



JURNAL KEPERAWATAN STIKES HANG TUAH TANJUNGPINANG

<https://jurnal.stikesht-tpi.ac.id/>
P-ISSN 2086 – 9703 | E – ISSN 2621 – 7694
DOI:<https://doi.org/10.59870/gcb2n172>

Hubungan Kecanduan Game Online dengan Kualitas Tidur Siswa SMA di Kota Tanjung Pinang

Ahmad Saifuddin Azhary¹, Safra Ria Kurniati², Komala Sari³, Zuraidah⁴

STIKES Hang Tuah Tanjungpinang
e-mail Korespondensi: ahmad.s.azhary@gmail.com

Abstrak

Situs web permainan dunia maya yang terhubung melalui internet dikenal sebagai game online. Pasar permainan daring yang terus berkembang membuat fitur dan teknologi lebih mudah dibawa ke mana-mana, sehingga orang dapat bermain permainan kapan saja dan di mana saja. Kualitas tidur didefinisikan sebagai kondisi tidur saat seseorang terbangun dengan perasaan segar dan bugar. Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan kecanduan game online dengan kualitas tidur pada remaja siswa SMA Tanjungpinang. Penelitian ini menggunakan desain studi Correlation dengan pendekatan cross sectional. Subjek penelitian adalah 236 sampel. Hasil analisa bivariat memakai uji Spearman, didapatkan nilai $p = 0,767$. Yang berarti tidak ada hubungan antara kecanduan game online dengan kualitas tidur pada remaja siswa SMA Tanjungpinang. Tidak ada hubungan antara kecanduan game online dengan kualitas tidur pada remaja siswa SMA Tanjungpinang. Sebagai saran diharapkan penelitian ini dapat sebagai bahan serta sumber data penelitian berikutnya dan mendorong bagi pihak yang berkepentingan melakukan penelitian lebih lanjut.

Kata kunci: Kecanduan game online, Kualitas tidur, Remaja

Abstract

Virtual world game websites connected via the internet are known as online games. The ever-growing online game market makes features and technology more portable, so people can play games anytime and anywhere. Sleep quality is defined as a sleep condition when someone wakes up feeling fresh and fit. This study aims to determine the relationship between online game addiction and sleep quality in high school students. This study uses a Correlation study design with a cross-sectional approach. The subjects of the study were 236 samples. The results of the bivariate analysis using the Spearman test, obtained a p value = 0.767. Which means there is no relationship between online game addiction and sleep quality in high school students. There is no relationship between online game addiction and sleep quality in high school students. As a suggestion, it is hoped that this study can be used as material and data sources for subsequent research and encourage interested parties to conduct further research.

Keywords: Adolescents, Online game addiction, Sleep quality

1. PENDAHULUAN

Fenomena kecanduan game online yang saat ini meningkat disebabkan oleh kurangnya perhatian dari orang terdekat terutama remaja pelajar yang menganggap dirinya akan diperhatikan jika mampu mengendalikan keadaan, depresi yang berarti beralih ke media untuk mengalihkan perhatiannya. Siswa yang menggunakannya. Depresi akibat bermain *game online* dan lain-lain, menurunnya pengendalian diri, orang tua yang lebih suka memanjakan anaknya dengan memfasilitasi, kemungkinan timbulnya gejala kecanduan pada anak, kurang beraktivitas terutama kebebasan melakukan aktivitas yang tidak menyenangkan, seperti bermain dan lingkungan parenting, yang mungkin terjadi pada remaja siswa yang mempunyai waktu (Azizah, 2018).

Bermain *game online* mengakibatkan remaja jadi kecanduan *game online* dan menghabiskan waktu istirahat serta tidurnya dengan bermain game online. Hal ini menimbulkan permasalahan baru, seperti kualitas tidur pada remaja yang memburuk. Dampak lebih lanjut dari kualitas tidur yang buruk yakni stres, yang pada akhirnya berujung pada depresi (Lam, 2014), Nurdilla (2018).

Saifuddin (2012) menyatakan bahwa kualitas tidur yang buruk dan kurangnya tidur kerap terjadi pada remaja. Remaja memanfaatkan waktu antara belajar, bermain, serta tidur dengan baik, dan mereka punyai hubungan yang sangat erat. Remaja yang mampu seimbangkan dan membagi waktu antara belajar, bermain, serta bersosialisasi kemungkinan besar akan mendapatkan tidur yang cukup dan kualitas tidur yang lebih baik.

Namun, tidak semua remaja memiliki kemampuan coping untuk mengatur waktu untuk belajar dan bersosialisasi, Hal ini menyebabkan kurang tidur. Karena tidur merupakan kebutuhan dasar setiap manusia, maka masalah tidur mempengaruhi fungsi tubuh seseorang. Tingkat aktivitas yang tepat, pemulihan keseimbangan sistem saraf, perubahan serta proses fisiologis yang umum terjadi pada semua orang terjadi selama tidur (Kozier et al. 2010).

Remaja, terkhusus pelajar yang memiliki kualitas tidur buruk cenderung memiliki wajah pucat, mata mengantuk, dan sulit fokus saat belajar di kelas. Hal ini dapat menyebabkan penurunan kapasitas belajar, metabolisme melambat, berdampak pada kinerja, iritasi, kelelahan, dan melankolis. (Kusnar, 2017). Hasil penelitian Sofiyaa (2015) yang menunjukkan bahwa remaja yang tidurnya lebih nyenyak akan lebih fokus saat belajar, membenarkan hal tersebut. Sementara itu, jikalau seorang remaja mempunyai kualitas tidur yang buruk cenderung sulit untuk berkonsentrasi saat belajar dibandingkan dengan remaja yang tidurnya nyenyak.

Akhirnya berdasarkan penjelasan di atas, peneliti tertarik melaksanakan penelitian yang bermaksud memecahkan masalah yang sedang diteliti. Oleh karena itu peneliti berpendapat bahwa masalah penelitian ini ialah "Hubungan Kecanduan *Game Online* Dengan Kualitas Tidur Pada Remaja Siswa SMA Di Kota Tanjungpinang"

2. METODE

Desain penelitian yang digunakan pada jenis penelitian ini adalah *analitik correlation* dengan pendekatan *cross sectional*. *Analitik correlation* ialah suatu pendekatan kajian yang menekankan pada hubungan antara dua variabel (Swarjana, 2015). Penelitian bermaksud buat ketahuai Hubungan Kecanduan Bermain Game Online dengan Kualitas Tidur Remaja Siswa di SMA Tanjungpinang memakai metode *Cross- Sectional* serta pengumpulan datanya dilaksanakan di satu titik waktu (*at one point in time*) dimana fenomena yang diteliti selama satu *periode* pengumpulan data (Swarjana, 2015).

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Deskripsi data dari hasil penelitian menggunakan analisa univariat yang bertujuan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik jenis kelamin, analisa bivariat bertujuan untuk melihat hubungan antara variabel independen (kecanduan game online) dan variabel dependen (kualitas tidur) dengan menggunakan uji *spearman*.

a. Karakteristik Responden

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin siswa SMA Tahun 2024

Jenis Kelamin	(n)	(%)
Laki-laki	105	44,5
Perempuan	131	55,5
Total	236	100

Berdasarkan tabel 4.1 bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin Perempuan dengan jumlah 131 orang (55,5 %).

b. Analisa Bivariat

Pada penelitian ini memperlihatkan hubungan dari masing-masing variable independen (kecanduan game online) dengan variable dependen yaitu (kualitas tidur), seperti yang dipaparkan pada table 4.4 dibawah ini :

Tabel 2 Hubungan kecanduan game online terhadap Kualitas Tidur Siswa SMA Tahun 2024

Variabel	Kecanduan game online	
	P	Coefficient correlation
Kualitas tidur	0,728	,023

Berdasarkan dari table 2 didapatkan hasil korelasi antara variable indeoenden kecanduan game online dan variable dependen kualitas tidur pada siswa/i dengan nilai *P value* $0,728 > 0,05$. dengan demikian dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara kecanduan game online dengan kualitas tidur siswa SMA di Tanjungpinang.

c. Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan 200 responden (84,7%) yang menyatakan kecanduan game online rendah, 36 responden (15,3%) dinyatakan kecanduan game online tinggi, dan sebanyak 231 responden (97,9%) memiliki kualitas tidur buruk, lalu 5 responden (2,1%) memiliki kualitas tidur baik,

Hal ini tidak sejalan dengan penelitian sebelumnya dengan hasil literature review dari 16 jurnal menunjukkan bahwa remaja yang kecanduan bermain game online umumnya memiliki kualitas tidur yang buruk yaitu sebesar 63,7% 1110 responden). Penelitian yang dilakukan oleh Manuputty (2019), Berdasarkan penelitian ini ditemukan bahwa remaja yang memiliki sikap adiktif terhadap game online memiliki masalah dengan kualitas tidur dan durasi tidur. Dibandingkan dengan remaja yang tidak kecanduan game online, kualitas tidurnya lebih buruk dan durasi tidurnya lebih pendek. Game Menurut penelitian (Nurdilla 2018), semakin lama remaja bermain game online, semakin buruk kualitas tidurnya.

Dari hasil penelitian ini ditemukan bahwasannya kualitas tidur yang buruk pada siswa dikarenakan hal lain yang paling dominan adalah media social, media social menjadi salah satu faktor paling berpengaruh yang menyebabkan kenapa kualitas tidur siswa/l menjadi buruk. Hal ini sejalan dengan penelitian Dari (Ainida et al., 2020) hasil penelitian juga menyebutkan bahwa remaja menunda tidur karena menggunakan media sosial sebanyak 179 responden (85,6%) dari 209 responden. Indriani Lumantow pada tahun 2016 juga menyebutkan bahwa sebagian remaja cenderung untuk tidur larut malam karena menggunakan media elektronik, misalnya handphone, televisi, laptop ataupun komputer (Indriani, 2016).

Dari hasil kuesioner didapatkan sebagian besar siswa/l mengalami penundaan tidur / latensi yang cukup buruk dikarenakan bermain media social sebelum tidur, hal ini sejalan dengan penelitian (Ainida et al., 2020) Berdasarkan hasil penelitian tersebut, komponen kualitas tidur yang terganggu pada remaja di Madrasah Aliyah Negeri 4 Banjar yaitu latensi tidur. Latensi tidur merupakan lamanya waktu mulai dari berangkatnya tidur sampai seseorang tertidur.

Tidur dapat dikatakan berkualitas baik apabila seseorang menghabiskan waktu kurang dari 15 menit untuk dapat memasuki tahap tidur yang selanjutnya secara lengkap. Dari hasil kuesioner PSQI 83 responden (39,7%) menjawab kesulitan untuk memulai tidur yang sedang. Dari hasil kuesioner penggunaan media sosial juga menyebutkan bahwa 52 responden (24,9%) menggunakan media sosial waktu akan tidur dengan durasi lebih dari 30 menit. Selain itu, 179 responden (85,6%) menyebutkan bahwa media sosial dapat menunda mereka untuk tertidur (Ainida et al., 2020). Penelitian yang dilakukan Vijaya Laksmi (2018) juga menyebutkan bahwa onset latensi tidur yang lebih 30 menit memiliki hubungan yang signifikan dengan penggunaan media sosial. Cain N pada tahun 2010 juga menyebutkan bahwa tertundanya waktu tidur dan berkurangnya waktu tidur diakibatkan oleh penggunaan media social (Lakshmi,2018).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (atur, 2021) menyebutkan remaja yang tidak kecanduan game online dikarenakan beberapa faktor yaitu faktor internal dan eksternal Dari faktor internal remaja dapat memanfaatkan waktu dengan baik dan bisa pengendalian diri, biasanya tidak berdampak pada kesehatan dan proses belajar mengajar sedangkan dari faktor eksternal yaitu orang tua, keluarga dan teman-teman (Matur et al., 2021). Hasil ini sesuai dengan teori oleh Azizah, (2018) menjelaskan bahwa kualitas tidur yang buruk merupakan keadaan dimana kesadaran seseorang akan menjadi menurun. Salah satu penyebab kualitas tidur yang buruk paling sering pada remaja adalah faktor gaya hidup, faktor kebiasaan tidur remaja (Matur et al., 2021).

4. KESIMPULAN

Berdasarkan dari hasil penelitian tentang hubungan kecanduan game online dengan kualitas tidur pada siswa SMA di Tanjungpinang yang menggunakan 236 responden maka dapat disimpulkan bahwa Sebagian besar kecanduan game online rendah dengan persentase 84,7 %, Sebagian besar kualitas tidur buruk dengan persentase 97,9 %, Tidak ada hubungan antara hubungan kecanduaan game online dengan kualitas tidur pada siswa SMA di Tanjungpinang.

DAFTAR PUSTAKA

- Aji, S. A. (2015). *Hubungan Faktor Lingkungan Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswi Yang Tinggal di Unimus Residence I Semarang*.
- Ajjiah, J. H., & Selvi, E. (2021). Pengaruh kompetensi dan komunikasi terhadap kinerja perangkat desa. *Jurnal Manajemen*, 13(2), 232–236.
<https://journal.feb.unmul.ac.id/index.php/JURNALMANAJEMEN>

- Ali, M., & Asrori, M. (2016). *Psikologi Remaja: Perkembangan Peserta Didik* (Cet. 11). PT Bumi Aksara.
- Amin, N. F., Garancang, S., & Abunawas, K. (2023). Konsep Umum Populasi dan Sampel dalam Penelitian. *Open Journal Systems*, 14(1). Link
- Anggreyani, R., Khasanah, N. N., & Susanto, H. (2020). Game Online Berhubungan dengan Perilaku Agresivitas pada Remaja: Sebuah Studi di Game Center Semarang. *Jurnal Ilmu Kesehatan Immanuel*, 14(1), 1–6. <https://doi.org/10.36051/jiki.v14i1.96>
- Arrosyid, M. N. (2020). *Identifikasi Dukungan Keluarga dalam Menghadapi Pandemi COVID-19 pada Lansia di Wilayah RW 04 Kelurahan Sambikerep Surabaya*.
- Azizah, L. (2018). Hubungan Kebiasaan Bermain Games Online dengan Kualitas Tidur Remaja pada Kelas X. *Journal Ilmu Keperawatan*, 9(1).
- Buysse, D. J., 3rd, C. F. R., Monk, T. H., Berman, S. R., & Kupfer, D. J. (1989). The Pittsburgh Sleep Quality Index: a new instrument for psychiatric practice and research. *Psychiatry Research*, 28(2), 193–213. [https://doi.org/10.1016/0165-1781\(89\)90047-4](https://doi.org/10.1016/0165-1781(89)90047-4)
- Dariah, E. D., & Okatiranti, O. (2015). Hubungan Kecemasan dengan Kualitas Tidur Lansia di Posbindu Anyelir Kecamatan Cisarua Kabupaten Bandung Barat. *Jurnal Keperawatan BSI*, 3(2). <https://doi.org/10.31311/v3i2.156>
- Desriyanti, L. (2018). *Hubungan Adiksi Game Online dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa di Lingkungan Universitas Sumatera Utara* [Universitas Sumatera Utara]. <http://repositori.usu.ac.id/handle/123456789/13966>
- Firmansyah, D., & Dede. (2022). Teknik Pengambilan Sampel Umum dalam Metodologi Penelitian: Literature Review. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Holistik (JIPH)*, 1(2), 85–114. <https://doi.org/10.55927/jiph.v1i2.937>
- Gurusinga, M. F. (2020). Hubungan Kecanduan Game Online dengan Pola Tidur pada Remaja Usia 16 - 18 Tahun di SMA Negeri 1 Deli Tua Kecamatan Deli Tua Kabupaten Deli Serdang Tahun 2019. *Jurnal Penelitian Keperawatan Medik*, 2(2). <https://doi.org/10.36656/jpkm.v2i2.194>
- Guyton, A. C., & Hall, J. E. (2012). *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran* (11th ed.). EGC.
- Hysing, M., Pallesen, S., Stormark, K. M., Jakobsen, R., Lundervold, A. J., & Sivertsen, B. (2015). Sleep and use of electronic devices in adolescence: results from a large population-based study. *BMJ Open*, 5(1), e006748. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2014-006748>
- Kozier, B., & Karyuni, P. E. (2010). *Buku ajar fundamental keperawatan: konsep, proses, dan praktik* (7th ed.). EGC.
- Laili, F. M. (2015). Penerapan Konseling Keluarga untuk Mengurangi Kecanduan Game Online pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 21 Surabaya. *Jurnal BK UNESA*, 5(1), 1–7. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/10396>
- Lam, L. T. (2014). Risk factors of Internet addiction and the health effect of internet addiction on adolescents: a systematic review of longitudinal and prospective studies. *Current Psychiatry Reports*, 16, 1–9.
- Lebho, M. A., Lरिक, M. D. Ch., Wijaya, R. P. C., & Littik, S. K. A. (2020). Perilaku Kecanduan Game Online Ditinjau dari Kesepian dan Kebutuhan Berafiliasi pada Remaja. *Journal of Health and Behavioral Science*, 2(3), 202–212. <https://doi.org/10.35508/jhbs.v2i3.2232>
- Lehmann, M., Schreiner, T., Seifritz, E., & Rasch, B. (2016). Emotional arousal modulates oscillatory correlates of targeted memory reactivation during NREM, but not REM sleep. *Sci Rep*, 6, 39229. <https://doi.org/10.1038/srep39229>
- Lemmens, J. S., Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2009). Development and Validation of a Game Addiction Scale for Adolescents. *Media Psychology*, 12(1), 77–95. <https://doi.org/10.1080/15213260802669458>
- Lumantow, I., Rompas, S., & Onibala, F. (2016). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Tekanan Darah Pada Remaja Di Desa Tombasian Atas Kecamatan Kawangkoan Barat. *E-Journal Keperawatan (e-Kp)*, 4(1), May. <https://www.neliti.com/id/publications/111237/hubungan-kualitas-tidur-dengan-tekanan-darah-pada-remaja-di-desa-tombasian-atas>

- Mirghani, H. O., Mohammed, O. S., Almutadha, Y. M., & Ahmed, M. S. (2015). Good sleep quality is associated with better academic performance among Sudanese medical students. *BMC Research Notes*, 8, 706. <https://doi.org/10.1186/s13104-015-1712-9>
- Mubarak, W. I., Indrawati, L., & Susanto, J. (2015). *Buku Ajar Ilmu Keperawatan Dasar: Vol. Buku 2*. Salemba Medika.
- Nancy, M. N., Wismanto, Y. B., & Hastuti, L. W. (2014). Hubungan Nilai Dalam Perkawinan Dan Pemaafan Dengan Keharmonisan Keluarga. *Psikodimensia: Kajian Ilmiah Psikologi*, 13(1). <https://doi.org/10.24167/psiko.v13i1.280>
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan (Cetakan Ketiga)*. PT. Rineka Cipta.
- Nurdilla, N., Arneliwati, A., & Elita, V. (2018). Hubungan Kecanduan Bermain Game Online dengan Kualitas Tidur Remaja. *Open Journal Systems*, 5(2). Link
- OECD. (2015). *Students, Computers and Learning: Making the Connection*. <https://www.oecd.org/publications/students-computers-and-learning-9789264239555-en.htm>
- Pande, N. P. A. M., & Marheni, A. (2015). Hubungan Kecanduan Game Online dengan Prestasi Belajar Siswa SMP Negeri 1 Kuta. *Jurnal Psikologi Udayana*, 2(2). <https://doi.org/10.24843/JPU.2015.v02.i02.p05>
- Potter, A., & Perry, A. G. (2011). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses dan Praktik*. EGC.
- Potter, P. A., & Perry, A. G. (2005). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses dan Praktik Vol. 2 (4th ed.)*. EGC.
- Pratiwi, E., Ashad, H., & Bachmid, S. (2022). Kajian Kinerja Sistem Kontrak Konstruksi Perusahaan Listrik Negara Unit Induk Pembangunan Sulawesi. *Jurnal Flyover*, 2(1). <https://doi.org/10.52103/jfo.v2i1.869>
- Sadock, B. J., & Ruiz, P. (2015). *Kaplan & Sadock's Synopsis of Psychiatry: Behavioral Sciences*. Wolters Kluwer.
- Sadock, B. J., & Sadock, V. A. (2007). *Kaplan and Sadock's Synopsis of Psychiatry: Behavioral Sciences/Clinical Psychiatry (10th ed.)*. Lippincott Williams & Wilkins.
- Saifudin, U., & Khusnal, E. (2012). Hubungan Antara Stres dengan Pola Tidur pada Siswa SMP Pondok Pesantren Modern MBS di Bokoharjo Prambanan Sleman. *STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta*.
- Santrock, J. W. (2012). *Life-Span development Jilid 1: perkembangan masa-hidup* (N. I. Sallama, Ed.; Ed.13). Erlangga.
- Sateia, M. J., Doghramji, K., Hauri, P. J., & Morin, C. M. (2000). Evaluation of chronic insomnia. *Sleep*, 23(2), 243–308.
- Scullin, M. K. (2013). Sleep, memory, and aging: the link between slow-wave sleep and episodic memory changes from younger to older adults. *Psychology and Aging*, 28(1), 105–114. <https://doi.org/10.1037/a0028830>
- Setiadi. (2013). *Konsep dan Praktik Penulisan Riset Keperawatan (2nd ed.)*. Graha Ilmu.
- Shi, L. (2008). *Health Services Research Methods (2nd ed.)*. Cengage Learning.
- Silvanasari, I. A. (2012). *Faktor-faktor yang berhubungan dengan kualitas tidur yang buruk pada lansia di Desa Wonojati Kecamatan Jenggawah Kabupaten Jember*.
- Sleepdex. (2014). *Stages of Sleep*. <https://www.sleepdex.org/stages.htm>
- Sofyya W., I., Julia, M., & Huriyati, E. (2015). *Hubungan Kualitas Tidur dengan Konsentrasi Belajar pada Remaja di Yogyakarta*.
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R dan D (Edisi 1, Cetakan 1)*. Alfabeta.
- Sugiyono, Prof. Dr. (2018). *Metode penelitian kuantitatif (Cetakan 1)*. Alfabeta.
- Sujarweni, V. W. (2014). *Metodologi penelitian: lengkap, praktis, dan mudah dipahami (Cetakan pertama)*. Pustaka Baru Press.
- Sujarweni, W. (2022). *Metodologi Penelitian*. Pustaka Baru Press.
- Swarjana, I. K. (2015). *Metodologi Penelitian Kesehatan (Ed. Revisi) (2nd ed.)*. ANDI.

- Widiyani, K. R., Amelia, F., & Chairani, A. (2021). Hubungan Adiksi Game Online dengan Kualitas Tidur pada Anak di SMP Teratai Putih Global Bekasi Tahun 2020. *Jurnal Muara Sains, Teknologi, Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan*, 5(1). <https://doi.org/10.24912/jmstkik.v5i1.8277>
- World Health Organization. (2017). *Adolescent Death: global estimates* (World Health Organization, Ed.). World Health Organization.
- Young, K. S. (2011). CBT-IA: The first treatment model for Internet addiction. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 25(4), 304–312. <https://doi.org/10.1891/0889-8391.25.4.304>
- Ainida, H. F., Lestari, D. R., & Rizany, I. (2020). HUBUNGAN PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL DENGAN KUALITAS TIDUR REMAJA DI MADRASAH ALIYAH NEGERI 4 BANJAR. 4(2).
- Ardita Pramesti, Inna Sholihati Embrik, & Ayu Pratiwi. (2023). Hubungan Kecanduan Game Online Dengan Kualitas Tidur Pada Remaja Di SMK Negeri 5 Kabupaten Tangerang. *Jurnal Dunia Ilmu Kesehatan (JURDIKES)*, 1(2), 45–49. <https://doi.org/10.59435/jurdikes.v1i2.156>
- Hasibuan, J., & Anggreni, A. (n.d.). FENOMENA KECANDUAN GAME ONLINE PADA REMAJA DI DESA DELI TUA KECAMATAN NAMORAMBE. 3(1).
- Widiyani, K. R., Amelia, F., & Chairani, A. (2021). Hubungan Adiksi Game Online Dengan Kualitas Tidur Pada Anak Di Smp Teratai Putih Global Bekasi Tahun 2020. *Jurnal Muara Sains, Teknologi, Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan*, 5(1), 95. <https://doi.org/10.24912/jmstkik.v5i1.8277>
- Ainida, H. F., Lestari, D. R., & Rizany, I. (2020). HUBUNGAN PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL DENGAN KUALITAS TIDUR REMAJA DI MADRASAH ALIYAH NEGERI 4 BANJAR. 4(2).
- Ardita Pramesti, Inna Sholihati Embrik, & Ayu Pratiwi. (2023). Hubungan Kecanduan Game Online Dengan Kualitas Tidur Pada Remaja Di SMK Negeri 5 Kabupaten Tangerang. *Jurnal Dunia Ilmu Kesehatan (JURDIKES)*, 1(2), 45–49. <https://doi.org/10.59435/jurdikes.v1i2.156>
- Hasibuan, J., & Anggreni, A. (n.d.). FENOMENA KECANDUAN GAME ONLINE PADA REMAJA DI DESA DELI TUA KECAMATAN NAMORAMBE. 3(1).