

## DAFTAR PUSTAKA

- A Potter, & Perry, A. G. (2015). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses, Dan Praktik* (4th Ed., Vol. 2). EGC.
- Achsani, M. Y. (2022). *Hubungan Kecemasan Dengan Kecanduan Game Online Pada Remaja Ditinjau Dari Jenis Kelamin*.
- Afiani, A. Suci, Achmad, Z. I., Gustiawati, R., & Mahardika, B. (2022). Pengaruh Game Online Mobile Legend Terhadap Kesehatan Mental Peserta Didik. *Jurnal Pendidikan Olahraga Kesehatan & Rekreasi*, 5(2), 391–405.
- Agustin D. (2012). *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Tidur Pada Pekerja Shift Di PT Krakatua Tirta Industri Cilegon*.
- Albrecht, J. N., Werner, H., Rieger, N., Widmer, N., Janisch, D., Huber, R., & Jenni, O. G. (2022). Association Between Homeschooling And Adolescent Sleep Duration And Health During COVID-19 Pandemic High School Closures. *JAMA Network Open*, 5(1). <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2021.42100>
- Alsagaf, M. A., Wali, S. O., Merdad, R. A., & Merdad, L. A. (2016). Sleep Quantity, Quality, And Insomnia Symptoms Of Medical Students During Clinical Years: Relationship With Stress And Academic Performance. *Saudi Medical Journal*, 37(2), 173–182. <https://doi.org/10.15537/smj.2016.2.14288>
- Anggraini, N., & Sugiyanto, D. R. (2021). Etnografi Virtual Dalam Permainan Free Fire. *COMMUNICATIONS*, 3(1), 1–17. <https://doi.org/10.21009/communications3.1.1>
- Annisa, D. F., & Ildil. (2016). *Konsep Kecemasan (Anxiety) Pada Lanjut Usia (Lansia)*. 5(2). <http://ejournal.unp.ac.id/index.php/konselor>
- Aprilia Andary Daulay, S., Kunci, K., Tidur, P., Mental, K., Tidur, K., Tidur, D., Tidur, G., & Psikologis, K. (2024). *Hubungan Antara Pola Tidur Dan Kesehatan Mental*.
- Aufa Ghina Aqilah, K., Rahman, H., Promosi Kesehatan, P., Kesehatan Masyarakat, F., Muslim Indonesia, U., & Administrasi Kebijakan Kesehatan, P. (2023). Hubungan Gaya Hidup Sedentari Di Masa Pandemi Covid-19 Dengan Tingkat Kecemasan Remaja Smpn 20 Makassar. In *Window Of Public Health Journal* (Vol. 4, Issue 3).
- Ayuningtyas, R. F., & Wiyono, B. D. (2020). *Studi Mengenai Kecanduan Internet Dan Fear Of Missing Out (Fomo) Pada Siswa Di Smk Negeri 1 Driyorejo Studi Mengenai Kecanduan Internet Dan Fear Of Missing Out (Fomo) Pada Siswa Di Smk Negeri 1 Driyorejo*.
- Azad, M. C. (2015). *Gangguan Tidur Di Kalangan Mahasiswa Kedokteran: Perspektif Global*. *Pubmed Central*.
- Buheji, M., Da Costa Cunha, K., Beka, G., Mavrić, B., Leandro Do Carmo De Souza, Y., Souza Da Costa Silva, S., Hanafi, M., & Chetia Yein, T. (2020). The Extent Of COVID-19 Pandemic Socio-Economic Impact On Global Poverty. A Global Integrative Multidisciplinary Review. *American Journal Of Economics*, 10(4), 213–224. <https://doi.org/10.5923/J.Economics.20201004.02>
- Buysse, D., Reynolds, C., Monk, T., Berman, S., & Kupfer, D. (1989). Pittsburgh Sleep Quality Index -Instrument. *Psychiatry Research*, 28, 193–213.
- Candra, I. W. , Harini, I. G. A. , & Sumirta, I. N. (2017). *Psikologi Landasan Keilmuan Praktik Keperawatan Jiwa* (In I. W. Mustika). Cv. Andi Offset.
- Castro, O., Bennie, J., Vergeer, I., Bosselut, G., & Biddle, S. J. H. (2020). How Sedentary Are University Students? A Systematic Review And Meta-Analysis. In *Prevention*

- Science* (Vol. 21, Issue 3, Pp. 332–343). Springer.  
<https://doi.org/10.1007/S11121-020-01093-8>
- Chandra, W. I., Sumirta, N. I., & Hartini, G. I. (2022). *Keadaan Harga Diri Dan Depresi Pasien Diabetes Mellitus: Dalam Model Manajemen Emosi Mengatasi Masalah Psikososial* (Agisni Sofatunnisa, Ed.; 1st Ed.). CV. Mega Press Nusantara.
- Chandra Waluyo, F., & Lontoh, S. O. (2021). Hubungan Intensitas Bermain Game Online Terhadap Aktivitas Fisik Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Angkatan 2019-2020. In *Tarumanagara Medical Journal* (Vol. 3, Issue 2).
- Chiu, K., Lewis, F. C., Ashton, R., Cornish, K. M., & Johnson, K. A. (2022). Higher Tablet Use Is Associated With Better Sustained Attention Performance But Poorer Sleep Quality In School-Aged Children. *Frontiers In Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.742468>
- Citrailia, L., Handayani, T. S., Putri, Y., Ilmu, F., Universitas, K., Bengkulu, D., & Author, C. (2023). Hubungan Adiksi Game Online Dengan Status Mental Pada Remaja Di Sltip Negeri 1 Muara Payang Kabupaten Lahat Tahun 2023. In *Student Health Science Journal*.
- Dai, W., Zhou, J., Li, G., Zhang, B., & Ma, N. (2021). Maintaining Normal Sleep Patterns, Lifestyles And Emotion During The COVID-19 Pandemic: The Stabilizing Effect Of Daytime Napping. *Journal Of Sleep Research*, 30(4). <https://doi.org/10.1111/jsr.13259>
- Databoks. (2022, February 16). *10 Negara Dengan Pemain Video Game Terbanyak Di Dunia (Januari 2022)*.
- De Pasquale, C., Chiappedi, M., Sciacca, F., Martinelli, V., & Hichy, Z. (2021). Online Videogames Use And Anxiety In Children During The COVID-19 Pandemic. *Children*, 8(3). <https://doi.org/10.3390/children8030205>
- Dewanto, G. W., & Tiatri, S. (2021). *Attitude Towards Video Game Genre And Five-Trait Personality*.
- Dhamayanti, M., & Maghfirah, E. C. (2019). *Hubungan Kualitas Tidur Dan Masalah Mental Emosional Pada Remaja Sekolah Menengah* (Vol. 20, Issue 5).
- Dong, L., Xie, Y., & Zou, X. (2022). Association Between Sleep Duration And Depression In US Adults: A Cross-Sectional Study. *Journal Of Affective Disorders*, 296, 183–188. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.09.075>
- Dong, X., Ding, L., Zhang, R., Ding, M., Wang, B., & Yi, X. (2021). Physical Activity, Screen-Based Sedentary Behavior And Physical Fitness In Chinese Adolescents: A Cross-Sectional Study. *Frontiers In Pediatrics*, 9. <https://doi.org/10.3389/fped.2021.722079>
- Elga Sulu, H., Socrates Kekenusa, J., Manampiring, A., Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat, P., Universitas Sam Ratulangi, P., Farmakologi, B., Matematika Dan Ilmu Pengetahuan Alam, F., Sam Ratulangi, U., & Studi Matematika, P. (2023). *Hubungan Antara Aktivitas Fisik, Kualitas Tidur, Dan Status Gizi Dengan Kualitas Hidup Kesehatan Siswa Smp Dan Sma Pada Era Covid-19 Di Kabupaten Minahasa Utara*.
- Fadhilah, N., Salam, A., Trisasmita, L., Mansur, M. A., & Jafar, N. (2023). *Gambaran Kebiasaan Sarapan Dan Durasi Tidur Pada Remaja Status Gizi Lebih Di SMP Muhammadiyah Limbung Description Of Breakfast Habits And Sleep Duration In Over Nutrition Adolescents At Smp Muhammadiyah Limbung*.

- Febri Arifiati, R., & Wahyuni, S. (2019). Peningkatan Sense Of Humor Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Lansia. *Indonesian Journal Of Islamic Psychology*, 1(2).
- Firmansyah, A. K., & Juariyah. (2024). *Hubungan Antara Kecanduan Game Online Dengan Sikap Apatis Dan Anti Sosial Pada Remaja Di Kabupaten Jember*.
- Gainau, B. M. (2021). *Perkembangan Remaja Dan Problematikanya*. Kanisius.
- Giakoni-Ramírez, F., Merellano-Navarro, E., & Duclos-Bastías, D. (2022). Professional Esports Players: Motivation And Physical Activity Levels. *International Journal Of Environmental Research And Public Health*, 19(4). <https://doi.org/10.3390/ijerph19042256>
- Gurusinga, M. F., Kesehatan, I., Husada, D., & Tua, D. (2019). 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. In *Jurnal Penelitian Keperawatan Medik* (Vol. 2, Issue 2). <http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/jpkm>
- Habibi, A. (2021). *Hubungan Kebiasaan Bermain Game Online*.
- Haibanissa, S., Sulastri, T., & Ningsih, R. (2022). Dampak Bermain Game Online Terhadap Kualitas Tidur Pada Remaja SMA. *JKEP (Jurnal Keperawatan)*, 7(2).
- Hamilton M. (1959). *Hamilton Anxiety Rating Scale*.
- Hardy, L., Barlow, M., Evans, L., Rees, T., Woodman, T., & Warr, C. (2017). Great British Medalists: Psychosocial Biographies Of Super-Elite And Elite Athletes From Olympic Sports. In *Progress In Brain Research* (Vol. 232, Pp. 1–119). Elsevier B.V. <https://doi.org/10.1016/Bs.Pbr.2017.03.004>
- Hardy, L. L., Booth, M. L., & Okely, A. D. (2007). *The Adolescent Sedentary Activity Questionnaire (ASAQ)*.
- Has, E. M. M., Nurwitanti, H. A., Wahyuni, S. D., & Ulfiana, E. (2020). Determinants Of A Sedentary Lifestyle Among School-Aged Children Based On A Family Ecological Model. *Enfermeria Clinica*, 30, 106–110. <https://doi.org/10.1016/J.enfcli.2020.07.022>
- Hawari, H. D. (2002). *Manajemen Stress, Cemas Dan Depresi* (Ke3 Ed.). Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret.
- Hidayah, N. (2023). Hubungan Pola Tidur Dengan Perkembangan Emosi Anak Usia 7 Sampai 12 Tahun Di TFK Ainul Mardhiyyah ARTICLE INFO ABSTRACT. In *Iktifak 51 Journal Of Child And Gender Studies* (Vol. 1, Issue 1).
- Hurlock, E. B. (1997). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Rentang Kehidupan* (Kelima). Erlangga.
- 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). <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2014-006748>
- Hyunkyuu, K., Kim, S. H., Jang, S. I., & Park, E. C. (2022). *Association Between Sleep Quality And Anxiety In Korean Adolescents*.
- Ikhwan, H. (2021). *Hubungan Antara Self Control Dengan Kecanduan Game Online Pada Siswa SMPN 17 Pekanbaru*.
- Insan, K. (2019). Hubungan Kecanduan Game Online Dengan Kecemasan Pada Remaja Di SMK Negeri 1 Padang . *Universitas Andalas*.
- Iqbal M. (2017). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Tidur Mahasiswa Perantau Di Yogyakarta. . *Universitas Negeri Yogyakarta*.

- James, P. A. (N.D.). Evidence-Based Guideline For The Management Of High Blood Pressure In Adults Report From The Panel Members Appointed To The Eight Joint National Committee. *JAMA*, 311(5), 507–520.
- Jarnawi, J. M. (N.D.). *Mengelola Cemas Di Tengah Pandemi Corona* (Vol. 3, Issue 1). [Http://Jurnal.Ar-Raniry.Ac.Id/Index.Php/Taujih](http://jurnal.ar-raniry.ac.id/index.php/tauji)
- Jeffrey, S. N. (2005). *Psikologi Abnormal* (Edisi 5. Jilid 1). Erlangga.
- Jelita, T., Takaeb, A. E. L., & Ndoen, E. M. (2023). Hubungan Kecanduan Game Online Dengan Pola Tidur Remaja SMA Negeri 1 Kupang Saat Pandemi COVID-19. *SEHATMAS: Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 2(4), 873–886. [Https://Doi.Org/10.55123/Sehatmas.V2i4.2331](https://doi.org/10.55123/Sehatmas.V2i4.2331)
- Jiang, L., Cao, Y., Ni, S., Chen, X., Shen, M., Lv, H., & Hu, J. (2020). Association Of Sedentary Behavior With Anxiety, Depression, And Suicide Ideation In College Students. *Frontiers In Psychiatry*, 11. [Https://Doi.Org/10.3389/Fpsy.2020.566098](https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.566098)
- Kautsar. (2019). *Pengaruh Game Online Terhadap Prestasi Akademik Peserta Didik Di Man 3 Aceh Besar*.
- Kemendikbud. (2023). *Data Pokok Pendidikan*. [Https://Dapo.Kemdikbud.Go.Id/Sekolah/B0C7CDB105539E0F91C2](https://dapo.kemdikbud.go.id/sekolah/B0C7CDB105539E0F91C2)
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Lama Waktu Tidur Yang Dibutuhkan Oleh Tubuh*.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Sedentary Behavior*. [Https://Yankes.Kemkes.Go.Id/View\\_Artikel/2663/Sedentary-Behavior-Vs-Aktifitas-Fisik](https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/2663/sedentary-behavior-vs-aktifitas-fisik)
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023, November). *Kelompok Usia Remaja 10-18 Tahun*.
- Koolhas CM, Van Rooji FJ, Cepeda M, Tiemeier H, Franco OH, & Schoufour JD. (2018). Aktivitas Fisik Yang Diperoleh Dari Kuesioner Dan Akselerometer Yang Dikenakan Di Pergelangan Tangan: Perbandingan Dan Peran Faktor Demografi, Gaya Hidup, Dan Kesehatan Di Antara Sampel Lansia Berbasis Populasi. *Klinik Epidemiol*.
- Kumbara, H., Metra, Y., & Ilham, Z. (2019). *Analisis Tingkat Kecemasan (Anxiety) Dalam Menghadapi Pertandingan Atlet Sepak Bola Kabupaten Banyuasin Pada Porprov 2017 Hengki Kumbara 1 Yogi Metra 2 Zulpikar Ilham 3*.
- Kurniawan, I. (2023). *Hubungan Antara Indeks Massa Tubuh, Aktivitas Fisik Dan Kualitas Tidur Dengan Kebugaran Jasmani Peserta Didik Di SMA Negeri 2 Ngaglik Kabupaten Sleman*.
- Laporan Riskesdas 2018 Nasional*. (N.D.).
- Lee, E., & Kim, Y. (2019a). Effect Of University Students' Sedentary Behavior On Stress, Anxiety, And Depression. *Perspectives In Psychiatric Care*, 55(2), 164–169. [Https://Doi.Org/10.1111/Ppc.12296](https://doi.org/10.1111/Ppc.12296)
- Lee, E., & Kim, Y. (2019b). Effect Of University Students' Sedentary Behavior On Stress, Anxiety, And Depression. *Perspectives In Psychiatric Care*, 55(2), 164–169. [Https://Doi.Org/10.1111/Ppc.12296](https://doi.org/10.1111/Ppc.12296)
- Lee, E., & Kim, Y. (2019c). Effect Of University Students' Sedentary Behavior On Stress, Anxiety, And Depression. *Perspectives In Psychiatric Care*, 55(2), 164–169. [Https://Doi.Org/10.1111/Ppc.12296](https://doi.org/10.1111/Ppc.12296)
- Lestari, D. O. (2020). *Hubungan Adiksi Bermain Game Online Dengan Kualitas Tidur Remaja Di Kota Palembang*.

- Liu, B.-P., Liu, Z., Wang, Z.-Y., An, D., Wei, Y.-X., Liu, X., & Jia, C. (2019). *Sleep Duration And Depressive Symptoms In Chinese Adolescents: A 3-Wave Prospective Cohort Study*.
- Lorist MM, S. J. (2008). Caffeine, Sleep And Quality Of Life. In: Verster CJ (Eds). *Sleep And Quality Of Life In Clinical Medicine*. Humana Press.
- Lu, Y., Yu, K., Zhai, M., & Ma, P. (2023). Age And School-Segment Difference In Daily Sedentary Behavior And Physical Activity Among Student (9–23 Years): A Cross-Sectional Accelerometer-Based Survey. *Frontiers In Pediatrics*, 11(July), 1–10. <https://doi.org/10.3389/fped.2023.1202427>
- Ludwig DA. (2017). Children's Physical Activity And Health. *Health Aff*, 36(8), 1518–1518.
- Mais, F. R., Rompas, S. S. J., Gannika, L., Program, M., Ilmu, S., Fakultas, K., Universitas, K., Ratulangi, S., Studi, P., & Fakultas, I. K. (2020). Kecanduan Game Online Dengan Insomnia Pada Remaja. In *Jurnal Keperawatan (Jkp)* (Vol. 8, Issue 2).
- Mariana, D. (2020). *Journal Of Educational Review And Research Fenomena Game Online Di Kalangan Anak Sekolah Dasar*.
- Matondang, I. (2021). *Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kesehatan Mental Pada Remaja Di Lingkungan I, Kelurahan Panyabungan II*.
- Maylan, M., Junalia Program Studi Keperawatan, E., Tinggi Ilmu Kesehatan Pertamedika, S., & Penulis Korespondensi, E. (2022). *Volume 2 Nomor 2, Edisi Februari 2023 Hubungan Sedentary Behaviour Dengan Kecemasan Pada Anak Usia Sekolah Di Sdn 19 Pagi Kebayoran Lama Jakarta Selatan The Relationship Between Sedentary Behavior And Anxiety In School Age Children At SDN 19 Pagi Kebayoran Lama, Jakarta Selatan*. [www.ejournal.stikes-pertamedika.ac.id/index.php/jnhs](http://www.ejournal.stikes-pertamedika.ac.id/index.php/jnhs)
- Moulin, K. L., & Chung, C.-J. (2016). Technology Trumping Sleep: Impact Of Electronic Media And Sleep In Late Adolescent Students. *Journal Of Education And Learning*, 6(1), 294. <https://doi.org/10.5539/jel.v6n1p294>
- Muflih, R., & Santosa, H. (2023). *Pengaruh Intensitas Bermain Game Online Terhadap Konsentrasi Belajar Siswa Sekolah Dasar*. <https://doi.org/10.31100/jurkam.v7i2.2722>
- Mulyaningsih, A. R. , S. T. , & S. L. A. (2020). Hubungan Kecanduan Game Online Dengan Kegemukan Pada Remaja Di Wilayah Jember. *Penelitian Gizi Dan Makanan*, 43(1), 11–20.
- Musta, W. P. (2022). *Hubungan Pengetahuan, Kesehatan Fisik, Dan Kesehatan Mental Dengan Tingkat Aktivitas Sedentary Mahasiswa Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Kota Makassar Skripsi Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Meraih Gelar Sarjana Kesehatan*.
- Muyasaroh, H., Baharuddin, Y. H., Fadjrinn, N. N., Pradana, T. A., & Ridwan Muhammad. (2020). *Kajian Jenis Kecemasan Masyarakat Cilacap Dalam Menghadapi Pandemi Covid 19*.
- Nafisa, S., Kusmiati, M., & Mohamad, P. B. (2022). Hubungan Aktivitas Fisik Terhadap Tingkat Kecemasan Selama Masa Pandemi COVID-19: Scoping Review. *Bandung Conference Series: Medical Science*, 2(1). <https://doi.org/10.29313/bcsms.v2i1.570>
- Nareswara, D. P., & Isnaini, M. (2023). Fantasi Dan Transformasi Makna Bermain Game Online Mobile Legends: Bang Bang. *JURNAL SIMBOLIKA Research And*

- Learning In Communication Study*, 9(2), 130–141.  
<https://doi.org/10.31289/Symbolika.V9i2.10262>
- Nixon Manurung. (2020). *Modul Sistem Endokrin* (Guepedia, Ed.; 1st Ed.). Quepedia.
- Nurlianawati, L., Fransiska Helena, D. M., Aep Indarna, A., Resna Novianti, W., Keperawatan, D., Keperawatan, F., & Bhakti Kencana, U. (2024). *SELAPARANG: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan Peningkatan Kesehatan Mental Remaja Melalui Terapi Brain Gym Dan Ice Breaking Di SMK Bhakti Kencana Soreang Kabupaten Bandung*.
- Oematan, G., & Oematan, G. (2021). Durasi Tidur Dan Aktivitas Sedentari Sebagai Faktor Risiko Hipertensi Obesitik Pada Remaja Sleep Duration And Sedentary Activity As A Risk Factor For Obesity Hypertension In Adolescents. *Ilmu Gizi Indonesia*.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2004). *Human Development* (Ed. 9). Mcgraw-Hill.
- Peltzer, K., & Pengpid, S. (2018). High Prevalence Of Depressive Symptoms In A National Sample Of Adults In Indonesia: Childhood Adversity, Sociodemographic Factors And Health Risk Behaviour. *Asian Journal Of Psychiatry*, 33, 52–59.  
<https://doi.org/10.1016/J.Ajp.2018.03.017>
- Peter, T. (1985). *Mengatasi Insomnia*. Arlan.
- Putri, N. K. R. A., Suarni, N. K., & Dharsana, I. K. (2022). Efektivitas Konseling REBT Pendekatan Teknik Self-Talk Untuk Menurunkan Tingkat Kecemasan Akademik Siswa Kelas X SMAN “A” Denpasar. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 8(2), 215. <https://doi.org/10.29210/1202222633>
- Putro, B. E., Mahadian, A. B., Sos, S., & Ikom, M. (2020). *Analisis Motivasi Pemain Game Dalam Melakukan Pembelian Virtual Pada Game Pubg Mobile Di Indonesia Analysis Of Game Players Motivation In Purchasing Virtual Purchases On The Mobile Pubg Game In Indonesia*. <https://www.pubgmobile.com/en-us/media.shtml>
- Qiu, S. Y., Yin, X. N., Yang, Y., Li, T., Lu, D., Li, J. M., Yang, W. K., Wen, G. M., Zhang, J. Y., Zhang, Y., Lei, H. Y., Wang, X., & Wu, J. B. (2024). Relationship Between Bedtime, Nighttime Sleep Duration, And Anxiety Symptoms In Preschoolers In China. *Frontiers In Psychology*, 15.  
<https://doi.org/10.3389/Fpsyg.2024.1290310>
- Rara, S. T., Yana, D., Be’na’, F., & Rattetiku, A. (2023). Upaya Mengatasi Prokrastinasi Akademik Siswa Smp Melalui Layanan Bimbingan Konseling. *Jip*, 1(4), 681–696.
- Reni Setiawati, O., & Gunado, A. (2019). Perilaku Agresif Pada Siswa Smp Yang Bermain Game Online. In *Maret* (Vol. 1, Issue 1).
- Rodriguez-Ayllon, M., Cadenas-Sánchez, C., & Estévez-López, F. (2019). Role Of Physical Activity And Sedentary Behavior In The Mental Health Of Preschoolers, Children And Adolescents: A Systematic Review And Meta-Analysis. *Sport Med*, 49, 1388–1410.
- Roehrs, T., & Roth, T. (2008). Caffeine: Sleep And Daytime Sleepiness. In *Sleep Medicine Reviews* (Vol. 12, Issue 2, Pp. 153–162).  
<https://doi.org/10.1016/J.Smr.2007.07.004>
- Sahlan Zamaa, M., Nur Annisa, A., Studi Ilmu Keperawatan, P., & Tinggi Ilmu Kesehatan Makassar, S. (2022a). *Hubungan Adiksi Game Online Dengan Gangguan Pola Tidur Pada Remaja*.

- Sahlan Zamaa, M., Nur Annisa, A., Studi Ilmu Keperawatan, P., & Tinggi Ilmu Kesehatan Makassar, S. (2022b). *Hubungan Adiksi Game Online Dengan Gangguan Pola Tidur Pada Remaja*.
- Saikia, A. M., Das, J., Barman, P., & Bharali, M. D. (2019). Internet Addiction And Its Relationships With Depression, Anxiety, And Stress In Urban Adolescents Of Kamrup District, Assam. *Journal Of Family And Community Medicine*, 26(2), 108–112. [https://doi.org/10.4103/Jfcm.JFCM\\_93\\_18](https://doi.org/10.4103/Jfcm.JFCM_93_18)
- Saleh, D. L. M. SKM., M. K. (2023). *Manajemen Teknik Relaksasi Otot Progresif Pada ATC* (I. H. Yanti & Y. Rahmadani, Eds.). DEEPUBLISH DIGITAL.
- Salsa Bellanisa, S. B., Adhia Garina, L., & Islami, U. (2023). Aktivitas Fisik Dan Kebiasaan Sedenter Memengaruhi Kesehatan Mental Pada Anak Di Masa Pandemi COVID-19. *Bandung Conference Series: Medical Science*, 3(1). <https://doi.org/10.29313/Bcsms.V3i1.6803>
- Sampasa-Kanyinga, H., Sampasa-Kanyinga, H., Colman, I., Colman, I., Goldfield, G. S., Goldfield, G. S., Janssen, I., Wang, J., Wang, J., Podinic, I., Podinic, I., Tremblay, M. S., Saunders, T. J., Sampson, M., Chaput, J. P., & Chaput, J. P. (2020). Combinations Of Physical Activity, Sedentary Time, And Sleep Duration And Their Associations With Depressive Symptoms And Other Mental Health Problems In Children And Adolescents: A Systematic Review. In *International Journal Of Behavioral Nutrition And Physical Activity* (Vol. 17, Issue 1). Biomed Central Ltd. <https://doi.org/10.1186/S12966-020-00976-X>
- Saputro, H., Fazrin, I., Surya, S., & Kediri, M. H. (2017). Penurunan Tingkat Kecemasan Anak Akibat Hospitalisasi Dengan Penerapan Terapi Bermain. *JKI (Jurnal Konseling Indonesia)*, 3(1), 9–12. <http://ejournal.unikama.ac.id/index.php/JKI>
- Sarwono, S. W. (2010). *Psikologi Remaja* (Revisi). PT Raja Grafindo.
- Setiawan, D., & Ari, F. R. R. (2021). Pemanfaatan Formal Element Dan Dramatic Element Pada Pembuatan Game Mini Battle Royale “Genius Hero.” *Journal Of Computer And Information Technology*, 4(2), 79–78.
- Setiawan, H. (2022). *Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi Di Masa Pandemi Covid-19*.
- Setiawan, S., & Muaz, A. (2022). *Dampak Game Online Mobile Legend Terhadap Kesehatan Mental Remaja (Studi Kasus Di Desa Munjul Blok Kedung Subur Kec. Astanajapura Kab. Cirebon)*.
- Setyaningrum, D. T., Metra, L. A., & Sukmawati, V. E. (2023). Postpartum Blues Pada Primipara (Ibu Dengan Kelahiran Bayi Pertama). *Jurnal Kesehatan Mahardika*, 10(1), 27–34. <https://doi.org/10.54867/Jkm.V10i1.158>
- Severo, R. B., Soares, J. M., Affonso, J. P., Giusti, D. A., De Souza Junior, A. A., De Figueiredo, V. L., Pinheiro, K. A., & Pontes, H. M. (2020). Prevalence And Risk Factors For Internet Gaming Disorder. *Brazilian Journal Of Psychiatry*, 42(5), 532–535. <https://doi.org/10.1590/1516-4446-2019-0760>
- Sholat, N., & Dwi Pratiwi, R. (2022a). Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Dengan Insomnia Pada Mahasiswa S1 Kesehatan Masyarakat Semester 1 Stikes Widya Dharma Husada Tangerang. In *Frame Of Health Journal* (Vol. 1).
- Sholat, N., & Dwi Pratiwi, R. (2022b). Hubungan Intensitas Penggunaan Media Sosial Dengan Insomnia Pada Mahasiswa S1 Kesehatan Masyarakat Semester 1 Stikes Widya Dharma Husada Tangerang. In *Frame Of Health Journal* (Vol. 1).
- Simon, E. Ben, Oren, N., Sharon, H., Kirschner, A., Goldway, N., Okon-Singer, H., Tauman, R., Deweese, M. M., Keil, A., & Hendlar, T. (2015). Losing Neutrality:

- The Neural Basis Of Impaired Emotional Control Without Sleep. *Journal Of Neuroscience*, 35(38), 13194–13205. <https://doi.org/10.1523/JNEUROSCI.1314-15.2015>
- Sinatra, F., & Olahraga, P. K. (2022). *Gangguan Kesehatan Pada Atlet E Sport Jatim Divisi Mobile Legends*.
- Stanczykiewicz, B., Banik, A., Knoll, N., Keller, J., Hohl, D. H., Rosińczuk, J., & Luszczynska, A. (2019). Sedentary Behaviors And Anxiety Among Children, Adolescents And Adults: A Systematic Review And Meta-Analysis. In *BMC Public Health* (Vol. 19, Issue 1). Biomed Central Ltd. <https://doi.org/10.1186/S12889-019-6715-3>
- Stevens, M. W., Dorstyn, D., Delfabbro, P. H., & King, D. (2021). Global Prevalence Of Gaming Disorder: A Systematic Review And Meta-Analysis. *Sage Journals*, 55(6), 553–568.
- Stuart, G. W. (2006). *Buku Saku Keperawatan Jiwa*. EGC.
- Sujoko, Anang. , M. Haboddin. , A. L. O. M. (2020). *Media Dan Dinamina Informasi*. Prenada Media.
- Sulu, E. H., Fatimawali, Kekenusa, S. J., & Manampiring, A. (2023). *Status Gizi Dengan Kualitas Hidup Kesehatan Siswa Smp Dan Sma Pada Era Covid-19 Di Kabupaten Minahasa Utara*. 4, 1739–1750.
- Suratmi, Abdullah, R., & Taufik, M. (2017). *Hubungan Antara Tingkat Kecemasan Dengan Hasil Belajar Mahasiswa Di Program Studi Pendidikan Biologi Untirta*.
- Suriah, S., Wulandari Bahri, N. T., & Rachmat, M. (2023). The Instances Of Insomnia Among Adolescents In High School Addicted To Online Games. *Qeios*, 1–11. <https://doi.org/10.32388/Oqh064>
- Suwanto, M. (2015). Implementasi Metode Bayesian Dalam Menentukan Kecemasan Pada HARS (Hamilton Anxiety Rating Scale). *Jurnal Universitas Muhammadiyah Jember*.
- Tri, J., Pusat, H., Pembiayaan, K., Iklim, P., Badan, D. M., Fiskal, K., & Keuangan, K. (2014). *KAWISTARA 271 VOLUME* (Vol. 4, Issue 3).
- Ulfa, M., Febriyani, U., Sani, N., & Nurmalasari, Y. (2019). Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati. In *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan* (Vol. 10, Issue 10). <http://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/kesehatan>
- Ulfa, M., Risdayani, D., & Si, M. (2017). Effect Of Addiction Online Game On Adolescent Behavior In Mabes Game Center Road Hr.Subrantas In Pekanbaru. In *JOM. FISIP* (Vol. 4, Issue 1).
- Usoh, T., Buanasari, A., Wowiling A-B Program Studi Ilmu Keperawatan, F., Kedokteran, F., Sam Ratulangi, U., & UPTD RSJ L Ratumbusang Manado, I. V. (2024). Studi Kualitatif Eksplorasi Dampak Game Online: Mobile Legends Terhadap Perilaku & Emosi Remaja Di Kabupaten Minahasa. In *Jurnal Keperawatan: Vol. Nn, No. X*.
- Utami, T., & Hodikoh, A. (2020). Kecanduan Game Online Berhubungan Dengan Penyesuaian Sosial Pada Remaja. *Jurnal Keperawatan*, 12(1), 17–22.
- Viviane, A. (2023). Hubungan Durasi Penggunaan Media Sosial Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha. *Universitas Pendidikan Ganesha*.



- Wahkidi, L., Puspitasari, E. S., Mariyati, & Tamrin. (2021). *Hubungan Tingkat Kecanduan Dengan Tingkat Kecemasan Pelaku Judi Online Di Wilayah Kecamatan Toroh*.
- Wang, M. H., Xiao, D. M., Liu, M. W., Lu, Y. A., & He, Q. Q. (2020). Relationship Between Sedentary Behaviour And Anxiety Symptoms Among Youth In 24 Low-And Middle-Income Countries. *Plos ONE*, 15(10 October). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0241303>
- Wong, D. F. K., Ng, T. K., Zhuang, X. Y., Wong, P. W. C., Leung, J. T. Y., Cheung, I. K. M., & Kendall, P. C. (2020). Cognitive-Behavior Therapy With And Without Parental Involvement For Anxious Chinese Adolescents: A Randomized Controlled Trial. *Journal Of Family Psychology*, 34(3), 353–363. <https://doi.org/10.1037/fam0000585>
- World Health Organization. (2020). *WHO Guidelines On Physical Activity And Sedentary Behavior*. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240015128>
- World Health Organization. (2021). *2020 WHO Guidelines On Physical Activity And Sedentary Behavior, Vol 3*. WHO.
- World Health Organization. (2022). *Remaja*.
- Yuliastika, T., & Fitriana Poerana, A. (2023). Motif Penggunaan Game Online Roblox Pada Anak Usia Sekolah. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan, Mei*, 9(9), 364–371. <https://doi.org/10.5281/zenodo.7953027>
- Zakiah, I. (2021). *Kecanduan Game Online Pada Remaja*.
- Zebeh, A. C. (2012). *Berburu Rupiah Lewat Game Online*. Bouna Books.
- Zul Kamal, N. S., & Wok, S. (2020). The Impact Of Online Gaming Addiction On Mental Health Among Iium Students. *International Journal Of Heritage, Art And Multimedia*, 3(11), 01–20. <https://doi.org/10.35631/ijham.311001>

# LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat permohonan menjadi responden

### **SURAT PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Nurhafidah

NIM : K012221041

Pekerjaan : Mahasiswa

Alamat : Jl Sahabat 3, Unhas Tamalanrea

Bermaksud untuk melakukan penelitian dengan judul **“Hubungan Perilaku Sedentari, Durasi Tidur Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Remaja Pecandu *Game Online* Di Kota Makassar”**. Penelitian ini tidak akan menimbulkan akibat yang merugikan bagi anda dan lingkungan anda sebagai responden. Kerahasiaan semua informasi akan dijaga dan dipergunakan untuk kepentingan penelitian. Jika anda bersedia menjadi responden, maka saya mohon kesediaan untuk menandatangani lembar persetujuan yang saya lampirkan.

Demikianlah permohonan ini saya sampaikan, dan atas partisipasinya saya ucapkan terimakasih.

Makassar, 2023

Peneliti

Nurhafidah

NIM K012221041

Lampiran 2. *Informed Consent*

**INFORMED CONSENT**  
**(Pernyataan Persetujuan Mengikuti Penelitian)**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama :

Umur :

Jenis Kelamin :

Kelas :

Alamat :

No. HP :

Telah mendapatkan penjelasan dengan jelas dan rinci mengenai tujuan penelitian yaitu sebagai kepentingan ilmiah guna menyelesaikan tugas akhir sebagai mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Hasanuddin. Saya percaya yang saya informasikan dijamin kerahasiaannya. Demikian secara sukarela dan tidak ada unsur paksaan dari siapapun, saya bersedia berperan serta dalam penelitian.

Makassar, 2023

Peneliti Responden

Nurhafidah \_\_\_\_\_

## Lampiran 3. Karakteristik Responden

<b>Kode Responden :</b>
-------------------------

**LEMBAR KUESIONER**  
**HUBUNGAN PERILAKU SEDENTARI DAN DURASI TIDUR TERHADAP**  
**TINGKAT KECEMASAN PADA REMAJA PECANDU GAME ONLINE**  
**DI KOTA MAKASSAR 2023**

**PETUNJUK PENGISIAN KUESIONER**

1. Bacalah dengan teliti setiap pertanyaan. Kemudian jawablah pertanyaan sesuai dengan keadaan anda yang sesungguhnya. Apabila terdapat pertanyaan yang tidak dimengerti dapat menanyakan kepada pihak kami
2. Isilah titik yang tersedia dengan jawaban yang benar
3. Pilihlah 1 jawaban dengan memberikan tanda centang ( ) kolom yang telah disediakan
4. Dalam kuesioner ini tidak terdapat penilaian benar atau salah, semua jawaban dianggap benar jika anda memberikan jawaban sesuai dengan keadaan anda sebenarnya.

**A. Karakteristik Responden**

Nama (Inisial) : .....

Jenis Kelamin :  Laki-laki  Perempuan

Umur Responden : .....Tahun

Kelas :  VII (Tujuh)  VIII (Delapan)

No. HP/WA : .....

Eksrakurikuler sekolah : .....

yang diikuti : .....

(bisa lebih dari satu) .....

Status tempat tinggal :  Tinggal Bersama orangtua Tinggal Bersama keluarga lainnya Tinggal mengontrak/kostPekerjaan Ayah :  PNS  Pegawai Swasta Wiraswasta  TNI/Polri

Lainnya, Sebutkan .....

Pekerjaan Ibu :  PNS  Pegawai Swasta Wiraswasta  TNI/Polri

Lainnya, Sebutkan .....

Game Online

yang sering dimainkan  : Mobile Legends  PUBG Mobile

Free Fire

Higgs Domino

MineCraft

Stumble Guys

Lainnya, Sebutkan .....









No	Aktivitas Perilaku Sedentari	Tidak ada	15 menit atau kurang	30 menit	1 jam	2 jam	3 jam	4 jam	5 jam	6 jam/ lebih
10	Duduk bersantai (mengobrol dengan teman secara langsung/tatap muka atau menggunakan telepon/HP)									
11	Bermain/berlatih alat musik									
12	Kegiatan keagamaan atau pergi ke sekolah									

13. Kegiatan apa saja yang anda lakukan sepulang sekolah? Sebutkan dan berapa lama anda melakukan aktifitas tersebut !

**Jawab :**

14. Kegiatan apa saja yang anda lakukan di hari Sabtu dan Minggu? Sebutkan dan berapa lama anda melakukan aktifitas tersebut !

**Jawab :**

15. Berapa lama anda bermain game online dalam sehari sepulang sekolah?

**Jawab :**

16. Berapa lama anda bermain game online di hari Sabtu dan Minggu?

**Jawab :**

## Lampiran 5. Kuesioner Durasi Tidur

<b>Kode Responden :</b>
-------------------------

**KUESIONER DURASI TIDUR****Petunjuk pengisian :**

- a. Daftar pertanyaan dibawah ini mengukur mengenai durasi tidur
- b. Isilah titik-titik sesuai dengan keadaan anda
- c. Bila ada yang kurang dimengerti dapat ditanyakan pada peneliti

1. Jam berapa biasanya anda mulai tidur malam?

: .....

2. Berapa lama anda biasanya terbangun ditengah malam?

: .....

3. Jam berapa anda biasanya bangun pagi?

: .....

4. Berapa lama anda tidur disiang hari?

: .....

Lampiran 5. Kuesioner *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS)

<b>Kode Responden :</b>
-------------------------

**KUESIONER HAMILTON ANXIETY RATING SCALE (HARS)**

Petunjuk Pengisian :

1. Daftar pertanyaan dibawah ini mengukur mengenai tingkat kecemasan
2. Isilah pertanyaan dengan memberi tanda checklist ( ) pada jawaban yang paling benar
3. Bila ada yang kurang dimengerti dapat ditanyakan pada peneliti
4. Cara penilaian tingkat kecemasan adalah memberikan nilai dengan kategori :
  - 0 : Tidak ada gejala sama sekali
  - 1 : Gejala ringan
  - 2 : Gejala sedang
  - 3 : Gejala berat
  - 4 : Gejala sangat berat/panik

No	Gejala Kecemasan	Nilai Angka (score)				
		0	1	2	3	4
1	<i>Perasaan cemas (anxietas)</i>					
	Cemas					
	Firasat buruk					
	Takut akan pikiran sendiri					
	Mudah tersinggung					
2	<i>Ketegangan</i>					
	Merasa tegang					
	Lesu					
	Tidak bisa istirahat tenang					
	Mudah terkejut					
	Mudah menangis					
	Gemetar					
	Gelisah					
3	<i>Ketakutan</i>					
	Pada gelap					

No	Gejala Kecemasan	Nilai Angka (score)				
		0	1	2	3	4
	Pada orang asing					
	Ditinggal sendiri					
	Pada binatang besar					
	Pada keramaian lalu lintas					
	Pada kerumunan banyak orang					
4	<i>Gangguan tidur</i>					
	Sukar tidur					
	Terbangun malam hari					
	Tidur tidak nyenyak					
	Bangun dengan lesu					
	Banyak mimpi-mimpi					
	Mimpi buruk					
	Mimpi menakutkan					
5	<i>Gangguan kecerdasan</i>					
	Sukar konsentrasi					
	Daya ingat menurun					
	Daya ingat buruk					
6	<i>Perasaan depresi (murung)</i>					
	Hilangnya minat					
	Berkurangnya kesenangan pada hobi					
	Sedih					
	Bangun dini hari					
	Perasaan berubah-ubah sepanjang hari					
7	<i>Gejala somatic atau fisik (otot)</i>					
	Sakit dan nyeri di otot-otot					
	Kaku					
	Kedutan otot					
	Gigi gemerutuk					
	Suara tidak stabil					
8	<i>Gejala somatic atau fisik (sensorik)</i>					
	Tinnitus (telinga berdenging)					
	Penglihatan kabur					
	Muka merah atau pucat					
	Merasa lemas					
	Perasaan ditusuk-tusuk					
9	<i>Gejala kardiovaskuler (jantung dan pembuluh darah)</i>					
	Takikardi (denyut jantung cepat)					
	Berdebar-debar					
	Nyeri di dada					
	Denyut nadi mengeras					
	Rasa lesu atau lemas seperti mau pingsan					
	Detak jantung menghilang (berhenti sekejap)					
10	<i>Gejala respiratory (pernafasan)</i>					
	Rasa tertekan atau sempit di dada					

No	Gejala Kecemasan	Nilai Angka (score)				
		0	1	2	3	4
	Tercekik					
	Sering menarik nafas					
	Nafas pendek atau sesak					
11	<i>Gejala gastrointestinal (pencernaan)</i>					
	Sulit menelan					
	Perut melilit					
	Gangguan pencernaan					
	Nyeri sebelum dan sesudah makan					
	Perasaan terbakar di perut					
	Rasa penuh (kembung)					
	Mual					
	Muntah					
	BAB lembek					
	Sukar BAB (konstipasi)					
	Kehilangan berat badan					
12	<i>Gejala urogenital (perkemihan dan kelamin)</i>					
	Sering buang air kecil					
	Tidak dapat menahan air seni					
	Tidak datang bulan (haid)					
	Darah haid berlebihan					
	Darah haid amat sedikit					
	Masa haid berkepanjangan					
	Masa haid amat pendek					
	Haid beberapa kali dalam sebulan					
	Menjadi dingin (frigid)					
	Ejakulasi dini					
	Ereksi melemah					
	Ereksi hilang					
	Impotensi					
13	<i>Gejala autonom</i>					
	Mulut kering					
	Muka merah					
	Mudah berkeringat					
	Kepala pusing					
	Kepala terasa berat					
	Kepala terasa sakit					
	Bulu-bulu berdiri					
14	<i>Tingkah laku</i>					
	Gelisah					
	Tidak tenang					
	Jari gemetar					
	Kerut kening					
	Muka tegang					
	Otot tegang (mengeras)					

No	Gejala Kecemasan	Nilai Angka (score)				
		0	1	2	3	4
	Nafas pendek dan cepat					
	Muka merah					

15. Mengapa anda memberi skor (0/1/2/3/4) pada item tersebut ?

a. Perasaan cemas : .....

b. Ketegangan : .....

c. Ketakutan : .....

d. Gangguan tidur : : .....

e. Gangguan kecerdasan : .....

f. Gangguan depresi : : .....

g. Gejala somatik/fisik (otot) : : .....

h. Gejala somatik/otot (sensorik) : : .....

i. Gejala kardiovaskuler : : .....

j. Gejala respiratory : : .....

k. Gejala gastrointestinal : : .....

l. Gejala urogenital : : .....

m. Gejala autonomy : : .....

n. Tingkah laku : : .....

Lampiran 6. Kuesioner Kecanduan *Game Online*

<b>Kode Responden :</b>
-------------------------

**Kuesioner Kecanduan *Game Online***

Petunjuk pengisian :

- a. Jawablah pertanyaan singkat dibawah ini terlebih dahulu sebelum memberikan jawaban pada tabel.

**1. Apakah anda pernah dan sering bermain *game online*?** Ya Tidak

- b. Pilihlah salah satu dari 4 alternatif jawaban untuk menjawab pertanyaan dibawah Ini yang menggambarkan diri anda

4 Alternatif jawaban yang disediakan, diantaranya sebagai berikut:

**SS : Sangat Sering****S : Sering****J : Jarang****TP: Tidak Pernah**

No	Pernyataan	SS	S	J	TP
1	Saya selalu terpikir untuk bermain <i>game online</i>				
2	Saya menghabiskan banyak waktu luang untuk bermain <i>game online</i>				
3	Saya merasa telah kecanduan bermain <i>game online</i>				
4	Setiap saya bangun pagi hal yang sering saya pikirkan adalah tentang <i>game online</i>				
5	Saya bermain <i>game online</i> lebih lama dari waktu yang saya bayangkan				
6	Saya menambah jumlah waktu untuk bermain <i>game online</i> setiap harinya				
7	Saya merasa kesulitan untuk berhenti bermain <i>game online</i> ketika telah memulainya				
8	Saya lebih banyak menghabiskan waktu untuk bermain <i>game online</i> daripada membaca buku pelajaran				



No	Pernyataan	SS	S	J	TP
9	Saat bermain <i>game online</i> saya dapat sejenak melupakan masalah saya				
10	Dengan bermain <i>game online</i> saya tidak merasa stres				
11	Perasaan saya terasa lebih bahagia saat bermain <i>game online</i>				
12	Ketika saya merasa bosan saya akan bermain <i>game online</i>				
13	Saya tidak berusaha untuk mengurangi waktu bermain <i>game online</i>				
14	Saya telah mencoba untuk mengurangi waktu bermain <i>game online</i> , akan tetapi saya gagal				
15	Keinginan untuk bermain <i>game online</i> kembali muncul saat melihat teman saya bermain <i>game online</i> , meskipun saya sudah berhenti				
16	Saya selalu gagal ketika menahan diri untuk tidak bermain <i>game online</i>				
17	Saya merasakan perasaan yang buruk ketika tidak dapat bermain <i>game online</i>				
18	Saya akan marah ketika tidak dapat bermain <i>game online</i>				
19	Saya merasa stress jika tidak dapat bermain <i>game online</i>				
20	Saya merasa frustrasi ketika tidak dapat bermain <i>game online</i>				
21	Saya pernah berkelahi/berkata kasar dengan player lain disaat bermain <i>game online</i>				
22	Saya pernah mengabaikan perintah orang tua ketika bermain <i>game online</i>				
23	Saya pernah dimarahi orang tua saya karena keasyikan bermain <i>game online</i>				
24	Saya pernah berbohong kepada orang tua/teman/guru, tentang seberapa lama saya bermain <i>game online</i>				
25	Saya kurang tidur karena bermain <i>game online</i>				
26	Mata saya sering terasa sakit akibat terlalu lama bermain <i>game online</i>				
27	Saya lupa untuk makan karena keasyikan bermain <i>game online</i>				
28	Pada pagi hari saya sering merasa ngantuk karena bermain <i>game online</i> hingga larut malam				

## Lampiran 7. Surat izin pengambilan data penelitian

**PEMERINTAH KOTA MAKASSAR**  
**DINAS PENDIDIKAN**

Jl. Anggrek No.2 Kel. Paropo Kec. Panakkukang  
Kota Makassar 90231 Sulawesi Selatan  
Website : <https://disdik.makassar.go.id/> ; email : [disdikkotamaks@gmail.com](mailto:disdikkotamaks@gmail.com)

Makassar, 11 Desember 2023

Nomor : 7793/Dikdas/XII/2023  
Lamp : -  
Perihal : Izin kegiatan

Kepada  
Yth. UPT SPF SMPN 25 Makassar  
  
Di  
Makassar

Dengan Hormat, berdasarkan surat dari Fakultas Kesehatan Masyarakat Nomor : 27310/UN4.14.1/PT.01.04/2023 tanggal 28 November 2023 tentang permohonan Data Awal terhadap Peserta Didik yang kecanduan Game Online di UPT SPF SMPN 25 Makassar,


Nama : Nurhafidah  
No. Pokok : K012221041  
Program Studi : S2 Ilmu Kesehatan Masyarakat

Sehubungan dengan hal tersebut, kami sampaikan bahwa pada prinsipnya permohonan saudara dapat disetujui dengan ketentuan :

1. Berkoordinasi dengan Kepala Sekolah yang bersangkutan;
2. Mengikuti peraturan dan perundang-undangan yang berlaku;
3. Tidak mengganggu proses belajar mengajar di sekolah;
4. Tidak membebani biaya terhadap sekolah maupun orang tua siswa;
5. Membuat laporan kepada Dinas Pendidikan Kota Makassar paling lambat 3 (tiga) hari setelah kegiatan dilaksanakan;
6. Surat izin ini berlaku sejak tanggal ditetapkan dan berakhir pada tanggal 14 Desember 2023;
7. Tetap Menerapkan Protokol Kesehatan.


Demikian surat izin ini di sampaikan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Kepala Dinas,

  
**H. MUHYIDDIN, SE., MM**  
Pangkat: Pembina Utama Muda  
MP : 19680417 199401 1 002

Tembusan :  
1. Walikota Makassar sebagai laporan;  
2. Kepala Sekolah yang bersangkutan;  
3. Pertinggal.

Dinas Pendidikan Kota Makassar  
1. (U) / (P) No. 1 Tahun 2008 Paper 3 Size 1 "Peraturan Daerah Kota Makassar, Sulawesi Selatan tentang Pembentukan Peraturan Daerah Kota Makassar" 2. Dokumen ini wajib dipergunakan secara sah dan benar, untuk keperluan yang sah dan benar.





**PEMERINTAH PROVINSI SULAWESI SELATAN  
DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU**

Jl. Bougenville No.5 Telp. (0411) 441077 Fax. (0411) 448936  
Website : <http://simap-new.sulselprov.go.id> Email : [ptsp@sulselprov.go.id](mailto:ptsp@sulselprov.go.id)  
Makassar 90231

Nomor	: 2686/S.01/PTSP/2024	Kepada Yth.
Lampiran	: -	Walikota Makassar
Perihal	: <u>Izin penelitian</u>	

di-  
Tempat

Berdasarkan surat Dekan Fak. Kesehatan Masyarakat UNHAS Makassar Nomor : 01114/UN4.14.1/PT.01.04/2024 tanggal 02 Februari 2024 perihal tersebut diatas, mahasiswa/peneliti dibawah ini:

N a m a	: NURHAFIDAH
Nomor Pokok	: K012221041
Program Studi	: Kesehatan Masyarakat
Pekerjaan/Lembaga	: Mahasiswa (S2)
Alamat	: Jl. P. Kemerdekaan Km. 10 Makassar PROVINSI SULAWESI SELATAN

Bermaksud untuk melakukan penelitian di daerah/kantor saudara , dengan judul :

**" HUBUNGAN PERILAKU SEDENTARI DAN DURASI TIDUR TERHADAP TINGKAT KECEMASAN  
PADA REMAJA PECANDU GAME ONLINE DI KOTA MAKASSAR "**

Yang akan dilaksanakan dari : Tgl. **12 Februari s/d 12 Maret 2024**

Sehubungan dengan hal tersebut diatas, pada prinsipnya kami **menyetujui** kegiatan dimaksud dengan ketentuan yang tertera di belakang surat izin penelitian.

Demikian Surat Keterangan ini diberikan agar dipergunakan sebagaimana mestinya.

Diterbitkan di Makassar  
Pada Tanggal 03 Februari 2024

**KEPALA DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU  
SATU PINTU PROVINSI SULAWESI SELATAN**



**ASRUL SANI, S.H., M.Si.**  
Pangkat : PEMBINA TINGKAT I  
Nip : 19750321 200312 1 008

Tembusan Yth  
1. Dekan Fak. Kesehatan Masyarakat UNHAS Makassar di Makassar;  
2. *Pertinggal.*



**PEMERINTAH KOTA MAKASSAR**  
 DIHIMPUNG OLEH BIDANG MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU  
 Jl. Jendral Ahmad Yani J. a. 2 Makassar 90171  
 Website: dpmpstp.makassarkota.go.id



**SURAT KETERANGAN PENELITIAN**

Nomor: 070/1281/SKP/SB/DPMPSTP/2/2024

**DASAR:**

- Peraturan Menteri Dalam Negeri Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2018 tentang Penerbitan Keterangan Penelitian.
- Peraturan Daerah Nomor 8 Tahun 2016 tentang Pembentukan Organisasi Perangkat Daerah
- Peraturan Walikota Nomor 4 Tahun 2023 tentang Penyelenggaraan Perizinan Berbasis Resiko, Perizinan Non Berusaha dan Non Perizinan
- Keputusan Walikota Makassar Nomor 954/503 Tahun 2023 Tentang Pendelegasian Kewenangan Perizinan Berusaha Berbasis Resiko, Perizinan Non Berusaha dan Non Perizinan yang Menjadi Kewenangan Pemerintah Daerah Kepada Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Kota Makassar Tahun 2023
- Surat Kepala Dinas Penanaman Modal Dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Sulawesi Selatan nomor 2686/S.01/PTSP/2024, Tanggal 03 Februari 2024
- Rekomendasi Teknis Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kota Makassar nomor 1278/SKP/SB/BKBP/2/2024

**Dengan Ini Menerangkan Bahwa :**

Nama	:	NURHAFIDAH
NIM / Jurusan	:	K012221041 / Kesehatan Masyarakat
Pekerjaan	:	Mahasiswa (S2) / Universitas Hasanuddin
Alamat	:	Jl. P. Kemerdekaan Km. 10, Makassar
Lokasi Penelitian	:	Terlampir,-
Waktu Penelitian	:	12 Februari 2024 - 12 Maret 2024
Tujuan	:	Tesis
Judul Penelitian	:	“ HUBUNGAN PERILAKU SEDENTARI DAN DURASI TIDUR TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PADA REMAJA PECANDU GAME ONLINE DI KOTA MAKASSAR ”

Dalam melakukan kegiatan agar yang bersangkutan memenuhi ketentuan sebagai berikut:

- Surat Keterangan Penelitian ini diterbitkan untuk kepentingan penelitian yang bersangkutan selama waktu yang sudah ditentukan dalam surat keterangan ini.
- Tidak dibenarkan melakukan penelitian yang tidak sesuai / tidak ada kaitannya dengan judul dan tujuan kegiatan penelitian.
- Melaporkan hasil penelitian kepada Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kota Makassar melalui email [bidangpoldagrikesbangpolmks@gmail.com](mailto:bidangpoldagrikesbangpolmks@gmail.com).
- Surat Keterangan Penelitian ini dicabut kembali apabila pemegangnya tidak menaati ketentuan tersebut diatas.



**Ditetapkan di Makassar**

**Pada tanggal: 2024-02-07 13:50:43**

Ditandatangani secara elektronik oleh  
 KEPALA DINAS PENANAMAN MODAL  
 DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU  
 KOTA MAKASSAR  
  
 HELMY BUDIMAN, S.STP., M.M.

Tembusan Kepada Yth:

- Pimpinan Lembaga/Instansi/Perusahaan Lokasi Penelitian;

## Lampiran 9. Dokumentasi



**Gambar 5.1** Pengisian kuesioner pengambilan data awal



**Gambar 5.2** Pengisian kuesioner penelitian