

SKRIPSI

**HUBUNGAN GEMAR MENONTON DRAMA KOREA DENGAN
GANGGUAN POLA TIDUR MAHASISWA FAKULTAS
KEPERAWATAN UNIVERSITAS AIRLANGGA SURABAYA**

PENELITIAN CROSS-SECTIONAL



Oleh :

GRACEA ZEFANY GUNAWAN

NIM. 132011123005

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS KEPERAWATAN UNIVERSITAS AIRLANGGA
2022**

SKRIPSI

**HUBUNGAN GEMAR MENONTON DRAMA KOREA DENGAN
GANGGUAN POLA TIDUR MAHASISWA FAKULTAS
KEPERAWATAN UNIVERSITAS AIRLANGGA SURABAYA**

PENELITIAN *CROSS-SECTIONAL*



Oleh :

GRACEA ZEFANY GUNAWAN

NIM. 132011123005

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS KEPERAWATAN UNIVERSITAS AIRLANGGA
2022**

SURAT PERNYATAAN

Saya bersumpah bahwa skripsi ini adalah karya sendiri dan belum pernah dikumpulkan oleh orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di Perguruan Tinggi manapun.

Surabaya, 18 Mei 2022
Yang menyatakan



Gracea Zefany Gunawan
NIM 132011123005

**HALAMAN PERNYATAAN
PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK
KEPENTINGAN AKADEMIK**

Sebagai civitas akademik Universitas Airlangga, saya bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Gracea Zefany Gunawan

NIM 132011123005

Program Studi : Pendidikan Ners

Fakultas : Keperawatan

Jenis Karya : Skripsi Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Airlangga Hak Bebas Royalti *Noneksklusif (Non-exclusive Royalty- Free Right)* atas karya ilmiah yang berjudul : Hubungan Gemar Menonton Drama Korea Dengan Gangguan Pola Tidur Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga Surabaya beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas *Royalty Non-eksklusif* ini Universitas Airlangga berhak menyimpan, alih media/format, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 18 Mei 2022
Yang menyatakan



Gracea Zefany Gunawan
NIM 132011123005

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI
HUBUNGAN GEMAR MENONTON DRAMA KOREA DENGAN
GANGGUAN POLA TIDUR MAHASISWA FAKULTAS
KEPERAWATAN DI UNIVERSITAS AIRLANGGA SURABAYA

Oleh :

Gracea Zefany Gunawan132011123005

SKRIPSI INI TELAH DISETUJUI TANGGAL 10 Juni 2022

Oleh Pembimbing Ketua



Dr. Tintin Sukartini, S.Kp.,M.Kes
NIP. 197212172000032001

Pembimbing



Arina Qona'ah, S.Kep.Ns,M.Kep
NIP. 198611242018032001

Mengetahui a.n Dekan Fakultas Keperawatan

Universitas Airlangga

Wakil Dekan 1



Dr. Ika Yuni Widyawati, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.MB
NIP. 197904242006042002

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI
HUBUNGAN GEMAR MENONTON DRAMA KOREA DENGAN
GANGGUAN POLA TIDUR MAHASISWA FAKULTAS
KEPERAWATAN DI UNIVERSITAS AIRLANGGA SURABAYA

Oleh :

Gracea Zefany Gunawan132011123005

Telah diuji

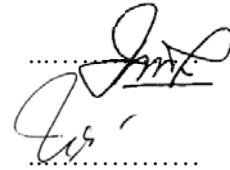
Pada tanggal, 21 Juni 2022

PANITIA PENGUJI

Ketua : Eka Mishbahatul M.HAS, S.Kep.Ns., M.Kep



Anggota : 1. Dr. Tintin Sukartini, S.Kp.,M.Kes



2. Arina Qona'ah, S.Kep.Ns,M.Kep



Mengetahui a.n Dekan Fakultas Keperawatan

Universitas Airlangga

Wakil Dekan 1



Dr. Ika Yuni Widyawati, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep.MB
NIP. 197904242006042002

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji dan syukur kami panjatkan kepada Tuhan Yesus Kristus, berkat kasih karunia dan bimbinganNya saya dapat menyelesaikan skripsi dengan judul Hubungan Gemar Menonton Drama Korea Dengan Gangguan Pola Tidur Mahasiswa Fakultas Keperawatan Di Universitas Airlangga Surabaya. Skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana (S.Kep) pada Program Studi Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga Surabaya. Bersama ini perkenankanlah saya mengucspkan terimakasih yang sebesar-besarnya dengan hati yang tulus kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Ah. Yusuf S., S.Kp., M.Kes selaku Dekan Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga Surabaya yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas kepada saya untuk mengikuti dan menyelesaikan pendidikan Program Studi Keperawatan.
2. Ibu Dr. Yuni Sufyanti Arief, S.Kp., M.Kes selaku Ketua Program Studi Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga yang telah memberikan fasilitas untuk menyelesaikan skripsi ini.
3. Ibu Eka Mishbahatul M.HAS, S.Kep.Ns., M.Kep selaku penguji utama srminar hasil yang telah memberikan waktu dan arahan sehingga penulisan skripsi ini menjadi lebih baik.
4. Bapak Candra Panji Asmoro, S.Kep.,Ns,M.Kep selaku penguji kedua seminar proposal skripsi saya yang telah memberikan waktu dan saran yang diberikan sehingga saya bisa mengerjakan skripsi dengan baik.
5. Ibu Dr. Tintin Sukartini, S.Kp.,M.Kes selaku pembimbing ketua skripsi yang telah memberikan waktu, arahan, bimbingan, masukan sehingga penulisan skripsi ini dapat terselesaikan tepat pada waktunya.
6. Ibu Arina Qona'ah, S.Kep.Ns,M.Kep selaku pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, arahan, masukan sehingga penulisan skripsi ini dapat terselesaikan tepat pada waktunya.
7. Seluruh dosen Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga yang telah memberikan ilmu selama penyusunan skripsi ini.

8. Kedua orang tua saya Bapak Irwan Gunawan dan Ibu Ria Laksanawaty yang telah memberikan doa serta dukungan moril dalam menyelesaikan skripsi.
9. Sahabat seperjuangan angkatan 2020 (B23) dalam mengerjakan skripsi.
10. Semua pihak yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu yang telah membantu kelancaran dalam mengerjakan ini Semoga Tuhan membalas budi baik semua pihak yang telah memberi kesempatan, dukungan dan bantuan dalam menyelesaikan skripsi ini. Saya menyadari bahwa ini jauh dari sempurna, tetapi saya berharap ini bermanfaat bagi pembaca dan bagi bidang keperawatan.

Surabaya, 18 Januari 2022



Gracea Zefany G

ABSTRAK
HUBUNGAN GEMAR MENONTON DRAMA KOREA
DENGANGANGGUAN POLA TIDUR MAHASISWA FAKULTAS
KEPERAWATAN UNIVERSITAS AIRLANGGA SURABAYA

Oleh

Gracea Zefany Gunawan

Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga

Pendahuluan : mahasiswa saat ini sangat gemar drama Korea berseri dan sangat populer di Indonesia, sehingga mendorong pengemarnya menonton secara berlebihan. Kebiasaan tersebut menimbulkan gangguan kesehatan, terutama gangguan pola tidur. **Tujuan penelitian :** untuk mengetahui hubungan gemar menonton drama Korea dengan gangguan pola tidur terhadap mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga Surabaya.. **Metode :** Penelitian ini menggunakan *cross-sectional*. Besar sampel adalah 150 responden yaitu remaja berusia 20-34 tahun yang sesuai dengan kriteria penelitian dan pengambilan sampel menggunakan teknik purposive sampling. Variabel independen pada penelitian ini adalah gemar menonton drama korea. Variabel dependen pada penelitian ini adalah gangguan pola tidur. Instrumen yang digunakan adalah kuisioner. Analisis menggunakan uji statistik spearman rho dengan tingkat signifikansi $P \leq 0,05$. **Hasil :** Hasil penelitian sebagian besar menunjukkan bahwa responden mengalami gangguan pola tidur karena gemar menonton drama korea. Hasil uji statistik spearman rho pada penelitian ini menunjukkan hasil ($p=0,033$ $r= 0,175$) **Diskusi :** kecanduan menonton drama Korea merupakan faktor resiko gangguan pola tidur bagi mahasiswa. Diharapkan setiap mahasiswa dapat mengurangi dan mengontrol kebiasaan menonton drama Korea secara berlebihan. Diharapkan agar petugas kesehatan memberikan memberikan penyuluhan pentingnya menjaga pola tidur

Kata kunci : gangguan pola tidur, mahasiswa, gemar menonton, drama korea

ABSTRACT
**THE CORRELATION BETWEEN WATCHING KOREAN
DRAMAS INTO SLEEPING PATTERN DISORDERS FOR
STUDENTS IN FACULTY OF NURSING AIRLANGGA
UNIVERSITY**

Gracea Zefany Gunawan

132011123005

Introduction : current students are very fond of serial Korean dramas and are very popular in Indonesia, thus encouraging fans to watch excessively. These habits cause health problems, especially disturbances in sleep patterns. **The purpose of the study:** to determine the relationship between watching Korean dramas and sleep pattern disturbances for students of the Faculty of Nursing, Airlangga University, Surabaya. **Methods:** This study used a cross-sectional study. The sample size is 150 respondents, namely teenagers aged 20-34 years who are in accordance with the research criteria and sampling using purposive sampling technique. The independent variable in this study is the love of watching Korean dramas. The dependent variable in this study was sleep pattern disturbance. The instrument used is a questionnaire. The analysis used the spearman rho statistical test with a significance level of $P \leq 0.05$. **Results:** The results showed that most of the respondents had disturbed sleep patterns because they liked watching Korean dramas. The results of the spearman rho statistical test in this study showed the results ($p = 0.033$ $r = 0.175$) **Discussion:** addiction to watching Korean dramas is a risk factor for disrupting sleep patterns for students. It is hoped that every student can reduce and control the habit of watching Korean dramas excessively. It is hoped that health workers will provide counseling on the importance of maintaining sleep patterns.

Keywords: sleep disorder, college students, watching, Korean Drama

DAFTAR ISI

SKRIPSI	i
SKRIPSI	ii
SURAT PERNYATAAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN	iv
LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI	v
LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI	vi
UCAPAN TERIMA KASIH	vii
ABSTRAK	ix
ABSTRACT	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMBANG, SINGKATAN DAN ISTILAH.....	xv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.3.1 Tujuan Umum	5
1.3.2 Tujuan Khusus	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	6
1.4.1 Bagi responden	6
1.4.2 Bagi Perawat	6
1.4.3 Bagi institusi keperawatan	6
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Istirahat Tidur	7
2.1.1 Definisi Istirahat dan Tidur	7
2.1.2 Fungsi Tidur.....	7
2.1.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Istirahat dan Tidur	9
2.1.4 Kebutuhan istirahat dan tidur berdasarkan usia	12
2.2 Gangguan pola Tidur	16
2.2.1 Pengertian gangguan pola tidur	16
2.2.2 Jenis Gangguan Tidur	16
2.2.3 Dampak gangguan tidur.....	18
2.3 Drama Korea	19
2.3.1 Pengertian	19
2.3.2 Dampak Positif	20
2.3.3 Dampak negatif.....	21
2.4 Konsep Remaja.....	25
2.4.1 Definisi Remaja	25
2.4.2 Pengkategorian Remaja	25
2.4.3 Ciri-ciri Masa Remaja.....	27
2.5 Keaslian Penelitian	28
BAB 3 KERANGKA KONSEP	31
3.1 KERANGKA KONSEP	31
3.2 Hipotesis Penelitian	31
BAB 4 METODE PENELITIAN	33
4.1 Rancangan Penelitian yang Digunakan	33
4.1.1 Populasi.....	33

IR-PERPUSTAKAAN UNIVERSITAS AIRLANGGA	
4.1.2 Sample dan Teknik Sampling	33
4.2 Sampling	34
4.3 Identifikasi Variabel Penelitian	34
4.3.1 Variabel Independen	34
4.3.2 Variabel Dependen	35
4.4 Definisi Operasional	35
4.5 Pengumpulan dan Pengolahan Data	35
4.5.1 Instrumen	35
4.5.2 Kuisisioner gemar menonton	36
4.5.3 Kuisisioner gangguan pola tidur	36
4.6 Lokasi dan Waktu penelitian	36
4.7 Prosedur Pengumpulan Data	36
4.8 Analisis Data	38
4.9 Kerangka Kerja	40
4.9.1 Etik Penelitian	40
BAB 5 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	42
5.1 Hasil Penelitian	42
5.2 Data Umum Tempat Penelitian	42
5.3 Deskripsi penelitian	43
5.4 Tabulasi Silang	45
5.5 Pembahasan	46
5.5.1 Hubungan karakteristik demografi dengan gangguan pola tidur dengan gemar menonton drama korea	46
5.5.2 Hubungan Antara gema dengan Gangguan Pola Tidur pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga Surabaya	47
BAB 6 PENUTUPAN	49
6.1 KESIMPULAN	49
6.2 SARAN	49
DAFTAR PUSTAKA	51
LAMPIRAN	53

DAFTAR TABEL

Table 2.1 Keaslian Penelitian.....	28
Table 4.1 Definisi Operasional	35
Table 5.1 deskripsi karakteristik... ..	44
Table 5.2 frekuensi gangguan pola tidur.....	44
Table 5.3 Frekuensi mahasiswa gemar	45
Table 5.4 Tabulasi silang	45

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Keterangan Lulus Uji Etik.....	53
Lampiran 2 Surat Perijinan Penelitian.....	54
Lampiran 3 Lembar Penjelasan Penelitian	55
Lampiran 4 Lembar Permintaan Menjadi Responden.....	57
Lampiran 5 Lembar Persetujuan Menjadi Responden	59
Lampiran 6 petuntuk pengisian	60
Lampiran 7 Kuisisioner.....	61

DAFTAR LAMBANG, SINGKATAN DAN ISTILAH

NREM	: <i>Non-Rapid Eye Movement</i>
REM	: <i>REM Rapid Eye Movement</i>
EDS	: <i>Evaluasi Diri Sekolah</i>
NSF	: <i>National Sleep Foundation</i>
Hallyu	: <i>Gelombang Korea</i>
PSBB	: <i>Pembatasan Sosial Berskala Besar</i>
KBS	: <i>Korean Broading System</i>
WHO	: <i>World Health Organization</i>
KPOP	: <i>Korean POP</i>
GYS	: <i>Gallup Youth Survey</i>