

PUBLICATION MANUSCRIPT

**CORRELATION OF ONLINE GAME PLAYING ADDICTION WITH
SLEEPING QUALITY TO STUDENTS OF JUNIOR HIGH SCHOOL 24
SAMARINDA**

**HUBUNGAN KECANDUAN BERMAIN GAME ONLINE DENGAN
KUALITAS TIDUR PADA SISWA/SISWI DI SMP NEGERI 24 SAMARINDA**



DISUSUN OLEH :

SRI ASTUTI

17111024110506

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN FARMASI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR**

2018

PUBLICATION MANUSCRIPT

**Correlation of Online Game Playing Addiction with Sleeping Quality
to Students of Junior High School 24 Samarinda**

**Hubungan Kecanduan Bermain Game Online dengan Kualitas Tidur
pada Siswa/Siswi di SMP Negeri 24 Samarinda**

Sri Astuti¹, Burhanto²



Disusun Oleh :

Sri Astuti

17111024110506

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN FARMASI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR**

2018

PERSETUJUAN PUBLIKASI

Kami dengan ini mengajukan surat persetujuan untuk publikasi penelitian dengan judul :

Hubungan Kecanduan Bermain *Game Online* dengan Kualitas Tidur pada Siswa/Siswi di SMP Negeri 24 Samarinda

Bersamaan dengan surat persetujuan ini kami lampirkan naskah publikasi

Pembimbing



Burhanto, S.Pd. SST. M.Kes
NIDN. 1118047101

Peneliti



Sri Astuti
NIM. 17111024110506

Mengetahui,

Koordinator Mata Ajar Skripsi



Ns. Bachtiar Safrudin., M.Kep., Sp.Kep.Kom
NIDN. 1112118701

LEMBAR PENGESAHAN

**Hubungan Kecanduan Bermain *Game Online* dengan Kualitas Tidur
pada Siswa/Siswi di SMP Negeri 24 Samarinda**

NASKAH PUBLIKASI

Di Susun Oleh:

Sri Astuti

17111024110506

Diseminarkan dan Diujikan

Pada Tanggal, 25 Juli 2018

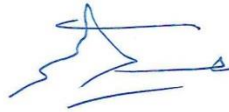
Penguji I



Ns. Dwi Rahmah Fitriani, S.Kep., M.kep

NIDN. 1119097601

Penguji II



Ns. Nur F. Imamah, MBA

NIDN. 1118049101

Penguji III



Burhanto, S.Pd. SST. M.Kes

NIDN. 1118047101

Mengetahui,

Ketua Program Studi S1 Keperawatan



Ns. Dwi Rahmah Fitriani, S.Kep., M.Kep

NIDN. 1119097601

Hubungan Kecanduan Bermain Game Online dengan Kualitas Tidur pada Siswa/Siswi di SMP Negeri 24 Samarinda

Sri Astuti¹, Burhanto²

INTISARI

Latar belakang : Permainan *game online* merupakan suatu fenomena yang sedang marak di Indonesia termasuk di kalangan remaja atau anak sekolah. Hasil studi pendahuluan pada tanggal 9 Oktober 2017 di SMP Negeri 24 Samarinda dari hasil wawancara didapatkan hasil bahwa 7 responden dari 10 responden mengatakan bahwa mereka tidur rata-rata pada jam 24:00 ke atas dan sering mengalami gangguan tidur seperti mimpi buruk dan merasa tidak segar pada saat bangun tidur. Fasilitas yang ada pada *game online* memberikan suatu kemudahan yang dapat menjadikan siswa/siswi cenderung menjadi lebih asik dan menjadi sibuk dengan *game online* yang dimainkan. Hal ini dapat mempengaruhi semua aktifitas sehari-hari termasuk kualitas tidur, gaya hidup, dan interaksi sosial.

Tujuan penelitian : Menganalisa hubungan kecanduan bermain *game online* dengan kualitas tidur pada siswa/siswi di SMP Negeri 24 Samarinda.

Metode penelitian : Jenis Penelitian ini merupakan deskriptif korelasi dengan rancangan penelitian *cross sectional*, pengambilan sampel dengan cara quota sampling dan didapatkan 207 responden. Data dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner. Teknik analisis data menggunakan uji korelasi *pearson product moment*

Hasil dan kesimpulan penelitian : Berdasarkan hasil uji statistik dengan *pearson product moment* menunjukkan ada hubungan yang bermakna antara hubungan kecanduan bermain *game online* dengan kualitas tidur pada siswa/siswi di SMP Negeri 24 Samarinda. *P value* $0,000 < \alpha (0,05)$, maknanya H_0 ditolak atau ada hubungan yang bermakna antara kecanduan bermain *game online* dengan kualitas tidur dan diperoleh nilai korelasi (r) = 0,628 dapat dikatakan hubungan cukup kuat dengan arah positif yang artinya ketika variabel independen naik, maka variabel dependen juga naik, maka semakin tinggi kecanduan seseorang dalam bermain *game online* maka semakin tinggi juga kualitas tidur yang buruk yang didapatkan oleh pemain *game online*.

Kata Kunci : Kecanduan, Bermain *game online*, Kualitas tidur

¹ Mahasiswa Program Sarjana Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

² Dosen Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

Correlation of Online Game Playing Addiction with Sleeping Quality to Students of Junior High School 24 Samarinda in 2018

Sri Astuti¹, Burhanto²

ABSTRACT

Background : Online game was a phenomenon which was popular in Indonesia including in adolescent or students. From the early research on 9 October 2017 in Junior High School 24 Samarinda from interview result the result was obtained 7 respondents of 10 respondents said that their sleeping average were at above 24.00 and often experienced sleep disturbance such as bad dreams and feel unwell when they woke up. Facility on online game gave an easiness which could make students tend to have more fun and busy with online game which they played. Indeed it effected all daily activity including sleeping quality, lifestyle, and social interaction.

Research aim : Analyze the correlation of online game playing addiction with sleeping quality to students of Junior High School 24 Samarinda.

Research method : Type of this research used correlation descriptive with cross sectional research design, sampling collection with quota sampling and it was obtained 207 respondents. Data were collected by using questionnaire. Data analysis technique used pearson product moment.

Research result and conclusion : Based on statistic test with *pearson product moment* showed there was significant correlation between online game playing addiction on students in State Junior High School 24 Samarinda. P value $0,000 < \alpha (0,05)$, it meant H_0 was rejected or there was significant correlation between online game playing addiction with sleeping quality and correlation value was obtained $(r) = 0,628$ could be informed the correlation was strong enough with positive direction which meant when independent variable went up, than dependent variable also went up, then higher someone's addict in playing online game the higher the bad sleeping quality which was obtained by online game player.

Keywords : Addiction, Online game playing, Sleeping quality

¹Student of Bachelor Nursing Program Muhammadiyah University of East Kalimantan

²Lecturer of Muhammadiyah University of East Kalimantan

PENDAHULUAN

Siswa berada pada tahap masa remaja awal yang dikenal sebagai masa transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa dimana kategori umur menurut Depkes RI. Masa remaja wal berada pada umur 12-16 tahun masa tersebut individu banyak mengalami perubahan, meliputi perubahan pada fisik, mental emosional, serta sosial. Perubahan-perubahan itu cenderung membuat remaja mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri. Remaja seringkali menampilkan perilaku-perilaku yang buruk salah satunya adalah dampak dari kecanduan bermain *game online* atau bahkan menyimpang dari norma. (Depkes RI, 2009).

Saat ini teknologi dan ilmu pengetahuan semakin berkembang pesat menghasilkan produk-produk teknologi yang dapat memberikan manfaat dan kemudahan bagi manusia dimulai dari manfaat ilmu pengetahuan, pendidikan hingga hiburan. Salah satu produk teknologi jaman sekarang yang memberikan manfaat maupun hiburan yaitu *game online*. (Ameliya, 2008).

Game online adalah salah satu situs yang menyediakan berbagai jenis permainan yang digunakan oleh seluruh pengguna internet dan dapat terhubung di tempat maupun waktu yang berbeda melalui jaringan komunikasi *online*. Hal ini dapat memungkinkan pemakaian internet mendapatkan kesempatan yang sama untuk bermain dan berinteraksi dalam komunitas atau kelompok yang mereka bentuk. (Young, 2009).

Jumlah pengguna *game online* di Indonesia cukup terbilang besar yaitu mencapai 6,5 juta orang atau bertambah sebesar 500 ribu orang tiap orang dari jumlah *gamer* pada tahun 2013 yaitu 6,6 juta orang. Maka timbullah kekhawatiran dari jumlah besarnya tersebut mengenai dampak yang dihasilkan dari permainan *game online* ini. Besarnya pertumbuhan penggunaan internet ini jauh lebih besar dari jumlah pertumbuhan penduduk di Indonesia yang tidak lebih dari 16,1 % per tahun (Yee, 2010).

Tsui at. Al. (2009) dalam Saifuddin (2012) memberikan sebuah pernyataan bahwa kualitas tidur yang buruk dan

kurang tidur banyak terjadi pada siswa. Bagi Siswa yang memanfaatkan waktu secara baik antara waktu belajar, bermain, dan tidur mempunyai hubungan yang sangat berkaitan. Siswa yang mampu menyeimbangkan atau membagi waktu antara belajar, bermain dan bersosialisasi maka siswa tersebut dapat mempunyai waktu tidur yang cukup sehingga waktu tidur mereka berkualitas. Tetapi tidak semua siswa mempunyai koping untuk mengatur waktu belajar dan bersosialisasi sehingga lama dan waktu tidur menjadi berkurang.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan yang dengan cara wawancara kepada salah satu seorang guru dan 10 siswa di SMP Negeri 24 Samarinda. Pada tanggal 9 oktober 2017 pada hari Senin pukul 11.30 Tn.S mengatakan bahwa di SMP Negeri 24 mempunyai fasilitas wifi, yaitu terdapat 3 wifi di 3 tempat diantaranya, lab komputer, ruang tata usaha, dan perpustakaan. Sehingga siswa dengan mudah mengakses internet dan bermain *game online* ketika waktu istirahat. Dari hasil wawancara kepada 10 siswa, yang mengalami masalah kualitas tidur dengan gejala total jam tidur berkurang pada malam hari, sering terbangun pada malam hari dan mengantuk pada siang hari, didapatkan 7 diantaranya mengatakan bahwa mereka tidur rata-rata pada jam 24:00 ke atas dan sering mengalami gangguan tidur seperti mimpi buruk dan merasa tidak segar pada saat bangun tidur. Siswa mengatakan lebih banyak menghabiskan waktunya dengan bermain *game online*. Terutama pada malam hari sehingga menyebabkan mereka tidur terlalu larut malam karena terlalu asik bermain *game online*. Berdasarkan uraian pada latar belakang peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul "Hubungan Kecanduan Bermain *Game Online* dengan kualitas tidur pada siswa/siswi di SMP Negeri 24 Samarinda.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif korelasi untuk mengetahui sejauh mana hubungan variabel yang diteliti. Jenis penelitian ini menggunakan rancangan *cross sectional* yaitu penelitian dimana variabel yang masuk faktor resiko dan variabel efek yang diobservasi pada waktu yang sama (Notoatmodjo, 2010).

Populasi adalah keseluruhan subyek penelitian yang memenuhi kriteria yang telah ditetapkan (Arikunto, 2010). Populasi yang dimaksud dalam penelitian ini adalah seluruh Siswa kelas VII dan VIII di SMP Negeri 24 Samarinda sebanyak 428 orang.

Sumber data dalam penelitian ini diperoleh dari data primer dengan menggunakan kuesioner dan data sekunder berupa data seluruh siswa yang bersekolah di SMP Negeri 24 Samarinda.

Validitas dan reliabilitas dalam penelitian ini untuk kuesioner kecanduan bermain *game online* menggunakan skala *Likert* berjumlah 29 item, uji validitas yang digunakan adalah rumus *Pearson Product Moment*. Berdasarkan uji validitas yang telah dilakukan di SMP Negeri 24 Samarinda terdapat 30 responden didapatkan hasil uji coba pada instrumen variabel kecanduan bermain *game online* hasil perhitungan tersebut menggunakan SPSS versi 20.0 yang dilakukan terhadap 30 responden ternyata dari 29 butir pernyataan angket pada variabel kecanduan bermain *game online* diperoleh 22 butir pernyataan yang valid atau diterima yaitu butir pernyataan nomor 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 9, 10, 11, 13, 14, 16, 17, 18, 19, 20, 22, 25, 26, 28, 29 yang akan digunakan untuk penelitian.

Setelah dilakukan uji validitas dilakukan uji reliabilitas dan diperoleh nilai reliabilitas untuk variabel kecanduan *game online* adalah (0,907 > 0,6), jadi dapat disimpulkan bahwa variabel kecanduan *game online* memiliki nilai reliabilitas yang tinggi.

Sekolah Menengah Pertama Negeri 24 Samarinda terletak di Jl. Pangeran Suryanata, Bukit Pinang, Kecamatan

Samarinda Ulu, Kota Samarinda. Sekolah Menengah Pertama Negeri 24 Samarinda berdiri berdasarkan SK Menteri Pendidikan dengan no 026010. SMPN 24 Samarinda sendiri berdiri pada tahun 1994.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Karakteristik Responden

Tabel 4.1 Distribusi Usia Siswa/siswi SMP Negeri 24 Samarinda

Usia Responden	Frekuensi	Presentase (%)
12	86	41.5
13	101	48.8
14	19	9.2
15	1	0.5
Total	207	100

Dari tabel diatas dapat dilihat bahwa sebagian besar distribusi frekuensi usia responden adalah 12 tahun yaitu 86 orang (41.5%), responden berusia 13 tahun sebanyak 101 orang (48.8%), responden berusia 14 tahun sebanyak 19 orang (9.2%), kemudian untuk responden berusia 15 tahun terdapat 1 orang (0.5%). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sebagian besar rata-rata usia siswa/siswi Sekolah Menengah Pertama Negeri 24 Samarinda termasuk dalam kategori usia 13 tahun.

Tabel 4.2 Distribusi jenis kelamin Siswa/siswi SMP Negeri 24 Samarinda

Jenis Kelamin	Frekuensi	Presentase (%)
Laki-laki	142	68.6
Perempuan	65	31.4
Total	207	100

Dari tabel di atas dapat dilihat bahwa dari 207 responden yang berjenis kelamin laki-laki sebanyak 142 orang (68.6%), sedangkan berjenis kelamin perempuan sebanyak 65 orang (31.4%). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden

siswa/siswi SMP Negeri 24 yaitu berjenis kelamin laki-laki.

Tabel 4.3 Distribusi Kelas Siswa/siswi SMP Negeri 24 Samarinda

Kelas	Frekuensi	Presentase (%)
VII	129	62.3
VIII	78	37.7
Total	207	100

Dari tabel diatas dapat dilihat bahwa responden dari kelas VII sebanyak 129 orang (62.3%), kemudian responden dari kelas VIII sebanyak 78 orang (37.7%). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden siswa/siswi Sekolah Menengah Pertama Negeri 24 merupakan kelas VII.

B. Analisa Univariat

Tabel 4.5 Analisis univariat Nilai Rata-Rata dan Standar Deviasi dari Kecanduan Bermain Game Online pada Siswa/siswi SMP Negeri 24 Samarinda

Variabel	Mean	Median	SD	Min - Max	CI 95% Lower - Upper
Game Online	60.77	61.00	8.267	36-77	59.71-61.90

Distribusi statistik kecanduan bermain *game online* pada siswa/siswi dengan kualitas tidur di SMP Negeri 24 Samarinda diketahui dari 207 responden, dengan nilai rata-rata yaitu 60.77; nilai tengah yaitu 61; sebaran data dalam sample 8.267; nilai minimal 36 dan maksimal 77. Hasil estimasi interval dapat diyakini bahwa 95% rata-rata kecanduan bermain *game online* responden berada pada rentang 59.71-61.90.

Tabel 4.6 Analisis univariat Nilai Rata-Rata dan Standar Deviasi dari Kualitas Tidur pada Siswa/siswi SMP Negeri 24 Samarinda

Variabel	Mean	Median	SD	Min - Max	CI 95% Lower - Upper
Kualitas Tidur	6.67	7.00	2.649	2-19	6.32-7.01

Distribusi statistik Kualitas Tidur pada siswa/siswi di SMP Negeri 24 Samarinda diketahui dari 207 responden, dengan nilai rata-rata yaitu 6.67; nilai tengah yaitu 7 ; sebaran data dalam sample 2.649; nilai minimal 2 dan maksimal 19. Hasil estimasi interval dapat diyakini bahwa 95% rata-rata kualitas tidur responden berada pada rentang 6.32-7.01

C. Analisis Bivariat

Tabel 4.8 Hasil Analisis Korelasi dengan Pearson Product Moment Hubungan Kecanduan Bermain Game Online dengan Kualitas Tidur pada Siswa/siswi di SMP Negeri 24 Samarinda

Variabel	Koefisien korelasi	P value
Hubungan Kecanduan Bermain Game Online dengan Kualitas Tidur	0.628	0,000

Berdasarkan tabel diatas dengan uji statistik dengan menggunakan *Correlation Pearson Product Moment* diperoleh hasil nilai sig 0,000 < 0,05 yang berarti H0 ditolak dan Ha diterima yang artinya terdapat hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen. Nilai *pearson correlation* 0,628 menunjukkan arah hubungan adalah positif yang artinya jika variabel independen mengalami kenaikan maka variabel bebas juga mengalami kenaikan. Maka semakin tinggi kecanduan seseorang dalam bermain *game online* maka semakin tinggi juga kualitas tidur yang buruk yang didapatkan oleh pemain *game online*.

Berdasarkan temuan peneliti terdapat hasil penelitian kedua variabel menunjukkan bahwa variabel kecanduan bermain *game online* berhubungan positif (+) dengan variabel kualitas tidur, artinya ketika variabel independen naik maka variabel dependen juga naik. Hasil uji statistik menunjukkan nilai sig $0,000 < 0,05$ yang berarti H_0 ditolak dan H_a diterima yang artinya terdapat hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen. Nilai keeratan hubungan 0,628 yang artinya berada pada kisaran 0,61-0,80 sehingga masuk dalam kategori cukup kuat antara hubungan kecanduan bermain *game online* dengan kualitas tidur pada siswa/siswi di SMP Negeri 24 Samarinda.

Berdasarkan analisa diatas peneliti berasumsi bahwa hubungan kecanduan *game online* sangat mempengaruhi kualitas tidur seseorang, semakin tinggi kecanduan seseorang dalam bermain *game online* maka semakin tinggi juga kualitas tidur yang buruk yang didapatkan oleh pemain *game online*.

KESIMPULAN dan SARAN

Berdasarkan rumusan penelitian yang ditetapkan maka dapat disimpulkan dari masalah penelitian sebagai berikut :

1. Karakteristik usia responden dapat disimpulkan bahwa rata-rata usia siswa/siswi di SMP Negeri 24 Samarinda termasuk dalam kategori remaja awal, dengan usia terbanyak diperoleh 101 orang dengan usia 13 tahun (48.8%).
2. Karakteristik responden dari 207 dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden siswa/siswi SMP Negeri 24 yaitu berjenis kelamin laki-laki.
3. Karakteristik responden kelas dapat disimpulkan distribusi jumlah siswa kelas VII sebanyak 129 orang (62.3%) lebih banyak dibandingkan

kelas VIII sebanyak 78 orang (37.7%).

4. Distribusi statistik kecanduan bermain *game online* pada siswa/siswi dengan kualitas tidur di SMP Negeri 24 Samarinda diketahui dari 207 responden, dengan nilai rata-rata yaitu 60.77, nilai tengah yaitu 6.1, sebaran data dalam sample yaitu 8.267, nilai minimal 36 dan maksimal 77. Hasil estimasi interval dengan tingkat kepercayaan 95% rata-rata kecanduan *game online* berada pada nilai terendah 59.71 dan nilai tertinggi didapatkan 61.90.
5. Distribusi statistik Kualitas Tidur pada siswa/siswi di SMP Negeri 24 Samarinda diketahui dari 207 responden, dengan nilai rata-rata yaitu 6,67; nilai tengah yaitu 7; sebaran data dalam sample 2.649; nilai minimal 2 dan maksimal 19. Hasil estimasi interval dapat diyakini bahwa 95% rata-rata kualitas tidur berada pada nilai terendah 6.32 dan nilai tertinggi 7.01.
6. Hasil uji statistik menggunakan *Pearson Product Moment* dapat diambil kesimpulan bahwa ada hubungan yang bermakna antara hubungan kecanduan bermain *game online* dengan kualitas tidur pada siswa/siswi di SMP Negeri 24 Samarinda, karena nilai signifikan p value = 0,000 dimana nilai lebih kecil dari nilai yang dipakai yaitu $\alpha = 0,05$ sehingga H_0 ditolak atau ada hubungan yang bermakna antara kecanduan bermain *game online* dengan kualitas tidur dan diperoleh nilai keeratan hubungan = 0,628 dapat dikatakan hubungan cukup kuat dengan arah positif yang artinya ketika variabel independen naik, maka variabel dependen juga naik maka semakin tinggi kecanduan seseorang dalam bermain *game online* maka semakin tinggi juga kualitas tidur yang buruk yang didapatkan oleh pemain *game online*.

Dalam penelitian ini ada beberapa saran-saran yang dapat disampaikan yang kiranya dapat

bermanfaat dalam penelitian kecanduan bermain *game online* dengan kualitas tidur pada siswa/siswi di SMP Negeri 24 Samarinda sebagai berikut :

1. Bagi Sekolah
Pihak sekolah dapat memberikan kepercayaan kepada konselor untuk mengadakan workshop atau seminar tentang kecanduan bermain *game online* dengan masalah yang akan ditimbulkan, dengan menyediakan dasar informasi yang kuat tentang adiksi, diskusi tentang tanda-tanda peringatan yang akan terjadi jika bermain *game online* secara berlebihan yang dapat disampaikan kepada siswa/siswi SMP Negeri 24 Samarinda. Pihak sekolah juga dapat membuat tata tertib sekolah dengan adanya ketentuan penggunaan *Handphone* yang memiliki akses internet di sekolah untuk meminimalisir efek negatif yang ditimbulkan dari *handphone*.
2. Bagi Keluarga / Orang Tua
Orang tua dapat memberikan pengetahuan dan mengawasi tentang bahaya kecanduan *game online* pada remaja sejak usia dini.
3. Bagi Peneliti Selanjutnya
Bagi peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian dengan menambahkan variabel lain seperti faktor dapat mempengaruhi kecanduan bermain *game online* dan menambahkan sumber-sumber informasi yang lebih banyak agar hasil penelitian lebih baik.
4. Pihak Kampus
Pihak kampus dapat menyediakan buku dan jurnal yang lebih lengkap dan bervariasi sebagai kebutuhan referensi mahasiswa dalam proses pengerjaan Tugas Akhir.

Suatu Pendekatan Praktek.
Jakarta : Rineka Cipta

Depkes RI. (2009). Sistem Kesehatan Nasional. Jakarta. Diakses pada tanggal 20 Oktober 2017 dari <https://www.scribd.com/doc/162685921/usia-menurut-depkes>.

Notoatmodjo, S. (2010). *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta

Nursalam. (2008). *Konsep dan penerapan Metodologi Keperawatan : Pedoman Skripsi dan Tesis dan Instrumen Penelitian Keperawatan* (Edisi 1), Jakarta : Salemba Medika.

Potter, A P , Perry G.A. (2005). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan, Konsep, Proses dan Praktik*. Edisi 4 Volume 1. Jakarta : EGC.

Riyanto, A. (2013). *Aplikasi Metodologi Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta : Nuha Medika.

Saifuddin. (2012). *Hubungan antara stress dengan pola tidur pada siswa SMP pondok pesantren modern MBS di Bokoharjo, Prambanan, Sleman*. Stikes Aisyiyah Yogyakarta.

Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif & RND*. Bandung : Alfabeta.

Yee, N. (2006). *The demographics, motivations and derived experiences of users of massively-multiuser online graphical environments*. Presence : Teleoperators and Virtual Environments, 15, 309-329.

Young. (2009). *Indikator game online addiction, MMRPG*. Diakses pada 27 Oktober 2017 dari : repository.ipb.ac.id/./BAB%20II%Pustaka_IO9pyp.

DAFTAR PUSTAKA

Ameliya, R. (2008). *Pelatihan asertif untuk mereduksi perilaku adiksi online game pada remaja*. (diakses tanggal 17 Oktober 2017).

Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian*