

**PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN
INSTITUT KESEHATAN PAYUNG NEGERI PEKANBARU**

Karya Tulis Ilmiah, Juli 2024

Syamimi

Hubungan Kecanduan Game Online dengan Kualitas Tidur remaja di SMK
Negeri 05 Pekanbaru

xii-51-11 tabel-skema 1

ABSTRAK

Kualitas tidur merupakan suatu keadaan dimana individu melakukan tidur untuk mengembalikan energi dan pola hidup sehat, jika kualitas tidur tidak terpenuhi maka kualitas tidur akan menjadi buruk. Kualitas tidur yang buruk pada remaja akan berdampak pada akademik maupun kehidupan sehari-harinya. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kualitas tidur pada remaja adalah bermain Game Online. Kecanduan Game Online adalah salah satu jenis kecanduan yang disebabkan oleh teknologi internet sekarang yang sedang berkembang internet juga bisa menimbulkan kecanduan salah satunya Computer Game Addiction (berlebihan bermain Game Online). Tujuan Penelitian ini adalah untuk mengetahui Hubungan Kecanduan Game Online dengan Kualitas tidur pada remaja di SMK Negeri 05 Pekanbaru. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. Sampel dalam penelitian ini adalah 58 responden. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner dengan skala ordinal. Analisa yang digunakan adalah distribusi frekuensi dan uji statistik chi-square. Hasil penelitian didapatkan bahwa tidak ada hubungan antara kecanduan Game Online dengan kualitas tidur dengan nilai $p\text{ value} = 0,244$ atau ($p > 0,005$). Untuk itu diharapkan kepada pihak sekolah untuk dapat memberikan informasi tentang dampak dari kualitas tidur yang buruk serta bahaya dari kecanduan *Game Online*.

Kata kunci: Kualitas tidur, Kecanduan *Game Online*, Remaja

Daftar Pustaka: 39 (2015-2023)

D-III NURSING STUDY PROGRAM
INSTITUT KESEHATAN PAYUNG NEGERI PEKANBARU

Scientific Writing, July 2024

Syamimi

Relationship of Online Games Addiction with Quality of Teen Sleep in SMK
Negeri 05 Pekanbaru

xii-51-11 tabel-skema 1

ABSTRACT

Sleep quality is a condition in which individuals sleep to restore energy and healthy lifestyles, if the quality of sleep is not met then the sleep quality will be poor. One of the factors that can affect the quality of sleep in teenagers is playing online games. Online gaming addiction is one of the kinds of addiction caused by today's Internet technology that is growing the Internet can also cause addiction one of which is Computer Game Addiction (berlebihan bermain Game Online). The purpose of this study is to find out the relationship between online gaming addiction and quality of sleep in teenagers in SMK Negeri 05 Pekanbaru. This type of research is quantitative with a cross sectional approach. The sample in this study is 58 respondents. The research instrument uses a questionnaire with an ordinal scale. The analysis used is frequency distribution and chi-square statistical testing. The study found that there was no relationship between online gaming addiction and sleep quality with a p value = 0.244 or ($p > 0.005$). For that, it is expected that the school will be able to provide information on the impact of poor sleep quality as well as the dangers of online gaming addiction.

Keywords: Sleep Quality, Online Games Addiction, Teenagers

Bibliography 39 (2015-2023)