u>	
Title of research protocol	: "The Correlation between Game Online Addict and Overweight towards Adolescent"
Document Approved	: Research Protocol
Principal investigator	: Atik Rohmawati Mulyaningsih
Member of research	: 1. Ns. Tantut Susanto, S.Kep., M.Kep., Sp.Kom., Ph.D. 2. Latifa Aini Susumaningrum, S.Kp., M.Kep., Sp.Kom 3. Ns. Lantin Sulistyorini, S.Kep., M.Kes., 4. Ns. Kholid Rosyidi Muhammad Nur, S.Kep., MNS.
Responsible Physician	: Atik Rohmawati Mulyaningsih
Date of approval	: October 23 <sup>rd</sup> , 2018
Place of research	: Senior High School in area of Jember
<p>The Research Ethic Committee Faculty of Dentistry Universitas Jember states that the above protocol meets the ethical principle outlined and therefore can be carried out.</p> <p style="text-align: right;">Jember, October 25<sup>th</sup>, 2018</p>	
 Dean of Faculty of Dentistry Universitas Jember (drg. R. Panhardyan P. M. Kes, Sp. Pros)	 Chairperson of Research Ethics Committee Faculty of Dentistry Universitas Jember (drg. D. M. Dewa Ayu Ratna Dewanti, M.Si)

## Lampiran E. Surat Izin Penelitian



KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI, DAN PENDIDIKAN TINGGI  
UNIVERSITAS JEMBER  
FAKULTAS KEPERAWATAN  
Alamat : Jl. Kalimantan 37 Telp./ Fax. (0331) 323450 Jember

Nomor : 7117/UN25.1.14/LT/2018 Jember, 06 December 2018  
Lampiran : -  
Perihal : Permohonan Ijin Melaksanakan Penelitian

Yth. Ketua LP2M  
Universitas Jember

Dengan hormat,

Sehubungan dengan penyusunan tugas akhir/skripsi mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Jember berikut :

nama : Atik Rohmawati Mulyaningsih  
N I M : 152310101183  
keperluan : Permohonan Ijin Melaksanakan Penelitian  
judul penelitian : Hubungan Kecanduan Game Online dengan Kegemukan Remaja  
lokasi : Sekolah Menengah Atas di Wilayah Jember  
waktu : satu bulan  
mohon diterbitkan surat pengantar ke instansi terkait atas nama yang bersangkutan untuk pelaksanaannya.

Demikian, atas bantuan dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.



Ns. Lantini Sulistyorini, S.Kep., M.Kes.  
NIP. 19780323 200501 2 002

## E. Surat Permohonan Melaksanakan Penelitian

 **KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI, DAN PENDIDIKAN TINGGI**  
**UNIVERSITAS JEMBER**  
**LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**  
Jl. Kalimantan 37 Jember, Telp (0331) 337818, 339385 Fax (0331) 337818  
Email : [penelitian.lp2m@unej.ac.id](mailto:penelitian.lp2m@unej.ac.id) - [pengabdian.lp2m@unej.ac.id](mailto:pengabdian.lp2m@unej.ac.id)

---

Nomor : 5481 /UN25.3.1/LT/2018 17 Desember 2018  
Perihal : Permohonan Ijin Melaksanakan Penelitian

Yth. Kepala  
Badan Kesatuan Bangsa dan Politik  
Kabupaten Jember  
Di  
Jember

Memperhatikan surat dari Dekan Fakultas Keperawatan Universitas Jember nomor 7117/UN25.1.14/LT/2018 tanggal 6 Desember 2018 perihal Permohonan Ijin Melaksanakan Penelitian,

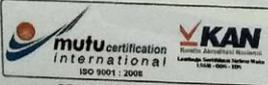
Nama : Atik Rohmawati Mulyaningsih  
NIM : 152310101183  
Fakultas : Keperawatan  
Jurusan : Ilmu Keperawatan  
Alamat : Jl. Kalimantan No.168 Sumbersari-Jember  
Judul Penelitian : "Hubungan Kecanduan Game Online dengan Kegemukan pada Remaja"  
Lokasi Penelitian : 1. Dinas Pendidikan Kabupaten Jember  
2. SMA di Wilayah Kabupaten Jember  
Lama Penelitian : 3 Bulan (17 Desember 2018-28 Februari 2019)

maka kami mohon dengan hormat bantuan Saudara untuk memberikan ijin kepada mahasiswa yang bersangkutan untuk melaksanakan kegiatan penelitian sesuai dengan judul tersebut diatas.

Demikian atas perhatian dan perkenannya disampaikan terima kasih.

  
a.n. Ketua  
Sekretaris II  
**Dr. Susanto, M.Pd.**  
NIP. 196306161988021001

Tembusan Yth.  
1. Kepala Dinas Pendidikan Kab. Jember;  
2. Kepala SMA di Wilayah Kab. Jember;  
3. Dekan Fak. Keperawatan Univ Jember;  
4. Mahasiswa ybs; ✓  
5. Arsip.

  
CERTIFICATE NO. QMS/173

## E. Surat Rekomendasi Badan Kesatuan Bangsa dan Politik

 **PEMERINTAH DAERAH KABUPATEN JEMBER**  
**BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK**  
 Jalan Letjen S Parman No. 89 ☒ 337853 Jember

Kepada  
 Yth. Sdr. Kepala Cabang Dinas Pendidikan  
 Provinsi Jatim Wilayah Kab. Jember  
 di -  
 J E M B E R

**SURAT REKOMENDASI**  
 Nomor : 072/3132/415/2018

Tentang  
**PENELITIAN**

Dasar : 1. Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 64 tahun 2011 tentang Pedoman Penerbitan Rekomendasi penelitian sebagaimana telah diubah dengan Peraturan Menteri Dalam Negeri nomor 7 Tahun 2014 Tentang Perubahan atas Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 64 Tahun 2011;  
 2. Peraturan Bupati Jember No. 46 Tahun 2014 tentang Pedoman Penerbitan Surat Rekomendasi Penelitian Kabupaten Jember

Memperhatikan : Surat Ketua LP2M Universitas Jember tanggal 17 Desember 2018 Nomor : 5481/UN25.3.1/LT/2018 perihal Permohonan Penelitian

**MEREKOMENDASIKAN**

Nama / NIM. : Atik Rohmawati Mulyaningsih / 152310101183  
 Instansi : Fakultas Keperawatan Universitas Jember  
 Alamat : Jl. Kalimantan No. 168 Sumbersari, Jember  
 Keperluan : Melakukan penelitian dengan judul :  
 "Hubungan Kecanduan Game Online dengan Kegemukan pada Remaja"  
 Lokasi : Kantor Cabang Dinas Pendidikan Provinsi Jatim Wilayah Kab. Jember dan SMA di Wilayah Kabupaten Jember  
 Waktu Kegiatan : Desember 2018 s/d Pebruari 2019

Apabila tidak bertentangan dengan kewenangan dan ketentuan yang berlaku, diharapkan Saudara memberi bantuan tempat dan atau data seperlunya untuk kegiatan dimaksud.

1. Kegiatan dimaksud benar-benar untuk kepentingan Pendidikan
2. Tidak dibenarkan melakukan aktivitas politik
3. Apabila situasi dan kondisi wilayah tidak memungkinkan akan dilakukan penghentian kegiatan.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya disampaikan terima kasih.

Ditetapkan di : Jember  
 Tanggal : 27-12-2018  
 An. KEPALA BAKESBANG DAN POLITIK  
 KABUPATEN JEMBER  
 Kabid. Kajian Strategis dan Politik  
  
 ACHMAD DAVID F., S.Sos  
 Pembina  
 NIP. 19690912199602 1001

Tembusan :  
 Yth. Sdr. : 1. Ketua LP2M Universitas Jember;  
 2. Yang Bersangkutan.

## E. Surat Rekomendasi Cabang Dinas Pendidikan



PEMERINTAH PROVINSI JAWA TIMUR  
DINAS PENDIDIKAN  
**CABANG DINAS PENDIDIKAN WILAYAH KABUPATEN JEMBER**  
Jalan Kalimantan No. 42 Kode Pos 68121  
email :cabangdindikjember@yahoo.com  
**JEMBER**

---

**REKOMENDASI**  
Nomor : 421.3/2753/101.6.5/2018

Kepala Cabang Dinas Pendidikan Wilayah Kabupaten Jember, setelah mempertimbangkan :

1. Surat Rekomendasi dari Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kabupaten Jember nomor : 072/3132/415/2018 tanggal 27 Desember 2018 tentang Penelitian;

maka pada prinsipnya kami tidak keberatan/memberikan izin kepada :

Nama : **ATIK ROHMAWATI MULYANIGSIH**  
NIM : 152310101183  
Instansi : Fakultas Keperawatan Universitas Jember  
Alamat : Jalan Kalimantan No. 37 Kampus Tegalboto Jember  
Keperluan : Melaksanakan Penelitian dengan judul : "*Hubungan Kecanduan Game Online dengan Kegemukan pada Remaja*"  
Lokasi : SMA Negeri dan Swasta se Kabupaten Jember  
Waktu kegiatan : Desember 2018 s.d. Februari 2019

Dalam pelaksanaan kegiatan diharapkan Saudara memperhatikan hal-hal berikut :

1. Tidak mengganggu kegiatan belajar mengajar di sekolah;
2. Tidak dibenarkan melakukan aktivitas politik.

Demikian rekomendasi ini diberikan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Jember, 28 Desember 2018

Kepala Cabang Dinas Pendidikan  
Wilayah Kabupaten Jember

  
**Drs. LUTFI ISA ANSHORI, M.M**  
Pembina Tingkat I  
NIP. 19660504 199203 1 016

rekom..lit-11

## Lampiran F1. Surat Selesai Penelitian SMAN 5

  
PEMERINTAH PROVINSI JAWA TIMUR  
DINAS PENDIDIKAN  
**SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 5  
JEMBER**  
Jalan Semangka 4 Jember ☎ (0331) 422136 Faks. (0331) 421355  
website: sman5jember.sch.id email: smalajember@gmail.com  
JEMBER Kode Pos: 68112

---

**SURAT KETERANGAN**  
Nomor :670/063/101.6.5.5/2019

Yang bertanda tangan di bawah ini, Kepala SMA Negeri 5 Jember menerangkan bahwa

Nama : **Atik Rohmawati Mulyaningsih**  
NIP : 152310101183  
Jurusan : Pendidikan Keperawatan  
Prodi : Sarjana Keperawatan

Mahasiswa tersebut telah selesai melaksanakan penelitian di SMA Negeri 5 Jember pada tanggal 4 Januari 2019 sampai dengan 11 Januari 2019 berdasarkan surat Permohonan izin penelitian dari Fakultas Keperawatan Universitas Jember tanggal 17 Desember 2018 No : 5481/UN25.3.1/LT/2018.

Demikian surat keterangan ini dibuat dengan sebenarnya agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Jember, 7 Februari 2019  
Kepala Sekolah  
  
**SISWO SURYONO, S.Pd., M.Pd.**  
NIP. 19691125 199412 1 003

## F2. Surat Selesai Penelitian SMA Muhammadiyah 3

 MAJLIS PENDIDIKAN DASAR DAN MENENGAH MUHAMMADIYAH  
**SMA MUHAMMADIYAH 3 JEMBER**  
NPSN: 20523799 TERAKREDITASI A  
Jl. Mastrip No.3 ☎0331-335127 📠 (0331) 325 316 Jember Kp. 68126  
Web : www.smamuh3jbr.sch.id

ISO 9001:2015  
Certified System  
QEC30412

**SURAT KETERANGAN**  
Nomor : 042 / SKT / III.4.A / AU / F / 2019

Yang bertandatangan di bawah ini Kepala SMA Muhammadiyah 3 Jember,

Nama : Mohamad Zaenal Mahfud, S.Pd., M.Si  
NUPTK : 5355749651200013  
Jabatan : Kepala Sekolah  
Unit kerja : SMA Muhammadiyah 3 Jember  
Alamat : Jl. Mastrip No. 3 Telp (0331) 335 127  
Jember

Menerangkan bahwa :

Nama : Atik Rohmawati M.  
NIM : 152310101183  
Fak/Univ : Keperawatan, Universitas Jember  
Judul Penelitian : "Hubungan Kecanduan Game Online dengan Kegemukan pada Remaja"

Yang bersangkutan benar-benar telah melaksanakan penelitian pada tanggal 23 Januari 2019 di SMA Muhammadiyah 3 Jember.  
Demikian surat keterangan ini kami buat untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Jember, 25 Januari 2019  
Kepala Sekolah,  
  
**Mohamad Zaenal Mahfud, S.Pd., M.Si**  
NUPTK. 5355749651200013

## F2. Surat Selesai Penelitian SMAN Mumbulsari

 PEMERINTAH PROVINSI JAWA TIMUR  
DINAS PENDIDIKAN  
**SMA NEGERI MUMBULSARI**  
Jl. Dr. Soebandi No. 62 ☎ (0331) 793232 Mumbulsari Jember 

**SURAT KETERANGAN**  
NOMOR : 422/143/101.6.5.14/2019

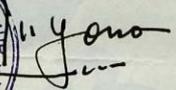
Yang bertanda tangan dibawah ini, Kepala SMA Negeri Mumbulsari Jember menerangkan dengan sebenarnya bahwa :

N a m a : **ATIK ROHMAWATI.M**  
NIM : 152310101183  
Fakultas : Keperawatan Universitas Jember  
Jurusan : Ilmu Keperawatan  
Program Studi : Ilmu Keperawatan

Yang bersangkutan telah melakukan penelitian pendidikan di SMA Negeri Mumbulsari Jember, mulai tanggal 22 Januari tahun 2019 dengan Judul :  
"Hubungan kecanduan game online dengan kegemukan pada remaja".

Demikian surat keterangan ini dibuat, untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Mumbulsari, 23 Januari 2019  
Kepala SMA Negeri Mumbulsari

  
**Drs. WAHID LESTIYONO, MM**  
NIP. 19631013 199003 1 015



## F4. Surat Selesai Penelitian SMA 10 Nopember

**YAYASAN PENDIDIKAN 10 NOPEMBER**  
SEKOLAH MENENGAH TINGKAT ATAS  
**SMA 10 NOPEMBER KALISAT**  
STATUS : SWASTA/DIAKUI  
NSS : 304052407012  
JI. KH.DEWANTARA No.29 Kalisat Telp.591218

---

**SURAT KETERANGAN**  
Nomor : 002/037/413.08/20523810/2019

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Dra. ZAIDA RAHMI  
Nip : 19650222 199303 2 002  
Pangkat/Gol. Ruang : Guru Pembina / IVa  
Jabatan : Kepala Sekolah  
Unit Kerja : SMA 10 Nopember Kalisat  
Alamat : Jl. KH. Dewantara 29 Kalisat – Jember

Menerangkan bahwa :

Nama : ATIK ROHMAWATI MULYANINGSIH  
NIM : 152310101183  
Program Studi : Fakultas Keperawatan Universitas Jember

Mahasiswa tersebut benar – benar telah melaksanakan Penelitian di SMA 10 NOPEMBER Kalisat pada tanggal 21 Januari 2019 dengan judul : “ Hubungan Kecanduan Game Online dengan Kegemukan pada Remaja” di SMA 10 Nopember Kecamatan Kalisat Kabupaten Jember.”

Demikian surat keterangan ini saya buat dengan sebenar – benarnya, dan agar dipergunakan sebagaimana mestinya.

Kalisat, 29 Januari 2019  
Kepala SMA 10 Nopember Kalisat

  
**Dra. ZAIDA RAHMI**  
NIP. 19650222 1993032 002

## F5. Surat Selesai Penelitian SMA Diponegoro

**YAYASAN LEMBAGA PENDIDIKAN ISLAM DIPONEGORO**  
**SMA DIPONEGORO PANTI**  
NSS : 304052416044 TERAKREDITASI A NPSN : 20523816  
KeputrenSuci – Panti – Jember 68153 Telp. (0331) 413110  
Email : smadiponegoropanti@yahoo.co.id

---

**SURAT KETERANGAN**  
NO: 127/P.1/SMA.DIP/1/2019

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : IBAR BUDI CAHYONO,S.S  
Jabatan : Kepala SMA Diponegoro Panti

Menerangkan dengan sebenarnya :

Nama : ATIK ROHMAWATI MULYANINGSIH  
NIM : 152310101183  
Fakultas : Keperawatan Universitas Jember

Yang bersangkutan telah melaksanakan Penelitian di SMA Diponegoro Panti dalam rangka penyusunan skripsi yang berjudul : “ **Hubungan Kecanduan Game On line dengan Kegemukan pada Remaja**”

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk diketahui dan dipergunakan sebagaimana mestinya

Jember, 22 Januari 2019  
Kepala sekolah

  
**IBAR BUDI CAHYONO,S.S**

## F6. Surat Selesai Penelitian SMAN 3 Jember

 PEMERINTAH PROVINSI JAWA TIMUR  
DINAS PENDIDIKAN  
**SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 3  
JEMBER**  
Jl. Basuki Rahmad No. 26 Telp/Fax : 0331-332282/0331-321131  
Website : <http://smagajember.com> Email : [smajember.3@gmail.com](mailto:smajember.3@gmail.com)  
**JEMBER** Kode Pos : 68132

---

**SURAT KETERANGAN**  
NOMOR : 421/038/101.6.5.3/2019

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama	: Dr. H. ROSYID, M.Si, MP.
NIP	: 19740909 200003 1 005
Pangkat / Gol. Ruang	: Pembina Tk.I / IV.b
Jabatan	: Kepala Sekolah
Pada Sekolah	: SMA Negeri 3 Jember

menerangkan dengan sebenarnya bahwa mahasiswa tersebut dibawah ini :

Nama	: ATIK ROHMAWATI MULYANINGSIH
NIM	: 152310101183
Fakultas / Jurusan	: Fakultas Keperawatan Universitas Jember

Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Jember telah melaksanakan Penelitian di SMAN 3 Jember pada tanggal 8 s.d 10 Januari 2019, berkaitan Tugas Akhir, tentang :  
" Hubungan Kecanduan Game Online dengan Kegemukan pada Remaja ".

Demikian Surat Keterangan ini dibuat dengan sebenarnya, untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Jember, 17 Januari 2019  
Kepala SMAN 3 Jember

  
Dr. H. ROSYID, M.Si, MP.  
NIP. 19740909 200003 1 005



## F7. Surat Selesai Penelitian SMAK Adhiwiyata

**YAYASAN KRISTEN DORKAS  
SEKOLAH MENENGAH ATAS KRISTEN  
ADHI WIYATA**  
- STATUS TERAKREDITASI " B " -  
JL. LETJEN SUPRAPTO XVIII / 21 TELP. ( 0331 ) 335196 JEMBER  
EMAIL : [smakadhiwiyata@gmail.com](mailto:smakadhiwiyata@gmail.com)

NSS : 304053002036 NDA. E. 12274005

---

**SURAT KETERANGAN**  
No. 04.044/YKD.A6/SMAK.AW/II/2019

Yang bertanda tangan dibawah ini

NAMA : Dra. ESTU ANDRIYANI  
JABATAN : KEPALA SEKOLAH  
UNIT KERJA : SMA KRISTEN ADHI WIYATA

Menerangkan bahwa :

Nama : ATIK ROHMAWATI MULYANINGSIH  
NIM : 152310101183  
Instansi : Fakultas Keperawatan Universitas Jember  
Alamat : Jl. Kalimantan No. 37 Tegalboto Jember

Telah melaksanakan penelitian dengan judul " Hubungan Kecanduan Game Online dengan Kegemukan pada Remaja" di SMA Kristen Adhi Wiyata Jember pada tanggal 21 Januari 2019.

Demikian Surat Keterangan ini kami buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Jember, 24 Januari 2019  
Kepala SMA Kristen Adhi Wiyata

  
Dra. ESTU ANDRIYANI

## F7. Surat Selesai Penelitian SMAK Adhiwiyata



**PEMERINTAH PROVINSI JAWA TIMUR**  
**DINAS PENDIDIKAN**  
**SMA NEGERI KALISAT**  
Jalan Ki Hajar Dewantara No.42 Telepon 0331-591084 Faximile 0331-593104  
Kalisat - Jember Kode Pos 68193  
Website : [www.smankalisat.sch.id](http://www.smankalisat.sch.id) - Email : [smankalisat42@yahoo.com](mailto:smankalisat42@yahoo.com)

---

**SURAT KETERANGAN**  
Nomor : 670/029/101.6.5.13/2019

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : **Drs. H. KARNIYANTO, MM**  
NIP : 19630707 198703 1 018  
Pangkat/Golongan : Pembina Tingkat I, IV/b  
Jabatan : Kepala Sekolah  
Unit Kerja : SMA Negeri Kalisat - Jember

menerangkan dengan sebenarnya bahwa :

Nama : **ATIK ROHMAWATI MULYANINGSIH**  
NIM : 152310101183  
Jurusan : Fakultas Keperawatan  
Program Studi : Keperawatan

Yang bersangkutan telah melaksanakan Penelitian di SMA Negeri Kalisat dengan judul :  
“ **Hubungan Kecanduan Game Online dengan Kegemukan pada Remaja** “ yang dilaksanakan mulai bulan Desember 2018 s/d Februari 2019.

Demikian Surat Keterangan ini diberikan agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya dan kepada yang berkepentingan harap maklum.

Jember, 21 Januari 2019  
Kepala Sekolah,

  
**Drs. H. KARNIYANTO, MM**  
Pembina Tingkat I  
19630707 198703 1 018



## F9. Surat Selesai Penelitian SMA 04 Ma'arif Perintis

 **YAYASAN PENDIDIKAN DAN SOSIAL SALAFIYAH SYAFFIYAH**  
**SMA 04 MA'ARIF PERINTIS TEMPUREJO**  
*Sekretariat : Jl. KH. Abd. Rahman No 31 Tempurejo Jember telp. (0331) 758054*  
Email : sma04\_maarif@yahoo.co.id

---

**SURAT KETERANGAN**  
Nomor : 421.123/413.12.20523808/I/2019

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Heru Suwanda, S.Pd  
Jabatan : Kepala SMA 04 Ma'arif Perintis Tempurejo  
Unit kerja : SMA 04 Ma'arif Perintis Tempurejo  
Alamat : Jalan KH. Abd. Rahman No. 31 Tempurejo

Menerangkan bahwa :

Nama : ATIK ROHMAWATI MULYANINGSIH  
NIM : 152310101183  
Instansi : Fakultas Keperawatan Universitas Jember  
Alamat : Jalan Kalimantan No. 37 Kampus Tegalloto Jember

Yang bersangkutan telah menyelesaikan penelitian di SMA 04 Ma'arif Perintis Tempurejo dengan judul "*Hubungan Kecanduan Game Online dengan Kegemukan pada Remaja*"  
Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Tempurejo, 19 Januari 2019  
Kepala SMA 04 Ma'arif Perintis

  
**Heru Suwanda, S.Pd**

## F10. Surat Selesai Penelitian SMA Pahlawan

**YAYASAN PENDIDIKAN PETANI JEMBER**  
**SEKOLAH MENENGAH ATAS SMA "PAHLAWAN"**  
Jl. Slamet Riyadi No. 64 Jember Jawa Timur 68111 PO. BOX.  
120 Telp. (0331) 487313

---

Jember, 9 Januari 2019

Nomor : 92/104.32/SMA-PIW/P/2019  
Sifat : Penting  
Lampiran :-  
Perihal : Telah Melaksanakan Penelitian

Kepada  
Yth. Dekan Fakultas Keperawatan  
Universitas Jember  
di  
**JEMBER**

Menindak lanjuti Surat Rekomendasi dari Kepala Cabang Dinas Pendidikan Wilayah Kabupaten Jember nomor 421.3/2753/101.6.5/2018 perihal ijin melaksanakan penelitian, dengan ini kami menerangkan bahwa :

Nama : Atik Rohmawati Mulyaningsih  
NIM : 152310101183  
Judul Penelitian : "Hubungan Kecanduan Game Online dengan Kegemukan pada Remaja"

Telah melaksanakan penelitian di SMAS PAHLAWAN pada 9 Januari 2019.  
Demikian atas kerjasamanya di sampaikan terimakasih.

Jember, 10 Januari 2019

Kepala Sekolah SMAS PAHLAWAN

  
HRA. Wisnu Murti  
NIP. 19560415862062

## F11. Surat Selesai Penelitian SMA Argopuro



**YAYASAN IHTIAR KEJAYAAN TANI (YIKT)  
SEKOLAH MENENGAH ATAS  
SMA " ARGOPURO " PANTI**  
Alamat : Jl. Lapangan No. 39 Panti – Jember, 68153 Telp. ( 0331 ) 711831

---

**SURAT KETERANGAN**  
**NO : 768/S.E/SMA/ARG/I/2019**

Yang bertanda tangan di bawah ini , kepala sekolah SMA Argopuro Panti – Jember menerangkan bahwa :

Nama : Atik Rohmawati Mulyaningsih  
NIM : 152310101183  
Prodi : Ilmu Keperawatan  
Universitas : Universitas Jember

Telah selesai melakukan penelitian di sekolah ini pada tanggal 05 - 01 - 2019 s/d 08 - 01 - 2019, demikian surat keterangan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Panti, 08 Januari 2019  
Kepala Sekolah



( Syaehul Al Hamzah, S.T., M.M )

## F12. Surat Selesai Penelitian SMAS As-Syuja'i

**YAYASAN PONDOK PESANTREN ASY-SYUJA'I**  
**SEKOLAH MENENGAH ATAS**  
**SMAS ASY-SYUJA'I RAMBIPUJI**  
Jl. Kelapa No.07 Rowotamtu - Rambipuji - Jember  
KodePos 68152 - Telepon 0331 - 711 544 / 081234545308

---

Nomor : 422/0335/33.060.20554188/SMA/I/2019  
Lampiran : -  
Perihal : Keterangan selesai penelitian

Kepada

Yth, Dekan Fakultas Keperawatan  
Universitas Jember

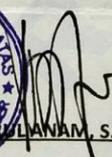
di

Jember

1. Berdasarkan surat Rekomendasi dari Kepala Kesatuan Bangsa dan Politik Kabupaten Jember nomor : 072/3132/415/2018 tanggal 27 Desember 2018 tentang permohonan ijin penelitian mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Jember.
2. Sehubungan dengan dasar tersebut di atas, di beritahukan bahwa, mahasiswa tersebut di bawah ini telah selesai melaksanakan penelitian di SMA Asy-Syuja'i Rambipuji atas nama :  
Nama : **ATIKA ROHMAWATI MULYANINGSIH**  
NIM : 152310101183  
Instansi : Fakultas Keperawatan Kabupaten Jember  
Alamat : Jalan Kalimantan No. 37 Kampus Tegalboto Jember  
Judul : Hubungan Kecanduan Game Online dengan kegemukan pada Remaja  
Waktu Kegiatan : Desember 2018 s.d Februari 2019
3. Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Jember, 7 Januari 2019

Kepala SMA Asy-Syuja'i  
Rambipuji

  
  
KHORRULANAM, S.E., M.Pd

## F13. Surat Selesai Penelitian SMAI Al-Hidayah

**YAYASAN KELUARGA PENDIDIKAN ISLAM  
(Y K P I)  
SMA ISLAM "AL-HIDAYAH"**  
NSS : 304052401055 (Terakreditasi B) NDS : 3005380105  
Alamat : Jl. Udang Windu No. 67 Telp. (0331) 424144 Mangli - Jember

**SURAT KETERANGAN**  
Nomor : 115 / 104.32 / SMAI.A / 1 / 2019

Yang bertanda tangan di bawah ini,  
Nama : Drs. H. MAHMUD HADI  
Jabatan : Kepala Sekolah  
Lembaga : SMA Islam "AL-Hidayah" Mangli - Jember

Menugaskan kepada :

- Nama : ATIK ROHMAWATI MULYANINGSIH  
NIP : 152310101183  
Instansi : Fakultas Keperawatan Universitas Jember  
Alamat : Jl. Kalimantan No. 37 Kampus Tegalboto Jember

Yang tersebut diatas sudah melaksanakan penelitian dengan judul "Hubungan kecanduan Game Online dengan Kegemukan pada Remaja" tanggal 17 Januari 2019.

Demikian atas perhatiannya kami sampaikan terima kasih.

Jember, 18 Januari 2019

Kepala  
SMA Islam "AL-Hidayah"  
Mangli - Jember

  
**Drs. H. MAHMUD HADI**

## F14. Surat Selesai Penelitian SMA Muhammadiyah 1

 MAJELIS PENDIDIKAN DASAR DAN MENENGAH MUHAMMADIYAH  
SEKOLAH MENENGAH UMUM TINGKAT ATAS  
**SMA MUHAMMADIYAH 1 “TERAKREDITASI”**  
CABANG RAMBIPUJI, DAERAH JEMBER, WILAYAH JAWA TIMUR  
Jl. Gajah Mada 61 Telp. (0331) 712808 Rambipuji – Jember  
Email : smam01rambipuji@gmail.com Website : smam1rambipuji.sch.id  
NDS : 3005110701 NSS : 304052415014

---

**SURAT KETERANGAN**  
Nomor : 467/IV.AU/C/I/2019

Yang bertanda tangan dibawah ini Kepala SMA Muhammadiyah 1 Rambipuji Jember,  
menerangkan dengan sebenarnya bahwa :

Nama : ATIK ROHMAWATI MULYANINGSIH  
NIM : 152310101183  
Fakultas : Keperawatan Universitas Jember

Telah mengadakan riset/penelitian dalam rangka pengembangan kompetensi akademik di SMA  
Muhammadiyah 1 Rambipuji Jember pada tanggal 7 Januari 2019 dengan judul :  
***“Hubungan Kecanduan Game Online dengan Kegemukan pada Remaja.”***

Demikian surat keterangan ini kami buat dengan sebenar-benarnya untuk dipergunakan  
sebagaimana mestinya.

Rambipuji, 8 Januari 2019  
Kepala  
SMA Muhammadiyah 1 Rambipuji

  
**Drs. MASTUR**  
NBM : 826 297



YAYASAN AL-FURQAN JEMBER  
**SMA AL FURQAN JEMBER**

Jl. Letjen Suprpto VI No. 85 Jember Telp. 0331-7272 755/326985  
Web: [www.smalfurqan.com](http://www.smalfurqan.com) Email: [smalfurqanjember@gmail.com](mailto:smalfurqanjember@gmail.com)

**SURAT KETERANGAN**

Nomor: 054/SMA.AF/S.E/I/2019

Yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Ari Kurniawan, M. Pd  
Jabatan : Kepala Sekolah  
Unit : SMA Al-Furqan Jember

menerangkan bahwa:

Nama : ATIK ROHMAWATI MULYANINGSIH  
NIM : 152310101183  
Fakultas : Keperawatan Universitas Jember

Telah mengadakan riset/penelitian dalam rangka pengembangan kompetensi akademik di SMA Al Furqan Jember pada tanggal 17 januari 2019 dengan judul :

*“Hubungan Kecanduan Game Online dengan Kegemukan Pada Remaja”*

Demikian surat keterangan ini dibuat dengan sebenar-benarnya untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Jember 12 جمادى الأولى، 1440  
18 Januari 2019  
Kepala SMA Al-Furqan Jember  
  
**Ari Kurniawan, M.Pd**

Lampiran G. Foto Kegiatan



Gambar 1. Penjelasan dan pengisian kuesioner



Gambar 2. Pengukuran Tinggi Badan dan Berat Badan