

HUBUNGAN KECANDUAN GAME ONLINE DENGAN KUALITAS TIDUR, KONSENTRASI BELAJAR DAN PRESTASI AKADEMIK SISWA SMA NEGERI 1 SUNGAISELAN KABUPATEN BANGKA TENGAH TAHUN 2022

Meta Susanti¹, Nurwijaya Fitri², Arjuna³

^{1,2,3} STIKES Citra Delima Pangkalpinang, Jl. Pinus I Kacang Pedang Atas Pangkalpinang 33125 Bangka Belitung, Indonesia

Email : methateguh@gmail.com

ABSTRAK

Jumlah pengguna game aktif di dunia diperkirakan sebanyak 2,95 miliar gamer (Gilbert, 2022). Remaja dianggap lebih sering dan lebih rentan terhadap kecanduan game online. Jumlah pengguna game online di Indonesia mencapai 73,7 persen dengan pengguna mencapai 196,7 juta. Pulau Sumatera menduduki posisi kedua sebagai pengguna game online terbanyak di Indonesia dengan jumlah sebesar 22,1 persen. Peneliti melakukan studi pendahuluan di SMA Negeri 1 Sungaiselan Kabupaten Bangka Tengah Tahun 2022, hasil yang di dapat 42,1% mengalami penurunan kualitas tidur, 26,3% sulit berkonsentrasi dalam belajar dan 27,7% responden mendapatkan nilai kurang pada prestasi akademik, hal ini merupakan dampak dari kecanduan game online. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan serta gambaran dan dampak kecanduan game online dengan kualitas tidur, konsentrasi belajar dan prestasi akademik Siswa. Penelitian dilakukan dengan menggunakan desain deskriptif korelasional dan metode korelasi spearman rank. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswa SMA Negeri 1 Sungaiselan Kabupaten Bangka Tengah Tahun 2022 yang bermain game online. Sampel penelitian berjumlah 81 responden. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa, ada hubungan antara kecanduan game online dengan kualitas tidur $P(0,009)$ dengan korelasi $(r) 0,289$, konsentrasi belajar $P(0,009)$ dengan korelasi $(r) -0,290$, namun pada variable prestasi akademik hasilnya $P(0,193)$ dengan korelasi $(r) -0,146$, yang artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara kecanduan game online dengan prestasi akademik siswa. Saran peneliti diharapkan dapat menambah pemahaman perawat dalam pemberian asuhan keperawatan, sebagai referensi, dan sebagai sumber informasi serta bahan rujukan dalam upaya pencegahan kecanduan game online dengan kualitas tidur, konsentrasi belajar dan prestasi akademik.

Kata kunci: Kecanduan Game online, Konsentrasi Belajar, Kualitas Tidur, Prestasi Akademik

ABSTRACT

The number of users of games active in the world is estimated at 2.95 billion gamers (Gilbert, 2022). Adolescents are considered more frequent and more prone to addiction to games online. The number of users of the game online in Indonesia reached 73.7 percent with users reaching 196.7 million. Sumatra Island occupies the second position as a user game online the most in Indonesia with an amount of 22.1 percent. The researcher conducted a preliminary study at SMA Negeri 1 Sungaiselan Central Bangka Regency in 2022, the results are got 42.1% experienced a decrease in the quality of sleep, 26.3% had difficulty concentrating on studying and 27.7% of respondents scored less on academic achievement, this is the impact of addiction game online. This study aims to determine the relationship as well as the description and impact of addiction games online with sleep quality, study concentration, and student academic achievement. The research was conducted using a correlational descriptive design and correlation method spearman rank. The population in this study were all students of SMA Negeri 1 Sungaiselan Central Bangka Regency in 2022 which is playing games online. The research sample is 81 respondents. Based on the results of the research conducted, shows that there is a relationship between addiction to game online with sleep quality $P(0.009)$ with a correlation $(r) 0.289$, study concentrations $P(0.009)$ with a correlation $(r) -0.290$, but at variable academic achievement results here $P(0.193)$ with a correlation $(r) -0.146$, which means that there is no significant relationship between online game addiction and student academic achievement. Suggestion research erexpected to increase the understanding of nurses in providing nursing care, as a reference, and as a source of information as well reference material in preventative measures addicted games online with sleep quality, study concentration, and academic achievement.

Keywords: Academic achievement, Online Game Addiction, Sleep Quality, Study Concentration

PENDAHULUAN

Jumlah pengguna *game* aktif di dunia diperkirakan sebanyak 2,95 miliar *gamer* (Gilbert, 2022). Negara dengan pengguna *video game* terbanyak di dunia adalah Filipina dengan proporsi 96,6% pengguna *internet* yang bermain *game online*, Indonesia 94,9% dan Vietnam 93,9% (Rahman D. F., 2022). Sejauh ini jumlah pengguna *game online* di Indonesia mencapai 73,7 persen dengan pengguna mencapai 196,7 juta. Posisi pertama dengan persentase mencapai 56,4 persen, meningkat sebanyak 0,7 persen dari total tahun 2018 adalah Pulau Jawa. Posisi kedua ditempati Pulau Sumatera sebesar 22,1 persen, diikuti Pulau Sulawesi 7,0 persen dan Kalimantan 6,3 persen. Dua posisi terakhir ditempati oleh Bali dan Nusa Tenggara dengan persentase sebesar 5,2 persen dan terakhir adalah Maluku dan Papua sebesar 3,0 persen (Insyani, 2021).

Kecanduan *game* (*game addiction*) adalah suatu kondisi atau perilaku seseorang yang dilakukan secara berulang kali, berlebihan atau kompulsif dalam bermain *game* lebih dari 3 jam sehari atau 35 jam per minggu yang menyebabkan individu menjadi tidak terkendali, terus-menerus memikirkan, dan tidak terkontrol yang dilakukan untuk mendapatkan kepuasan tertentu hingga pada akhirnya berpotensi menimbulkan dampak negatif baik fisik maupun psikorasional (Riandi, 2020).

World Health Organization mendefinisikan kecanduan *game online* sebagai gangguan mental yang dimasukkan ke dalam *Internasional Classification of Diseases (ICD-11)*. Kecanduan *game* bisa disebut penyakit karena memenuhi tiga faktor, yaitu seseorang tidak bisa mengendalikan kebiasaan bermain *game*, seseorang mulai memprioritaskan *game* di atas kegiatan lain, dan seseorang terus bermain *game* meskipun ada konsekuensi negatif yang jelas terlihat. konsekuensi negatif yang akan dialami dan perilaku tersebut telah berlangsung selama 1 tahun atau lebih (WHO, 2020).

Kecanduan *game online* dapat memberikan dampak negatif atau berbahaya bagi remaja yang mengalaminya. Dampak yang akan muncul akibat kecanduan *game online* meliputi lima aspek antara lain aspek kesehatan (gangguan kualitas tidur), aspek psikologi, aspek akademik (Gangguan konsentrasi belajar dan prestasi akademik), aspek sosial dan aspek keuangan (King & Delfabbro, 2018).

Berdasarkan studi pendahuluan (Hastani & Budiman, 2022) dari hasil penelitian *literature review* dari 16 jurnal yang mereka teliti

menunjukkan bahwa remaja yang kecanduan bermain *game online* memiliki kualitas tidur yang buruk sebesar 63,7% (1110 responden). Hasil penelitian tentang pengaruh intensitas bermain *game online* terhadap konsentrasi belajar sebesar 72,2% (Filananoka & Syah, 2020).

Pada tanggal 26 September 2022, peneliti juga melakukan studi pendahuluan di SMA Negeri 1 Sungaiselan Kabupaten Bangka Tengah, dari 18 siswa yang saya jadikan sebagai responden dengan membagikan *google form* didapatkan data 42,1% mengalami penurunan kualitas tidur, sulit berkonsentrasi belajar sebanyak 26,3% sebagai dampak dari kecanduan *game online* dan 27,7% responden mendapatkan nilai Kurang pada prestasi akademik yang dilihat dari hasil nilai ujian tengah semester.

Dari data tersebut peneliti menyimpulkan rumusalan masalah yaitu apakah ada Hubungan Kecanduan *Game Online* dengan Kualitas Tidur, Konsentrasi Belajar dan Prestasi Akademik Siswa SMA Negeri 1 Sungaiselan Kabupaten Bangka Tengah Tahun 2022 ?. Tujuan peneliti melakukan penelitian ini untuk diketahuinya gambaran dan hubungan kecanduan *game online* dengan kualitas tidur, konsentrasi belajar dan prestasi akademik Siswa SMA Negeri 1 Sungaiselan Kabupaten Bangka Tengah Tahun 2022. Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan data dasar untuk upaya pencegahan dalam menindak lanjuti hubungan kecanduan *game online* dengan kualitas tidur, konsentrasi belajar dan prestasi akademik pada siswa atau pelajar.

Pada penelitian ini variable dependen adalah hubungan kecanduan *game online* sedangkan variable independent adalah kualitas tidur, konsentrasi belajar, dan prestasi akademik. Kuesioner yang dilakukan pada penelitian ini menggunakan kuesioner *Sleep Disturbance Scale for Children (SDSC)* tentang kualitas tidur yang merupakan kuesioner hasil dari penelitian yang dilakukan oleh (Bruni, et al., 1996) dengan nilai validitas yang di dapat mulai dari 0,71 hingga 0,79 dan nilai reliabilitas 0,71. Pada kuesioner tentang konsentrasi belajar dan prestasi akademik peneliti menggunakan kuesioner hasil dari penelitian (Rumapea, Sibagariang, & Simamora, 2022) dengan nilai validitas mulai dari 0,81 nilai reliabilitas 0,78. Adanya uji validitas dan reabilitas ini artinya variabel ini sudah dapat digunakan.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini menggunakan desain deskriptif korelasional. Deskriptif korelasional yaitu suatu penelitian yang dimaksudkan untuk

mengumpulkan informasi mengenai status yang berhubungan dengan suatu gejala yang ada. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan rancangan deskriptif korelasional adalah untuk mengetahui hubungan kecanduan *game online* dengan Kualitas Tidur, Konsentrasi Belajar dan Prestasi Akademik siswa SMA. Cara pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *sampling purposive*. Teknik *sampling purposive* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu, pemilihan sekelompok subjek dalam *purposive sampling*, didasarkan atas ciri-ciri tertentu yang dipandang mempunyai sangkut paut yang erat dengan ciri-ciri populasi yang sudah diketahui sebelumnya.

Variabel yang akan dianalisis dalam penelitian ini meliputi kecanduan *game online*, kualitas tidur, konsentrasi belajar dan prestasi akademik. Analisa dari uji statistik penelitian ini menggunakan metode korelasi *spearman rank*, dengan hipotesis H0 tidak ada hubungan dan Ha ada hubungan .sebelum melakukan penelitian peneliti mengajukan surat izin penelitian nomor : 1801/UM-B/SCDBB/XII/2022 untuk mendapatkan izin penelitian dari STIKES Citra Delima Bangka Belitung. Waktu penelitian pada tanggal 12 – 17 Desember 2022, di SMA Negeri 1 Sungaiselan Kabupaten Bangka Tengah dengan populasi sebanyak 270 orang dan jumlah sample sebanyak 81 responden. Pada saat dilakukan penelitian seluruh responden yang ada telah bersedia dan mengisi informed consent untuk mengisi form yang peneliti bagikan. Peneliti tidak memaksa responden yang menolak untuk diteliti dan menghormati keputusan responden. Responden diberi kebebasan untuk ikut serta ataupun mengundurkan diri dari keikutsertaannya.

HASIL PENELITIAN

Pada penelitian ini jumlah responden sebanyak 81 orang. Responden yang diambil adalah siswa yang bermain *game online*.

Tabel 1. Karakteristik responden berdasarkan Jenis Kelamin

Variabel	Kategori	Jumlah	Persentase (%)
Jenis Kelamin	Laki – laki	39	48.1%
	Perempuan	42	51.9%
Total		81	100%

Berdasarkan tabel diatas, responden yang berjenis kelamin perempuan berjumlah 42 Orang (51,9%) lebih banyak dibandingkan responden yang

berjenis kelamin laki – laki berjumlah 39 Orang (48.1%).

Tabel 2. Kecanduan Game Online

Variabel	Kategori	Jumlah	Persentase (%)
Kecanduan <i>game online</i>	Ringan	8	9.9%
	Sedang	42	51.9%
	Berat	31	38.3%
Total		81	100%

Tabel 2 menunjukkan bahwa kecanduan *game online* dengan kategori sedang lebih banyak berjumlah 36 orang (44,4%) dibandingkan dengan kategori ringan berjumlah 24 orang (29,6%) dan kategori berat sebanyak 21 orang (25,9%).

Tabel 3 Kualitas Tidur

Variabel	Kategori	Jumlah	Persentase (%)
Kualitas tidur	Ringan	8	9.9%
	Sedang	42	51.9%
	Berat	31	38.3%
Total		81	100%

Tabel 3, menunjukkan bahwa kualitas tidur dengan kategori sedang lebih banyak berjumlah 42 orang (51.9%) dibandingkan dengan kategori berat berjumlah 31 orang (38.3%) dan kategori ringan sebanyak 8 orang (9.9%).

Tabel 4. Konsentrasi Belajar

Variabel	Kategori	Jumlah	Persentase
Konsentrasi belajar	Rendah	14	17.3%
	Sedang	54	66.7%
	tinggi	13	16%
Total		81	100%

Tabel 4 menunjukkan bahwa konsentrasi belajar dengan kategori sedang lebih banyak berjumlah 54 orang (66,7%) dibandingkan dengan kategori rendah berjumlah 14 orang (17,3%) dan kategori tinggi sebanyak 13 orang (16%).

Tabel 5. Prestasi Akademik

Variabel	Kategori	Jumlah	Persentase (%)
Prestasi Akademik	Nilai Kurang	80	98.8%
	Nilai Cukup	1	1.2%
	Nilai Baik	0	0%
	Nilai Sangat Baik	0	0%
Total		81	100%

Tabel 5 menunjukkan bahwa prestasi akademik dengan kategori nilai kurang (D) lebih banyak

berjumlah 83 orang (98,8%) dibandingkan dengan kategori nilai cukup (C) berjumlah 1 orang (1,2%).

Tabel 6. Hubungan Kecanduan *Game Online* dengan Kualitas Tidur

Kecanduan <i>Game Online</i>	Kualitas Tidur						Total		Nilai p	Correlation - r
	Ringan		Sedang		Berat		N	%		
	N	%	N	%	N	%				
Ringan	4	4,9%	1	18,5%	5	6,2%	2	29,4%	0,009	0,289
Sedang	3	3,7%	1	23,9%	1	17,4%	3	44,6%		
Berat	1	1,2%	8	9,9%	1	14,8%	2	25,9%		
Total	8	9,9%	4	51,2%	3	38,1%	8	100%		

Dari hasil uji statistik diketahui nilai p - value sebesar 0,009 karena nilai P - value (0,009) < dari 0,05 maka artinya ada hubungan signifikan antara kecanduan *game online* dengan kualitas tidur pada siswa SMA Negeri 1 Sungaiselan Kabupaten Bangka Tahun 2022. Hasil analisa lebih lanjut didapatkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,289 artinya tingkat kekuatan korelasi atau hubungan adalah hubungan yang sangat lemah. Pada angka koefisien korelasi pada tabel diatas juga menunjukkan nilai positif yaitu sebesar 0,289 maka arah hitung variabel nya positif.

Table 7. Hubungan Kecanduan *Game Online* dengan Konsentrasi Belajar Siswa SMA

Kecanduan <i>Game Online</i>	Konsentrasi Belajar						Total		Nilai p	Correlation - r
	Rendah		Sedang		Tinggi		N	%		
	N	%	N	%	N	%				
Ringan	1	1,2%	1	21,7%	6	7,4%	2	29,4%	0,009	-0,363
Sedang	5	6,2%	2	33,7%	1	4,9%	4	44,6%		
Berat	8	9,9%	1	12,0%	3	3,7%	2	25,9%		
Total	1	17,4%	5	66,4%	1	16,3%	8	100%		

Dari hasil uji statistik diketahui nilai p - value sebesar 0,009 karena nilai p - value (0,009) < dari 0,05 maka artinya ada hubungan signifikan antara kecanduan *game online* dengan Konsentrasi belajar pada siswa SMA Negeri 1 Sungaiselan Kabupaten Bangka Tahun 2022. Hasil analisa lebih lanjut didapatkan nilai koefisien korelasi sebesar -0,363 artinya tingkat kekuatan korelasi atau hubungan adalah hubungan yang cukup. Pada

angka koefisien korelasi pada tabel diatas juga menunjukkan nilai negatif yaitu sebesar -0,363 maka arah hitung variabelnya negatif.

Table 8. Hubungan Kecanduan *Game Online* dengan Prestasi Akademik Siswa SMA

Kecanduan <i>Game Online</i>	Prestasi Akademik								Total	N	Correlation - r
	Nilai Kurang		Nilai Cukup		Nilai Baik		Nilai Sangat Baik				
	N	%	N	%	N	%	N	%			
Ringan	2	28,4%	1	12,5%	0	0%	0	0%	2	29,4%	0,146
Sedang	3	44,6%	0	0%	0	0%	0	0%	4	44,6%	
Berat	2	25,9%	0	0%	0	0%	0	0%	2	25,9%	
Total	8	98,8%	1	12,5%	0	0%	0	0%	8	100%	

Dari hasil uji statistik diketahui nilai p - value sebesar 0,193 karena nilai p - value (0,193) > dari 0,05 maka artinya tidak ada hubungan signifikan antara kecanduan *game online* dengan prestasi akademik pada siswa SMA Negeri 1 Sungaiselan Kabupaten Bangka Tahun 2022. Hasil analisa lebih lanjut didapatkan nilai koefisien korelasi sebesar -0,146 artinya tingkat kekuatan korelasi / hubungannya adalah hubungan yang cukup. Pada angka koefisien korelasi pada tabel diatas juga menunjukkan nilai negatif yaitu sebesar -0,146 maka arah hitung variabelnya negatif.

PEMBAHASAN

1. Hubungan Kecanduan *Game Online* dengan Kualitas tidur Siswa SMA

Hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa ada hubungan antara kecanduan *game online* dengan kualitas tidur Siswa SMA Negeri 1 Sungaiselan Kabupaten Bangka Tengah Tahun 2022. Secara statistik terbukti dari hasil uji statistik diketahui nilai p - value sebesar 0,009 karena nilai p - value < dari 0,05 artinya ada hubungan antara kecanduan *game online* dengan kualitas tidur. Hasil analisa lebih lanjut didapatkan nilai koefisien korelasi (r) sebesar 0,289 menunjukkan hubungan yang sangat lemah. Nilai korelasi (r) positif berarti semakin tinggi kecanduan *game online* pada siswa maka semakin berat kualitas tidur siswa. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti bahwa ada hubungan kecanduan *game online* dengan kualitas tidur siswa SMA

Negeri 1 Sungaiselan Kabupaten Bangka Tengah Tahun 2022.

Pada penelitian ini didapatkan hasil bahwa siswa bermain game online lebih dari 4 jam dalam sehari. Tingginya durasi bermain game ini membuat mereka sampai lupa waktu saat bermain game online, sehingga mereka tidak menyadari telah terjaga hingga larut malam. Berdasarkan hasil penelitian ini, siswa yang memiliki kecanduan game berat juga memiliki kualitas tidur yang berat. Siswa yang memiliki kecanduan game berat biasanya mengalami kesulitan untuk bangun di pagi hari.

Dari hasil penelitian juga didapatkan bahwa beberapa siswa pernah tertidur saat jam pelajaran. Hal ini sangat mempengaruhi kenyamanan serta tata tertib dalam proses belajar dan mengajar. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Kharisma, Rahmawati, & Fitriyasari, 2020)⁷ menyatakan bahwa hipotesis penelitian diterima, artinya bahwa pernyataan hipotesa adanya hubungan antara kecanduan game online dengan kualitas tidur. Kecanduan game online ditandai dengan mereka bermain game selama 3-4 jam sehari dengan alasan mengisi waktu luang dan hobinya. Durasi bermain game yang cukup lama membuat mereka tetap terjaga, keadaan ini merangsang peningkatan hormon adrenalin sehingga menjadi sulit tidur karena ingin bermain game online terus – menerus.

2. Hubungan Kecanduan Game Online dengan Konsentrasi Belajar Siswa SMA

Hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa ada hubungan antara kecanduan game online dengan konsentrasi belajar Siswa SMA Negeri 1 Sungaiselan Kabupaten Bangka Tengah Tahun 2022. Secara statistik terbukti dari hasil uji statistik diketahui nilai p - value sebesar 0,009 karena nilai p - value < dari 0,05 artinya ada hubungan antara kecanduan game online dengan konsentrasi belajar. Hasil analisa lebih lanjut didapatkan nilai koefisien korelasi (r) sebesar -0,363 menunjukkan hubungan yang sangat cukup. Nilai r negatif berarti semakin tinggi kecanduan game online pada siswa maka semakin rendah konsentrasinya.

Berdasarkan hasil penelitian dari tingginya waktu bermain serta kurangnya kontrol diri siswa pada saat bermain game online, membuat mereka kecanduan akan bermain

game online. Tingginya intensitas bermain game ini menyebabkan mereka sering menunda – nunda untuk mengerjakan pekerjaan yang telah diberikan, sehingga berpengaruh dengan nilai akademik siswa. Tingginya intensitas bermain game ini juga menyebabkan terganggunya konsentrasi dalam belajar yang menyebabkan mereka tidak mampu menerima materi yang diajarkan serta mereka juga merasakan kehilangan minat akan belajar.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Filananoka & Syah, 2020)⁸ yang mengatakan intensitas bermain game online berpengaruh terhadap konsentrasi belajar siswa di SMK Al – Ikhlas Dalgan Pancengan Gersik Tahun ajaran 2020/2021. Tingginya intensitas bermain game online dinyatakan sebagai salah satu faktor yang menyebabkan terganggunya konsentrasi belajar siswa. Tingginya intensitas bermain game online memberikan dampak atau pengaruh, baik secara fisik maupun psikis individu. Seperti Kesehatan yang menurun, munculnya gangguan mental, menghambat pendewasaan diri dan mempengaruhi prestasi akademik.

3. Hubungan Kecanduan Game Online dengan Prestasi Akademik SMA

Hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara kecanduan game online dengan Prestasi Akademik Siswa SMA Negeri 1 Sungaiselan Kabupaten Bangka Tengah Tahun 2022. Secara statistic terbukti dari hasil uji statistik diketahui nilai p - value sebesar 0,193 karena nilai p - value > dari 0,05 artinya tidak ada hubungan antara kecanduan game online dengan prestasi akademik siswa. Hasil analisa lebih lanjut didapatkan nilai koefisien korelasi (r) sebesar -0,146 menunjukan hubungan yang sangat cukup. Nilai korelasi r negatif berarti semakin tinggi kecanduan game online pada siswa tidak ada hubungan dengan semakin rendah prestasi akademik siswa.

Berdasarkan hasil penelitian yang didapatkan dari nilai UTS yang diperoleh melalui 81 responden, hanya ada 1 siswa yang mendapatkan nilai cukup selebihnya mereka mendapatkan nilai akademik kurang. Seringnya siswa bermain game online membuat mereka menunda – nunda pekerjaan sekolah dan malas untuk mengerjakannya

sehingga berpengaruh dengan nilai akademik siswa. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Rumapea, Sibagariang, & Simamora, 2022)⁹ dari hasil penelitiannya menunjukkan Ho diterima, dengan demikian tidak ada pengaruh yang signifikan dari kecanduan game online terhadap prestasi akademik siswa SMP Swasta Kartika Pematang Siantar.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang berjudul **Hubungan Kecanduan Game Online dengan Kualitas Tidur, Konsentrasi Belajar dan Prestasi Akademik Siswa** dapat disimpulkan :

Siswa dengan kualitas tidur ringan sebanyak 9,9%, kualitas tidur sedang sebanyak 51,9% dan kualitas tidur berat sebanyak 38,3% dari 81 responden yang telah diteliti. Siswa dengan konsentrasi belajar rendah sebanyak 17,3%, konsentrasi belajar sedang sebanyak 66,7% dan konsentrasi belajar tinggi sebanyak 16% dari 81 responden yang telah diteliti. Siswa dengan nilai kurang sebanyak 98,8%, nilai cukup 1,2% dan tidak ada siswa dengan nilai baik atau pun sangat baik, dari 81 responden yang telah diteliti.

Ada hubungan signifikan antara kecanduan game online dengan kualitas tidur Siswa SMA Negeri 1 Sungaiselan Kabupaten Bangka Tengah Tahun 2022. Ada hubungan signifikan antara kecanduan game online dengan konsentrasi belajar Siswa SMA Negeri 1 Sungaiselan Kabupaten Bangka Tengah Tahun 2022. Tidak ada hubungan yang signifikan antara kecanduan game online dengan prestasi akademik Siswa SMA Negeri 1 Sungaiselan Kabupaten Bangka Tengah Tahun 2022. Dampak kecanduan game online terhadap kualitas tidur, konsentrasi belajar dan prestasi akademik yaitu terganggunya proses belajar mengajar, siswa mengalami kesulitan dalam menerima materi sehingga dapat mempengaruhi nilai akademik siswa.

REKOMENDASI

Hasil penelitian dapat dijadikan sebagai bahan kajian dalam bidang kesehatan, peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengkaji lebih banyak lagi sumber dan referensi serta lebih siap dalam proses pengambilan dan pengumpulan data, sehingga penelitian dapat dilaksanakan dengan lebih baik lagi.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terima kasih atas kesempatan yang diberikan kepada STIKES Citra Delima

Pangkalpinang telah memfasilitasi peneliti untuk menyelesaikan sarjana keperawatan ini. Untuk mentor saya Ns. Nurwijaya Fitri, M.Kep dan Ns. Arjuna, M.Kep, Sp.Kep.K terima kasih atas bimbingan yang luar biasa dan selalu memberikan masukan dan saran untuk penyelesaian penelitian ini, sebagai ucapan terima kasih dan penghargaan yang tulus kepada seluruh reviewer Jurnal Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan William Booth yang telah menyumbangkan keahlian dan waktunya untuk meninjau naskah jurnal serta mengevaluasi dan menilai jurnal yang diajukan untuk dipertimbangkan dalam proses publikasi. terima kasih kepada pihak-pihak yang terlibat dalam kegiatan penelitian dan penulisan naskah, terima kasih kepada para peneliti terdahulu yang telah mendistribusikan jurnal sehingga dapat saya gunakan sebagai bahan referensi dan masukan untuk penelitian ini serta pihak – pihak yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu.

DAFTAR PUSTAKA

- Anwar, n., & winingsih, e. (2022). Pengaruh kecanduan *game online* terhadap prestasi akademik siswa smp negeri 5 banjar di masa pandemi covid 19. *Jurnal bk unesa*, 12(1), 559-571. Retrieved november 9, 2022
- Budiman, A., Putra, B. S., & Hastani, R. T. (2020). *Gambaran Prestasi, Ansietas, Kualitas Tidur Dan Motivasi Belajar Remaja Yang Kecanduan Game Online: Literature Review*.
- Dzulfiqar Fathur Rahman. (2022, August 17). *10 Negara dengan Pemain Video Game Terbanyak, Peringkat Berapa?* Databoks.Katadata.Co.Id. <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2022/08/17/10-negara-dengan-pemain-video-game-terbanyak-ri-peringkat-berapa>
- Filananoka, l., & syah, a. M. (2020). Pengaruh intensitas bermain *game* terhadap konsentrasi belajar siswa. *Busyro : journal of broadcasting and islamic communication studies*, 01(02), 112-119. Dipetik september 29, 2022
- Fitryasari, R., Cahya Kharisma, A., & Rahmawati, D. (2020). Online Games Addiction and the Decline in Sleep Quality of College Student Gamers in the Online Game Communities in Surabaya, Indonesia. *International Journal of Psychosocial Rehabilitation*, 24(7), 8987–8993.

<https://doi.org/10.37200/IJPR/V24I7/PR270886>

- Gilbert, n. (2022, 1 14). *Number of gamers worldwide 2022/2023: demographics, statistics, and predictions*. Dipetik 09 17, 2022, dari financesonline: <https://financesonline.com/number-of-gamers-worldwide/>
- Hastani, r. T., & budiman, a. (2022, april 19). Hubungan kecanduan *game online* dengan kualitas tidur pada remaja literature review. *Borneo student research*, 3(2), 1688-1696. Retrieved september 29, 2022
- Insyani, v. (2021, september 24). *Q2 2020, penetrasi pengguna game pulau jawa tertinggi di indonesia*. Retrieved september 20, 2022, from uzone.id: <https://uzone.id/q2-2020-penetrasi-internet-pulau-jawa-tertinggi-di-indonesia>
- Jannah, n., mudjiran, & nirwana, h. (2015, desember). Hubungan kecanduan game dengan motivasi belajar siswa dan. *Konselor*, 4(4), 119-204. Dipetik september 22, 2022
- Kharisma, a. C., fitryasari, r., & rahmawati, p. D. (2020). *Online games addiction and the decline in sleep quality of college student gamers in the online game communities in surabaya, indonesia*. *International journal of psychosocial rehabilitation*, 24(7), 8987-8993. Retrieved november 11, 2022
- King, d., & delfabbro, p. (2018). Internet gaming disorder: theory, assessment, treatment, and prevention. *Cambridge*, 36(2), 294. Dipetik september 17, 2022, dari cambridge: <https://www.cambridge.org/core/services/aop-cambridge-core/content/view/17492cce48e237442f98b7f35a07fd96/s2059077619000098a.pdf/internet-gaming-disorder-theory-assessment-treatment-and-prevention-d-king-and-p-delfabbro-2018-internet-gaming-disorder-theory>
- Kolifah, s., & shirimarti, d. R. (2017). Pengaruh ketahanan keluarga terhadap kegemaran bermain game online pada siswa sd di kelurahan mulyorejo. *Jurnal promkes : jurnal promosi kesehatan dan pendidikan kesehatan indonesia*, 4(1), 104-115. Retrieved 9 22, 2022
- Lestari, s. M., & mantasa, a. (2017). Jurnal ilmu kedokteran dan kesehatan. *Hubungan intensitas bermain game online dengan tingkat konsentrasi belajar mahasiswa fakultas kedokteran umum universitas malahayati angkatan 2013*, 4(4), 225 - 233. Retrieved 2 2, 2023
- Lestari, s. M., simamora, r. S., & meliyana, e. (2022, agustus 1). Hubungan kecanduan bermain game online dengan kualitas tidur pada remaja di rt 002 kp. Pengarengan kaliabang tengah. *Sosscience: journal of social science*, 1(1), xx-xx. Retrieved november 11, 2022
- Manuputty, j., sekplin, s., & grace, d. (2019). Hubungan antara kecanduan bermain game online dengan kualitas tidur pada game online pengguna komputer warung internet m2g supernova malala. *Fakultas kesehatan, masyarakat universitas dan sam ratulangi*, 8(7), 61-66. Retrieved november 9, 2022
- Matur, y. P., simon, m. G., & ndorang, t. A. (2021). Jwk. *Hubungan kecanduan game online dengan kualitas tidur pada remaja sma negeri di kota ruteng*, 6(2), 55 - 66. Retrieved 2 1, 2023
- Muchlisin Riadi. (2020). *Kecanduan Game (Pengertian, Ciri, Aspek, Penyebab dan Dampak Negatif) - KajianPustaka.com*. Kajian.Com. <https://www.kajianpustaka.com/2020/11/kecanduan-game.html>
- Nursalam. (2020). *Metode penelitian*. Jakarta: rineka cipta.
- Pande, n. A., & marheni, a. (2015). Hubungan kecanduan game online dengan prestasi belajar siswa smp. *Jurnal psikologi udayana*, 2(2), 163-171. Dipetik september 25, 2022
- Potter, p. A., & perry, a. G. (2006). *Buku ajar fundamental keperawatan : konsep, proses, dan praktik, volume 2 edisi 4*

- (vol. 2). Kota tanggerang: egc. Dipetik september 28, 2022
- Pratama, r. A., widianti, e., & hendrawati. (2019). Jurnal keperawatan perawat. *Gambaran tingkat kecanduan game online pada mahasiswa fakultas keperawatan universitas padjadjaran psdku garut*, 6(3), 1 - 19. Retrieved 21, 2023
- Price, J. (2019). Internet Gaming Disorder: Theory, Assessment, Treatment, and Prevention. *The Educational and Developmental Psychologist*, 36(2), 90–90. <https://doi.org/10.1017/edp.2019.9>
- Putrikrislia, d. U. (2022, juni 20). *Tahapan tidur : tahap i, ii, iii, nrem, dan rem*. Dipetik november 5, 2022, dari doktersehat: <https://doktersehat.com/informasi/kesehatan-umum/tahapan-tidur-tahap-i-ii-iii-nrem-dan-rem/>
- Rahman, d. F. (2022, agustus 17). *10 negara dengan pemain video game terbanyak, peringkat berapa?* Dipetik september 30, 2022, dari databoks.katadata: <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2022/08/17/10-negara-dengan-pemain-video-game-terbanyak-ri-peringkat-berapa>
- Rahman, i. A., ariani, d., & ulfah, n. (2022). Jurnal mutiara ners. *Tingkat kecanduan game online pada remaja*, 5(2), 85 - 90. Retrieved 21, 2023
- Riadi, m. (2021, oktober 14). *Konsentrasi belajar - pengertian, aspek, indikator, dan cara meningkatkan*. Dipetik oktober 5, 2022, dari kajianpustaka: <https://www.kajianpustaka.com/2021/10/konsentrasi-belajar.html>
- Rumapea, d. I., sibagariang, s. A., & simamora, b. A. (2022, oktober 5). The effect of online game addiction and learning concentration on social science students' learning outcomes in eighth grade of private junior high school kartika 1-4 pematang siantar. *Journal of humanities and education development (jhed)*, 4(5), 2581-8651. Dipetik november 6, 2022
- Siregar, e. Y., & siregar, r. H. (2013, juni 1). Penerapan cognitive behavior therapy (cbt) terhadap pengurangan durasi. *Jurnal psikologi*, 9(1), 18-24. Dipetik september 23, 2022
- Syafi'i, a., & rodiyah, s. (2018). Studi tentang prestasi belajar siswa dalam berbagai aspek dan faktor yang mempengaruhi. *Jurnal komunikasi pendidikan*, 2(2), 115-123. Retrieved november 9, 2022
- Thayeb, r. R., kembuan, m. A., & khosa, h. (2015, desember). Gambaran kualitas tidur pada perawat dinas malam rsup prof. Dr. Rd kandou
- WHO. (2020). *Perilaku adiktif: Gangguan permainan*. 22–24. <https://www.who.int/news-room/questions-and-answers/item/addictive-behaviours-gaming-disorder>