

## **LAMPIRAN**

*Lampiran 1*

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN BANDUNG  
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN (KAMPUS BOGOR)  
PROGRAM DIPLOMA TIGA**

---

### **PENJELASAN PENELITIAN STUDI KASUS**

Judul : Penerapan Terapi Distraksi dan Okupasi Untuk Mengurangi Kecanduan Game Online pada Anak Usia Sekolah di SDN Kencana 3 Bogor

Peneliti : Nurul Afifah

NIM : P17320321059

No. HP : 0895350464823

Saya selaku mahasiswa Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Bandung bermaksud mengadakan penelitian studi kasus untuk mengetahui masalah Penerapan Terapi Distraksi dan Okupasi Untuk Mengurangi Kecanduan Game Online pada Anak Usia Sekolah di SDN Kencana 3 Bogor.

Saya menjamin bahwa penelitian ini tidak akan memberikan dampak negatif bagi siapapun, justru dengan adanya penelitian ini diharapkan akan memberikan gambaran penerapan terapi distraksi dan okupasi dalam mengurangi kecanduan game online pada anak usia sekolah. Bila merasa tidak berkenan selama kegiatan penelitian, maka orang tua berhak menghentikan partisipasinya. Peneliti berjanji akan menjunjung tinggi hak-hak responden dengan menjaga kerahasiaan dari awal hingga akhir penelitian.

Hasil penelitian ini akan dimanfaatkan sebagai sumber pembelajaran bagi program studi keperawatan kampus bogor, instansi pendidikan, peneliti, dan responden. Melalui penjelasan ini, peneliti sangat mengharapkan partisipasinya. Akhir kata peneliti ucapkan terima kasih atas ketersediaan orang tua dan responden dalam mengikuti penelitian ini.

Bogor, Maret 2024

A handwritten signature in black ink, consisting of stylized cursive letters followed by a horizontal line.

Penulis

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN BANDUNG  
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN (KAMPUS BOGOR)  
PROGRAM DIPLOMA TIGA**

---

**LEMBAR PERSETUJUAN RESPONDEN**

Setelah diberi penjelasan mengenai penelitian ini secara lisan dan tulisan, saya telah memahami tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui gambaran pemberian terapi distraksi dan okupasi untuk mengurangi kecanduan game online pada anak usia sekolah di SDN Kencana 3 Bogor.

Dengan ini saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : (L/P)

Alamat :

No. HP :

Orangtua/wali dari

Nama : (L/P)

Umur/Tanggal lahir :

Alamat :

Menyatakan bersedia menjadi responden dalam penelitian studi kasus penerapan terapi distraksi dan okupasi untuk mengurangi kecanduan *game online* pada anak usia sekolah di SDN Kencana 3 Bogor secara sukarela dan tanpa paksaan dari pihak manapun. Apabila saya merasa dirugikan dalam penelitian ini, maka saya dapat mengundurkan diri tanpa konsekuensi apapun.

Mengetahui Bogor, Maret 2024

Penulis Menyetujui, Responden

Nurul Afifah (.....)

**KUESIONER GAME ADDICTION SCALE (GAS)****Petunjuk pengisian kuesioner:**

1. Bacalah pertanyaan dengan saksama
2. Seluruh pertanyaan diisi sesuai dengan keadaan
3. Beri tanda checklist (✓) pada kolom jawaban yang telah disediakan

**Identitas Responden:**

Nama :

Jenis Kelamin :

Usia :

Tingkat Kelas :

No.	Pertanyaan	1	2	3	4	5
<b>Saliance</b>						
1	Apakah kamu memikirkan tentang bermain game online sepanjang hari?					
2	Apakah kamu menghabiskan waktu luangmu untuk bermain game online?					
3	Apakah kamu merasa ketagihan bermain game online?					
<b>Tolerance</b>						
4	Apakah kamu bermain game online lebih lama dari yang kamu rencanakan?					
5	Apakah waktumu dalam bermain game online semakin hari semakin lama?					
6	Apakah kamu tidak dapat berhenti setelah kamu mulai bermain game online?					
<b>Mood Modification</b>						
7	Apakah ketika kamu bermain game online kamu sering melupakan waktu untuk beribadah?					
8	Apakah ketika kamu bermain game online kamu lupa untuk membantu orangtuamu?					
9	Apakah bermain game online membuatmu lupa makan?					
<b>Relapse</b>						
10	Apakah kamu tidak mampu mengurangi waktumu dalam bermain game online?					

11	Apakah kamu pernah berhenti bermain game online tetapi selalu muncul rasa ingin bermain game kembali?					
12	Apakah kamu merasa gagal ketika mencoba mengurangi bermain game online?					
<b>Withdrawal</b>						
13	Apakah kamu merasa buruk jika tidak lagi bermain game online?					
14	Apakah kamu merasa mudah marah jika tidak bisa bermain game online?					
15	Apakah kamu merasa stress/tertekan jika tidak bisa bermain game online?					
<b>Conflict</b>						
16	Apakah kamu pernah bertengkar dengan orang lain (keluarga atau teman) selama kamu bermain game online?					
17	Apakah kamu mengabaikan orang lain (keluarga atau teman) ketika kamu sedang bermain game online?					
18	Apakah kamu berbohong tentang waktu yang kamu habiskan untuk bermain game online?					
<b>Problems</b>						
19	Apakah bermain game online mengganggu waktu tidurmu?					
20	Apakah kamu mengabaikan kegiatan penting yang lain (sekolah, tugas, dan olahraga) untuk bermain game online?					
21	Apakah kamu lebih suka bermain game online dibanding berkumpul dengan keluarga?					

Keterangan:

1 : Tidak pernah

2 : Jarang

3 : Kadang-kadang

4: Sering

5 : Sangat sering

## PROSEDUR PELAKSANAAN TERAPI DISTRAKSI DAN OKUPASI

### 1. Definisi

Terapi okupasi berasal dari kata bahasa Inggris yaitu *occupational therapy* yang berarti segala upaya penyembuhan atau pemulihan yang menggunakan kegiatan atau aktivitas sebagai media (Asriani et al., 2022).

Dalam kasus kecanduan *game online*, terapi okupasi memiliki peran penting dalam memulihkan kebiasaan anak. Salah satu metode yang dapat dilakukan untuk mengurangi kecanduan game online pada anak adalah menggunakan *Cognitive Behaviour Therapy* (CBT) yaitu sebuah terapi yang menggabungkan terapi kognitif dan perilaku (Islamiyah & Puspitosari, 2023).

### 2. Tujuan

Untuk membantu anak yang mengalami kecanduan *game online* dalam memperbaiki perilaku sehingga durasi penggunaan gadget untuk bermain *game online* dapat berkurang.

### 3. Prosedur

#### Tahap 1 : Pemberian Edukasi

##### 1) Persiapan Responden

- a. Kaji karakteristik responden (nama, usia, jenis kelamin, durasi penggunaan *game online* dalam sehari)
- b. Kaji kesiapan responden dalam mengikuti terapi okupasi dengan metode CBT

##### 2) Persiapan Alat

- a. Leaflet tentang bahaya kecanduan *game online*
- b. Alat tulis

##### 3) Persiapan Lingkungan

- a. Persiapkan lingkungan yang kondusif
- b. Posisi responden duduk dengan nyaman di bangku masing-masing dan memperhatikan pemaparan materi

#### **4) Langkah-langkah**

- a. Mengkaji kesiapan responden untuk mengikuti terapi okupasi dengan metode CBT
- b. Mengkondisikan ruangan dan anak-anak dalam keadaan kondusif sebelum kegiatan terapi okupasi dengan metode CBT dimulai
- c. Menyiapkan peralatan yang dibutuhkan
- d. Memperkenalkan diri serta menjelaskan maksud, tujuan, dan prosedur terapi okupasi dengan metode CBT
- e. Mengevaluasi pengetahuan anak tentang bahaya penggunaan *game online* secara berlebihan sebelum pemberian materi
- c. Pemaparan materi melalui leaflet tentang bahaya penggunaan *game online* secara berlebihan
- f. Mengobservasi perilaku anak selama pemaparan materi berlangsung
- g. Menanyakan perasaan anak setelah pemaparan materi
- h. Mengevaluasi pengetahuan anak tentang bahaya penggunaan *game online* secara berlebihan setelah pemaparan materi
- i. Meminta anak untuk menanggapi materi tersebut dengan bahasanya sendiri

#### **Tahap 2 : Pemilihan Aktivitas**

##### **1) Persiapan Alat**

- a. Papan tulis
- b. Spidol
- c. Lembar kegiatan harian
- d. Pulpen

##### **2) Langkah-langkah**

- a. Setelah pemaparan materi, anak-anak diminta menyebutkan hobi atau kegiatan yang biasa dilakukan saat waktu luang yang tidak menggunakan gadget sebagai medianya
- b. Peneliti menuliskan daftar kegiatan yang disebutkan anak-anak pada papan tulis
- c. Anak-anak diminta memilih aktivitas yang disukai untuk dilakukan

selama minimal 30 menit setiap harinya selama seminggu

- d. Peneliti membagikan lembar kegiatan harian untuk diisi oleh anak-anak dan di paraf oleh orangtua setiap hari
- e. Anak-anak diminta untuk mengumpulkan lembar kegiatan pada hari terakhir penelitian untuk di evaluasi

### **Tahap 3 : Evaluasi Kegiatan**

#### **1) Persiapan alat**

- a. Kuesioner *Game Addiction Scale (GAS)*
- b. Lembar kegiatan harian anak
- c. Alat tulis

#### **2) Langkah-langkah**

- a. Setelah menerapkan kegiatan terapi distraksi dan okupasi selama seminggu, responden akan diminta mengisi kembali kuesioner *Game Addiction Scale (GAS)* untuk mengevaluasi tingkat kecanduan game online
- b. Peneliti mengecek lembar kegiatan harian anak
- c. Peneliti membandingkan skor kecanduan game online sebelum dan sesudah dilakukan terapi distraksi dan okupasi





**DOKUMENTASI KEGIATAN**



Gambar 1 Pemberian Edukasi



Gambar 2 Pengisian Lembar Persetujuan Responden



Gambar 3 Penerapan Terapi Distraksi dan Okupasi pada An. F



Gambar 4 Penerapan Terapi Distraksi dan Okupasi pada An. Ra



Gambar 5 Penerapan Terapi Distraksi dan Okupasi pada An. A



Gambar 6 Penerapan Terapi Distraksi dan Okupasi pada An. Re