

Original Artikel

Intensitas Bermain Game Online dan Kualitas Tidur Berhubungan dengan Perilaku Agresif pada Anak Remaja di Kelurahan Tugu Cimanggis Kota Depok

Ferdi Ariyansah¹, Lannasari^{2*}, Indri Sarwili³

^{1,2,3}Program Studi Sarjana Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Indonesia Maju

*Email Korespondensi : lannasari_mkep@yahoo.co.id

Editor: YL

Diterima: 29/7/2024

Direview: 13/08/2024

Publish: 30/09/2024

Hak Cipta:

©2024 Artikel ini memiliki akses terbuka dan dapat didistribusikan berdasarkan ketentuan Lisensi Atribusi Creative Commons, yang memungkinkan penggunaan, distribusi, dan reproduksi yang tidak dibatasi dalam media apa pun, asalkan nama penulis dan sumber asli disertakan. Karya ini dilisensikan di bawah **Lisensi Creative Commons Attribution-Share Alike 4.0 Interna-sional**.

Abstrak

Latar Belakang: Tidur dianggap membantu menjaga keseimbangan mental dan emosional, tidur juga mengurangi stres pada sistem paru, kardiovaskular, dan endokrin. Remaja usia 12 hingga 18 tahun rata-rata membutuhkan tidur 8,5 jam setiap harinya. **Tujuan:** Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan intensitas bermain game online dan kualitas tidur dengan perilaku agresif pada remaja di Kelurahan Tugu Cimanggis Kota Depok Tahun 2023.

Metode: Penelitian ini berbentuk penelitian kuantitatif dengan metode studi korelasional menggunakan desain penelitian cross sectional, teknik purposive sampling. sebanyak 64 remaja sebagai responden. Pengumpulan data dilakukan secara online menggunakan Gform. Instrumen yang digunakan adalah instrumen Intensitas Bermain Game Online, serta instrumen Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) dan Perilaku Agresif.

Hasil: Intensitas bermain game online sebagian besar tinggi (68,8%), kualitas tidur buruk >5 (56,3%), dan masalah perilaku agresif tinggi (57,8%). Terdapat hubungan antara intensitas bermain game online dengan perilaku agresif dengan p-value 0,000 (<0,05), dan terdapat hubungan antara kualitas tidur dengan perilaku agresif dengan p-value 0,000 (<0,05).

Kesimpulan: Diharapkan para orang tua dan remaja dapat membatasi waktu bermain game online dan menjaga kualitas tidur yang baik agar tidak menimbulkan perilaku agresif saat ini.

Kata Kunci: Perilaku Agresif, Game Online, Kualitas Tidur.

Pendahuluan

Terobosan luar biasa dalam ilmu pengetahuan dan teknologi saat ini telah berdampak pada banyak aspek kehidupan. Internet adalah salah satu teknologi paling luar biasa di zaman kita. Internet telah menjadi cara utama untuk memenuhi kebutuhan manusia. Hingga saat ini, Internet telah membawa beberapa memberikan manfaat bagi masyarakat (baik generasi muda maupun dewasa). Salah satu keuntungan utama Internet adalah kemampuannya memberikan hiburan. Kondisi ini dapat menyerang semua usia, meskipun lebih sering terjadi pada anak-anak dan remaja. Permainan adalah jenis hiburan online yang populer (Nesha Nurdilla, Arneliwati, 2018).

Intensitas saat bermain game online, pengguna harus memiliki akses koneksi internet. Ini adalah game multipemain yang dapat dimainkan di komputer, ponsel cerdas, dan platform game lainnya. Remaja sering menghabiskan 4-5 jam setiap hari bermain game internet (Surbakti, 2017). Internet digunakan oleh 73,7% penduduk Indonesia, 42,1% bermain game online, dan mayoritas pengguna (41,2%) berusia antara 16 dan 64 tahun. 94,5% penduduk Indonesia bermain game online. Filipina memiliki 96,4% pengguna game online dunia, diikuti oleh Thailand dengan 94,7% (Kemp, 2022). Indonesia memiliki populasi game online terbesar ketiga di dunia. Hal ini mempunyai pengaruh besar pada semua aktivitas sehari-hari, termasuk kualitas tidur dan perilaku agresif (Hastani & Budiman, 2022).

Setiap orang memerlukan istirahat dan tidur yang cukup. Istirahat dan tidur yang cukup membantu tubuh berfungsi normal, memulihkan kesehatan, dan menyelesaikan tanggung jawab sehari-hari. Istirahat dan tidur sangat penting dalam membantu orang yang sakit pulih dengan cepat dan memperbaiki kerusakan sel. Selain itu, orang yang kelelahan karena pekerjaan atau aktivitas sehari-hari memerlukan istirahat dan tidur untuk memulihkan kesehatannya. Fungsi pasti dari tidur tidak diketahui, Meskipun tidur dianggap membantu menjaga keseimbangan mental dan emosional, tidur juga mengurangi stres pada sistem paru, kardiovaskular, dan endokrin. Remaja usia 12 hingga 18 tahun rata-rata membutuhkan lama tidur 8,5 jam per hari (Eko, 2021).

Perilaku agresif digambarkan sebagai tindakan fisik atau verbal yang dirancang untuk melukai sasaran agresi. Permainan agresif dilakukan dengan tujuan untuk menakut-nakuti individu yang ingin mengetahui apa yang sedang terjadi, atau ketika dua orang agresif sedang berkelahi dan tidak ada orang lain yang ingin mengetahuinya (Oktaviani & Nurjanah, 2021).

Menurut penelitian Digital 2020, sekitar 60% populasi global kini mengakses internet. Ikhtisar Digital di seluruh dunia: 4,5 miliar orang di seluruh dunia menggunakan internet setiap hari. Dua puluh persen dari seluruh pengguna internet berusia antara sebelas dan delapan belas tahun menonton streaming video orang-orang yang bermain video game. Hasilnya, satu dari setiap tujuh orang menonton kegiatan atletik. Meningkatnya popularitas konten gaming dan esports terlihat dari hal ini. Pada saat yang sama, game bulanan mencakup hampir 80% pengguna internet berusia antara 11 dan 18 tahun. Oleh karena itu, kini terdapat 3,5 miliar orang di seluruh dunia yang bermain video game. Hampir tiga perempat dari seluruh pengguna internet mengaku bermain game seluler. Sementara itu, 41% menggunakan komputer desktop atau laptop, dan 25% menggunakan konsol game (PS Stick). Anehnya, lebih banyak orang yang bermain video game di ponsel dibandingkan di PC atau PS Stick, mengingat harga ponsel yang lebih murah (Lete et al., 2022).

Masa remaja didefinisikan oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) sebagai usia 11-18 tahun yang mencakup transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Ini adalah tahapan berbeda dalam pembangunan manusia yang sangat penting untuk menetapkan landasan bagi kesehatan jangka panjang.

Remaja memiliki pertumbuhan fisik, kognitif, dan perilaku yang cepat. Hal ini mempengaruhi emosi, pikiran, keputusan, dan interaksi mereka dengan lingkungan sekitar. Selain itu, WHO mendefinisikan remaja secara konseptual menggunakan tiga kriteria: biologis, psikologis, dan sosioekonomi (Saputro, 2018).

Di Indonesia, 54,1% remaja usia 11-18 tahun kecanduan game online, sementara 77,5% laki-laki dan 22,5% anak perempuan menghabiskan 2-10 jam setiap minggunya untuk bermain game (Nesha Nurdilla, Arneliwati, 2018). Game online memberikan pengalaman yang menyenangkan sekaligus berbahaya. Menurut International Classification of Diseases (ICD) (2017) edisi ke-11 Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), bermain game dapat meningkatkan kreativitas dan sosialisasi anak. Namun, kelemahan bermain game online mungkin melibatkan banyak kekhawatiran seperti waktu bermain yang lebih lama (Parekh, 2018). Menurut American Psychiatric Association (2013) (DSM Fifth Edition), gangguan bermain game online dikaitkan dengan berbagai konsekuensi berbahaya, termasuk kegagalan untuk tidur tepat waktu. Obsesi terhadap sebuah game dapat berdampak pada kehidupan remaja, seringkali mempengaruhi sikap mereka terhadap perilaku kekerasan, baik secara vokal maupun nonverbal (Lete et al., 2022).

Setelah melakukan penelitian pendahuluan terhadap 10 remaja, ditemukan beberapa fenomena, Antara lain, Banyak anak muda suka bermain game internet dan sering berkumpul untuk bermain dan bersosialisasi. Enam orang mengeluh kurang tidur. saat bermain game online, sementara empat peserta melaporkan menikmati melampiaskan kemarahan mereka kepada teman dan lawan saat bermain. Kesepuluh anak tersebut juga mengaku menghabiskan waktu hingga 12 jam setiap harinya untuk bermain game online. Peneliti berharap penelitian ini dapat membantu generasi muda di Kelurahan Tugu Cimanggis Kota Depok pada tahun 2023 dalam mengetahui apakah ada hubungan antara intensitas game online, kualitas tidur, dan perilaku agresif. Karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi apakah terdapat korelasi intensitas bermain game online dan kualitas tidur dengan perilaku agresif pada anak remaja di RW 08 Kelurahan Tugu Cimanggis, Kota Depok, pada tahun 2023.

Metode

Penelitian ini berupa penelitian kuantitatif dengan metode studi korelasi yang menggunakan rancangan penelitian *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel *purposive sampling*. Pengumpulan data menggunakan instrument penelitian analisis data bersifat kuantitatif/ statistic dengan tujuan untuk menggambarkan dan menguji hipotesis yang telah ditetapkan.

Populasi yaitu remaja di RW 08 kelurahan tugu cimanggis kota depok dengan jumlah 174 orang. Sampel penelitian ini dihitung menggunakan rumus slovin yang diambil sebanyak 64 anak remaja sebagai responden. Uji validitas dan reabilitas dilakukan di RW 08 kelurahan tugu cimanggis kota depok pada remaja sebanyak 20 responden di luar subjek penelitian yang akan dilakukan pada responden yang berbeda dengan responden pada saat penelitian di uji dengan hasil lolos uji validitas.

Pengumpulan sampel penelitian ini dilakukan secara online menggunakan googleform yang disebar. Dalam menjawab pertanyaan melalui google form, responden lebih leluasa karena dapat diakses kapan pun dimanapun. Instrumen yang digunakan ada 3 yaitu instrument Intensitas Bermain Game Online, serta instrument Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) dan Perilaku Agresif. Data dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner Intensitas bermain game online, kuesioner PSQI (Pittsburgh Sleep Quality Index) dan kuesioner perilaku agresif yang dimodifikasi dari Carolina, 2023 menggunakan teknik statistik Uji Chi Square.

Hasil

Penelitian ini dilakukan di RW 08 Kelurahan Tugu Cimanggis Kota Depok, yang berlangsung pada bulan Desember 2023. Penelitian ini bertujuan untuk menemukan hubungan antara Intensitas bermain game online dan kualitas tidur dengan perilaku agresif, dengan jumlah sampel sebanyak 64 responden.

Tabel 1. Karakteristik Demografi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di RW 08 Kelurahan Tugu Cimanggis Kota Depok

No.	Jenis Kelamin	Frekuensi n=64	Presentase (%)
1	Laki-laki	52	81,3
2	Perempuan	12	18,8
	Total	64	100.0

Sumber: Data Primer, 2023

Berdasarkan Tabel 1 di atas menunjukkan terdapat 52 responden laki-laki dengan presentase 81,3% dan 12 Responden Perempuan dengan presentase 18,8%.

Tabel 2. Karakteristik Demografi Responden Berdasarkan Usia di RW 08 Kelurahan Tugu Cimanggis Kota Depok

No.	Usia	Frekuensi N=64	Presentase (%)
1	12-15 tahun	14	21,9
2	15-18 tahun	50	78,1
	Total	64	100.0

Sumber: Data Primer, 2023

Berdasarkan tabel 2 di atas dapat disimpulkan bahwa terdapat 14 responden usia 12-15 tahun dengan presentase 21.9% dan 50 responden usia 15-18 tahun dengan presentase 78,1%.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Intensitas Bermain Game Online Pada Anak Remaja di RW 08 Kelurahan Tugu Cimanggis Kota Depok

No	Intensitas bermain game online	Frekuensi N =64	Presentase %
1	Rendah	20	31,3
2	Tinggi	44	68,8
	Total	64	100.0

Sumber: Data Primer, 2023

Intensitas bermain game online responden pada tabel 8 diatas dapat diketahui bahwa sebanyak 31.3% responden mengalami Intensitas bermain game online tingkat rendah, dan sebanyak 68,8% responden mengalami Intensitas bermain game online tingkat tinggi.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Kualitas Tidur pada Anak Remaja di RW 08 Kelurahan Tugu Cimanggis Kota Depok

No	Kualitas Tidur (PSQI)	Frekuensi N =64	Presentase %
1	Baik	28	43,8
2	Buruk	36	56,3
	Total	64	100.0

Sumber: Data Primer, 2023

Tabel 4 mendeskripsikan tentang frekuensi kualitas tidur pada anak remaja di RW 08 Kelurahan Tugu Cimanggis Depok, dengan hasil kualitas tidur baik sebanyak 28 anak remaja dengan presentase 43,8% dan dengan posisi buruk terdapat 36 anak remaja dengan presentase 56,3%.

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Perilaku Agresif pada Anak Remaja di RW 08 Kelurahan Tugu Cimanggis Kota Depok

No	Perilaku agresif	Frekuensi N =64	Presentase %
1	Rendah	27	42,2
2	Tinggi	37	57,8
	Total	64	100.0

Sumber: Data Primer, 2023

Berdasarkan tabel 5 perilaku agresif anak remaja di RW 08 Kelurahan Tugu Cimanggis Depok, dengan hasil Perilaku agresif Rendah sebanyak 27 anak remaja dengan presentase 42,2%, dan perilaku agresif tinggi dengan presentase 57,8%.

Tabel 6. Hubungan Intensitas Bermain Game Online dengan Perilaku Agresif pada Anak Remaja di RW 08 Kelurahan Tugu Cimanggis Kota Depok

Intensitas Bermain Game Online	Perilaku Agresif		Total (n)	P- Value
	Rendah	Tinggi		
Rendah	20	0	20	0,000
Tinggi	7	37	44	
Total	27	37	64	

Sumber: Data SPSS, 2023

Berdasarkan tabel di atas diperoleh bahwa responden dengan intensitas bermain game online rendah dengan perilaku agresif rendah 20 (31,25%), intensitas bermain game online tinggi dengan perilaku agresif rendah 7 (11,0) . Sedangkan intensitas bermain game online rendah dengan perilaku agresif tinggi tidak ada, intensitas bermain game online tinggi dengan perilaku agresif tinggi sebanyak 37(57,81), menunjukkan adanya hubungan antara intensitas bermain game online dengan perilaku agresif dengan nilai p value 0,000 yang artinya lebih kecil dari 0,05.

Tabel 7. Hubungan Kualitas Tidur dengan Perilaku Agresif pada Anak Remaja di RW 08 Kelurahan Tugu Cimanggis Kota Depok

Kualitas Tidur (PSQI)	Perilaku Agresif		Total (n)	P-Value
	Rendah	Tinggi		
Baik	20	8	28	0,000
Buruk	7	29	36	
Total	27	37	64	

Sumber: Data SPSS, 2023

Berdasarkan tabel diatas diperoleh bahwa responden dengan kualitas tidur baik dengan perilaku agresif rendah sebanyak 20 (31,25%) kualitas tidur buruk dengan perilaku agresif rendah sebanyak 7(10,93%). Sedangkan kualitas tidur baik dengan perilaku agresif tinggi sebanyak 8 responden (12,5), kualitas tidur buruk dengan perilaku agresif tinggi sebanyak 29 (45,31%), menunjukkan adanya hubungan antara kualitas tidur dengan perilaku agresif dengan nilai p-value 0,000 yang artinya lebih kecil dari 0,05.

Pembahasan

1. Hubungan antara intensitas bermain game online dengan perilaku agresif

Temuan penelitian terhadap remaja usia 12-15 dan 12-18 tahun mengungkap informasi mengenai intensitas bermain game online dan perilaku kekerasan yang mereka lakukan. Hal ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara intensitas game online dan perilaku agresif.

Berdasarkan data yang dikumpulkan dari responden, temuan uji analisis bivariat untuk intensitas bermain game online yang mengandung kekerasan menggunakan uji chi square menunjukkan nilai p-value sebesar 0,000. Uji analisis bivariat menunjukkan adanya hubungan yang signifikan ($p < 0,05$) intensitas game online dengan perilaku agresif remaja di RW 08 Kelurahan Tugu Cimanggis Kota Depok.

Temuan penelitian ini sejalan dengan penelitian Yusuf (2020). Game online untuk remaja diartikan sebagai permainan telepon seluler yang menggunakan jaringan internet. Game online adalah game yang dimainkan melalui koneksi online. Menurut Afidatama (2020), dampak negatif bagi para gamer adalah kecanduan, sehingga para ahli terus menghimbau para gamer untuk bisa membatasi waktu yang dihabiskan untuk bermain game.

Intensitas bermain game online berkaitan dengan ketergantungan seseorang pada game online dan bagaimana hal tersebut memengaruhi ide-ide mereka (misalnya, kesenangan bermain). Intensitas bermain game online dapat menimbulkan kecanduan atau tidak, tergantung dari gejala, waktu, dan hal-hal penting yang dikorbankan untuk memainkan game tersebut, serta pengaruhnya terhadap pikiran pemainnya (Altintas et al., 2019). Ditemukan bahwa ada hubungan antara intensitas game online dan perilaku agresif.

Perilaku agresif didefinisikan sebagai perilaku fisik atau verbal yang dirancang untuk menyebabkan kerugian atau cedera pada orang lain (Rahmadina et al., 2020). berpendapat bahwa perilaku agresif disebabkan oleh masalah-masalah kecil seperti kesalahpahaman, ketidakpuasan, dan pertengkaran, yang dapat meningkat menjadi pembunuhan, pembakaran, dan perusakan

properti.

Temuan analisis uji statistik menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara intensitas bermain game online dan perilaku agresif, dengan remaja mengalami perilaku lebih agresif seiring dengan meningkatnya intensitas bermain. Masa remaja merupakan masa antara masa kanak-kanak hingga kedewasaan yang sulit dalam mengatur tingkah laku dan aktivitasnya, seperti bermain game online secara terus menerus sehingga berujung pada perilaku kekerasan.

Menurut asumsi peneliti, dengan segala kecanggihannya menjadikan individu lebih mementingkan bermain game online dibandingkan berkomunikasi secara langsung pada teman atau keluarga, intensitas bermain game online yang dialami oleh remaja terjadi karena perkembangan teknologi yang sangat pesat dan di lingkungan yang menjadikan anak menjadi kecanduan game online. Apabila remaja tidak di kontrol dalam bermain game online akan menyebabkan perilaku agresif baik itu kepada keluarga atau teman bermain game online.

2. Hubungan antara kualitas tidur dengan perilaku agresif

Temuan penelitian pada anak remaja usia 12-15 dan 15-18 tahun mengungkap informasi mengenai kualitas tidur dan perilaku kekerasan. Hal ini untuk mengetahui hubungan antara kualitas tidur dan perilaku agresif.

Berdasarkan data yang dikumpulkan dari responden, terdapat temuan uji analisis bivariat terhadap kualitas tidur dan perilaku agresif menggunakan uji chi square, dengan nilai p value sebesar 0,000. Uji analisis bivariat menunjukkan adanya hubungan yang signifikan atau relevan bila nilai $p < 0,05$. Pada penelitian ini diperoleh hasil H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal ini menunjukkan adanya hubungan antara kualitas tidur dengan perilaku kekerasan pada remaja di RW 08 Kelurahan Tugu Cimanggis Kota Depok.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Hablaini et al., 2020) Hal ini menunjukkan bahwa dari 150 anak yang mempunyai kualitas tidur buruk, masing-masing 120 responden (80,0%) dan 30 responden (20,0%) mempunyai kualitas tidur baik. Hal ini juga sesuai dengan penelitian sebelumnya (Zalqi, 2018) yang menemukan bahwa mayoritas responden dengan kualitas tidur buruk sebanyak 26 (57,8%), sedangkan 19 (44,2%) memiliki kualitas tidur sangat baik. Hal ini menunjukkan bahwa kualitas tidur yang buruk disebabkan oleh ketidakmampuan responden dalam mengatur waktu bermain sehingga menimbulkan gangguan tidur yang berdampak negatif pada kualitas tidurnya.

Tidur merupakan kebutuhan mendasar manusia yang harus dipenuhi oleh semua individu. Tidur mempunyai tujuan restoratif, yaitu memperbaiki sel-sel organ tubuh yang rusak dan mengembalikan kondisi tubuh yang lelah agar dapat berfungsi kembali dengan baik. Tergantung pada usianya, setiap individu membutuhkan jumlah tidur yang bervariasi (Aziz & Hidayat, 2019). Kualitas tidur pada remaja dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain etnis, agama, lokasi rumah tangga, konsumsi alkohol orang tua, kepuasan prestasi akademik, merokok, koneksi dengan teman, dan penggunaan internet sebelum tidur (Gautam et al., 2021).

Perilaku agresif adalah jenis agresi yang dapat mematikan dan melukai baik individu maupun orang lain. Perilaku agresif digambarkan sebagai tindakan penghinaan, rasa sakit, atau perilaku antisosial, serta disosiasi, kesedihan, kecemasan, dan gejala terkait trauma serta masalah emosional lainnya. Perilaku agresif digambarkan sebagai aktivitas yang sengaja dilakukan dengan tujuan menimbulkan kerugian pada orang lain yang terdorong untuk menghindari risiko tersebut (S J Kahar et al., 2022).

Temuan analisis uji statistik digunakan untuk menunjukkan hubungan antara kualitas tidur dan perilaku agresif, dimana remaja mengalami perilaku lebih agresif seiring dengan penurunan kualitas tidur mereka. Masa remaja merupakan fase antara masa kanak-kanak dan kedewasaan ketika sulit untuk mengatur perilaku dan aktivitas yang diinginkan, seperti bermain game hingga larut malam yang dapat mengganggu pola tidur dan perilaku kekerasan.

Menurut asumsi peneliti, bermain game online adalah hal yang wajar jika waktunya masih terkendali; namun harus diperhatikan apakah bermain game online dapat memberikan dampak positif atau negatif; Jika intensitas bermain game online negatif akan menyebabkan Anda kehilangan fokus dalam beraktivitas atau belajar. dan dapat menyebabkan kecanduan. Kurangnya keterlibatan dalam kehidupan nyata, dan bermain game online pada waktu yang tidak tepat, akan mengganggu waktu tidur Anda; Akibat dari kualitas tidur yang buruk antara lain kurangnya perhatian dan iritasi dibandingkan biasanya

Kesimpulan

Hasil penelitian yang dilakukan pada anak remaja di RW 08 Kelurahan Tugu Cimanggis Kota Depok dengan judul Hubungan Intensitas Bermain Game Online dan Kualitas Tidur dengan Perilaku Agresif pada Remaja di Kelurahan Tugu Cimanggis Kota Depok Tahun 2023 didapatkan hasil bahwa intensitas bermain game online pada anak remaja di Kelurahan Tugu Cimanggis Kota Depok Tahun 2023 mayoritas adalah intensitas bermain game online dengan kategori tinggi; Kualitas tidur anak remaja di Kelurahan Tugu Cimanggis Kota Depok Tahun 2023 mayoritas kualitas tidur adalah dengan kategori buruk; Perilaku agresif anak remaja di Kelurahan Tugu Cimanggis Kota Depok Tahun 2023 mayoritas perilaku agresif adalah dengan kategori tinggi; Terdapat hubungan yang signifikan antara intensitas bermain game online dengan perilaku agresif; dan terdapat hubungan yang signifikan antara kualitas tidur dengan perilaku agresif.

Konflik Kepentingan

Peneliti menyatakan bahwa penelitian ini independen dari konflik kepentingan individu dan organisasi.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terimakasih peneliti sampaikan pada berbagai pihak dan instansi yang terlibat dalam penelitian ini.

Pendanaan

Sumber pendanaan dalam penelitian ini ditanggung sepenuhnya oleh peneliti.

References

- Altintas, E., Karaca, Y., Hullaert, T., & Tassi, P. (2019). Sleep quality and video game playing: Effect of intensity of video game playing and mental health. *Psychiatry Research*, 273, 487–492. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2019.01.030>
- Aziz, L., & Hidayat, A. (2019). Hubungan kualitas tidur dengan excessive daytime sleepiness pada pekerja bergilir. In *Jurnal Biomedika dan Kesehatan* (Vol. 2, Issue 4). <https://doi.org/10.18051/jbiomedkes.2019.v2.144-148>
- Diananda, A. (2019). Psikologi Remaja Dan Permasalahannya. *Journal ISTIGHNA*, 1(1), 116–133. <https://doi.org/10.33853/istighna.v1i1.20>

- Eko, A. (2021). No Title. *JURNAL _KEPERAWATAN*, 2021, 1–9. http://surabaya.ac.id/4610/3/JURNAL_KEPERAWATAN.pdf
- Faridah, U., Liza Fitri Dhadila, Y., & Muhammadiyah Kudus, S. (2018). *Hubungan Menonton Televisi Dan Bermain Game Online Yang Mengandung Tayangan Kekerasan Dengan Perilaku Agresive Pada Anak Usia Sekolah Di Mi Muhammadiyah 2 Kudus the Relationship Between Watching Television and Playing Games Onlines With Agresive Behaviour*. 337–345.
- Fuad Nashori, H., & Etik Dwi Wulandari. (2021). *Psikologi tidur : dari kualitas tidur hingga insomnia*. 14(02), 79–83.
- Gautam, P., Dahal, M., Baral, K., Acharya, R., Khanal, S., Kasaju, A., Sangroula, R. K., Gautam, K. R., Pathak, K., & Neupane, A. (2021). Sleep Quality and Its Correlates among Adolescents of Western Nepal: A Population-Based Study. *Sleep Disorders*, 2021, 1–8. <https://doi.org/10.1155/2021/5590715>
- Habibi, A., Qorahman, W., Ningsih, R., & Syahleman, R. (2021). Hubungan Kebiasaan Bermain Game Online Dengan Kualitas Tidur Remaja Pada Kelas Xi Di Smkn 1 Seruyan Tengah. *Jurnal Borneo Cendekia*, 5(1), 16–30. <https://doi.org/10.54411/jbc.v5i1.219>
- Hablaini, S., Lestari, R. F., & Niriayah, S. (2020). Hubungan Penggunaan Gadget Dengan Kuantitas Dan Kualitas Tidur Pada Anak Sekolah (Kelas Iv Dan V) Di Sd Negeri 182 Kota Pekanbaru. *Jurnal Keperawatan Abdurrahman*, 4(1), 26–37. <https://doi.org/10.36341/jka.v4i1.1252>
- Hastani, R. T., & Budiman, A. (2022). Hubungan Kecanduan Game Online dengan Kualitas Tidur pada Remaja Literature Review. *Borneo Student Research*, 3(2), 1688–1696.
- Heryana, A. (2017). Uji Chi-Square. *Catatan Ade Heryana*, 1–19. <http://adeheryana.weblog.esaunggul.ac.id/2017/06/04/uji-chi-square/>
- Irvani, M. L. (2020). *HUBUNGAN INTENSITAS BERMAIN GAME ONLINEDENGAN KEMAMPUAN MOTORIK SISWA KELA VII DI SMP NEGERI 4 NGAGLIK*. 21(1), 1–9.
- Lestari, Rosyidah, I. M. H. (2019). Hubungan Kecanduan Game Online Dengan Perilaku Agresif Pada Remaja. *Journal Psikologi*, 9(1), 12–16.
- Lete, Y. B., Feoh, F. T., & Lette, A. R. (2022). Hubungan Intensitas Bermain Game Online Dengan Interaksi Sosial Remaja di Desa busalangga Timur, Kecamatan Rote Barat Laut. *CHMK Applied Scientific Journal*, 5(1), 8–14. <http://cyber-chmk.net/ojs/index.php/sains/article/view/1078%0Ahttp://cyber-chmk.net/ojs/index.php/sains/article/download/1078/391>
- Nesha Nurdilla, Arneliwati, V. E. (2018). Hubungan Kecanduan Game Online Dengan Kualitas Tidur Pada Remaja Sma Negeri Di Kota Ruteng. *55 Jwk*, 5(2), 2355–6846.
- Nilifda, H., Nadjmir, N., & Hardisman, H. (2016). Hubungan Kualitas Tidur dengan Prestasi Akademik Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Angkatan 2010 FK Universitas Andalas. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 5(1), 243–249. <https://doi.org/10.25077/jka.v5i1.477>
- Notoatmodjo, S. (2018). (2018). Metodologi Penelitian Kesehatan. *Metodologi Penelitian Kesehatan. Rineka Cipta*.
- Nursalam, (2015). *ILMU KEPERAWATAN, Pendekatan Praktis*.
- Oktaviani, E. P., & Nurjanah, S. (2021). Hubungan Intensitas Bermain Game Online Terhadap Perilaku Agresivitas Pada Remaja Di SMA Muhammadiyah Sokaraja. *Jurnal Human Care*, 6(2), 295–301.
- Purnamasari, S.Kp., M.Pd, N. E., Hermawan, A., & Nurani, M.Kep., Sp.Kep.Kom, N. I. A. (2021). Hubungan Penggunaan Smartphone Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Keperawatan Di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Tangerang. *Jurnal JKFT*, 6(1), 52. <https://doi.org/10.31000/jkft.v6i1.5310>
- Rahmadina, N. A., Sulistiyana, & Arsyad, M. (2020). Jurnal Bimbingan dan Konseling Ar-Rahman Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Ar-Rahman*, 6 (2)(1), 62–66. <http://ojs.uniska.ac.id/index.php/BKA>
- Riyadi, M. E. (2021). Hubungan Intensitas Penggunaan Game Online. *Ilmiah Umum Dan Kesehatan Aisyiyah*, 6(1), 1–8.
- Rondo, A. A. A., Wungouw, H. I. S., & Onibala, F. (2019). Hubungan Kecanduan Game Online Dengan Perilaku Agresif Siswa Di Sma N 2 Ratahan. *Jurnal Keperawatan*, 7(1). <https://doi.org/10.35790/jkp.v7i1.24324>
- S J Kahar, M. K., Situmorang, N. Z., & Urbayatun, S. (2022). Hubungan antara Regulasi Emosi dengan Perilaku Agresif pada Siswa SMA di Yogyakarta. *Psyche 165 Journal*, 15(1), 7–12. <https://doi.org/10.35134/jpsy165.v15i1.143>
- Salakhova, V. B., & Karina, O. V. (2019). *Práxis Práxis*. 683–694.

- Sandya, S. N., & Ramadhani, A. (2021). Pengaruh Intensitas Bermain Game Online Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(1), 202. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v9i1.5680>
- Saputro, K. Z. (2018). Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja. *Aplikasia: Jurnal Aplikasi Ilmu-Ilmu Agama*, 17(1), 25. <https://doi.org/10.14421/aplikasia.v17i1.1362>
- Sukmawati, N. M. H., & Putra, I. G. S. W. (2019). Reliabilitas Kusioner Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) versi Bahasa Indonesia Dalam Mengukur. *Jurnal Lngkungan Dan Pembangunan*, 3(2), 30–38.
- Surbakti, K. (2017). Pengaruh Game Online Terhadap Remaja. *Jurnal Curere*, 1(1), 29. <http://www.portaluniversitasquality.ac.id:5388/ojssystem/index.php/CURERE/article/view/20/22>.