

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**HUBUNGAN ANTARA KECANDUAN GAME ONLINE
DENGAN KUALITAS TIDUR PADA SISWA KELAS XI
SMA N 1 HARAU**

SKRIPSI

UIN SUSKA RIAU

OLEH :

ZETRIAL**NIM: 11361100622**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SULTAN SYARIF KASIM RIAU
PEKANBARU**

2021



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.


PENGESAHAN PENGUJIAN


Skripsi yang ditulis oleh :
 Nama Mahasiswa : Zetrial
 NIM : 11361100622
 Judul Skripsi : Hubungan antara kecanduan game online dengan kualitas tidur pada siswa kelas XI SMA N 1 Harau


Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian Sarjana Strata Satu (S1) Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, dan disetujui untuk memenuhi sebagian dari syarat-syarat guna memperoleh gelar Sarjana Strata Satu (S1) Psikologi. Diuji pada :


Hari / Tanggal : 15 , Februari 2021
 Bertepatan dengan : Jumadil Akhir 1442 H

TIM PENGUJI,


 (.....) **Ketua,**
Dr. Hj. Zuhidah, Mpd
NIP. 199604231994032


 (.....) **Sekretaris,**
Drs. Cipto Hadi, M.Pd
NIP. 196707081998021001


 (.....) **Penguji I,**
Yuli Widiningsih, S.Psi, Mpsi, Psikolog
NIP: 197607192007102004


 (.....) **Penguji II,**
Salmiyati, M.Psi
NIP. 198808172019032013



**HUBUNGAN ANTARA KECANDUAN GAME ONLINE DENGAN
KUALITAS TIDUR PADA SISWA KELAS XI SMA NEGERI 1 HARAU**

Disusun Oleh:

ZETRIAL
NIM: 11361100622

SKRIPSI

**Telah diterima dan disetujui untuk dimunaqasyahkan
Dalam sidang panitia ujian strata satu (S1)
Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri
Sultan Syarif Kasim Riau**

Pekanbaru, Januari 2021

Pembimbing

Drs. Cipto Hadi, M.Pd
NIP. 196707081998021001

UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

MOTTO

Karena sesungguhnya sesudah kesulitan ada kemudahan.Sesungguhnya sesudah kesulitan ada kemudahan.Maka apabila kamu telah selesai dengan sesuatu urusan maka kerjakanlah dengan sungguh-sungguh urusan yang lain.Dan hanya kepada tuhanmulah hendaknya kamu berharap

(Q.S Al-Insyrah :5-8)

Tidak aku ciptakan jin dan manusia kecuali untuk menyembah dan beribadah kepadaku

(Q.S Az-zariyat :56)

Barangsiapa yang harinya lebih baik dan hari kemarin maka dia termasuk orang yang beruntung,Barangsiapa yang harinya sama dengan kemarin dia adalah orang yang merugi,Barang siapa yang hari ini lebih baik dari hari kemarin maka dia celaka

(Ali bin Abi Thalib)

Mulai dengan Bismillah,akhiri dengan Alhamdulillah,nikmati prosenya,niatkan untuk ibadah,selalu bersungguh-sungguh siapa yang bersungguh-sungguh maka dia akan mendapat,jangan pernah menyerah,tetap semangat,seberapa besar mimpimu seberapa besar usahamu untuk meraihnya

(Zetrial)

UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

PERSEMBAHAN

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Alhamdulillah

Skripsi ini dipersembahkan kepada yang Terkasih

Ayahanda

Ibunda

Yang tak kenal lelah mendukung, mendoakan, dan memfasilitasi berbagai hal demi perjalanan menjadi sarjana. Terima kasih yang tidak hingga.

UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan puji dan syukur atas kehadiran Allah Subhana Waa Ta'ala, karena berkat rahmat dan hidayah-Nya Shalawat serta salam semoga selalu menyertai Nabi Muhammad SAW. Alhamdulillah berkat rahmat dan hidayah Allah SWT penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul Hubungan Antara Kecanduan Game Online Dengan Kualitas Tidur Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Harau dengan baik. Skripsi ini merupakan bukti dan syarat penyelenggaraan program studi S1 pada Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim.

Penulis menyadari bahwa dalam proses penyelesaian skripsi ini masih banyak terdapat kekurangan. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari berbagai pihak demi kesempurnaan skripsi ini. penyelesaian skripsi ini tidak terlepas dari motivasi, bantuan serta bimbingan dari berbagai pihak baik langsung maupun tidak langsung. Dalam kesempatan ini dengan kerendahan hati penulis mengucapkan terima kasih kepada :

Bapak Prof. Dr. KH. Ahmad Mujahid M.Ag., selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

Bapak Prof. Dr. Hairunnas Rajab, M.Ag, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Negeri Islam Riau.

Bapak Dr. H. Yasmaruddin Bardansyah, Lc. M.A, selaku Wakil Dekan I. Fakultas Psikologi Universitas Negeri Islam Riau. Wakil Dekan II Ibu Dr.Hj.

Zulhidah, M.Pd, Ibu Wakil Dekan III Dr. Hj. Nurhasnawati, M.Pd.

Terimakasih telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk menimba

ilmu di Fakultas Psikologi UIN SUSKA RIAU, memberikan fasilitas untuk belajar dengan nyaman dan memberikan kesempatan kepada peneliti untuk merasakan betapa luar biasanya menjadi seorang mahasiswa.

Bapak Drs. Cipto Hadi, M.Pd, selaku pembimbing yang baik serta sabar dalam membimbing peneliti, terimakasih telah banyak menyediakan waktu, ilmu, motivasi, dan arahan dengan penuh keihlasan sehingga skripsi ini dapat diselesaikan.

Ibu Yuli Widiningsih, M.Psi selaku narasumber I dan Ibu Salmiyati, M.Psi, Psikolog selaku narasumber II yang baik dan sabar membimbing peneliti, terimakasih telah banyak menyediakan waktu, ilmu, motivasi, dan arahan dengan penuh keikhlasan sehingga skripsi ini dapat diselesaikan.

6. Seluruh Bapak dan Ibu dosen Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau yang tidak bisa disebutkan satu persatu, terimakasih telah banyak mengajarkan ilmu-ilmunya dalam perkuliahan. Tanpa Bapak dan Ibu, kami tidak bisa seperti sekarang ini.

Seluruh Staf Karyawan Fakultas Psikologi Universitas Sultan Syarif Kasim Riau. Yang telah membantu baik selama masa perkuliahan maupun dalam penyelesaian skripsi.

Teristimewa skripsi ini peneliti persembahkan untuk teman-teman jurusan Psikologi angkatan 2013 yang memberikan dukungan dan semangat.

Teman-teman mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau angkatan 2014 yang telah banyak memberikan bantuan dan dukungan serta semua pihak yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan sehingga kritik dan saran sangat peneliti harapkan. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi masyarakat pada umumnya dan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau khususnya dan ilmu umum secara keseluruhan.

Pekanbaru, Desember 2021

Peneliti

UIN SUSKA RIAU



DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	
MOTTO	i
HALAMAN PERSEMBAHAN	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
ABSTRAK	xii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	9
C. Tujuan Penelitian	9
D. Keaslian Penelitian	9
E. Manfaat Penelitian	11
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Kualitas Tidur	12
B. Kecanduan Game Online	27
C. Kerangka Berpikir	33
D. Hipotesis	38
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Desain Penelitian	39
B. Variabel Penelitian	39
C. Definisi Operasional	40
D. Populasi dan Sampel	41
E. Metode Pengumpulan Data	42
F. Analisis Data	46
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Pelaksanaan Penelitian	47

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

B. Hasil Penelitian..... 48

C. Pembahasan 56

BAB V PENUTUP

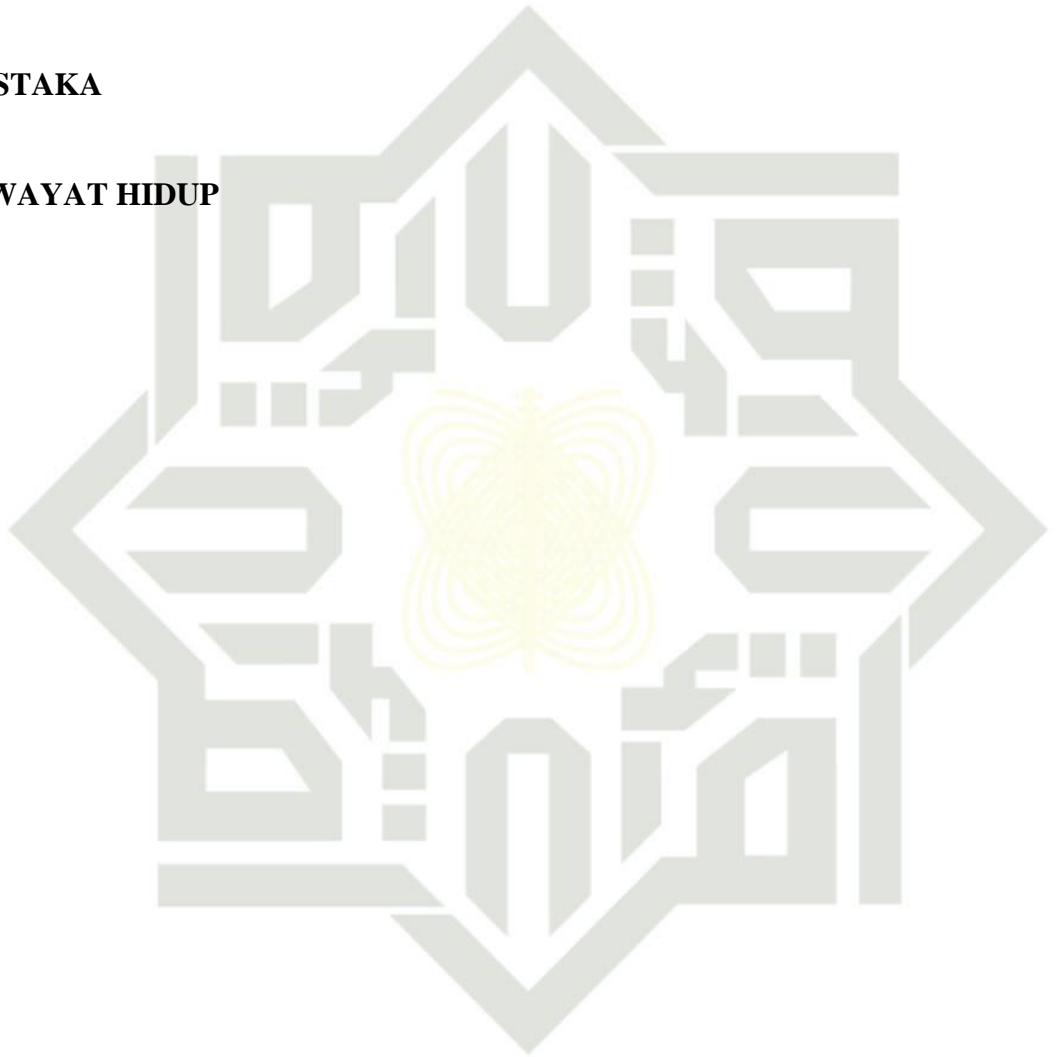
A. Kesimpulan..... 61

B. Saran..... 61

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



UIN SUSKA RIAU



DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1	Kebutuhan tidur manusia berdasarkan usia	7
Tabel 3. 1	Populasi dan Sampel	44
Tabel 3.2	Blueprint Skala Kecanduan <i>game online</i> (untuk <i>try out</i>).....	45
Tabel 3. 3	Penentuan Nilai Skala	46
Tabel 3. 4	Blue print skala kualitastidur	47
Tabel 3.5	Blue print Skala Kecanduan <i>game online</i> (riset)	49
Tabel 3.6	Blue print Skala Kualitas tidur (riset)	50
Tabel 4.1	Hasi Uji Normalitas	54
Tabel 4.2	Hasil Uji Linearitas	55
Tabel 4.3	Hasil Uji Hipotesis	56
Tabel 4.4	Penafsiran Koefisien Korelasi.....	57
Tabel 4.5	Hasil Sumbangsih Efektivitas kecanduan <i>game online</i> dengan kualitas tidur	57
Tabel 4.6	Hasil Sumbangan Efektif tiap Aspek kecanduan <i>game online</i>	57
Tabel 4.7	Norma Tiga Kategorisasi	59
Tabel 4.8	Norma Dua Kategorisasi	59
Tabel 4.9	Gambaran Hipotetik dan Empirik Variabel Kecanduan <i>game online</i> (X)	60
Tabel 4.10	Kategori Variabel Kecanduan <i>Game Online</i>	60
Tabel 4.11	Gambaran Hipotetik dan Empirik Variabel Skala Kualitas Tidur ..	61
Tabel 4.12	Kategori Variabel Kualitas Tidur.....	61

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN A	LEMBAR VALIDASI SKALA KECANDUAN GAME ONLINE
LAMPIRAN B	LEMBAR VALIDASI SKALA KUALITAS TIDUR SISWA
LAMPIRAN C	SKALA TRYOUT KECANDUAN GAME ONLINE DAN KUALITAS TIDUR SISWA
LAMPIRAN D	TABULASI DATA TRY OUT KECANDUAN GAME ONLINE DAN KUALITAS TIDUR SISWA
LAMPIRAN E	HASIL UJI RELIABILITAS DAN VALIDITAS TRYOUT
LAMPIRAN F	SKALA PENELITIAN KECANDUAN GAME ONLINE DAN KUALITAS TIDUR SISWA
LAMPIRAN G	TABULASI DATA PENELITIAN KECANDUAN GAME ONLINE DAN KUALITAS TIDUR SISWA
LAMPIRAN H	UJI NORMALITAS
LAMPIRAN I	UJI LINEARITAS
LAMPIRAN J	UJI HIPOTESIS
LAMPIRAN K	SUMBANGAN EFEKTIF
LAMPIRAN L	SURAT PENELITIAN

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

HUBUNGAN ANTARA KECANDUAN GAME ONLINE DENGAN KUALITAS TIDUR PADA SISWA KELAS XI SMA N 1 HARAU

Oleh:

Zetrial

Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

ABSTRAK

Pentingnya kualitas tidur bagi siswa akan berdampak pada proses pembelajaran siswa di sekolah. Kualitas tidur yang baik akan mengembalikan konsentrasi dan kebugaran dalam belajar. Bermain *game online* secara berlebihan dapat berdampak pada kualitas tidur siswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecanduan game online dengan kualitas tidur pada siswa kelas XI SMA Negeri 1 Harau. Sampel dalam penelitian ini adalah 186 siswa yang diambil dengan teknik *stratified random sampling* dengan jumlah 75 siswa dari XI IPA dan 111 siswa dari XI IPS. Hasil analisis di dapatkan menggunakan analisis product moment di peroleh korelasi koefisien R (-0,475) dan signifikan 0,000. Adanya hubungan yang berarti signifikan antara kecanduan game online dengan kualitas tidur pada siswa kelas XI SMAN 1 Harau dalam arti kata semakin tinggi kecanduan game online maka semakin buruk (rendah kualitas tidur siswa). Sebaliknya semakin rendah kecanduan game online semakin baik kualitas tidur siswa kelas XI SMAN 1 Harau. Hal ini berarti hipotesis yang di ajukan peneliti diterima.

Kata kunci: Kecanduan game online, Kualitas tidur

UIN SUSKA RIAU



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

THE CORRELATION BETWEEN ONLINE GAME ADDICTION AND SLEEP QUALITY OF STUDENTS' XI GRADE OF SMA N 1 HARAU

By:

Zetrial

Faculty of Psychology, State Islamic University Sultan Syarif Kasim Riau

ABSTRACT

The importance of the quality of sleep for students will have an impact on the learning process of students at school. Good quality sleep will restore concentration and fitness in studying. Playing online games excessively can have an impact on the quality of student sleep. This study aims to determine the correlation between online game addiction and sleep quality in class XI students of SMA Negeri 1 Harau. The sample in this study were 186 students who were taken by using stratified random sampling technique by selected 75 from XI IPA and 111 from XI IPS. The results of the analysis are obtained using product moment analysis, the correlation coefficient is obtained R (-0.475) and is significant 0.000. There is a significant correlation between online game addiction and sleep quality of students' XI grade of SMAN 1 Harau, the higher the online game addiction, the worse (the lower the student's sleep quality). On the other hand, the lower the online game addiction, the better the sleep quality of the XI grade students of SMAN 1 Harau. This means that the hypothesis proposed by the researcher is accepted.

Keywords: Online game addiction, sleep quality

UIN SUSKA RIAU



BAB I PENDAHULUAN

A Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa anak menuju ke masa dewasa. Pada masa ini anak ditandai dengan pertumbuhan dan perkembangan fisik, mental, dan emosional (Hurlock 2010). Masa remaja pun dihadapkan dengan berbagai kebutuhan-kebutuhan baik itu kebutuhan fisiologis maupun kebutuhan psikologis, banyak hal yang mempengaruhi kebutuhan fisiologis dan psikologis tersebut. Salah satu yang mempengaruhi ialah kebutuhan akan tidur (Perry & Potter 2006).

Tidur menjadi proses normal yang kita alami baik siang maupun malam. Karena dianggap sesuatu yang alami dan manusiawi banyak orang yang menganggap remeh kesehatan tidur. Ketidakpedulian terhadap tidur menimbulkan banyak anggapan keliru tentang tidur, banyak yang menganggap tidur sebagai fase pasif dari kehidupan padahal tidur sebenarnya adalah fase aktif (Prasadj, 2009). Tidur terkadang sering dipandang sebelah mata dan diabaikan akan tetapi peranya begitu besar dalam keseimbangan hidup manusia, tidur merupakan kebutuhan dasar manusia termasuk dalam kebutuhan *fisiologis* yaitu kebutuhan yang sangat primer dan mutlak harus dipenuhi untuk memelihara *homeostatis biologis* dan kelangsungan hidup bagi setiap individu. Kebutuhan ini merupakan syarat dasar, apabila kebutuhan ini tidak terpenuhi, maka dapat mempengaruhi kebutuhan yang lain. Kesempatan untuk tidur sama

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

pentingnya seperti kebutuhan untuk makan, aktifitas, bernafas, seksual dan kebutuhan lainnya. (Wartonah, 2006).

Bahkan diperkuat oleh salah satu tokoh psikologi yaitu Abraham Maslow (dalam G.Goble, 1987) berdasarkan Teori Hirarki Kebutuhan menempatkan kebutuhan fisiologi ini merupakan salah satu kebutuhan yang utama untuk dipenuhi sebelum naik untuk pemenuhan ke kebutuhan berikutnya.

Bahkan ayat Al-Quran juga menceritakan tentang tidur :

Q.S An-naba ayat 9 yang berbunyi :

وَجَعَلْنَا نَوْمَكُمْ سُبَاتًا ﴿٩﴾

Artinya:

Dan kami jadikan tidurmu untuk istirahat sebagai pelepas lelah bagimu (Q.S An-Naba:9)

Berbagai fakta menarik pun menceritakan tentang tidur, rekor tidak tidur paling lama terjadi pada tahun 1963, ketika Gandy Gardner seorang remaja California, Amerika Serikat, tidak tidur selama 264 jam atau 11 hari non stop, selama tidak tidur sehari-hari, Randy Gardner dipantau oleh sekelompok dokter. Wiliam Dement (dalam Naviri Tim, 2016) seorang peneliti dari Fakultas Kedokteran, Universitas Stanford California, AS menyatakan bahwa mood Randy Gardner terus berubah, memori, dan konsentrasinya hilang, kordinasi dan kemampuan bicaranya terganggu, serta mengalami halusinasi.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Peristiwa itu juga memberi ilustrasi bahwa manusia mungkin mampu untuk tidak tidur sampai beberapa hari, tetapi nanti akan berdampak pada banyak hal. Tubuh membutuhkan istirahat dan istirahat yang baik adalah yang teratur. Tidur dianggap sebagai istirahat terbaik bagi tubuh setelah lelah beraktifitas. Jangankan sampai tidak tidur sama sekali, bahkan kurang tidur saja membawa dampak berbahaya. Tidak hanya bagi diri sendiri namun juga bagi orang lain. Berita dan surat kabar mungkin sudah sering memberitakan mobil yang menabrak sesuatu atau seseorang karena pengemudi yang mengantuk. Kecelakaan di jalan raya akibat pengemudi mengantuk tidak bisa dihitung dengan jari, karena sangat banyak, sehingga pengemudi mobil pun selalu disarankan untuk istirahat saat mengantuk, karena itu pula tidur tak bisa dianggap urusan remeh yang tidak perlu diperhatikan. Dalam percobaan di laboratorium, tikus yang terus menerus dipaksa terjaga atau tidak tidur diketahui mati setelah 2 minggu, itu jangka waktu yang lebih pendek dibandingkan tikus yang dipaksa kelaparan sampai mati (Naviri Tim, 2016).

Manfaat dari tidur antara lain adalah untuk menjaga kesehatan dan keseimbangan emosional. Tidur juga penting untuk kemampuan mengingat, konsentrasi dalam belajar dan adaptasi sosial. Kemampuan kognitif, mental, dan stabilitas emosional seseorang ditentukan oleh durasi dan kualitas tidur. Kualitas tidur yang baik akan dirasakan bila individu merasa bugar dan segar ketika bangun tidur, namun sebaliknya jika tidur yang tidak baik atau berkualitas buruk dapat menyebabkan gangguan keseimbangan fisiologi dan psikologi (Perry & Potter, 2006).

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Kualitas tidur yang dialami seorang individu dapat dikatakan baik apabila tidak menunjukkan tanda-tanda kekurangan tidur dan tidak mengalami masalah dalam tidur (Gaultney, 2010 dalam Indrawati). Dampak buruk kurang tidur nampaknya hampir dialami oleh semua tingkatan usia. Para peneliti dari *Sleep Disorder Center* di Rumah Sakit *Scare-Couer*, Montreal, Kanada melakukan penelitian terhadap sekitar 1500 anak berusia 2,5-6 tahun. Dari penelitian itu diperoleh data, 50 persen anak rata-rata tidur 10 jam pada malam hari. Jumlah itu sesuai dengan jumlah waktu tidur untuk usia anak prasekolah. Namun ada 6 persen anak yang waktu tidurnya kurang dari 10 jam, dan anak-anak dengan waktu tidur yang lebih pendek itu diketahui memiliki kosakata yang sedikit dan hasil kognitif nya kurang memuaskan (Naviri Tim, 2016).

Pada masa anak-anak dan remaja, selain asupan makanan bergizi dan vitamin, tidur merupakan hal yang penting dalam pertumbuhan dan perkembangan. Hal ini disebabkan tidur memiliki peran penting memberikan daya tahan tubuh yang kuat. Asupan makanan bergizi dan berbagai suplemen multivitamin akan sia-sia tanpa tidur yang cukup, pada tahap tidur N3 (*Slow wave sleep*) dihasilkan hormon pertumbuhan yang amat penting bagi pertumbuhannya, tidur menjaga kemampuan kognitif, mental dan emosional. Anak yang cukup tidur mempunyai prestasi yang lebih baik (Mujtahidin & Assegaf, 2002).

Dr.Jacques Montplaitir, (dalam Naviri Tim, 2016) peneliti utama program penelitian pengaruh kualitas tidur terhadap anak menyatakan, satu jam kekurangan tidur berkolerasi dengan tiga kali penurunan kepandaian dan

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

kemampuan anak berkomunikasi. Kekurangan tidur juga memiliki keterkaitan tinggi dengan hasil tes hiperaktivitas dan impulsivitas pada anak-anak berusia 6 tahun. Hasil itu konsisten dengan temuan bahwa waktu tidur yang cukup akan meningkatkan kemampuan anak dalam berkonsentrasi.

Berdasarkan penelitian-penelitian yang dilakukan seputar masalah tidur kenyataan didapati bahwa banyak orang di zaman sekarang yang bermasalah dengan tidur. Pada tahun 2008, misalnya setiap tahun masyarakat Amerika Serikat menghabiskan 50 juta pil tidur yang diresepkan dokter dan membelanjakan lebih dari 600 juta dolar AS per tahun untuk membeli suplemen kesehatan yang bisa mempercepat kantuk seperti melatonin dan akar valerian, bahkan belum lama kasus salah satu selebritis di Indonesia rela mengkonsumsi obat terlarang hanya untuk memperoleh tidur (Liputan 6.com).

Pada anak maupun orang dewasa, tidur juga penting pada sistem kekebalan tubuh. Para peneliti dari *Parelman School of Medicine di University of Pennsylvania* melakukan penelitian yang memberikan fakta bahwa tidur yang cukup bisa meningkatkan sistem kekebalan tubuh dan pemulihan terhadap infeksi. Karena itu pula orang yang kebetulan sedang sakit selalu dianjurkan untuk banyak tidur. Selain bertujuan sebagai istirahat tidur yang cukup juga membantu memulihkan tubuh dari sakit (Naviri Tim, 2016).

Mengingat begitu pentingnya kebutuhan akan tidur dan kualitas tidur yang baik, seiring berkembangnya zaman dan teknologi salah satu faktor yang berpengaruh pada kualitas tidur dan fenomenal pada masa remaja saat

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



sekarang ini adalah pengaruh dari media masa dan teknologi. Salah satu penggunaan media yang banyak digunakan oleh remaja sekarang adalah intensitas penggunaan *game online* yang aksesnya menggunakan internet. Secara umum dikatakan dalam kehidupan remaja sumber informasi merupakan kebutuhan karena berkaitan erat dengan pengetahuan, bisa menyajikan bermacam hal dan menolongnya memiliki suatu peran. Alhasil dalam usianya yang masih muda, remaja hanya mampu mengambil peran dengan meniru tingkah laku orang lain tanpa punya makna. Setahap demi setahap memerankan peran orang lain, menempatkan pribadinya di tempat orang lain dan melihat dirinya dari sudut pandangnya saja. (Yakan, 1990).

Hal ini diperkuat oleh data Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet di Indonesia (APJII) tahun 2015 dari total penduduk Indonesia sebanyak 255.461.124 juta, 88,1 juta (33%) adalah pengguna internet. Pada rentang usia remaja salah satu penggunaan internet terbesar yaitu sebanyak 14,2 % (Litbang Kompas : 2015).

Pengaruh penggunaan Internet yang fenomenal dimasa remaja sekarang adalah *game online*. *Game online* di masa sekarang begitu populer di kalangan remaja terutama yang masih sekolah. Anak usia sekolah memasuki perkembangan baru tentang bermain dan permainan. Pada saat anak memasuki masa sekolah, permainan anak menggunakan dimensi baru yang merefleksikan tingkat perkembangan anak yang baru. Bermain tidak hanya meningkatkan keterampilan fisik tetapi kemampuan intelektual, fantasi anak dan menumbuhkan rasa ingin menang dalam permainan (Tedjasaputra, 2010).

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

American Medical Association menyatakan pada tahun 2007 sebanyak 90% remaja Amerika bermain *game online* dan 15 % atau 5 juta remaja mengalami kecanduan *game online*, sedangkan di Cina pada tahun 2007 terdapat 10% atau 30 juta remaja mengalami kecanduan *game online* (*National Slepp Foundation* :2007).

Pada tahun 2010 50% pengguna *game online* di Indonesia adalah pelajar dan mahasiswa (Herianto T: 2009). Hal ini didukung dengan data dari situs resmi teknologi yaitu teknologi.viva bahwa pertumbuhan pemain *game* di Indonesia yang meningkat dari 2010 yaitu sebesar 33% dengan jumlah pemain *game online* sebanyak 80% berusia 15-25 tahun.

Kekhawatiran terhadap adanya dampak negatif yang ditimbulkan dari kebiasaan sejumlah remaja usia sekolah yang gemar bermain *game online*. Salah satu dampak dari hal tersebut adalah perubahan kualitas tidur pada remaja tersebut. Kebutuhan tidur yang tak terpenuhi akan berdampak pada segi fisik maupun psikis (Uliyah & Hidayat 2009).

Berdasarkan hasil Penelitian Widyastuti (2012) penggunaan *game online* yang berlebihan dapat berdampak negatif pada kesehatan yang diakibatkan oleh pola tidur yang tidak teratur. Juga penelitian yang dilakukan oleh Panjaitan (2014) pada anak SD kelas V dan VI menyatakan bahwa frekuensi bermain *game online* berpengaruh terhadap kualitas tidur dengan hasil 25 responden (50%) mempunyai kualitas tidur yang buruk dengan frekuensi bermain *game online* yang tinggi, 16 responden (32%) memiliki kualitas tidur yang baik dengan frekuensi bermain *game online* rendah, serta 6 responden

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



(12%) dengan frekuensi bermain *game online* sedang memiliki kualitas tidur yang buruk (Panjaitan & Ara Dewi Ratna Sari, 2014).

Faktor- faktor yang mempengaruhi seseorang menyukai *game online* salah satunya adalah gender yaitu laki-laki cenderung lebih menyukai *game online* daripada perempuan. Pernyataan tersebut didukung oleh penelitian yang dilakukan Yee (2006) menyatakan bahwa *gender* merupakan faktor dari kecanduan *game online* yaitu laki-laki lebih mudah mengalami kecanduan *game online* dibandingkan dengan perempuan berdasarkan hasil yaitu sebanyak 64,45% remaja laki-laki dan 47,85% remaja perempuan usia 12-22 tahun dinyatakan mengalami kecanduan *game online* (Yee, 2006).

Data laporan asosiasi penyelenggara jasa internet Indonesia (APJII) menjelaskan bahwa pengguna internet secara umum adalah pengguna *game online*. Penetrasi pengguna internet yang menempati posisi ketiga tertinggi sebagai pengguna *game online* di pulau Sumatera adalah Sumatera Barat dengan total kontribusi 2,6% (APJII, 2019). Berdasarkan penelusuran berita di payakumbuh.sumbar.polri.go.id (2020) diketahui bahwa adanya dampak negatif dari kecanduan *game online* di Kota Payumbuh Kabupaten Limapuluh menyebabkan seorang pemuda mencuri uang di kotak amal Masjid di Payakumbuh Kabupaten Limapuluh untuk main *game* PUBG.

SMA Negeri 1 Kecamatan Harau adalah salah satu sekolah yang terdapat di Kabupaten Limapuluh yang memiliki siswa yang sering terlihat bermain *game online* saat berkumpul di sekitar sekolah usai jam sekolah. Peneliti juga telah melakukan wawancara kepada 2 siswa berinisial V dan A angkatan 2016

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

di SMA N 1 Kec.Harau Kabupaten Limapuluh. Pada saat wawancara didapatkan hasil bahwa, saat ini *game* yang sering dimainkan adalah *game online DOTA (Defent of the Ancients)*, *COC (Clash of Clans)*, *PB (Point Blank) & Geth rich*. A memainkan *game COC (Clash of Clansh) & Geth Rich*. Sedangkan V memainkan *game DOTA (Defent of the Ancients)*. A & V memainkan *game* tersebut setiap hari dan sering bermain *game online* pada malam hari.

Aktivitas bermain *game online* yang dilakukan oleh siswa A & V setiap harinya dalam frekuensi dan durasi yang relatif lama, dengan rata-rata waktu yang digunakan 2 - 8 jam/hari bahkan lebih hal ini menimbulkan beberapa keluhan yang berhubungan dengan tidur. Hal ini dapat terlihat dari data lamanya waktu tidur siswa di setiap harinya yaitu siswa A mengatakan jika lamanya waktu tidur dalam sehari selama 6 jam, sedangkan siswa V selama 5 jam terlebih lagi sekarang sudah bisa lewat HP android. Bermain *game online* yang sering dilakukan pada malam hari berakibat pada tidur yang larut malam. Siswa A mengatakan jika sering tidur diatas jam 23.00 WIB sedangkan siswa V diatas jam 00.00 WIB. A & V juga merasa waktu tidur berkurang setelah bermain *game online*, juga mengatakan susah tidur ketika malam hari A & V merasa hanya tidur 5 dan 6 jam sehari padahal kebutuhan tidur yang seharusnya di peroleh adalah 8,5 jam (Uliyah & Hidayat, 2006). Durasi bermain *game online* subjek A adalah sekitar 4 jam per hari sedangkan subjek V mengaku 5-6 jam per hari, namun terkadang lebih bisa hingga 8 jam per hari. Sehingga kecanduan *game online* ini dapat menyebabkan kurangnya

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



kualitas tidur siswa. Dampak yang timbul lain dari bermain *game* hingga larut yaitu merasa mengantuk saat mengikuti mata pelajaran.

Berdasarkan fenomena dan latar belakang masalah tersebut di atas, penulis tertarik lebih lanjut untuk melihat **Hubungan Antara Kecanduan Bermain Game Online dengan Kualitas Tidur Siswa Kelas XI di SMAN 1 HARAU.**

Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah penelitian ini yaitu: Apakah ada hubungan antara kecanduan bermain *game online* dengan kualitas tidur pada siswa kelas XI di SMA N 1 Kecamatan Harau ?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kecanduan bermain *game online* dengan kualitas tidur pada siswa kelas XI di SMA N 1 Kecamatan Harau

D. Keaslian Penelitian

Penelitian mengenai dan berkaitan dengan kecanduan bermain *game online* dan kualitas tidur beberapa telah diteliti sebelumnya, seperti penelitian yang dilakukan oleh Javaheri dan Cleveland (2008) dari *Case Western Reserve School of Medicine* yang berjudul “*Sleep quality and elevated blood pressure in adolescents*” yang dilakukan pada 238 orang remaja mengenai penurunan kualitas tidur menunjukkan menurunnya jam tidur remaja lebih dari 1 jam dalam 20-30 tahun terakhir. Faktor-faktor sosial seperti akses internet, peralatan elektronik dikamar seperti televisi, jadwal sekolah yang padat, kecemasan, peningkatan konsumsi kafein dan faktor-faktor stress lainnya

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



dapat mempengaruhi kualitas tidur dalam penelitian ini juga ditemukan faktor dari penggunaan barang elektronik baik laptop atau *gadget* mempengaruhi irama sirkulasi dan kualitas tidur, salah satu faktor penyebab nya adalah penyinaran cahaya dari alat elektronik

Penelitian yang berkaitan berikutnya berjudul: Hubungan Frekuensi Bermain *Game Online* Dengan Pemenuhan Kebutuhan Tidur Pada Anak Remaja Di SMA Muhammadiyah 4 Yogyakarta oleh Dhita Novelia Shindi (2013), subjek penilitan berjumlah 49 orang diperoleh hasil bahwa frekuensi bermain *game online* pada siswa kelas X dan XI di SMA Muhammadiyah 4 Yogyakarta adalah sedang yaitu 29 siswa (59,2 %). Pemenuhan kebutuhan tidur pada siswa cukup terpenuhi yaitu 17 siswa (34,7%), kebutuhan tidur tidak terpenuhi 16 siswa (32,7%), kategori kurang terpenuhi 14 siswa (28,6%).

Penelitian yang berkaitan berikutnya berjudul, Hubungan Lama Permainan *Game Online* Dengan Pola Tidur Anak Usia 10-12 Tahun di Wilayah Jaten (2012), yang diteliti Rini Trias Ambarsari dan Dewi Lystiorini diperoleh bahwa semakin lama anak bermain *game online* maka semakin berubah pola tidurnya.

Penelitian yang berkaitan berikutnya berjudul Hubungan Intensitas Penggunaan Internet dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Semester VI di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Majapahit Mojekerto, oleh Ana Musfirotun (2013)

Dilihat dari hasil penelitian oleh para peneliti yang nama judulnya saya sebutkan di atas terdapat perbedaan dengan penelitian yang saya lakukan.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Disini saya menghubungkan Kecanduan Bermain *Game Online* dengan Kualitas Tidur Pada Siswa kelas XI SMA N 1 Harau.

Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik yang bersifat teoritis maupun praktis, yaitu :

1. Secara Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memperluas wawasan dan dapat memberikan sumbangan bagi ilmu pengetahuan secara teoritis khususnya dalam perkembangan ilmu psikologi perkembangan, psikologi sosial, psikologi klinis, psikologi pendidikan dan dapat dijadikan sebagai panduan dasar untuk kepentingan penelitian ilmiah selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis penelitian ini bermanfaat bagi berbagai pihak sebagai masukan dan informasi. Adapun selanjutnya bermanfaat sebagai: Memberikan informasi tentang bagaimana hubungan antara kecanduan bermain *game online* dengan perubahan kualitas tidur pada siswa, sekolah dan Orang tua.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Kualitas Tidur

1. Pengertian Tidur

Erfandi (2008) mengutarakan bahwa tidur berasal dari bahasa latin *somnus* yang berarti periode pemulihan, Hidayat (2006) mengutarakan bahwa tidur adalah status perubahan kesadaran ketika persepsi dan reaksi individu terhadap lingkungan menurun. Tidur di karakteristikkan dengan aktifitas fisik yang minimal, tingkat kesadaran yang bervariasi, perubahan proses fisiologis tubuh, dan penurunan respon terhadap stimulus eksternal. Menurut Perry & Potter (2006), tidur adalah suatu keadaan yang berulang-ulang, perubahan status kesadaran yang terjadi selama periode tertentu.

Tidur, menurut Maas (2002) adalah suatu keadaan di mana kesadaran seseorang akan sesuatu menjadi turun, namun aktivitas otak tetap memainkan peran yang luar biasa dalam mengatur fungsi pencernaan, aktivitas jantung dan pembuluh darah, serta fungsi kekebalan, dalam memberikan energi pada tubuh dan dalam pemrosesan kognitif, termasuk dalam penyimpanan, penataan, dan pembacaan informasi yang disimpan dalam otak, serta perolehan informasi saat terjaga.

Tidur juga dapat dikatakan suatu kondisi tidak sadar namun individu dapat dibangun dengan menggunakan stimulus yang sesuai (Guyton

dalam Uliyah & Hidayat, 2006). Istirahat dan tidur merupakan hal yang penting bagi kesehatan. Merasa tenang secara fisik, bebas dari kecemasan, dan merasa relaks merupakan hal yang biasanya dirasakan ketika beristirahat. Pada saat tidur terjadi proses pemulihan, proses ini bermanfaat untuk mengembalikan keadaan seseorang dalam kondisi semula, dengan begitu, tubuh yang tadinya merasa kelelahan akan menjadi segar kembali, bergairah dan siap untuk menyelesaikan aktivitas harian. Proses pemulihan yang terhambat dapat menyebabkan organ tubuh tidak bisa bekerja secara maksimal. Hal ini terjadi pada seseorang dengan jumlah tidur yang kurang sehingga tubuh akan cepat lelah serta terjadi penurunan pada kemampuan untuk berkonsentrasi, membuat keputusan dan berpartisipasi dalam aktivitas keseharian (Perry & Potter, 2006).

2. Fisiologi Tidur

Tidur merupakan proses perubahan status kesadaran yang terjadi secara berulang-ulang secara periodik, pada saat tidur terjadi proses bersiklus secara bergantian dan berperiodik (Perry & Potter, 2006). Pada saat tidur terjadi proses bersiklus secara bergantian dengan periode yang lebih lama dari waktu terjaga secara berulang-ulang selama periode tertentu sehingga mempengaruhi respon perilaku dan fungsi fisiologi.

Proses fisiologis tidur terjadi pada kondisi sistem tubuh. Pada saat tidur terjadi suatu urutan fisiologi yang dipertahankan oleh sistem saraf pusat yang berhubungan dengan perubahan sistem saraf perifer,

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



endokrin, kardiovaskuler, pernafasan, dan murkular. Sebuah mekanisme yang menyebabkan terjaga dan yang lain tertidur. Kooordinasi yang dipertahankan oleh sistem saraf pusat menyebabkan adanya mekanisme terjaga dan tertidur pada tubuh (Uliyah & Hidayat, 2008).

Cahaya dan kegelapan merupakan faktor utama dalam pengaturan tidur. Paparan cahaya menstimulus jalur saraf dari retina ke hipotalamus. Terdapat SCN atau *supra chiasmatic nucleus* di hipotalamus yang merangsang pusat lain pusat lain di otak mengatur hormon, suhu tubuh, dan fungsi lain yang berperan dalam membuat kantuk dan terjaga. Pada saat terpapar sinar cahaya pagi hari, di SCN mulai melakukan fungsinya seperti meningkatkan suhu tubuh dan melepaskan hormon seperti cortisol. Sedangkan pada malam hari SCN menunda pelepasan hormon lain seperti melatonin, yang merangsang permulaan tidur, sampai lingkungan gelap datang. Melatonin merupakan hormon yang diproduksi oleh kelenjar pineal tubuh. Saat matahari terbenam atau hari menjadi gelap, pineal diaktifkan oleh SCN dan mulai diproduksi melatonin yang kemudian diedarkan dalam darah. Meningkatnya kadar melatonin dalam darah mengakibatkan kewaspadaan menurun dan rasa kantuk (Naviri Tim, 2016) .

Mekanisme tidur diaktivasi oleh sebuah sistem pada batang otak teratas yaitu Sistem Aktivasi Retikular (SAR). SAR terdiri dar sel khusus yang mempertahankan kondisi tubuh dalam kewaspadaan dan terjaga. Stimulus sensori visual, auditori, nyeri dan taktil merupakan

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



stimulus yang diterima oleh SAR. Aktivitas korteks serebral, seperti proses emosi atau pikiran juga menstimulasi SAR. Proses terbangun yang terjadi pada saat tidur adalah hasil dari neuron dalam SAR mengeluarkan katekolamin seperti norepinefrin. Individu yang menutup mata dan berada dalam keadaan rileks akan menimbulkan stimulasi ke SAR dan mengakibatkan tidur. Apabila didukung dengan ruangan yang tenang dan gelap, maka aktivasi SAR selanjutnya menurun (Uliyah & Hidayat, 2008).

Kebutuhan tidur yang cukup ditentukan oleh faktor jumlah jam tidur (kuantitas tidur) dan faktor kedalaman tidur (kualitas tidur). kuantitas tidur setiap individu ditentukan oleh pemenuhan jumlah tidur seseorang sesuai dengan tingkat usia, sehingga bila pemenuhan kebutuhan tidur menurut usia tidak terpenuhi menurut usia maka kuantitas tidurnya adalah buruk (Potter & Perry, 2006).

3. Hakikat Kualitas Tidur

Tidur yang seimbang adalah pemenuhan kebutuhan tidur sesuai dengan tingkat kebutuhan masing-masing individu dalam rentang masing-masing Individu dalam tiap umurnya, tidak kurang dan tidak berlebih kekurangan dan kelebihan tidur akan berdampak buruk pada individu yang nanti bisa menimbulkan masalah atau penyakit yang berhubungan dengan individu, mengenai kebutuhan tidur tiap individu bisa dilihat di tabel 2.1 (Uliyah & Hidayat, 2006)

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Tabel 2.1 Kebutuhan tidur manusia berdasarkan usia

Umur	Tingkat Perkembangan	Jumlah Kebutuhan tidur
0-1 bulan	Bayi baru lahir	14-18 jam/hari
1-18 bulan	Masa bayi	12-14 jam /hari
18 bulan-3 tahun	Masa anak	11-12 jam/hari
3-6 tahun	Masa prasekolah	11 jam/hari
6-12 tahun	Masa sekolah	10 jam/hari
12-18 tahun	Masa remaja	8,5 jam/hari
18-40 tahun	Masa dewasa	7-8 jam/hari
40-60 tahun	Masa muda paruh baya	7 jam/hari
60 tahun ke atas	Masa dewasa tua	6 jam/hari

Sementara yang dimaksud dengan kualitas tidur adalah suatu keadaan di mana tidur yang dijalani seorang individu menghasilkan kesegaran dan kebugaran di saat terbangun (Nashori, 2002).

Kualitas tidur adalah kepuasan seseorang terhadap tidur, sehingga seseorang tersebut tidak memperlihatkan perasaan lelah, mudah terangsang dan gelisah, lesu dan apatis, kehitaman di sekitar mata, kelopak mata bengkak, konjungtiva merah, mata perih, perhatian terpecah-pecah, sakit kepala dan sering menguap atau mengantuk (Uliyah&Hidayat, 2006). Kualitas tidur, menurut American Psychiatric

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Association (dalam Wavy, 2008) didefinisikan sebagai suatu fenomena kompleks yang melibatkan beberapa dimensi.

Di sisi lain, Lai (dalam Wavy 2008) menyebutkan bahwa kualitas tidur ditentukan oleh bagaimana seseorang mempersiapkan pola tidurnya pada malam hari seperti kedalaman tidur, kemampuan tinggal tidur, dan kemudahan untuk tertidur tanpa bantuan medis. Kualitas tidur yang baik dapat memberikan perasaan tenang di pagi hari, perasaan energik, dan tidak mengeluh gangguan tidur. Dengan kata lain, memiliki kualitas tidur baik sangat penting dan vital untuk hidup sehat semua orang

Kualitas tidur adalah kedalaman tidur seseorang dengan kata lain seseorang dikatakan memiliki kualitas tidur baik atau sangat baik jika tidur seseorang memiliki tingkat kedalaman tidur yang cukup. Kedalaman tidur yang cukup akan membuat seseorang akan merasa segar kembali ketika bangun, namun jika tingkat kedalaman tidur yang kurang maka akan mengakibatkan kualitas tidur yang buruk. Kualitas tidur mempengaruhi kesehatan dan kualitas hidup secara keseluruhan. Manfaat akan tidur akan terasa jika seseorang mencapai tidur yang berkualitas, kualitas tidur yang baik akan menghasilkan kesegaran dan kebugaran di saat terbangun. Namun sebaliknya jika tidur yang tidak adekuat dan berkualitas buruk dapat menyebabkan gangguan keseimbangan fisiologi dan psikologi (Perry & Potter, 2006) .

Kualitas tidur yang buruk dapat ditandai dengan tanda fisik dan psikologi, yaitu sebagai berikut:

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



a. Tanda fisik

Ekspresi wajah (area gelap di sekitar mata, bengkak dikelopak mata, konjungtiva kemerahan dan mata terlihat cekung), kantuk yang berlebihan (sering menguap), tidak mampu untuk berkonsentrasi (kurang perhatian), terlihat tanda-tanda keletihan seperti penglihatan kabur, mual dan pusing.

b. Tanda psikologis

Menarik diri, apatis dan respons menurun, merasa tidak enak badan, malas berbicara, daya ingat berkurang, bingung, timbul halusinasi, dan ilusi penglihatan atau pendengaran, kemampuan memberi perhatian atau keputusan menurun.

4. Aspek-Aspek Kualitas Tidur

Sedangkan Aspek-aspek kualitas tidur dirumuskan menurut ahli-ahli psikologi modern dan pandangan islam dalam Nashori (2004) menjelaskan bahwa dalam islam bahwa cara tidur yang berkualitas adalah bangun lebih awal dan tidur lebih awal, sedangkan menurut ahli-ahli psikologi modern adalah bahwa tidur yang berkualitas ditandai dengan rasa nyenyak selama tidur, tidak bermimpi buruk, waktu tidur yang cukup, merasa segar saat terbangun.

a. Nyenyak selama tidur.

Sebenarnya orang tidur melalui beberapa fase : tidak nyenyak, nyenyak, hingga tidak nyenyak dalam tidur. Berkaitan dengan kenyamanan ini, para ahli menggambarkan tahap tidur menjadi enam tahap (Maas, 2002).

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Seseorang yang nyenyak tidur tidak mengalami gangguan internal maupun eksternal yang menjadikan tidurnya tidak nyenyak. Termasuk gangguan internal adalah mudah terbangun karena ingin kencing, suhu tubuh yang panas, dan sebagainya. Termasuk gangguan eksternal adalah suara gaduh seperti ketukan pintu, suara mobil, adanya pukulan di tembok, dan sebagainya (Nashori, 2004).

b. Waktu tidur yang cukup.

Bila seseorang dapat tidur dalam waktu yang cukup, maka ia akan siap melakukan aktivitas-aktivitas yang harus dikerjakannya saat ia tersadar. Tentang waktu tidur yang cukup, diungkapkan oleh Mass (2002) bahwa setiap orang mempunyai rekening utang tidur. Setiap orang perlu menyimpan cukup tidur dalam rekening tersebut agar dapat menjaga kondisi homeostatis tidur tetap stabil, suatu hal yang akan membuatnya awas sepanjang siang.

c. Tidur lebih awal dan bangun lebih awal

Keteraturan tidur dan terjaga adalah sesuatu yang sangat penting, namun yang tak kalah penting dalam keteraturan itu adalah perlunya seseorang tidur lebih awal dan bangun lebih awal. Diungkapkan oleh Mass (2002) bahwa adalah penting bagi setiap orang untuk menjaga jam biologisnya agar tetap selaras sepenuhnya dengan rutinitas hariannya (Nashori, 2004).

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



d. Merasa segar ketika terbangun.

Saat terbangun dari tidur yang semestinya seseorang merasakan segar atau bugar saat terbangun. Dengan kebugarannya itu, ia siap melakukan berbagai aktivitas sepanjang hari secara efektif dan efisien (Maas, 2002).

e. Tidak bermimpi buruk.

Diungkapkan oleh Kramer (Purnamaki, 1999) yang mengatakan bahwa tidur dan mimpi seseorang berpengaruh terhadap mood orang tersebut dipagi hari. Tidur dan mimpi yang positif menjadikan mood yang ada dalam diri seseorang dalam keadaan positif, yang menjadikannya dapat mengatur atau mengelola emosinya secara optimal.

Sebagian orang secara genetik tergolong aktif dipagi hari dan lainnya dimalam hari. Ada yang tidurnya pendek dan ada pula yang tidurnya panjang. Sebagian orang membutuhkan tidur lebih banyak dari rata-rata orang, dan sebagian lagi untuk kembali merasa segar dan bertenaga membutuhkan tidur kurang dari rata-rata. Dalam tidur bukan hanya sekedar di lihat dari lamanya seseorang tidur, tetapi kualitasnya. Kendati tidur lama, belum tentu orang tersebut merasa cukup tidur. Ketika seseorang terbangun dari tidurnya dan merasa bugar, hal itu menandakan ia mendapatkan tidur yang berkualitas.

5. Perubahan Pola Tidur

Gangguan pola tidur adalah suatu kondisi dimana seseorang mengalami resiko perubahan jumlah dan kualitas pola istirahat yang menyebabkan ketidak nyamanan. Gangguan tidur merupakan salah satu keluhan yang

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



paling sering ditemukan pada penderita yang berkunjung ke praktek. Gangguan tidur dapat dialami oleh semua lapisan masyarakat baik kaya, miskin, berpendidikan tinggi dan rendah maupun orang muda, serta yang paling sering ditemukan pada usia lanjut. Pada orang normal, gangguan tidur yang berkepanjangan akan mengakibatkan perubahan-perubahan pada siklus tidur biologiknya, menurun daya tahan tubuh serta menurunkan prestasi kerja, mudah tersinggung, depresi, kurang konsentrasi, kelelahan, yang pada akhirnya dapat mempengaruhi keselamatan diri sendiri atau orang lain (Japardi, 2002).

6. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Tidur

Terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kualitas dan kuantitas tidur. Suatu kualitas tidur dapat ditunjukkan dengan adanya kemampuan individu untuk tidur serta memperoleh jumlah istirahat yang sesuai dengan kebutuhan. Faktor yang dapat mempengaruhi kualitas dan kuantitas tidur diantaranya adalah:

a. Teknologi

Zaman semakin modern, dunia semakin canggih dan berbagai teknologi diciptakan untuk berbagai tujuan memudahkan urusan manusia. Sayangnya, tujuan itu nampaknya memiliki efek samping yang kurang baik, salah satunya membuat orang kurang tidur, karena sangat terikat pada teknologi. Kenyataan itu lah yang terungkap dalam studi yang dilakukan National Sleep Foundation di Amerika Serikat (Naviri, 2016).

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Russel Rosenberg, Phd, ketua pelaksana studi dan direktur The Atlanta School of Slepp Medicene and Technology (dalam Naviri tim, 2016) menyatakan bahwa penggunaan ponsel, komputer dan video game sebelum waktu tidur dan tengah malam sebagaimana yang dilakukan remaja dan anak-anak pada saat sekarang ini telah menyita banyak sekali jatah waktu dan istirahat.

Studi yang dilakukan tersebut memusatkan perhatian pada teknologi dan alat-alat elektronik yang digunakan masyarakat, alat-alat yang sangat mudah ditemukan dimana-mana. Studi tersebut menemukan banyak orang Amerika yang tidak senang dengan kualitas tidur mereka, tercatat sepertiga orang dewasa di AS tidur kurang dari 7 jam dalam sehari-hari, dan fakta tersebut menempatkan resiko gangguan kesehatan yang serius (Naviri, 2016).

b. Kecanduan bermain *game online*

Pada saat seseorang bermain *game online* maka *korteks cerebral* mengeluarkan norepinephrine dan otak tengah mengeluarkan neurotransmitter dopamine. Kedua neurotransmitter tersebut keduanya merupakan bagian dari sistem aktivasi retikular (SAR) yang berfungsi dalam mempertahankan keadaan terjaga Wong and Heckobenry (dalam Wydyastuti, 2013). Gelombang elektromagnetik dan cahaya yang dihasilkan menyebabkan terhambatnya produksi hormon melatonin yang dikeluarkan oleh kelenjar hipotalamus yang fungsinya penurunan keterjagaan Thomas et al (dalam Rini Trias Ambarsari, 2015) sehingga

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

bila melantonin tidak segera di produksi seseorang tidak bisa segera melakukan aktifasi tidur.

c. Penyakit

Pada saat seseorang sakit siklus bangun tidur dapat menjadi terganggu hal ini dikarenakan ketika seseorang sakit maka mereka membutuhkan waktu tidur yang lebih banyak dibandingkan biasanya. Penyakit juga dapat menyebabkan rasa nyeri atau distres fisik yang dapat menyebabkan masalah tidur. Seseorang dengan masalah pernapasan dapat mengganggu tidurnya, seperti napas yang pendek membuat orang sulit tidur. Seseorang yang mengalami penyakit maag, tidurnya akan terganggu karena nyeri yang dirasakannya. Anak kecil yang mempunyai kebiasaan mengompol juga memiliki kualitas tidur yang buruk (Craven, R.F & Hirnle, 2007).

d. Lingkungan

Kondisi suatu lingkungan bisa menjadi faktor membantu ketika proses tidur namun juga dapat menghambat proses tidur. Ada atau tidaknya stimulasi asing dapat menjadi hambatan ketika proses tidur, seperti ketika temperatur lingkungan yang tidak nyaman dan tidak adanya ventilasi dapat mempengaruhi tidur seseorang. Suara juga mempengaruhi tidur, butuh ketenangan untuk tidur, dan menghindari kebisingan. Akan tetapi, seiring waktu individu dapat beradaptasi dan tidak terpengaruh dengan kondisi tersebut. Tingkat cahaya juga dapat mempengaruhi tidur seseorang. Ada yang bisa tidur jika lampu dimatikan atau dalam keadaan

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



gelap. Lingkungan rumah sakit merupakan tempat yang asing bagi kebanyakan pasien. Suara bising, cahaya lampu, tempat tidur dan suhu yang kurang nyaman, posisi restrein yang tidak nyaman, kurangnya privasi dan kontrol, kecemasan dan kekhawatiran, perpisahan dengan orang yang dicintai serta deprivasi tidur dapat menimbulkan masalah tidur pada pasien yang dirawat di rumah sakit (Craven, R.F & Hirnle, 2007).

e. Latihan Fisik dan Kelelahan

Seseorang yang melakukan olahraga di siang hari akan mudah tertidur pada malam harinya. Meningkatnya latihan fisik akan meningkatkan waktu tidur REM dan NREM. Akan tetapi kelelahan yang berlebihan akibat kerja dan stres membuat sulit tidur. Siklus tidur REM yang dilalui seseorang akan menjadi semakin pendek ketika seseorang merasa semakin lelah. Namun setelah beristirahat siklus REM akan semakin memanjang (Craven, R.F & Hirnle, 2007).

f. Gaya hidup dan kebiasaan

Individu yang sering mengganti jam kerja harus bisa mengatur aktivitasnya agar bisa tidur diwaktu yang tepat. Gaya hidup seperti gemar bermain game online pada malam hari memberikan dampak terhadap keluhan tidur. penelitian tentang aditif game, multiplayer yang digunakan besar-besaran, peran-bermain game online MMORPG (*Massively multiplayer online role-playing game*), terkait dengan kebutuhan tidur yang kurang. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa penggunaan

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



internet bermasalah terkait dengan tidur, termasuk keadaan subjek yang susah tidur (Lam Tee Lawrence, 2014)

g. Stres Emosional

Perasaan ansietas dan depresi sering menjadi faktor yang dapat mengganggu tidur seseorang. Pada saat ansietas maka kadar norepineprin darah menjadi meningkat melalui stimulasi sistem saraf simpatis. Keadaan inilah yang menyebabkan berkurangnya siklus tidur NREM tahap 4 dan tidur REM serta sering terjaga ketika tidur. Penelitian yang telah dilakukan tentang pengaruh stress, cemas, dan alkohol pada gangguan tidur, didapatkan hasil dari 80 responden, 19% kecemasan yang menjadi penyebab utama, 8,1 % disebabkan oleh stres dan 3,7% disebabkan oleh konsumsi alkohol (Deboriss J. The Rulls, 2011).

h. Obat dan Zat-Zat Kimia

Obat dapat mempengaruhi proses tidur. Beberapa jenis obat yang dapat mempengaruhi proses tidur adalah jenis obat golongan deuretik yang mengakibatkan seseorang mengalami insomnia, anti depresan dapat menekan siklus REM. Seseorang yang mengkonsumsi alkohol dalam jumlah banyak sering mengalami gangguan tidur. Alkohol yang berlebihan dapat mengganggu siklus tidur REM dan orang yang mengkonsumsi alkohol sering mengalami mimpi buruk. Kandungan nikotin yang terdapat di dalam rokok memiliki efek stimulasi pada tubuh. Hal ini mengakibatkan seseorang yang sering merokok mengalami kesulitan untuk tidur dan mudah terbangun di malam hari. Kafein juga dapat

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

menyebabkan gangguan tidur. Kafein yang terkandung dalam beberapa minuman dapat merangsang saraf SPP sehingga dapat mengganggu pola tidur. konsumsi kafein dalam dosis tinggi dapat melemahkan pertahanan tidur (Craven, R.F & Hirnle, 2007).

i.Nutrisi

Penurunan berat badan seseorang dikaitkan dengan pola tidur yang terganggu dan sering terjaga di malam hari. Sebaliknya pada seseorang yang mengalami peningkatan berat badan dikaitkan dengan peningkatan total tidur dan sering terjaga pada malam hari. Seseorang yang nutrisinya terpenuhi dapat mempercepat tidur. Protein yang tinggi mempercepat proses dalam tidur karena terdapat Tryptophan yang merupakan asam amino dari protein yang dicerna (Craven, R.F & Hirnle, 2007).

j.Motivasi

Motivasi merupakan suatu dorongan terhadap diri seseorang untuk tidur yang dapat mempengaruhi proses tidur pada seseorang. Selain itu adanya keinginan seseorang untuk tetap terjaga terkadang dapat menutupi perasaan lelah seseorang yang nantinya menimbulkan gangguan tidur. sedangkan perasaan bosan atau tidak adanya keinginan untuk terjaga sering kali dapat mendatangkan kantuk (Lajambe, 2005).

Kecanduan Game Online

1. Pengertian Kecanduan *Game Online*

Kecanduan ada *physical addiction*, yaitu kecanduan yang berhubungan dengan alkohol atau kokain, dan non *physical*

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

addiction, yaitu kecanduan yang tidak melibatkan alkohol maupun kokain, dengan demikian dapat dikatakan kecanduan *game online* termasuk dalam *non physical addiction* (Dodes dalam Wulandari, 2015)

Game online merupakan suatu permainan yang dapat diakses oleh banyak pemain, dimana alat yang digunakan pemain terhubung dengan internet (Gaol & TheresiaLumban, 2012). *Game online* merupakan aplikasi permainan yang berupa pengaturan strategi, petualangan, dan bermain peran serta memiliki aturan main dan tingkatan tertentu. Seseorang bermain *game online* akan merasa senang karena mendapat kepuasan. Kepuasan yang diperoleh dari *game* akan membuat pemain semakin tertarik dalam memainkannya (Addam E & Rolling, 2010).

Game online merupakan permainan yang dapat diakses oleh banyak pemain, di mana mesin-mesin yang digunakan pemain di hubungkan oleh suatu jaringan (Young, 2009). *Game online* merupakan situs yang menyediakan berbagai jenis permainan yang dapat melibatkan beberapa pengguna ainternet di berbagai tempat yang berbeda untuk saling terhubung di waktu yang sama dengan melalui jaringan komunikasi *online* (Adams & Rollings, 2010).

Kecanduan *game online* merupakan perilaku seseorang yang ingin terus bermain *game online* dan menghabiskan banyak waktu serta dimungkinkan individu yang bersangkutan tidak mampu mengontrol atau mengendalikannya (Jessica dalam Feprinca, 2014).

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Kecanduan *game online* adalah secara garis besar seseorang yang kecanduan *game online* akan mempunyai dorongan yang sangat besar dari dalam dirinya untuk terus menerus memainkan *game online*, tidak mampu lepas dari pengaruh *game online*, tidak mampu mengontrol waktu yang digunakan dalam bermain, mempunyai masalah dalam hubungan interpersonal dan juga kesehatan (Chen & Chang, 2008).

Dari pernyataan diatas, maka dapat disimpulkan bahwa yang dimaksud dengan kecanduan *game online* adalah perilaku yang terikat secara terus-menerus untuk bermain *game online*, sehingga seseorang tersebut tidak dapat mengontrolnya.

2. Aspek-Aspek Kecandun *Game Online*

Menurut Chen & Chang (2008) aspek-aspek kecanduan *game online* meliputi:

1. Kompulsif atau dorongan untuk melakukan secara terus menerus (*Compulsion*), merupakan suatu dorongan atau tekanan kuat yang berasal dari dalam diri sendiri untuk melakukan suatu hal secara terus menerus, dimana dalam hal ini merupakan dorongan dari dalam diri untuk terus-menerus bermain *game online*.
2. Penarikan diri (*Withdrawal*), merupakan suatu upaya ketidak mampuan untuk menarik diri atau menjauhkan diri dari suatu hal. Seseorang yang kecanduan *game online* merasa tidak mampu untuk menarik atau menjauhkan diri dari hal-hal yang berkenaan dengan *game online*.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



3. Toleransi (*Tolerance*), dalam hal ini diartikan sebagai sikap menerima keadaan diri kita ketika melakukan suatu hal. Biasanya toleransi ini berkenaan dengan jumlah waktu yang digunakan atau dihabiskan untuk melakukan sesuatu yang dalam hal ini adalah bermain *game online*. Kebanyakan pemain *game online* tidak berhenti bermain hingga merasa puas, contohnya: ketika si A bermain *game online* di warnet dengan memesan waktu 1 jam, tetapi sekitar 40 menit kemudian si A sudah merasa puas. Namun sisa waktu 20 menit billingnya tetap dihabiskannya. Contoh kedua: ketika si B mempunyai waktu luang, akan tetapi si B menggunakan waktunya itu untuk bermain *game online*. Dia merasa tidak masalah menggunakan waktunya untuk bermain *game online* dibandingkan istirahat atau kegiatan lainnya.
4. Masalah hubungan interpersonal dan kesehatan (*Interpersonal and Health Related Problem*), merupakan persoalan-persoalan yang berkaitan dengan interaksi dengan orang lain dan juga masalah kesehatan. Pecandu *game online* cenderung untuk tidak menghiraukan bagaimana hubungan interpersonal yang mereka miliki karena mereka hanya terfokus pada *game online* saja. Begitu pula dengan masalah kesehatan, para pecandu *game online* cenderung kurang memperhatikan masalah kesehatan mereka seperti waktu tidur yang kurang, tidak menjaga kebersihan badan dan pola makan yang tidak teratur.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Kesimpulan yang dapat diambil berdasarkan aspek-aspek kecanduan *game online* adalah kompulsif, penarikan diri, toleransi, masalah hubungan interpersonal dan kesehatan.

3. Faktor- Faktor Yang Mempengaruhi Kecanduan *Game Online*

Faktor-faktor yang mempengaruhi kecanduan *game online* berdasarkan hasil penelitian adalah sebagai berikut:

a. Jenis kelamin (*gender*)

Bahwa anak laki-laki lebih mudah menjadi kecanduan terhadap *game online* dan menghabiskan lebih banyak waktu berada dalam toko *game elektronik* dibandingkan anak perempuan (Buchman dalam Chen & Chang, 2008).

b. Kondisi psikologis

Pemain *game online* sering bermimpi mengenai *game*, karakter mereka dan berbagai situasi. Fantasi di dalam *game* menjadi salah satu keuntungan bagi pemain dan kejadian-kejadian yang ada pada *game* sangat kuat, yang mana hal itu membawa pemain dan alasan mereka untuk melihat permainan itu kembali (Gaol, 2012)

c. Jenis *game*

Game merupakan tempat dimana para pemain mungkin bisa mengurangi rasa bosannya terhadap kehidupan nyata. *Game online* merupakan bagian dari dimensi sosial, yang dapat menghilangkan rasa kesepian, ketidak mampuan bersosial bagi pemain yang kecanduan.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Jenis *game online* dapat mempengaruhi seseorang kecanduan *game online*. Pemain dapat menjadi kecanduan karena permainan yang baru atau pemainnya yang menantang. Hal ini menyebabkan pemain semakin sering termotivasi untuk memainkannya (Gaol, 2012).

d. Pola Asuh Orang Tua

Bahwa pola asuh orang tua merupakan salah satu faktor pada masa kanak-kanak dan remaja yang dapat berpengaruh secara dominan terhadap kebiasaan gaya hidup dan perilaku anak (Moazedian dalam Nurfadhilah, 2014).

e. Tipe Kepribadian

Faktor yang dapat mengarahkan seseorang kepada adiksi internet salah satunya kecanduan *game online* adalah tipe kepribadian *big five*. Menurut Celik & Basal (dalam Nurfadhilah, 2014) kepribadian telah ditemukan berpengaruh secara dominan terhadap penggunaan internet. Dimana tipe kepribadian *big five* menunjukkan bahwa stabilitas emosional (*neuroticism*) berkorelasi positif dan signifikan terhadap kecenderungan adiksi internet, namun berkorelasi negatif pada ekstraversi (*extraversion*), keramahan (*agreeableness*) dan kesadaran/hati nurani (*conscientiousness*) (Beranuy dalam Nurfadhilah, 2014).

Menurut Syahrani (2015) faktor-faktor yang mempengaruhi kecanduan *game online* meliputi:

Faktor eksternal

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

1. Tersedianya fasilitas bermain *game* di rumah
2. Pengaruh lingkungan
3. Adanya keingintahuan tentang jenis *game* dan keinginan yang besar untuk memainkannya

Faktor internal

1. Bermain *game online* sebagai tempat mencari kesenangan
2. Mendapatkan dunia baru dalam bermain *game online*
3. Berbagai luapan emosi dapat dirasakan sebagai suatu yang menarik dalam bermain *game online*.

4. Dampak Perilaku Kecanduan Game Online

Menurut Syahrani (2015) dampak negatif dan positif perilaku kecanduan *game online* meliputi:

A. Negatif

- a. Menjadi anak yang susah untuk di suruh oleh orang tua ketika asyik bermain *game*
- b. Jika sedang bermain menjadi lupa waktu
- c. Bolos ke sekolah
- d. Kurang bergaul dengan teman-temannya dan lebih aktif dengan teman dunia maya dalam bermain *game online*

B. Positif

- a. Mendapatkan pengetahuan tentang teknologi dan internet yang lebih baik

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- b. Dapat mengerti serta mengartikan bahasa Inggris yang terdapat pada *game online* dan internet.

C. Kerangka Berpikir

Pesatnya arus kemajuan teknologi bagai dua mata pisau yang memiliki dampak positif dan negatif. Dampak positifnya adalah apabila kemajuan teknologi ini dimanfaatkan untuk melakukan hal-hal yang baik dan dampak negatifnya adalah pengaruh yang tidak baik ke dalam diri remaja, terlebih masa remaja adalah masa pencarian jati dirinya (dalam Ritonga & Andhika 2012).

Salah satu dampak perkembangan arus teknologi tersebut adalah perkembangan media Internet yang begitu berkembang dengan pesatnya, Internet pada akhir-akhir ini sepertinya sudah menjadi kebutuhan, banyak yang dapat diakses dari internet contohnya adanya E-mail, facebook, bermain *game online*. Informasi yang terbaru setiap hari tentang apapun dapat kita lihat di internet. Bermain *game online* hanya dapat kita akses melalui jaringan internet, bermain *game online* disajikan secara menarik sehingga hampir dimainkan oleh semua golongan dan golongan yang umumnya bermain *game online* adalah kalangan muda dan remaja, penyajiannya yang menarik, rasa ingin menang terus dalam permainan dan juga terhubung dengan dunia luar membuat *game online* menjadi menarik bagi kalangan muda dan remaja, sehingga tak jarang pemuda yang pada awalnya bermain *game online* secara intensitas ringan yang awalnya sebagai rekreasi menjadi intensitas sedang

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



berat bahkan akhirnya mengakibatkan kecanduan karena ingin melanjutkan dan memenangkan *game online* tersebut (dalam Dona dkk,2016).

. Wulandari (2015), kecanduan saat ini memang tidak hanya terbatas pada obat-obatan maupun alkohol, namun seiring kemajuan zaman kecanduan juga dapat terjadi pada internet, televisi, dan tentunya kecanduan *game online*.

Dalam penelitian ini faktor yang mempengaruhi seseorang kecanduan bermain *game online* adalah adanya gender, ada beberapa penelitian yang mengatakan bahwa laki-laki lebih mudah kecanduan terhadap game (Imanual dalam Gaol: 2012)). Kondisi psikologis, Pemain *game online* sering bermimpi mengenai game, karakter mereka dan berbagai situasi.

Fantasi di dalam *game online* menjadi salah satu keuntungan bagi pemain dan kejadian-kejadian yang ada pada game sangat kuat. Menurut Pervin 2004, kepribadian adalah karakteristik seseorang yang menyebabkan munculnya konsistensi perasaan, pemikiran, dan perilaku

Wabah *game online* maraknya internet membuat permainan di computer pun mengalami revolusi. Dulunya harus terinstal dan dapat dimainkan pada komputer-komputer tertentu, kini permainan itu dapat dilakukan dari mana saja. Bahkan sekarang *game online* bisa bermain bersama-sama. Saat ini banyak sekali game online yang dimainkan bersama-sama. Bahkan bermain dengan orang yang tidak kenal sama sekali.

Kebiasaan bermain game online dengan intensitas yang berlebihan inilah yang sangat mengkhawatirkan dan akan berdampak baik secara sosial,

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



psikis, maupun fisik. Dampak-dampak yang ditimbulkan secara fisik adalah merusak saraf mata dan otak, merusak kesehatan jantung, mudah lelah karena kekurangan tidur dan pola makan dan pola tidur yang tidak teratur (Naviri, 2016)

Tidur merupakan salah satu hal yang penting dan kebutuhan dalam hidup manusia, menurut salah satu tokoh psikologi yaitu nya Abraham Maslow dalam Hirarki kebutuhan menempatkan kebutuhan fisiologi tidur ini merupakan salah satu kebutuhan yang utama untuk dipenuhi dalam kehidupan sehari-hari terletak di urutan pertama, kebutuhan untuk tidur sama penting nya dengan kebutuhan makan, minum, tempat berteduh dan seksual (G.Goble, 1987).

Tidur merupakan kebutuhan dasar manusia termasuk dalam kebutuhan *fisiologis* yaitu kebutuhan yang sangat primer dan mutlak harus dipenuhi untuk memelihara *homeostatis biologis* dan kelangsungan hidup bagi setiap individu. Kebutuhan ini merupakan syarat dasar, apabila kebutuhan ini tidak terpenuhi, maka dapat mempengaruhi kebutuhan yang lain. (Wartonah, 2006).

Menurut Javaheri dan Cleveland (2008) dari *Case Western Reserve School of Medicine* Berdasarkan Penelitian berjudul “*Sleep quality and elevated blood pressure in adolescents*”. yang dilakukan pada 238 orang remaja mengenai penurunan kualitas tidur, menunjukkan menurunnya jam tidur lebih dari 1 jam dalam 20-30 tahun terakhir. Faktor-faktor sosial seperti akses internet, peralatan elektronik dikamar seperti televisi, jadwal sekolah yang padat, kecemasan, peningkatan konsumsi kafein dan faktor-faktor stress

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

lainnya dapat mempengaruhi kualitas tidur dalam penelitian ini juga ditemukan faktor dari penggunaan barang elektronik baik laptop atau gadget mempengaruhi irama sirkulasi dan kualitas tidur dan salah satu faktor penyebabnya adalah penyinaran cahaya dari alat elektronik.

Bedasarkan penelitian Dhita Novellia Sindhi (2013) menyatakan bahwa bermain *game online* kepribadian berkorelasi positif dengan kualitas tidur yang mana pendapat tersebut di dukung oleh Thomas et all dalam Rini Trias Ambarsari, bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi kualitas tidur adalah Intensitas bermain *game online* Pada saat seseorang bermain *game online korteks cerebral* mengeluarkan *norepinephrine* dan otak tengah mengeluarkan *neurotransmitter dopamin*., Kedua *neurotransmitter* tersebut keduanya merupakan bagian dari sistem aktivasi retikular (SAR) yang berfungsi dalam mempertahankan keadaan terjaga (Wong and Heckobenry,2003). Gelombang elektromagnetik dan cahaya yang dihasilkan menyebabkan terhambatnya produksi hormon melatonin yang dikeluarkan oleh kelenjar hipotalamus yang fungsinya penurunan keterjagaan sehingga bila melatonin tidak segera diproduksi seseorang tidak bisa segera melakukan aktivasi tidur.

Senada juga dengan pendapat dari study yang dilakukan National Sleep Foundatioun di Amerika Serikat (dalam Naviri, 2016), zaman semakin modern, dunia semakin canggih dan berbagai teknologi diciptakan untuk berbagai tujuan memudahkan urusan manusia. Sayangnya, tujuan itu

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

nampaknya memiliki efek samping yang kurang baik, salah satunya membuat orang kurang tidur, karena sangat terikat pada teknologi .

Russel Rosenberg, Phd, ketua pelaksana studi dan direktur The Atlanta School of Slepp Medicene and Technology (dalam Naviri, 2016), menyatakan bahwa penggunaan ponsel, komputer dan video *game* sebelum waktu tidur dan tengah malam sebagaimana yang dilakukan remaja dan anak-anak pada saat sekarang ini telah menyita banyak sekali jatah waktu dan istirahat.

Berdasarkan landasan teori yang telah diungkapkan diatas, berikut adalah gambar kerangka berfikir untuk penelitian **Hubungan Antara Intensitas Bermain *Game Online* Dengan Kualitas Tidur Siswa SMA.**

Gambar 3.1 Kerangka Berpikir



D.Hipotesis

Berdasarkan uraian dalam kerangka berfikir yang telah dikemukakan di atas, maka dalam penelitian ini hipotesis yang diajukan hipotesis sebagai berikut:

1. H1 : adanya hubungan yang berarti signifikan antara kecanduan *game online* dengan kualitas tidur pada siswa SMAN 1 KEC.HARAU dalam arti kata semakin tinggi kecanduan *game online* maka

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- semakin tidak baik kualitas tidur siswa. Sebaliknya semakin rendah kecanduan *game online* semakin baik kualitas tidur siswa SMAN 1 KEC.HARAU
2. H0 : tidak adanya hubungan yang berarti (signifikan) antara kecanduan *game online* dengan kualitas tidur SMAN 1 KEC.HARAU.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Metode penelitian dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan jenis penelitian asosiatif. Penelitian asosiatif adalah penelitian yang menghubungkan dua variabel atau lebih (Sugiyono, 2013). Maka penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan antara kecanduan *game online* dengan kualitas tidur pada siswa SMA.

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Penelitian ini terdiri dari variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel terikat. Sedangkan variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau menjadi akibat, karena adanya variabel bebas (Sugiono, 2013). Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Variabel Independen (X) : Kecanduan *Game online*

Variabel Dependen (Y) : Kualitas Tidur

C. Defenisi Operasional

1. **Kualitas Tidur** adalah kebutuhan tidur yang cukup yang ditentukan faktor jumlah jam tidur dan tingkat kedalaman tidur seseorang, dengan kata lain seseorang dikatakan mengalami tidur yang baik atau sangat baik jika jam tidur terpenuhi dan seseorang memiliki tingkat kedalaman tidur yang cukup yang akan membuat seseorang merasa segar dan bugar ketika bangun. Adapun aspek-aspek dari kualitas tidur menurut para ahli psikologi dan islam dalam Nashori (2004) adalah :
 - a) Nyenyak selama tidur (Tidak mengalami gangguan tidur)
 - b) Waktu tidur yang cukup (waktu tidur yang cukup bagi remaja lebih kurang 8,5 jam)
 - c) Tidur lebih awal dan bangun lebih awal (Keteraturan tidur, terjaga, dan kebiasaan-kebiasaan sebelum tidur)
 - d) Gangguan tidur (gangguan tidur yang dialami)
 - e) Merasa segar ketika terbangun (Merasa sehat dan semangat setelah bangun)
2. **Kecanduan *game online*** merupakan perilaku siswa yang ingin terus bermain *game online*, tidak mampu lepas dari pengaruh *game online* dan menghabiskan banyak waktu serta individu bersangkutan tidak mampu mengontrolnya yang diukur dengan skala kecanduan *game online* model likert. Semakin tinggi skor subjek pada skala tersebut, maka semakin tinggi pula kecanduan *game online* subjek.

Aspek-aspek kecanduan *game online* meliputi:

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- a. Kompulsif/ dorongan untuk melakukan secara terus menerus (*compulsion*)
- b. Penarikan diri (*withdrawal*)
- c. Toleransi (*tolerance*)
- d. Masalah hubungan interpersonal dan kesehatan (*interpersonal and Health Related Problem*)

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi didefinisikan sebagai wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/ subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2013). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa yang terdaftar sebagai siswa di SMAN 1 Harau kelas XI yang berjumlah 347 orang .

2.Sampel Penelitian

Sampel adalah bagian dari populasi (Azwar, 2010), karena sampel merupakan bagian dari populasi, maka sampel harus memiliki ciri-ciri yang dimiliki oleh populasinya. Sampel yang diambil harus representatif dari populasi secara keseluruhan, dengan ciri-ciri berdasarkan buku Panduan dan Informasi Akademik. Jumlah sampel dalam penelitian ini diambil berdasarkan rumus Slovin (dalam Prasetyo dan Jannah, 2008).

$$\frac{n = N}{1 + N. e^2}$$

Keterangan:

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- n : Besaran sampel
- N : Besaran populasi
- e2 : Nilai kritisi (batas ketelitian) yang diinginkan (persen kelonggaran ketidak telitian karena kesalahan penarikan sampel.

$$n = \frac{347}{1 + 347 (0.05)^2}$$

$$n = \frac{347}{1.8675}$$

$$n = 185,80$$

Dengan demikian dari jumlah populasi 347 orang siswa dengan nilai kritisi kesalahan pengambilan sampel 5% berdasarkan rumus Slovin maka jumlah sampel yang dibutuhkan adalah 185.80 orang atau 186 jumlah sampel. Kriteria pengambilan sampel adalah a) berstatus aktif pelajar, b) bermain game online, c) bersedia untuk terlibat dalam penelitian secara sukarela.

3. Teknik Sampling

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Startified Random*. Menurut Sugiyono (2005) *Startified Random Sampling* adalah biasanya digunakan apabila populasi mempunyai anggota/unsur yang tidak homogen dan berstrata secara proporsional. Karena populasi berstrata, maka sampelnya berstrata Teknik sampling merupakan teknik pengambilan sampel dalam suatu penelitian.

$$\frac{\text{jumlah perjurusan}}{\text{jumlah populasi}} \times \text{besar sampel}$$

Berikut adalah strata dari sampel dalam penelitian ini berdasarkan jurusan adalah sebagai berikut:

Tabel 3.1 Populasi dan Sampel

No	Jurusan	Populasi	Sampel
1	XI. IPA	$\frac{139}{347} \times 186 = 74,5$	75
2	XI. IPS	$\frac{208}{347} \times 186 = 111,4$	111
Total			186

E. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data pada penelitian ini adalah dengan menggunakan alat ukur skala. Skala merupakan suatu bentuk instrumen (alat ukur) yang terdiri dari sejumlah pernyataan. Pernyataan menggambarkan suatu *indikator* dari konstruk yang ingin diukur, dan responden diminta untuk memberi respon terkait dengan isi pernyataan tersebut (Sugiyono, 2013).

Bentuk skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah model skala likert. Skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang suatu keadaan atau fenomena sosial (Sugiyono, 2013).

1. Skala Pengukuran Kecanduan *Game Online*

Pengukuran kecanduan *game online* menggunakan skala kecanduan *game online*, modifikasi dari skala Ferdy (2014) dengan nilai reliabilitas sebesar 0,935, skala yang dikembangkan Ferdy (2014) tersebut berjumlah 40 aitem namun, setelah melakukan *try out* berjumlah 24 aitem untuk penelitian. Sedangkan peneliti melakukan modifikasi lagi yaitu menggunakan 40 aitem. Skala ini mengacu pada teori Chen & Chang

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

(2008) yang aitem pertanyaan-pertanyaannya dikembangkan dari aspek-aspek kecanduan *game online* yaitu kompulsif/dorongan untuk melakukan secara terus menerus (*compulsion*), penarikan diri (*withdrawal*), toleransi (*tolerance*), masalah hubungan interpersonal dan kesehatan (*interpersonal and health related problem*), yang terdiri dari 30 aitem. Dalam penelitian ini menggunakan 31 aitem dan format respon yang digunakan terdiri dari 4 alternatif jawaban yaitu: STS (sangat tidak sesuai), TS (tidak sesuai), S (sesuai), SS (sangat sesuai).

Pernyataan dalam skala yang mengandung kecenderungan *favourabel*, yang pernyataan yang mendukung pada subjek, diberi nilai sebagai berikut: SS (sangat sesuai): 4, S (sesuai): 3, TS (tidak sesuai): 2, STS (sangat tidak sesuai): 1. Sedangkan pernyataan dalam skala yang mengandung *unfavourabel*, yaitu pernyataan yang tidak mendukung pada subjek diberi nilai sebagai berikut: SS (sangat sesuai): 1, S (sesuai): 2, TS (tidak sesuai): 3, STS (sangat tidak sesuai): 4.

Label 3.2
Bue Print Skala Kecanduan *Game Online* (Untuk *Try Out*)

No.	Indikator	F	U	Jumlah	
1.	<i>Compulsion</i> (Kompulsif)	Dorongan yang kuat barasal dari dalam diri untuk melakukan secara terus menerus	1,2,4,8	3,5	6
2.	Penarikan diri (<i>Withdrawal</i>)	Menjauhkan diri dari hal yang lain	11,14	7	3
		Sulit menjauhkan diri dari <i>game online</i>	6,10,13,17	9	5

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

No.	Indikator	F	U	Jumlah
3.	Toleransi (<i>Tolerance</i>)	Sikap menerima keadaan diri ketika bermain <i>game online</i> 12,15,16, 18,19,20, 23	21,22	9
4.	Masalah hubungan interpersonal dan kesehatan (<i>Interpersonal & Health Problem</i>)	Masalah interaksi dengan orang lain Masalah kesehatan	24,29 26,27,28	30 25 4
Jumlah Aitem		22	8	30

2. Skala Pengukuran Kualitas Tidur

Peneliti menggunakan skala kualitas tidur berdasarkan aspek-aspek teori ahli psikologi modern Maas (2002) dan pandangan islam yang terdiri dari nyenyak selama tidur, waktu tidur yang cukup, tidak bermimpi buruk, merasa segar saat terbangun, tidur lebih awal dan bangun lebih awal. Dalam penelitian ini menggunakan 40 aitem dan format respon yang digunakan terdiri dari 4 alternatif jawaban, STS, TS,S,SS, Ketentuan pemberian nilai adalah sebagai berikut :

Tabel 3.3

Penentuan Nilai Skala

Favorable	Skor	Unfavorable	Skor
Sangat Sesuai	4	Sangat Sesuai	1
Sesuai	3	Sesuai	2
Tidak Sesuai	2	Tidak Sesuai	3
Sangat Tidak Sesuai	1	Sangat Tidak Sesuai	4

Berikut ini *Blue Print* skala kualitas tidur dapat dilihat pada tabel 3.4

berikut :

Tabel 3.4

Blue Print Skala Kualitas Tidur

No	Aspek	Indikator	Favorable	Unfavorable	Jumlah
1	Nyenyak selama tidur	Tidak mengalami gangguan tidur	2,5,6,8	1,3,4,7	8
2	Waktu tidur yang cukup	waktu tidur yang cukup untuk remaja (lebih kurang 8,5 jam)	9,11,12,15	10,13,14,16	8
3	Tidur lebih awal dan bangun lebih awal	Kebiasaan-kebiasaan yang dilakukan sebelum tidur ,keteraturan tidur dan terjaga	17,18,19,21,24	20,22,23	8
4	Merasa segar ketika bangun	Merasa sehat, semangat setelah bangun tidur, tidak mengantuk	25,29,30,32,	26,27,28,31	8
5	Tidak bermimpi buruk	Tidak adanya gejala gangguan tidur,mimpi yang positif dan menjalani hidup dengan optimal	34,48	33,35,36,37,39,	8
Jumlah					40

Uji Coba Alat Ukur

Sebelum alat ukur digunakan dalam penelitian yang sebenarnya, terlebih dahulu peneliti melakukan uji coba (*try out*) yang dilakukan padasiswa-siswi SMAN 1 Harau dengan jumlah subjek 90 orang.Uji coba (*try out*) ini dilakukan untuk mengetahui tingkat kesahihan (validitas) dan konsistensi (reliabilitas), guna mendapatkan instrumen yang benar-benar mengukur apa yang ingin diukur. Menurut Arikunto (2010), sebuah skala

dapat digunakan apabila dikatakan valid dan reliabel berdasarkan statistik melalui uji coba (*try out*) terlebih dahulu. Uji coba alat ukur dilakukan untuk mengetahui tingkat validitas dan reliabilitas suatu alat ukur. Setelah melakukan uji coba, selanjutnya diskor dan melakukan pengujian validitas dan reliabilitas dengan bantuan komputer, yaitu menggunakan aplikasi program *SPSS 24.0 for Windows*. Uji coba dilakukan pada tanggal 12 oktober s.d 12 Desember 2020

a. Uji Validitas

Dalam psikodiagnostik, validitas seringkali dikonsepsikan sebagai sejauh mana tes mampu mengukur atribut yang seharusnya diukur (Azwar, 2010). Untuk mengetahui apakah skala psikologi mampu menghasilkan data yang akurat sesuai dengan tujuan ukurnya, diperlukan suatu pengujian validitas. Dalam penelitian ini, validitas yang digunakan peneliti adalah validitas isi. Validitas isi merupakan validitas yang estimasi lewat pengujian terhadap isi tes dengan analisis rasional atau lewat *professional judgement* (Azwar, 2010).

b. Uji Daya Beda

Indek daya beda adalah sejauh mana aitem mampu membedakan antara individu atau kelompok individu yang memiliki dan yang tidak memiliki atribut yang diukur. Indek daya beda aitem merupakan pula indikator keselarasan atau konsistensi antara fungsi aitem dengan fungsi skala secara keseluruhan yang dikenal dengan istilah konsistensi aitem-total (Azwar, 2012).

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Besarnya koefisien korelasi aitem-total bergerak dari 0 sampai dengan 1,00 dengan tanda positif atau negatif. Semakin baik daya beda aitem maka koefisien korelasinya semakin mendekati angka 1,00. Koefisien yang kecil mendekati angka 0 atau yang memiliki tanda negatif mengindikasikan bahwa aitem yang bersangkutan tidak memiliki daya beda. Sebagai kriteria pemilihan aitem berdasarkan koefisien korelasi aitem-total, biasanya digunakan batasan $\geq 0,30$. Semua aitem yang mencapai koefisien korelasi tersebut daya bedanya dianggap memuaskan. Namun apabila jumlah aitem ternyata masih tidak mencukupi jumlah yang diinginkan, dapat dipertimbangkan untuk menurunkan sedikit batas kriteria yaitu menjadi 0,25 sehingga jumlah aitem yang diinginkan dapat tercapai (Azwar,2012).

Berdasarkan hasil uji indeks daya beda diperoleh aitem skala kualitas tidur yang dinyatakan baik berjumlah 29 aitem dan aitem yang gugur berjumlah 11 aitem dengan indeks daya beda bergerak dari 0,312 sampai 0,576 dengan batas validasinya 0,30. *Blue print* hasil uji indeks daya beda aitem skala kualitas tidur disajikan dalam berikut:

Blue Print Skala Kualitas Tidur Setelah Try Out

No	Aspek	Indikator	F	U	Jumlah
1	Nyenyak selama tidur	Tidak mengalami gangguan tidur	2,5*,6,8	1,3,4,7	8
2	Waktu tidur yang cukup	waktu tidur yang cukup untuk remaja (lebih kurang 8,5 jam)	9,11,12,15*	10,13*,14,16	8
3	Tidur lebih awal dan bangun lebih awal	Kebiasaan-kebiasaan yang dilakukan sebelum tidur	17,18*,19*,21*,24	20,22,23	8

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

No	Aspek	Indikator	F	U	Jumlah
		,keteraturan tidur dan terjaga			
4	Merasa segar ketika bangun	Merasa sehat, semangat setelah bangun tidur, tidak mengantuk	25,29,30,32,	26*,27*,28*,31	8
5	Tidak bermimpi buruk	Tidak adanya gejala gangguan tidur,mimpi yang positif dan menjalani hidup dengan optimal	34,38*,40*	33,35,36,37,39	8
Jumlah			13	16	29

Keterangan: *aitem gugur

Berdasarkan hasil uji indeks daya beda diperoleh aitem skala kecanduan *game online* yang dinyatakan baik berjumlah 21 aitem dan aitem yang gugur berjumlah 9 aitem dengan indeks daya beda bergerak dari 0,360 sampai 0,551 dengan batas validasinya 0,30. *Blue print* hasil uji indeks daya beda aitem skala intensitas penggunaan internet pada tabel berikut:

Blue Print Skala Kecanduan Game Online Setelah Try Out

No.	Aspek	Indikator	F	U	Jumlah
1.	<i>Compulsion</i> (Kompulsif)	Dorongan yang kuat berasal dari dalam diri untuk melakukan secara terus menerus	1,2,4*,8	3*,5,6	5
2.	Penarikan diri (<i>Withdrawal</i>)	Menjauhkan diri dari hal yang lain	11,14	7	3
		Sulit menjauhkan diri dari <i>game online</i>	10,13*,17	9	3
3.	Toleransi (<i>Tolerance</i>)	Sikap menerima keadaan diri ketika bermain <i>game online</i>	12*,15,16*,18*,19,20,23*	21,22*	4
4.	Masalah hubungan interpersonal dan	Masalah interaksi dengan orang lain	24,29	30	3
		Masalah kesehatan	26,27,28*	25	3

No.	Aspek	Indikator	F	U	Jumlah
	kesehatan (<i>Interpersonal & Health Problem</i>)				
		Jumlah Aitem	14	7	21

Keterangan: *aitem gugur

c. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas merupakan suatu teknik yang digunakan untuk melihat seberapa jauh skala dapat memberikan hasil yang konstan dalam suatu pengukuran. Reliabilitas mengacu pada konsistensi hasil pengukuran suatu alat ukur. Reliabilitas dinyatakan dalam koefisien reliabilitas, yang angkanya berkisar antara 0,00 sampai 1,00. Koefisien reliabilitas yang mendekati angka 1,00 menunjukkan reliabilitas alat ukur yang semakin tinggi. Sebaliknya alat ukur yang rendah reliabilitasnya ditandai dengan koefisien reliabilitas yang mendekati angka 0,00 (Azwar, 2009). Menurut Sumintono dan Widhiarso (2015), suatu reliabilitas dikatakan baik jika nilai *alpha Cronbach* berada diantara 0,7-0,8 dan nilai *alpha Cronbach* dikategorikan baik sekali apabila melebihi 0,8. Uji reliabilitas dilakukan dengan menggunakan model *rasch* dengan menggunakan program SPSS 24.0 for Windows. Pada skala kualitas tidur uji reliabilitas diperoleh koefisien sebesar 0,881 (baik), dan skala kecanduan *game online* memiliki reliabilitas sebesar 0,825 (baik). Dari uji reliabilitas yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa kedua alat ukur memiliki tingkat reliabilitas yang tinggi.

F. Analisis Data

Data yang diperoleh selanjutnya akan dianalisis. Analisis data yang digunakan adalah teknik analisa *korelasi product moment*, yaitu teknik untuk

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Ha mengetahui ada tidaknya korelasi antara dua variabel diperoleh dengan cara mencari hasil perkalian dan moment-moment variabel yang dikorelasikan dan koefisien korelasinya (Sugiyono, 2013). Analisis data yang di lakukan dengan menggunakan program SPSS24 *For Windows*.



UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB V

PENUTUP

A. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut terdapat hubungan yang negatif dan signifikan antara kecanduan *game online* dengan kualitas tidur siswa pada siswa SMAN 1 Harau kelas XI. Hal ini berarti semakin tinggi kecanduan *game online* siswa, maka akan tidak baik kualitas tidur dari siswa SMAN 1 Harau kelas XI, begitu pula sebaliknya, apabila kecanduan *game online* pada suatu sekolah rendah, maka kualitas tidur siswa juga akan meningkat. Secara menyeluruh, tingkat kualitas tidur siswa SMAN 1 Harau kelas XI berada pada kategori baik.

B. SARAN

Berdasarkan hasil penelitian, saran yang dapat diberikan sebagai berikut:

1. Untuk meningkatkan kualitas tidur siswa maka perlu diikuti dengan penurunan intensitas bermain *game online*, berdasarkan hasil yang menunjukkan bahwa sumbangan efektif paling besar adalah pada aspek *tolerance*, maka penelitian ini menyarankan agar dapat mengurangi kecanduan dengan cara pembatasan menggunakan *smartphone* siswa, siswa juga diharapkan untuk menyadari jumlah durasi tidur ideal bagi remaja dan dampak dari kurangnya kualitas tidur. Cara lainnya dengan terus menjalin komunikasi dan kedekatan dengan orang tua dan guru serta teman sebaya disekolah agar dapat memberikan semangat pada siswa lainnya untuk menghindari dampak negatif dari kecanduan bermain *game online*.

2. Untuk penelitian selanjutnya disarankan untuk menambah variabel bebas yang mempengaruhi kualitas tidur siswa seperti tingkat pendapatan orang tua, atau pola asuh orang tua.



UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

DAFTAR PUSTAKA

- Adams, Ernest. & Rollings, A. (2010). *Fundamental of game design. (2nd ed).* Barkeley, CA: New Riders.
- Adwitiya, Asti Bhawika & Suminar Dewi Retno. (2015), Perbedaan Tingkat Ketergantungan Bermain Game Online Ditinjau Dari Persepsi Remaja Terhadap Pola Asuh Orangtua, *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan, Vol. 04 No. 1, April 201*, Surabaya: Fakultas Psikologi Universitas Airlangga
- Agung, Ivan Muhammad. (2016) *Aplikasi Spss Pada Penelitian Psikologi.* Pekanbaru: Al-Mustahadah Press.
- Amad, Zaki (2015) <http://www.riabook.com/berita/4318/astaga-pelajar-di-Kampar-suka-cabut-karena-kecanduan-game-online-di-warnet.html> (diakses 08/12/2016 pukul 21:05).
- Ali, Mohammad dkk. (2006). *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik.* Jakarta: Bumi Aksara.
- Al-Quran Terjemahan. (2015) Departemen Agama RI: Jakarta. Dikutip pada surah QS 28:77, QS 51 :56, QS 78 :9, QS 14 :24-25
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5®)*; American Psychiatric Publishing: Arlington, VA, USA, EGC,for Health. Switzerland: WHO Press.
- Andhika Wira & Ritonga Syarifudin (2012) Pengaruh Komunikasi Internet Terhadap Pola Prilaku Anak Di Bawah 17 Tahun
- Anggraini, Danik Retno & Wahyuningsih, Hepi. (2007). Hubungan Antara Intensitas Bermain Game Online Dengan Kompetensi Sosial Pada Remaja. Yogyakarta: Fakultas Psikologi Dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia.
- Apervin, A Lawrence, John Oliver P, Cervone Danial, (2010). *Psikologi Kepribadian Teori Dan Penelitian Edisi Kesembilan.* Rawamangun-Jakarta: Kencana.
- Azwar, S. (2009). *Metode Penelitian.* Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- _____, S. (2010). *Metode Penelitian.* Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- _____, S. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi.* Yogyakarta: Pustaka Belajar.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Hasbiansari, D. (2007). Kompetensi Sosial dan Kewirausahaan (Studi Korelasi pada Anggota Perkumpulan Wirausahawan Mahasiswa Universitas Diponegoro Semarang). Skripsi Psikologi: Universitas Diponegoro Semarang.
- Chen, C.Y. & Chang, S.L. (2008). *An Exploration Of Tendency To Online Game Addiction Due To User' Liking Of Design Features*. *Asian Jurnal Of Health And Information Sciences*, Vol 3. No 1-4. Taiwan.
- Departemen Agama Indonesia. (2009). *Al-Qur'an dan Terjemahan*. Bandung: Pustaka Umar.
- Dona Febriandari, Fathra Annas Nauli, Siti Rahmalia (2016) Hubungan Kecanduan Bermain Game Online Terhadap Identitas diri Remaja, Universitas Riau : Studi Ilmu Keperawatan
- Elfida, Diana dkk. (2012). *Pedoman Penulisan Skripsi*: Pekanbaru: Fakultas Psikologi Uin Sultan Syarif Kasim Riau.
- Erfandi. (2008). *Pengelolaan Posyandu Lansia*.
- Feist, J, & Feist, G. J. (2013). *Teori Kepribadian*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Feprinca, Dica, (2014), Hubungan Motivasi Bermain Game Online Pada Masa Dewasa Awal Terhadap Perilaku Kecanduan Game Online Defence Of The Ancients (Dota 2), Universitas Brawijaya: Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik.
- Ferdy, Muhammad. (2014). Hubungan Antara Kecanduan *Game Online* Dengan Kompetensi Sosial Pada Remaja. Pekanbaru: *Skripsi*, Fakultas Psikologi, Universitas Sultan Syarif Kasim Riau.
- Firman, Muhammad. (2010). Pemain Game Indonesia Naik 33% per Tahun. Viva Teknologi; Available from: <http://teknologi.news.viva.co.id/news/read/162371-pemain-game-indonesia-naik-33--per-tahun>
- Jorge Jorgi Andrie, (2015), Profil Para Gamers Di Kota Pekanbaru, *Jurnal Program Studi Sosiologi Fakultas Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik, Jom FISIP Vol. 2 No. 2 Oktober 2015*.
- Fudyartanta, (2005). *Psikologi Kepribadian*. Yogyakarta: Zenith Publisher.
- Goble, Frank (1987). A. Supratiknya, ed. *Mazhab Ketiga, Psikologi Humanistik Abraham Maslow*.
- Gaol, Theresia Lumbah. (2012). Hubungan Kecanduan Game Online Dengan Prestasi Akademik Mahasiswa Di Fakultas Teknik Universitas Indonesia. Depok: *Skripsi* Fakultas Ilmu Keperawatan.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Bede. Saputra E.D, dan Hermawan Agus. (2009). Tugas Makalah Intranet/ Internet Game Online. (Online), (<http://mbegedut.blogspot.com/2012/09/contoh-makalah-tentanggame-online.html>).
- Hamdi, Muhammad. (2016). *Teori Kepribadian Sebuah Pengantar*. Bandung: Alfabeta.
- Hapsari, Meytha Fitri, Indrawati Endang Sri, Desiningrum Dinie Ratri, Agresivitas Ditinjau Dari Kontrol Diri Pada Remaja Pemain Game Online Dikota Semarang. Diponegoro: fakultas Psikologi.
- Hidayat, A.A. (2006). *Pengantar Kebutuhan Dasar manusia*. Jakarta: Salemba Medika
- Hurlock, B Elizabeth. (2010). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga.
- John, O. P., & Srivastava, S. (1999). *The Big-Five Trait Taxonomy: History, Measurement, And Theoretical Perspectives*. In L. A. Pervin & O. P. John (Eds.), *Handbook Of Personality: Theory And Research (Vol. 2, Pp. 102–138)*. New York: Guilford Press.
- King, A Lura. (2010). *Psikologi Umum*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Litbang Kompas. Penetrasi Internet Belum Merata. Kompas (2015). Diakses tanggal 23 Januari 2017 Available from :[http:// /print. Kompas .com /baca /2015 /07/21/Penetrasi-Internet-Belum- Merata](http://print.kompas.com/baca/2015/07/21/Penetrasi-Internet-Belum-Merata)
- Matthew H. Olson. B.R. Hergenhahn. (2013). *Teori-Teori Kepribadian Edisi Kedelapan*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.s
- Melawati, Lia, Hubungan Antara Kepribadian Big Five Dengan Perilaku Agresi Pada Anggota Tni Batalyon Infanteri 301/ Prabu Kiansantang (Yonif 301/Pks).
- Mukhlis. Dkk. (2014). *Konsep & Teori Perkembangan*. Pekanbaru: Al-Mujtahadah Press.
- National Sleep Foundation. How Much Sleep Do We Really Need; (2007). Diakses pada tanggal 14 April 2016. Availabel from : <https://sleepfoundation.org/>
- Naviri, Tim. (2016). *100 Fakta Seputar Tidur yang Perlu Anda Tahu*. Jakarta: Gramedia.
- Nur, A, R. (2011). Hubungan Antara Kecanduan Game Online Dengan Self Esteem Remaja Gamer Di Kecamatan Lowokwaru Kota Malang. Uin Maulana Malik Ibrahim Malang.

- © Hak cipta milik UIN Suska Riau
- State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau
- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.
- Murfadhilah, Restu (2014). Hubungan *Parenting Style* Dan Tipe Kepribadian *Big Five* Terhadap Kecenderungan Adiksi Internet. *Skripsi*. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Muriani, Astri Dita, Handoyo Seger, (2015), Hubungan Tipe Kepribadian Big I (Big Five Personality) Dengan Intensi Pembelian Secara Online Paa Pengguna Online Shop, *Jurnal Fakultas Psikologi Universitas Airlangga, Surabaya, Vol. 04 No. 3, Desember 2015*.
- Ohorella, Rizky Avianty & Nu'man Thobagus. (2009). Big Five Personality Dengan Kecanduan, Fakultas Psikologi Dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia Yogyakarta.
- Panjaitan, Ara Dewi Ratna Sari. (2014). Hubungan Antara Frekuensi Bermain Game Online Dengan Kualitas Tidur Pada Anak Kelas IV Dan V Di SD N Karangrejo Yogyakarta. Naskah Publikasi ; 2014. Diakses pada tanggal 11 Maret 2016. Available from : opac.unisayogya.ac.id/252/1/Naskah%20Publikasi%20
- Perry & Poter. (2006). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses, dan Praktik, Alih Bahasa: Renata Komalasari*. Jakarta: EGC.)
- Polres Payakumbuh. (2020). Akibat Kecanduan Game Online, Pemuda di Kota Payakumbuh Nekat Mencuri Kotak Amal Masjid. Diakses dalam <https://payakumbuh.sumbar.polri.go.id/2020/09/04/kecanduan-game-online-pemuda-di-kota-payakumbuh-nekat-mencuri-kotak-amal-masjid/>
- Puspitosari, Warih Andan, Ananta Linaldi, (2009), *Correlation Between Online Game Addiction With Depression, Jurnal Bagian Psikiatri Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Yokyakarta Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Yokyakarta, Mutiara Medika Vol. 9 No. 1:50:56, Januari 2009*.
- Ramdhani, Neila (2012), Adaptasi Bahasa dan Budaya Inventori, *Jurnal Fakultas Psikologi Universitas Gajah Mada, Volume 39, No. 2, Desember 2012: 189-207*.
- Rakom (2018) Inilah dampak kecanduan game online. <http://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/umum/20180706/4226605/inilah-dampak-kecanduan-gameonline/> (diakses tanggal 12/12/ 2020 pukul 20:15).
- RTV. (2016). *Kecanduan Game Online Dua Pemuda Nekat Merampok*: <http://www.riautelevisi.com/berita-kampar--kecanduan-game-online-dua-pemuda-nekat-merampok.html> (diakses 08/12/2016 pukul 21:30).
- Santrock. (2007). *Remaja Edisi Kesebelas*: Erlangga.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Siswoutomo Wiwit, Techno Lensa. (2010). *Membuat Game Online & Game Hp Hari Ini Juga*. Jakarta: PT Elen Media Kumputindo Kelompok Gramedia.

Soepono Desi Natalia, Srimulyani Veronika Agustini, (2015), *Analisis Pengaruh The Big Five Personality Terhadap Organizational Citizenship Behavior (Ocb) Dan Kinerja Perawat Di Rs Santa Clara Madiun*, Universitas Katolik Widya Mandala Madiun Vol. 15 - No. 1 April 2015.

Soetjningsih. (2010). *Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya*. Jakarta: CV. Agung Seto.

Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Sujanto Agus, Halem Lubis, Taufik Hadi, (2001). *Psikologi Kepribadian*. Jakarta: Bumi Aksara.

Suryabrata, Sumadi. (2013). *Psikologi Kepribadian*. Jakarta: RajaGrafindo Persada.

Syahrani, Ridwan, (2015), Ketergantungan Online Game Dan Penanganannya. *Jurnal Psikologi Pendidikan & Konseling, FKIP Universitas Tadulako, Volume Nomor 1 Juni 2015. Hal 84-92*

Tedjasaputra Mayke.S (2010) *Bermain, Mainan dan Permainan Grasindo* (Gramedia Widiasirana Indonesia)

Wartanah, T. (2006). *Kebutuhan Dasar Manusia dan Proses Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.

Widyastuti, Febriana Siska. (2012). *Kecanduan Mahasiswa Terhadap Game Online*. S1 Thesis, Universitas Negeri Yogyakarta. Skripsi; 2012. Diakses pada tanggal 12 April 2016. Available from : <http://eprints.uny.ac.id/8590>.

World Health Organization. (2018). *The ICD-11 Classification of Mental and Behavioral Disorders: Diagnostic Criteria for Research*; World Health Organization: Geneva, Switzerland, 2018.

World Health Organization. (2019) *International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems (ICD-11): New Release*; World Health Assembly: Geneva, Switzerland

World Health Organization. (2019). *Public Health Implications of Excessive Use of the Internet, Computers, Smartphones and Similar Electronic Devices Meeting Report*; World Health Organization

- Wulandari, Rupita, (2015), Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Kecanduan Game Online Pada Remaja Di Warnet Lorong Cempak Dalam Keluarga Iilir Palembang, *Jurnal Fakultas Psikologi Universitas Bima Darma Palembang*.
- Yakan, Muna Haddad. (1990). *Hati-Hati Terhadap Media yang Merusak Anak*. Jakarta: Gema Insani Press.
- Yee, N. (2002). *Ariadne –Understanding MMORPG Addiction*. by Nicholas Yee.
- Yee, N. (2006). *The Demographics, Motivations, and Derived Experiences of Users of Massively-Multi-user Online Graphical Environments. Presence: Teleoperators and Virtual Environments. 15, 309-329. (Online), (http://www.nickyee.com/daedalus*.
- Young, KS. (2009). *Understanding online game addiction and treatment issue for Adolescents. The American Journal of Family Therapy. 37:355-372*.
- Yudhianto. (2013). Indonesia Punya 15 Juta Penggila Game Online. Detiknet (online).
- Yulianti, Alma. (2013). *Psikologi Perkembangan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Pekanbaru: Al-Mujtahadah Press.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



LAMPIRAN A

LEMBAR VALIDIASI SKALA KECANDUAN GAME ONLINE

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LEMBAR VALIDASI ALAT UKUR SKALA KECANDUAN BERMAIN GAME ONLINE

1. Definisi Operasional

Intensitas bermain *game online* adalah besar atau kekuatan konsentrasi yang digunakan dalam bermain game online yang memiliki sifat kuantitatif dan kualitas dengan tingkat derajat yang bertingkat-tingkat. Berdasarkan pernyataan diatas penulis menyimpulkan aspek-aspek dari Intensitas bermain game online yaitu frekuensi,lama waktu,perhatian penuh dan emosional.Semakin tinggi skor yang diperoleh subyek maka semakin tinggi pula Intensitas bermain game online yang dimiliki subyek. Sebaliknya semakin rendah Intensitas bermain game online yang dimiliki subyek maka semakin rendah pula Intensitas bermain game online yang dimiliki subyek.

2. Skala yang digunakan

- Buat sendiri (-)
- Terjemahan (-)
- Modifikasi (√)

3. Jumlah item

Item dalam skala ini adalah 30 item

4. Format Respon

Format respon yang digunakan dalam skala ini terdiri dari 4 alternatif jawaban yaitu:

- STS : Sangat Tidak Setuju
- TS : Tidak Setuju
- S : Setuju
- SS : Sangat Setuju

5. Penilaian setiap item

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

- Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
- Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Pada bagian ini peneliti memohon kepada bapak untuk memberikan penilaian pada setiap pernyataan di dalam skala ini. Skala ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara intensitas bermain *game online* dengan kualitas tidur pada siswa di SMA N 1 Kecamatan Harau. Pada bapak dimohon untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan (aitem) dengan indikator yang diajukan. Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu dari alternatif jawaban yang disediakan, yaitu Relevan (R), Kurang Relevan (KR), Tidak Relevan (TR). Untuk jawaban dipilih, mohon bapak memberikan tanda *checklist* (√) pada kolom yang telah disediakan :

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban		
		R	KR	TR

Jika bapak menilai bahwa aitem tersebut sesuai dengan indikatornya, maka bapak memberi tanda *checklist* (√) pada R . Demikian seterusnya untuk semua aitem yang tersedia.

SKALA KECANDUAN GAME ONLINE

Aspek	Indikator	No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			Ket
				R	KR	TR	
Compulsion (Kompulsif)	Dorongan kuat yang berasal dari dalam diri untuk melakukan secara terus menerus	1	Setiap hari saya sempatkan bermain <i>game online</i> . (F)				
		2	Saya merasa senang ketika bermain <i>game online</i> (F)				
		3	Saya menggunakan waktu luang untuk selalu bermain <i>game online</i> . (F)				
		4	Setiap bangun pagi hal yang				

Aspek	Indikator	No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			Ket
				R	KR	TR	
			pertama kali terpikirkan adalah bermain <i>game online</i> (F)				
		5	Saya mampu mengatur waktu saya kapan bermain dan kapan tidak bermain (UF)				
		6	Saya akan berhenti bermain ketika saya merasa sudah cukup (UF)				
		7	Hubungan keluarga berkurang karena bermain <i>game online</i> (F)				
		8	Saya lebih memilih bermain <i>game online</i> daripada mengikuti kegiatan lain (F)				
		9	Waktu beraktifitas diluar bersama teman-teman saya bertambah karena <i>game online</i> (F)				
		10	Saya menghabiskan lebih banyak waktu untuk bermain <i>game online</i> (F)				
		11	Bagi saya bermain di dalam <i>game</i> lebih menyenangkan dari pada berteman di				

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Aspek	Indikator	No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			Ket
				R	KR	TR	
			kehidupan nyata (F)				
		12	Saya akan menambah waktu bermain ketika waktu bermain sudah habis (F)				
		13	Saya mampu mengorbankan waktu belajar dan sekolah untuk bermain <i>game online</i> (F)				
		14	Saya dapat menunda bermain <i>game online</i> ketika ada hal lain yang harus saya kerjakan (UF)				
Tolerance (Toleransi)	Sikap menerima keadaan diri karena bermain <i>game online</i>	15	Terkadang saya tidak tidur di malam hari untuk bermain <i>game online</i> (F)				
		16	Saya merasa ada sesuatu yang kurang ketika saya tidak bermain <i>game online</i> . (F)				
		17	Saya tidak memperhitungkan berapa lama waktu yang saya gunakan untuk bermain <i>game</i> (F)				
		18	Jumlah waktu yang saya gunakan untuk				

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Aspek	Indikator	No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			Ket
				R	KR	TR	
			bermain <i>game online</i> terus meningkat (F)				
		19	Saya melewatkan waktu makan ketika saya asik bermain <i>game online</i> (F)				
		20	Hidup saya merasa hampa tanpa <i>game online</i> (UF)				
		21	Walaupun saya jarang bermain <i>game online</i> tapi saya tetap merasa nyaman (UF)				
		22	Saya bermain <i>game online</i> hanya saat waktu tertentu saja (UF)				
		23	Saya senang bermain <i>game online</i> walau uang saya habis (F)				
		24	Saya kurang nyambung jika berbicara dengan orang lain (F)				
Masalah hubungan interpersonal dan kesehatan (<i>Interpersonal and Health Related</i>)	Masalah interaksi dengan orang lain	25	Saya membutuhkan waktu yang lama untuk memahami pembicaraan orang lain (F)				
		26	Interaksi saya dengan orang lain baik-baik saja (UF)				
		27	Mata saya sering sakit karena terlalu lama di depan layar saat				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Aspek	Indikator	No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			Ket
				R	KR	TR	
			bermain <i>game online</i> (UF)				
		28	Saya jarang merasa pusing walaupun terlalu lama bermain <i>game online</i> (UF)				
		29	Saya merasa bersemangat kembali ketika bermain <i>game online</i> secapek apapun saya (F)				
		30	Saya sering mengantuk dimana saja karena sering bermain <i>game online</i> (F)				

Catatan :

1. Isi (Kesesuaian dengan Indikator)

.....

.....

.....

.....

Bahasa

.....

.....

.....

.....

Jumlah aitem

.....

.....

.....

.....

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Pekanbaru,.....

Validator

Yuli Widiningsih,S.psi,Mpsi,Psikolog,
NIP: 19760719 2007 10 2004



UIN SUSKA RIAU

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



LAMPIRAN B

LEMBAR VALIDIASI SKALA KUALITAS TIDUR SISWA

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LEMBAR VALIDASI ALAT UKUR (SKALA KUALITAS TIDUR)

1. Definisi Operasional

Kualitas tidur adalah kebutuhan tidur yang cukup yang ditentukan faktor jumlah jam tidur dan kedalaman tidur seseorang, dengan kata lain seseorang dikatakan mengalami tidur yang baik atau sangat baik jika jam tidur terpenuhi dan mengalami tingkat kedalaman tidur yang cukup yang akan membuat seseorang merasa segar dan bugar ketika bangun, yang diukur dengan skala kualitas tidur model Likert. Semakin tinggi skor subjek pada skala tersebut, maka semakin tinggi pula kualitas tidur pada subjek .

2. Skala yang digunakan

- Buat sendiri (√)
- Terjemahan (-)
- Modifikasi (-)

3. Jumlah item

Item dalam skala ini adalah 40 item

4. Format Respon

Format respon yang digunakan dalam skala ini terdiri dari 4 alternatif jawaban yaitu:

- STS : Sangat Tidak Setuju
- TS : Tidak Setuju
- S : Setuju
- SS : Sangat Setuju

5. Penilaian setiap item

Pada bagian ini peneliti memohon kepada bapak untuk memberikan penilaian pada setiap pernyataan dalam skala. Skala ini bertujuan untuk mengetahui “Hubungan intensitas bermain game online Dengan Kualitas tidur Pada Siswa SMA 1 Harau” .

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

- Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
- Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Pada bapak dimohon untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan (aitem) dengan variabel yang diukur. Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu dari alternative jawaban yang disediakan, yaitu Relevan (R), Kurang Relevan (KR), Tidak Relevan (TR). Untuk jawaban dipilih, mohon bapak memberikan tanda ceklis (√) pada kolom yang telah disediakan :

No	Pernyataan	Pilihan Jawaban		
		R	KR	TR

Jika bapak menilai bahwa aitem tersebut tidak sesuai dengan indikatornya berilah tanda (√) pada Tidak Relevan (TR). Demikian seterusnya untuk semua aitem.

SKALA KUALITAS TIDUR

Aspek	Indikator	No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			Ket
				R	KR	TR	
Nyenyak selama tidur	Tidak mengalami gangguan internal dan eksternal yang menjadikan tidurnya tidak nyenyak	1	Ketika tidur saya mudah terbangun karena suhu tubuh yang panas. (UF)				
		2	Saya selalu nyaman tidur (F)				
		3	Suara mobil di luar membuat saya tidak nyenyak tidur (UF)				
		4	Saya tidak nyenyak tidur. (UF)				
		5	Saya selalu merasa nyaman tidur di malam hari tanpa ada gangguan. (F)				
		6	Ketika ada gangguan seperti				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Aspek	Indikator	No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			Ket	
				R	KR	TR		
© Hak cipta milik UIN Suska Riau State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau			suara anjing menggonggong dan bayi menangis saya tetap tertidur pulas tanpa merasa terganggu. (F)					
		7	Ketika mau tidur di malam hari mata saya sulit untuk bisa saya pejamkan. (UF)					
		8	Saya merasa tidur saya nyenyak. (F)					
	Waktu tidur terpenuhi	Dapat tidur dengan waktu yang cukup	9	Saya merasa tidur saya cukup. (F)				
			10	Saya merasa tak terlalu butuh tidur (UF)				
			11	Aktifitas yang sibuk tidak membuat saya kekurangan waktu tidur (F)				
			12	Dalam sehari maksimal saya tidur 8-8.5 jam (F)				
			13	Waktu tidur saya selalu tak cukup (UF)				
			14	Setiap hari minggu saya hanya membutuhkan waktu tidur 5 jam (UF)				
			15	Saya merasa waktu tidur saya terpenuhi (F)				
			16	Saya sering menguap di kelas karena				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Aspek	Indikator	No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			Ket
				R	KR	TR	
			kekurangan tidur (UF)				
Tidur Lebih awal dan bangun lebih awal	Keteraturan tidur	17	Saya selalu bergadang. (F)				
		18	Walaupun saya selalu sibuk, saya dapat membagi waktu tidur. (F)				
		19	Setiap jam 10 malam saya sudah tidur. (F)				
		20	Saya selalu tidur lebih awal supaya besoknya bangun lebih cepat (UF)				
		21	Setiap jam 5 pagi saya sudah bangun (F)				
		22	Secepat apapun saya tidur pada malam harinya paginya saya tetap telat bangun (UF)				
		23	Saya sering tidur diatas jam 10 malam (UF)				
		24	Saya selalu susah bangun di pagi hari (UF)				
Tidak memperoleh mimpi buruk	Mengatur dan mengelola emosinya secara optimal	25	Saya tidak pernah mengigau selama tidur (F)				
		26	Saya selalu mengigau selama tidur (UF)				
		27	Saya merasa selalu sulit tidur dimalam hari. (UF)				
		28	Ketika tidur saya sering bermimpi buruk (UF)				
		29	Saya jarang				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Aspek	Indikator	No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			Ket	
				R	KR	TR		
© Hak cipta milik UIN Suska Riau State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau			bermimpi ketika tidur (F)					
		30	Ketika tidur di malam hari saya tidak terbangun karna mimpi (F)					
		31	Saya minum obat sebelum tidur supaya tidak bermimpi buruk (UF)					
		32	Saya merasa nyaman selama tidur (F)					
	Merasa segar saat terbangun	Merasakan segar atau bugar saat terbangun	33	Pagi hari saya malas melakukan aktifitas karna belum puas tidur di malam harinya (UF)				
			34	Saya selalu semangat melakukan aktifitas sepanjang hari karna tidur yang cukup (F)				
			35	Saya merasa sulit konsentrasi di pagi hari karna masih mengantuk (UF)				
			36	Saya selalu mengantuk ketika melakukan aktifitas di siang hari. (UF)				
		37	Saya tidak mampu menuntaskan pekerjaan di siang hari. (UF)					
		38	Saya merasa nyaman					

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Aspek	Indikator	No	Pernyataan	Pilihan Jawaban			Ket
				R	KR	TR	
			beraktifitas di siang hari. (F)				
		39	Saya tidak fokus melakukan sesuatu di siang hari. (UF)				
		40	Saya selalu bersemangat melakukan aktifitas di siang hari. (F)				

Catatan :

1. Isi (Kesesuaian dengan Indikator)

.....

.....

.....

.....

2. Bahasa

.....

.....

.....

3. Jumlah aitem

.....

.....

.....

UIN SUSKA RIAU
Pekanbaru,.....
Validator

Yuli Widiningsih,S.psi,Mpsi,Psikolog.
NIP: 19760719 2007 10 2004

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LAMPIRAN C

SKALA *TRYOUT* KECANDUAN *GAME ONLINE* DAN KUALITAS TIDUR SISWA

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

SKALA TRY OUT

SKALA KECANDUAN *GAME ONLINE*

Pada bagian ini saya mohon pada Saudara/i untuk memberikan penilaian pada setiap pernyataan di dalam skala ini. Skala ini bertujuan untuk mengetahui kecanduan *game online* pada siswa. **Saudara/i dimohon untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan (aitem) dengan indikator yang diajukan.** Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu dari alternatif jawaban yang disediakan, yaitu: SS, S, TS, dan STS. Untuk jawaban yang dipilih, mohon Saudara/i memberi tanda Checklist (√) pada kolom yang telah disediakan.

Contoh cara menjawab:

Aitem:

Saya merasa sendiri dalam menyelesaikan tugas akhir.

SS S TS STS

SS = Sangat Setuju, S = Setuju, TS = Tidak Setuju, STS = Sangat tidak Setuju

Jika Saudara/i menilai aitem tersebut sangat setuju dengan indikator, maka Saudara/i memberi checklist (√) pada SS Demikian seterusnya untuk aitem yang tersedia.

No	Pernyataan	Alternatif Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Setiap hari saya sempatkan bermain <i>game online</i> .				
2	Saya merasa senang ketika bermain <i>game online</i>				
3	Saya menggunakan waktu luang untuk selalu bermain <i>game online</i> .				
4	Setiap bangun pagi hal yang pertama kali terpikirkan adalah bermain <i>game online</i>				
5	Saya mampu mengatur waktu saya kapan bermain dan kapan tidak bermain				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

No	Pernyataan	Alternatif Jawaban			
		SS	S	TS	STS
6	Saya akan berhenti bermain ketika saya merasa sudah cukup				
7	Hubungan keluarga berkurang karena bermain <i>game online</i>				
8	Saya lebih memilih bermain <i>game online</i> daripada mengikuti kegiatan lain				
9	Waktu beraktifitas diluar bersama teman-teman saya bertambah karena <i>game online</i>				
10	Saya menghabiskan lebih banyak waktu untuk bermain <i>game online</i>				
11	Bagi saya bermain di dalam <i>game</i> lebih menyenangkan dari pada berteman di kehidupan nyata				
12	Saya akan menambah waktu bermain ketika waktu bermain sudah habis				
13	Saya mampu mengorbankan waktu belajar dan sekolah untuk bermain <i>game online</i>				
14	Saya dapat menunda bermain <i>game online</i> ketika ada hal lain yang harus saya kerjakan				
15	Terkadang saya tidak tidur di malam hari untuk bermain <i>game online</i>				
16	Saya merasa ada sesuatu yang kurang ketika saya tidak bermain <i>game online</i> .				
17	Saya tidak memperhitungkan berapa lama waktu yang saya gunakan untuk bermain <i>game</i>				
18	Jumlah waktu yang saya gunakan untuk bermain <i>game online</i> terus meningkat				
19	Saya melewatkan waktu makan ketika saya asik bermain <i>game online</i>				
20	Hidup saya merasa hampa tanpa <i>game online</i>				
21	Walaupun saya jarang bermain <i>game online</i> tapi saya tetap merasa nyaman				
22	Saya bermain <i>game online</i> hanya saat waktu tertentu saja				
23	Saya senang bermain <i>game online</i> walau uang saya habis				
24	Saya kurang nyambung jika berbicara dengan orang lain				
25	Saya membutuhkan waktu yang lama untuk memahami pembicaraan orang lain				
26	Interaksi saya dengan orang lain baik-baik saja				
27	Mata saya sering sakit karena terlalu lama di depan layar saat bermain <i>game online</i>				

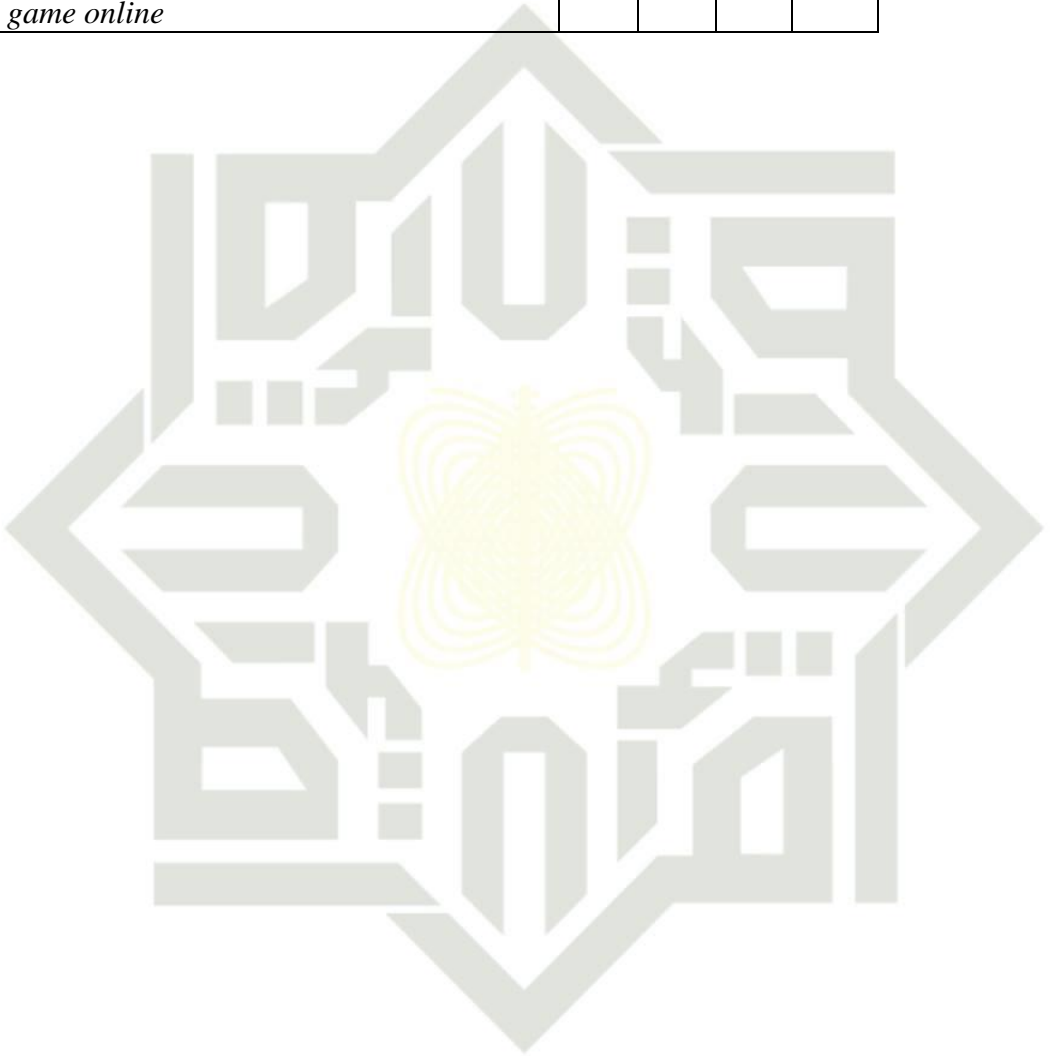
Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

	Pernyataan	Alternatif Jawaban			
		SS	S	TS	STS
8	Saya jarang merasa pusing walaupun terlalu lama bermain <i>game online</i>				
9	Saya merasa bersemangat kembali ketika bermain <i>game online</i> secapek apapun saya				
10	Saya sering mengantuk dimana saja karena sering bermain <i>game online</i>				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



SKALA TRY OUT

SKALA KECANDUAN KUALITAS TIDUR

Pada bagian ini saya mohon pada Saudara/i untuk memberikan penilaian pada setiap pernyataan di dalam skala ini. Skala ini bertujuan untuk mengetahui kecanduan kualitas tidur pada siswa. **Saudara/i dimohon untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan (aitem) dengan indikator yang diajukan.** Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu dari alternatif jawaban yang disediakan, yaitu: SS, S, TS, dan STS. Untuk jawaban yang dipilih, mohon Saudara/i memberi tanda Checklist (√) pada kolom yang telah disediakan.

Contoh cara menjawab:

Aitem:

Saya merasa sendiri dalam menyelesaikan tugas akhir.

SS S TS STS

SS = Sangat Setuju, S = Setuju, TS = Tidak Setuju, STS = Sangat tidak Setuju

Jika Saudara/i menilai aitem tersebut sangat setuju dengan indikator, maka Saudara/i memberi checklist (√) pada SS Demikian seterusnya untuk aitem yang tersedia.

No	Pernyataan	Alternatif Jawaban			
		SS	S	TS	STS
	Ketika tidur saya mudah terbangun karena suhu tubuh yang panas.				
	Saya selalu nyaman tidur				
	Suara mobil di luar membuat saya tidak nyenyak tidur				
	Saya tidak nyenyak tidur.				
	Saya selalu merasa nyaman tidur di malam hari tanpa ada gangguan.				
	Ketika ada gangguan seperti suara anjing menggonggong dan bayi menangis saya tetap				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

No	Pernyataan	Alternatif Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	tertidur pulas tanpa merasa terganggu.				
2	Ketika mau tidur di malam hari mata saya sulit untuk bisa saya pejamkan.				
3	Saya merasa tidur saya nyenyak.				
4	Saya merasa tidur saya cukup.				
5	Saya merasa tak terlalu butuh tidur				
6	Aktifitas yang sibuk tidak membuat saya kekurangan waktu tidur				
7	Dalam sehari maksimal saya tidur 8-8.5 jam				
8	Waktu tidur saya selalu tak cukup				
9	Setiap hari minggu saya hanya membutuhkan waktu tidur 5 jam				
10	Saya merasa waktu tidur saya terpenuhi				
11	Saya sering menguap di kelas karena kekurangan tidur				
12	Saya selalu bergadang.				
13	Walaupun saya selalu sibuk, saya dapat membagi waktu tidur.				
14	Setiap jam 10 malam saya sudah tidur.				
15	Saya selalu tidur lebih awal supaya besoknya bangun lebih cepat				
16	Setiap jam 5 pagi saya sudah bangun				
17	Secepat apapun saya tidur pada malam harinya paginya saya tetap telat bangun				
18	Saya sering tidur diatas jam 10 malam				
19	Saya selalu susah bangun di pagi hari				
20	Saya tidak pernah mengigau selama tidur				
21	Saya selalu mengigau selama tidur				
22	Saya merasa selalu sulit tidur dimalam hari.				
23	Ketika tidur saya sering bermimpi buruk				
24	Saya jarang bermimpi ketika tidur				
25	Ketika tidur di malam hari saya tidak terbangun karna mimpi				
26	Saya minum obat sebelum tidur supaya tidak bermimpi buruk				
27	Saya merasa nyaman selama tidur				
28	Pagi hari saya malas melakukan aktifitas karna belum puas tidur di malam harinya				
29	Saya selalu semangat melakukan aktifitas sepanjang hari karna tidur yang cukup				
30	Saya merasa sulit konsentrasi di pagi hari karna masih mengantuk				
31	Saya selalu mengantuk ketika melakukan aktifitas				

No	Pernyataan	Alternatif Jawaban			
		SS	S	TS	STS
36	di siang hari.				
37	Saya tidak mampu menuntaskan pekerjaan di siang hari.				
38	Saya merasa nyaman beraktifitas di siang hari.				
39	Saya tidak fokus melakukan sesuatu di siang hari.				
40	Saya selalu bersemangat melakukan aktifitas di siang hari.				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



LAMPIRAN D

TABULASI DATA TRYOUT KECANDUAN *GAME ONLINE* DAN KUALITAS TIDUR SISWA

UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

TABULASI DATA TRY OUT SKALA KECANDUAN GAME ONLINE

No	Nama Inisial	Skala Kecanduan Game Online (X)																												Total	Rataan		
		I					IIA				IIB					III							IVA			IVB							
		1	2	3	4	5	6	7	11	14	6	10	13	17	9	12	15	16	18	19	20	21	22	23	24	29	30	26	27			28	25
1	YAZ	4	3	3	1	4	4	4	1	4	3	1	4	4	4	4	2	4	4	2	4	4	4	4	4	3	4	4	2	2	1	95	3,17
2	LW	4	3	2	2	3	4	3	2	3	3	2	4	4	3	3	1	1	1	1	2	1	1	3	3	2	3	3	2	3	3	75	2,50
3	ADW	4	4	4	1	4	4	4	4	3	3	3	1	4	4	1	2	4	4	4	1	4	4	1	1	4	3	4	3	4	3	94	3,13
4	WPA	4	3	2	2	3	4	4	2	3	3	4	3	3	3	3	3	4	2	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	91	3,03	
5	WSW	4	3	4	2	3	4	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	2	4	3	3	3	99	3,30	
6	WS	4	3	3	1	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	3	4	4	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4	3	104	3,47	
7	K	3	2	4	3	3	4	3	2	4	3	3	4	3	3	2	3	3	2	3	4	3	3	2	3	2	2	3	2	3	86	2,87	
8	SP	4	3	4	2	3	4	3	3	2	3	3	4	4	4	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	4	2	3	89	2,97	
9	VHP	3	3	3	1	2	3	3	2	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	2	3	3	4	2	1	3	4	1	2	83	2,77	
10	B	3	3	3	2	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	85	2,83	
11	OO	4	4	3	1	3	4	3	2	1	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	2	1	4	4	2	2	95	3,17	
12	RA	3	3	3	2	2	4	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	85	2,83	
13	RF	2	2	3	1	3	3	2	2	1	3	2	2	3	3	3	3	3	1	3	2	1	2	3	3	2	3	3	2	2	3	71	2,37
14	IRP	3	4	3	2	3	4	3	3	2	3	3	4	3	4	3	2	4	2	4	4	4	4	3	3	1	4	3	4	4	2	95	3,17
15	SRA	3	3	3	2	2	4	3	2	2	2	2	2	3	3	3	1	3	1	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	1	73	2,43
16	DDR	3	3	4	2	2	3	3	2	2	3	4	4	3	3	2	2	3	3	3	3	2	1	3	3	1	3	3	2	3	3	81	2,70
17	KBM	4	2	3	1	2	4	2	2	1	3	3	2	3	3	2	2	4	3	2	2	3	3	3	2	2	2	4	2	3	1	75	2,50
18	RODI	4	3	3	2	3	4	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	2	2	3	92	3,07
19	IFP	4	2	1	1	2	3	4	2	1	2	3	3	4	4	2	1	4	2	1	1	4	4	3	1	1	4	3	1	3	1	72	2,40
20	AEP	4	3	2	2	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	2	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	96	3,20	

UIN Suska Riau
 State Islamic University of Sultan Syarif Qahar Ghalib
 Pekanbaru
 Riau
 Indonesia

No	Nama Inisial	Skala Kecanduan Game Online (X)																												Total	Rataan			
		I					IIA			IIB				III							IVA			IVB										
		1	2	3	4	5	6	7	11	14	6	10	13	17	9	12	15	16	18	19	20	21	22	23	24	29	30	26	27			28	25	
21	RM	3	2	2	2	3	3	1	2	2	4	3	2	2	2	2	3	3	3	2	4	3	3	2	2	2	2	3	2	2	1	74	2,47	
22	D	3	2	3	1	2	4	2	2	2	2	4	3	3	2	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	2	3	3	1	2	3	82	2,73	
23	M	4	4	2	4	4	4	1	4	3	4	1	3	3	4	2	2	4	1	1	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	95	3,17		
24	APB	3	3	4	2	3	1	3	2	3	4	4	3	3	4	3	4	2	3	3	3	3	4	4	1	3	3	4	3	4	92	3,07		
25	R	4	3	3	4	1	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	89	2,97		
26	MW	2	2	1	1	3	4	4	3	4	1	4	4	4	4	3	4	4	3	4	2	4	4	4	4	2	4	4	4	3	4	98	3,27	
27	NV	3	2	2	3	3	2	3	4	3	1	4	2	1	1	1	3	3	3	2	2	2	1	4	2	2	2	3	2	1	1	2	68	2,27
28	AV	4	3	3	2	3	3	4	3	2	3	3	3	4	4	4	2	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	2	3	4	100	3,33	
29	NH	4	4	4	1	4	3	3	2	3	3	2	4	3	4	1	3	3	2	4	1	3	4	4	1	1	4	4	2	3	4	88	2,93	
30	Mj	4	3	4	2	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	3	3	4	3	4	2	4	3	106	3,53	
31	EC	4	3	2	2	3	4	3	2	3	3	3	3	4	3	1	2	3	1	3	2	3	3	3	2	1	4	2	2	3	2	79	2,63	
32	PES	4	3	3	1	3	3	3	2	2	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	3	3	3	3	2	4	4	2	2	4	96	3,20	
33	A	2	3	4	1	3	3	4	1	4	3	4	4	3	3	2	4	3	2	4	4	3	3	4	3	3	4	4	3	2	4	94	3,13	
34	SPJ	4	2	3	1	2	3	3	2	2	4	4	2	4	4	2	4	4	1	3	3	4	4	2	1	4	4	2	2	1	1	82	2,73	
35	API	4	3	2	1	3	4	4	3	1	3	2	4	4	3	3	3	2	3	4	3	4	4	4	2	1	4	4	2	3	3	89	2,97	
36	RI	4	2	1	1	2	3	2	1	1	3	2	3	4	3	4	2	4	1	1	3	4	4	4	3	2	3	3	2	3	2	77	2,57	
37	NE	4	2	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	2	2	3	81	2,70	
38	FAT	4	3	3	2	2	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	2	2	3	84	2,80	
39	CIA	4	2	3	2	2	3	3	2	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	2	2	3	85	2,83		
40	RF	4	3	3	1	3	4	3	2	2	3	4	4	3	3	3	3	4	1	2	2	3	3	2	2	3	3	4	2	3	2	84	2,80	
41	AY	4	3	3	1	3	4	3	2	2	3	4	4	3	3	2	3	4	1	2	2	3	3	2	2	3	3	4	1	3	2	82	2,73	

UIN
SUSKA
RIAU

UIN
SUSKA
RIAU

UIN
SUSKA
RIAU

UIN SUSKA RIAU

No	Nama Inisial	Skala Kecanduan Game Online (X)																												Total	Rataan			
		I					IIA			IIB				III							IVA			IVB										
		1	2	3	4	5	6	7	11	14	6	10	13	17	9	12	15	16	18	19	20	21	22	23	24	29	30	26	27			28	25	
42	ANHH	4	3	3	2	2	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	2	2	3	83	2,77
43	ARA	4	2	2	1	3	3	3	3	2	3	4	4	3	3	4	3	3	3	2	4	3	4	1	2	4	3	1	3	3	87	2,90		
44	AA	4	4	4	1	3	1	3	2	1	2	4	4	3	3	3	2	3	3	3	1	4	3	3	3	1	3	3	2	3	1	79	2,63	
45	ARA	4	3	2	1	2	1	2	2	2	3	3	3	4	4	2	1	4	2	2	2	3	4	2	1	1	3	3	1	3	1	71	2,37	
46	AP	4	3	3	1	3	3	3	2	2	3	3	4	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	1	3	3	2	2	3	82	2,73	
47	DS	4	3	2	2	3	4	3	3	1	3	4	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	2	4	4	4	2	3	3	95	3,17	
48	EP	3	3	3	1	2	3	4	4	3	2	3	2	3	4	3	2	2	4	4	3	4	4	4	3	3	2	4	3	2	3	90	3,00	
49	FM	3	3	3	2	1	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	1	3	3	2	3	3	80	2,67	
50	IA	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	86	2,87	
51	KF	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	95	3,17	
52	LL	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	84	2,80		
53	MAH	3	3	3	3	3	4	2	2	4	3	3	4	4	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	1	3	3	3	3	4	87	2,90	
54	I	4	3	1	1	2	4	3	3	3	4	3	3	4	4	3	2	4	3	3	2	4	3	2	2	3	4	4	2	3	3	89	2,97	
55	MAH	4	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	2	3	4	4	2	3	2	3	3	3	4	3	3	2	3	4	2	3	3	90	3,00	
56	NH	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	4	4	2	2	1	4	4	2	3	2	90	3,00	
57	N	4	4	3	2	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	2	3	3	4	3	4	3	4	4	3	2	3	4	2	3	2	95	3,17	
58	OS	4	3	3	1	3	3	3	3	2	2	3	3	3	4	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	85	2,83	
59	S	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	101	3,37	
60	TUJLT	3	3	2	3	2	1	1	2	2	3	2	3	3	3	2	4	3	1	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	80	2,67		
61	YEF	3	2	3	2	2	1	3	2	2	3	3	3	4	4	2	2	3	4	1	3	3	3	3	2	2	2	4	2	3	2	78	2,60	
62	ZE	4	2	3	1	3	4	3	2	2	4	4	4	3	2	4	3	4	3	3	4	3	3	3	2	3	4	3	2	3	91	3,03		

UIN
SUSKA
RIAU

UIN
SUSKA
RIAU

UIN SUSKA RIAU

State Islamic University of Sultan Syarif Qasim

UIN
SUSKA
RIAU

No	Nama Inisial	Skala Kecanduan Game Online (X)																												Total	Rataan			
		I					IIA			IIB				III							IVA			IVB										
		1	2	3	4	5	6	7	11	14	6	10	13	17	9	12	15	16	18	19	20	21	22	23	24	29	30	26	27			28	25	
63	A	4	4	4	3	4	4	3	3	3	4	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	4	3	3	4	3	94	3,13		
64	B	4	4	4	1	4	3	3	1	4	3	4	3	3	2	3	4	4	3	3	4	4	2	2	2	2	4	1	3	2	89	2,97		
65	C	4	3	3	3	1	3	4	4	1	3	3	3	4	4	1	4	4	2	1	4	3	3	4	3	3	4	4	3	4	94	3,13		
66	D	3	2	4	2	2	1	4	1	2	1	4	3	1	2	2	2	3	3	3	1	4	3	3	2	2	2	3	2	2	1	70	2,33	
67	E	4	2	1	1	3	4	4	4	1	3	4	3	4	3	1	3	4	1	3	4	4	4	4	3	2	3	3	4	3	4	91	3,03	
68	F	4	3	3	2	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	2	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	2	94	3,13		
69	G	4	3	3	1	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	2	4	1	3	3	3	2	3	2	4	3	3	3	2	88	2,93		
70	H	4	4	4	1	2	3	3	3	2	4	3	3	3	2	3	2	2	4	3	3	3	4	4	1	2	2	2	4	1	3	1	81	2,70
71	I	1	3	3	4	1	3	1	4	3	1	3	2	4	1	2	1	2	3	2	1	1	2	3	2	2	3	3	3	1	3	4	69	2,30
72	J	1	3	3	4	1	3	4	3	2	1	3	1	3	1	3	1	3	4	2	3	2	3	3	2	3	2	4	3	2	3	2	75	2,50
73	K	3	3	3	2	3	1	3	3	2	3	1	3	1	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	77	2,57	
74	L	3	2	3	2	2	1	3	2	2	2	1	3	3	3	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	73	2,43	
75	M	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	91	3,03	
76	N	4	3	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	3	3	4	107	3,57	
77	O	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	114	3,80	
78	P	2	3	2	2	3	2	3	3	1	3	2	3	3	3	2	1	4	2	4	3	3	3	4	3	2	3	3	2	3	4	81	2,70	
79	Q	3	2	4	1	3	4	4	3	2	3	4	4	4	4	1	3	4	1	4	4	4	4	4	4	4	3	4	1	3	4	97	3,23	
80	R	4	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	88	2,93	
81	S	4	2	3	2	3	4	3	2	2	4	4	3	3	3	3	3	2	2	3	3	4	4	4	3	2	3	3	2	2	4	89	2,97	
82	T	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	4	3	2	3	3	3	3	4	86	2,87	
83	U	1	2	4	1	3	4	1	2	1	3	1	3	4	2	2	2	3	2	3	4	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	73	2,43	

UIN
SUSKA
RIAU

UIN Suska Riau. penulisan kritik atau tinjauan

State Islamic University of Sultan Sy

UIN SUSKA RIAU

No	Nama Inisial	Skala Kecanduan Game Online (X)																												Total	Rataan			
		I				IIA			IIB				III							IVA			IVB											
		1	2	3	4	5	6	7	11	14	6	10	13	17	9	12	15	16	18	19	20	21	22	23	24	29	30	26	27			28	25	
84	V	1	3	3	2	3	3	3	3	3	2	1	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	76	2,53
85	W	3	3	3	4	1	3	4	4	3	1	3	2	4	4	2	1	3	3	1	3	4	3	2	4	2	3	3	3	1	3	2	82	2,73
86	X	1	2	4	4	1	3	4	1	2	1	1	2	3	4	2	2	2	3	2	3	4	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	72	2,40
87	Y	1	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	79	2,63
88	Z	2	2	4	2	2	3	3	1	2	1	3	3	1	1	2	2	2	3	4	3	1	3	4	4	2	1	2	3	4	4	2	74	2,47
89	AA	2	2	3	4	2	2	3	3	2	2	2	4	4	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	1	3	3	2	3	3	81	2,70
90	ARA	2	3	3	1	3	3	3	3	3	2	2	4	4	3	3	2	2	3	4	3	3	3	3	3	3	1	3	3	2	3	3	83	2,77

UIN ta miik UIN

ngungi Undang-Und
ngutip sebagian a
n hanya untuk ke
n tidak merugikan
ngumumkan dan

State Islamic University of Sultan Sy
karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan
an yang wajar UIN Suska Riau.
nyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



TABULASI DATA TRY OUT SKALA KUALITAS TIDUR SISWA

No	Skala Kualitas Tidur (Y)																																								Σ	
	I								II								III								IV								V									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40		
1	4	4	4	3	4	2	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	1	3	4	3	4	4	3	4	133		
2	4	2	4	3	3	3	4	4	4	4	3	2	4	4	2	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	2	4	4	4	4	4	3	3	4	4	2	4	4	134	
3	4	1	1	4	4	2	4	4	4	4	3	3	3	3	1	2	2	2	4	2	3	4	3	2	3	2	3	3	2	2	1	3	2	2	3	3	3	3	3	105		
4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	152	
5	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	2	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	129	
6	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	3	2	4	4	3	3	3	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	140	
7	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	115	
8	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	124		
9	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	2	2	3	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	4	4	1	2	4	1	2	4	1	2	3	131		
10	3	3	3	3	3	2	4	4	4	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	2	4	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	117		
11	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	1	4	3	2	4	4	4	3	4	2	3	2	2	3	4	2	2	2	4	3	4	3	4	3	4	3	2	2	4	127	
12	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	126	
13	4	2	2	3	3	2	4	4	4	4	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	108	
14	3	3	3	4	4	1	4	4	4	4	3	2	4	4	2	4	4	3	4	4	4	4	2	2	4	4	3	2	4	3	4	4	1	3	3	4	4	2	2	4	130	
15	3	2	3	2	2	1	4	4	4	4	2	3	2	4	4	2	4	4	4	3	4	4	2	4	3	3	3	2	3	3	3	2	4	3	3	3	3	2	3	4	120	
16	4	3	4	3	3	3	4	4	4	4	3	1	4	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	119	
17	3	3	2	3	4	4	4	4	4	4	3	2	2	3	4	3	2	3	3	4	3	4	3	3	4	3	4	2	2	4	2	2	2	2	1	4	3	1	3	2	114	
18	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	2	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	133	
19	4	2	4	4	3	2	4	4	4	4	3	3	4	4	4	2	3	3	4	3	2	3	1	3	3	4	1	1	4	4	2	3	3	3	2	3	3	1	2	4	116	
20	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	3	4	3	4	1	3	3	3	3	3	3	136	
21	3	3	3	3	2	4	4	4	4	4	2	2	4	4	4	3	3	4	3	3	3	4	3	4	4	4	3	2	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	129
22	1	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	115	
23	4	4	1	2	1	1	4	4	4	4	3	1	3	3	2	2	3	4	4	2	4	4	4	4	3	3	3	4	1	2	3	3	4	4	1	4	3	2	1	3	111	
24	4	1	2	4	4	2	4	4	4	4	4	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	2	3	3	4	1	3	3	3	3	2	2	3	117
25	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2	3	109
26	4	2	4	4	4	3	4	4	4	4	1	4	3	3	3	3	1	4	4	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	2	2	129	
27	3	2	2	3	3	2	4	4	4	4	3	1	4	3	3	2	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	106
28	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	2	4	2	2	3	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	2	3	4	140
29	4	2	3	3	4	3	4	4	4	4	2	2	1	3	4	1	3	4	3	2	1	4	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	1	4	108
30	2	4	4	4	3	4	4	4	4	4	1	4	4	2	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	142	
31	3	2	3	3	3	3	4	4	4	4	3	1	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3	107	
32	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	2	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	142	

No	Skala Kualitas Tidur (Y)																																								Σ	
	I								II								III								IV								V									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40		
33	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	3	3	2	3	3	136		
34	4	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	115		
35	4	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	4	4	4	4	3	3	4	2	3	4	4	3	2	3	3	3	4	2	3	3	3	3	2	3	4	126	
36	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	119	
37	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	115	
38	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	106	
39	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	117	
40	3	1	2	3	3	1	1	1	1	4	4	3	2	4	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	1	2	2	3	3	2	1	3	102	
41	3	1	2	3	3	1	1	1	1	4	4	3	2	4	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	4	1	2	2	3	3	2	1	3	105
42	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	2	3	115
43	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	4	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	111
44	4	4	4	4	4	2	2	2	2	3	4	3	1	4	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	4	3	3	4	3	2	3	3	3	2	3	3	123
45	4	3	2	3	3	2	2	2	2	4	3	3	2	4	4	2	3	3	4	2	3	3	2	2	3	2	2	2	4	4	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	4	114
46	4	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	112	
47	4	4	4	3	4	2	2	2	2	4	4	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	4	3	3	3	3	3	4	2	4	121
48	4	4	4	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	2	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	114
49	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	119
50	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	119
51	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	2	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4	3	4	3	3	4	3	3	2	3	130
52	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	119
53	4	3	3	3	3	2	2	2	2	3	4	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	2	2	3	1	4	2	3	3	2	3	3	1	3	109	
54	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	4	3	2	3	3	4	4	3	4	2	2	3	3	2	4	4	4	3	3	2	3	3	2	4	2	3	3	120	
55	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	1	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	121	
56	4	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	2	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	4	134	
57	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	121
58	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	119
59	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	131
60	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	117
61	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	1	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	117	
62	3	4	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	2	3	3	3	2	3	3	4	2	3	3	3	3	3	2	4	4	122	
63	4	3	4	4	2	3	3	3	3	4	4	3	4	4	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	4	2	1	3	3	3	3	3	2	3	3	130	
64	4	3	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	2	1	3	2	2	4	2	4	1	126		
65	2	2	3	4	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	1	2	3	2	4	3	3	3	2	1	3	3	2	3	3	3	2	1	1	1	4	2	3	2	3	97		

UIN
Sultan Syarif
Muhammad
Riau

UIN SUSKA RIAU

No	Skala Kualitas Tidur (Y)																																								Σ
	I								II								III								IV								V								
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	
66	4	3	3	4	2	4	3	3	4	3	3	2	4	3	4	3	4	3	3	2	4	3	4	4	3	2	3	4	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	1	123	
67	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	1	4	3	2	2	2	2	3	1	3	3	2	2	3	3	1	1	3	2	3	3	1	2	1	3	2	3	2	3	94
68	4	4	3	3	3	2	3	3	3	4	2	4	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	4	3	3	3	4	4	4	3	2	3	3	2	2	4	3	3	2	123	
69	4	3	3	3	3	1	3	3	3	4	2	3	2	4	3	2	2	4	2	2	1	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	4	2	2	4	2	3	2	112
70	4	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	2	3	3	3	4	4	4	4	3	1	4	1	2	3	3	3	2	130
71	4	4	4	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	4	3	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	4	2	3	2	1	3	4	2	2	115	
72	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2	4	2	3	2	3	2	1	2	3	2	3	3	3	2	1	3	2	2	2	3	3	2	96	
73	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	1	1	3	2	3	2	3	3	4	1	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	2	100	
74	3	2	2	3	2	2	2	2	4	4	1	2	3	2	3	2	2	4	3	3	3	2	2	2	3	4	1	2	2	3	1	2	3	3	3	3	3	3	2	101	
75	3	3	4	4	4	2	2	2	4	4	4	2	4	4	2	2	2	2	3	3	1	4	4	4	4	3	3	4	3	4	3	2	3	3	2	1	4	1	3	1	122
76	3	3	2	2	3	2	2	2	1	1	2	1	4	4	1	1	3	2	3	2	3	3	2	3	3	4	4	1	3	1	1	3	1	1	2	4	3	2	4	97	
77	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	1	1	3	3	2	2	4	4	1	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	98	
78	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	2	3	2	1	4	4	2	2	2	2	2	2	2	4	1	1	3	2	3	3	3	3	4	1	3	3	3	3	103
79	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	1	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	2	103	
80	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	2	2	3	2	3	2	117
81	4	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	2	4	2	3	3	4	4	3	4	3	4	3	1	3	2	2	3	2	3	2	115
82	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	113
83	3	3	4	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	4	3	1	111	
84	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	2	3	4	2	2	110	
85	4	4	4	3	3	2	3	3	4	4	3	4	3	3	4	3	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	4	2	3	2	1	3	4	2	115	
86	4	3	4	3	3	2	3	3	4	4	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	4	3	1	112	
87	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	108	
88	3	2	3	3	2	4	4	4	4	2	2	2	4	4	4	3	4	3	3	2	4	3	4	4	3	2	3	1	3	2	3	4	3	2	2	3	2	3	2	120	
89	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	1	3	3	4	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	1	4	3	3	2	116	
90	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	1	4	4	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	118	

UIN
Sulawesi
Riau

UIN
Sulawesi
Riau

LAMPIRAN E

HASIL UJI RELIABILITAS DAN VALIDITAS *TRY OUT*

UIN SUSKA RIAU

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

RELIABILITAS KECANDUAN GAME ONLINE SISWA

ANALISIS 1

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	90	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	90	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,825	30

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X.1	82,7333	81,411	,367	,819
X.2	83,2556	83,653	,378	,819
X.3	83,1111	87,920	-,037	,835
X.4	84,3111	85,003	,173	,826
X.5	83,2000	81,398	,551	,814
X.6	82,7556	81,131	,368	,819
X.7	82,9556	83,391	,360	,819
X.11	83,6333	82,078	,401	,818
X.14	83,7000	79,785	,447	,815
X.6	83,2222	83,231	,366	,819
X.10	83,0333	81,246	,394	,818
X.13	82,8000	84,476	,235	,823
X.17	82,9111	81,880	,371	,819
X.9	82,9333	81,861	,498	,815
X.12	83,5333	84,746	,168	,826
X.15	83,3444	80,947	,449	,816
X.16	82,6889	84,621	,286	,822
X.18	83,6000	82,445	,290	,822
X.19	83,1556	81,751	,415	,817
X.20	83,2333	81,260	,372	,818
X.21	82,8556	82,934	,377	,819
X.22	82,9111	86,329	,105	,827
X.23	83,0222	84,696	,209	,824
X.24	83,3667	82,527	,365	,819
X.29	83,8889	80,931	,380	,818
X.30	82,9222	82,814	,437	,817
X.26	82,8000	82,589	,489	,816
X.27	83,7667	81,799	,381	,818
X.28	83,2444	84,816	,262	,822
X.25	83,3667	80,842	,397	,817

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak Cipta

US

U

if Kasim Riau

RELIABILITAS SKALA KUALITAS TIDUR SISWA

ANALISIS 1

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	90	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	90	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,881	40

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y.1	114,7222	129,282	,329	,879
Y.2	115,2889	125,511	,463	,877
Y.3	115,1333	126,297	,454	,877
Y.4	115,0222	129,910	,354	,879
Y.5	115,2000	129,937	,276	,880
Y.6	115,6000	125,906	,448	,877
Y.7	114,8000	126,521	,500	,876
Y.8	115,3000	126,887	,436	,877
Y.9	115,1778	127,137	,500	,876
Y.10	114,8889	128,437	,318	,880
Y.11	114,9889	129,337	,312	,879
Y.12	115,1000	124,945	,547	,875
Y.13	115,9111	130,913	,169	,882
Y.14	114,8556	127,900	,472	,877
Y.15	115,0778	130,028	,263	,880
Y.16	115,4667	127,825	,389	,878
Y.17	115,3333	124,674	,576	,875

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y.18	115,1667	130,320	,263	,880
Y.19	115,0556	130,615	,270	,880
Y.20	115,1333	124,027	,570	,875
Y.21	115,3778	130,373	,234	,881
Y.22	115,0222	128,426	,441	,878
Y.23	115,4556	127,779	,342	,879
Y.24	115,2444	127,985	,470	,877
Y.25	115,1778	128,710	,429	,878
Y.26	115,1778	132,665	,156	,881
Y.27	115,5667	130,316	,247	,881
Y.28	115,4556	128,835	,295	,880
Y.29	115,1222	125,232	,515	,876
Y.30	115,0667	127,703	,470	,877
Y.31	115,3333	127,618	,461	,877
Y.32	115,1000	128,248	,342	,879
Y.33	115,5889	124,312	,447	,877
Y.34	115,3222	128,153	,413	,878
Y.35	115,5889	127,458	,404	,878
Y.36	115,4444	127,486	,369	,879
Y.37	115,1333	128,184	,517	,877
Y.38	115,5889	135,323	-,082	,886
Y.39	115,5556	128,834	,348	,879
Y.40	115,2556	129,001	,250	,881

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LAMPIRAN F

SKALA PENELITIAN KECANDUAN *GAME ONLINE* DAN KUALITAS TIDUR SISWA

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

SKALA KECANDUAN *GAME ONLINE*

Pada bagian ini saya mohon pada Saudara/i untuk memberikan penilaian pada setiap pernyataan di dalam skala ini. Skala ini bertujuan untuk mengetahui kecanduan *game online* pada siswa. **Saudara/i dimohon untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan (aitem) dengan indikator yang diajukan.**

Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu dari alternatif jawaban yang disediakan, yaitu: SS, S, TS, dan STS. Untuk jawaban yang dipilih, mohon Saudara/i memberi tanda Checklist (√) pada kolom yang telah disediakan.

Contoh cara menjawab:

Aitem:

Saya merasa sendiri dalam menyelesaikan tugas akhir.

SS S TS STS

SS = Sangat Setuju, S = Setuju, TS = Tidak Setuju, STS = Sangat tidak Setuju

Jika Saudara/i menilai aitem tersebut sangat setuju dengan indikator, maka Saudara/i memberi checklist (√) pada SS Demikian seterusnya untuk aitem yang tersedia.

No	Pernyataan	Alternatif Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Setiap hari saya sempatkan bermain <i>game online</i> .				
2	Saya merasa senang ketika bermain <i>game online</i>				
3	Saya mampu mengatur waktu saya kapan bermain dan kapan tidak bermain				
4	Saya akan berhenti bermain ketika saya merasa sudah cukup				
5	Hubungan keluarga berkurang karena bermain <i>game online</i>				
6	Saya lebih memilih bermain <i>game online</i> daripada mengikuti kegiatan lain				
7	Waktu beraktifitas diluar bersama teman-teman				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

No	Pernyataan	Alternatif Jawaban			
		SS	S	TS	STS
0	saya bertambah karena <i>game online</i>				
1	Saya menghabiskan lebih banyak waktu untuk bermain <i>game online</i>				
2	Bagi saya bermain di dalam <i>game</i> lebih menyenangkan dari pada berteman di kehidupan nyata				
3	Saya dapat menunda bermain <i>game online</i> ketika ada hal lain yang harus saya kerjakan				
4	Terkadang saya tidak tidur di malam hari untuk bermain <i>game online</i>				
5	Saya tidak memperhitungkan berapa lama waktu yang saya gunakan untuk bermain <i>game</i>				
6	Saya melewatkan waktu makan ketika saya asik bermain <i>game online</i>				
7	Hidup saya merasa hampa tanpa <i>game online</i>				
8	Walaupun saya jarang bermain <i>game online</i> tapi saya tetap merasa nyaman				
9	Saya kurang nyambung jika berbicara dengan orang lain				
10	Saya membutuhkan waktu yang lama untuk memahami pembicaraan orang lain				
11	Interaksi saya dengan orang lain baik-baik saja				
12	Mata saya sering sakit karena terlalu lama di depan layar saat bermain <i>game online</i>				
13	Saya merasa bersemangat kembali ketika bermain <i>game online</i> secapek apapun saya				
14	Saya sering mengantuk dimana saja karena sering bermain <i>game online</i>				

SKALA KUALITAS TIDUR

Pada bagian ini saya mohon pada Saudara/i untuk memberikan penilaian pada setiap pernyataan di dalam skala ini. Skala ini bertujuan untuk mengetahui kecanduan kualitas tidur pada siswa. **Saudara/i dimohon untuk menilai berdasarkan kesesuaian pernyataan (aitem) dengan indikator yang diajukan.**

Penilaian dilakukan dengan memilih salah satu dari alternatif jawaban yang disediakan, yaitu: SS, S, TS, dan STS. Untuk jawaban yang dipilih, mohon Saudara/i memberi tanda Checklist (√) pada kolom yang telah disediakan.

Contoh cara menjawab:

Aitem:

Saya merasa sendiri dalam menyelesaikan tugas akhir.

SS S TS STS

SS = Sangat Setuju, S = Setuju, TS = Tidak Setuju, STS = Sangat tidak Setuju

Jika Saudara/i menilai aitem tersebut sangat setuju dengan indikator, maka Saudara/i memberi checklist (√) pada SS Demikian seterusnya untuk aitem yang tersedia.

No	Pernyataan	Alternatif Jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Ketika tidur saya mudah terbangun karena suhu tubuh yang panas.				
2	Saya selalu nyaman tidur				
3	Suara mobil di luar membuat saya tidak nyenyak tidur				
4	Saya tidak nyenyak tidur.				
5	Ketika ada gangguan seperti suara anjing menggonggong dan bayi menangis saya tetap tertidur pulas tanpa merasa terganggu.				
6	Ketika mau tidur di malam hari mata saya sulit untuk bisa saya pejamkan.				
7	Saya merasa tidur saya nyenyak.				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

No	Pernyataan	Alternatif Jawaban			
		SS	S	TS	STS
8	Saya merasa tidur saya cukup.				
9	Saya merasa tak terlalu butuh tidur				
10	Aktifitas yang sibuk tidak membuat saya kekurangan waktu tidur				
11	Dalam sehari maksimal saya tidur 8-8.5 jam				
12	Setiap hari minggu saya hanya membutuhkan waktu tidur 5 jam				
13	Saya sering menguap di kelas karena kekurangan tidur				
14	Saya selalu bergadang.				
15	Saya selalu tidur lebih awal supaya besoknya bangun lebih cepat				
16	Secepat apapun saya tidur pada malam harinya paginya saya tetap telat bangun				
17	Saya sering tidur diatas jam 10 malam				
18	Saya selalu susah bangun di pagi hari				
19	Saya tidak pernah mengigau selama tidur				
20	Saya jarang bermimpi ketika tidur				
21	Ketika tidur di malam hari saya tidak terbangun karna mimpi				
22	Saya minum obat sebelum tidur supaya tidak bermimpi buruk				
23	Saya merasa nyaman selama tidur				
24	Pagi hari saya malas melakukan aktifitas karna belum puas tidur di malam harinya				
25	Saya selalu semangat melakukan aktifitas sepanjang hari karna tidur yang cukup				
26	Saya merasa sulit konsentrasi di pagi hari karna masih mengantuk				
27	Saya selalu mengantuk ketika melakukan aktifitas di siang hari.				
28	Saya tidak mampu menuntaskan pekerjaan di siang hari.				
29	Saya tidak fokus melakukan sesuatu di siang hari.				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LAMPIRAN G

TABULASI DATA PENELITIAN KECANDUAN *GAME ONLINE* DAN KUALITAS TIDUR SISWA

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LAMPIRAN MASTER TABEL KECANDUAN GAME ONLINE (X)

No	Kode Siswa	Skala Kecanduan Game Online (X)																					Total	Kategori	Rataan
		Compulsion					Withdrawal					Tolerance					Interpersonal & Health Problem								
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21			
1	R01	3	2	4	4	3	4	4	2	4	3	2	2	4	3	3	3	4	2	4	4	3	67	Sedang	3,19
2	R02	2	3	2	4	4	4	4	4	3	4	4	4	2	3	4	2	2	3	4	1	1	64	Rendah	3,05
3	R03	3	4	4	4	3	4	2	4	4	4	4	4	3	4	3	4	2	3	2	4	4	73	Sedang	3,48
4	R04	3	3	3	3	4	4	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	65	Sedang	3,10
5	R05	4	4	4	4	4	4	4	1	1	2	1	1	1	1	1	4	4	4	4	3	4	60	Rendah	2,86
6	R06	4	4	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	4	4	3	3	4	4	3	4	3	74	Sedang	3,52
7	R07	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	4	3	3	2	4	3	4	2	4	4	71	Sedang	3,38
8	R08	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	69	Sedang	3,29
9	R09	4	4	4	4	3	4	3	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	79	Tinggi	3,76
10	R10	2	2	3	4	4	4	3	4	3	3	4	4	3	1	4	4	2	3	4	3	2	66	Sedang	3,14
11	R11	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	3	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	75	Sedang	3,57
12	R12	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	67	Sedang	3,19
13	R13	2	3	4	4	4	4	1	1	2	4	3	3	4	1	4	4	4	3	2	2	2	63	Rendah	3,00
14	R14	2	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	1	4	2	4	4	4	4	74	Sedang	3,52
15	R15	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	1	4	3	3	4	4	3	4	4	4	75	Sedang	3,57
16	R16	4	4	4	4	4	4	2	4	4	3	4	4	3	3	4	3	3	4	3	4	4	76	Sedang	3,62
17	R17	4	4	4	4	4	4	3	4	2	4	3	3	2	2	1	4	2	3	2	2	2	65	Sedang	3,10
18	R18	4	3	3	4	3	4	4	2	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	70	Sedang	3,33
19	R19	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	4	4	3	3	1	66	Sedang	3,14
20	R20	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	66	Sedang	3,14

Diindungi Undang-Undang
 cipta milik UIN SU
 mengutip sebagian atau se
 gaitipian hanya untuk kepenitir
 gaitipian tidak merugikan kepe
 ng mengemukakan dan ment

ang wajar UIN Suska Riau.
 dan penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau
 a tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber.
 dan penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau

No	Kode Siswa	Skala Kecanduan Game Online (X)																								Total	Kategori	Rataan
		Compulsion					Withdrawal						Tolerance					Interpersonal & Health Problem										
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21						
21	R11	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	1	1	73	Sedang	3,48			
22	R22	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	4	3	3	3	4	3	4	69	Sedang	3,29			
23	R33	3	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	3	3	4	2	4	3	4	4	3	4	73	Sedang	3,48			
24	R44	2	2	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	4	3	3	3	4	4	4	70	Sedang	3,33			
25	R55	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	2	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	68	Sedang	3,24			
26	R66	2	4	4	3	4	4	4	4	2	3	4	1	4	1	4	4	4	2	3	4	4	69	Sedang	3,29			
27	R77	3	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	2	3	3	3	68	Sedang	3,24			
28	R88	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	82	Tinggi	3,90			
29	R99	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	66	Sedang	3,14			
30	R00	4	3	4	3	2	3	4	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	4	3	4	4	72	Sedang	3,43			
31	R11	3	4	4	4	4	4	4	3	2	3	4	4	3	4	2	4	4	4	2	2	4	72	Sedang	3,43			
32	R22	4	3	4	4	3	3	4	1	2	3	4	4	4	3	1	4	4	4	4	4	4	71	Sedang	3,38			
33	R33	3	3	3	3	4	4	4	3	2	3	4	3	3	3	2	4	3	3	3	4	3	67	Sedang	3,19			
34	R44	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	4	3	3	3	4	4	4	71	Sedang	3,38			
35	R55	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	2	3	3	2	3	63	Rendah	3,00			
36	R66	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	65	Sedang	3,10			
37	R77	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	73	Sedang	3,48			
38	R88	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	2	2	67	Sedang	3,19			
39	R99	3	3	4	4	4	3	3	1	2	4	4	3	3	3	3	3	4	3	4	2	4	67	Sedang	3,19			
40	R00	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	77	Sedang	3,67			
41	R11	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	3	78	Tinggi	3,71			

Diindungi Undang-Undang
 cipta milik UIN
 mengutip sebagian a
 guitipan hanya untuk ke
 ng mengumumkan dan i

R11: 1. karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber.
 R22: 2. karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber.
 R33: 3. karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber.
 R44: 4. karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber.
 R55: 5. karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber.
 R66: 6. karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber.
 R77: 7. karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber.
 R88: 8. karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber.
 R99: 9. karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber.
 R00: 10. karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber.
 R11: 11. karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber.

Diindungi Undang-Undang
 cipta milik UIN
 mengutip sebagian a
 guitipan hanya untuk ke
 ng mengumumkan dan i

Diindungi Undang-Undang
 cipta milik UIN
 mengutip sebagian a
 guitipan hanya untuk ke
 ng mengumumkan dan i

No	Kode Siswa	Skala Kecanduan Game Online (X)																					Total	Kategori	Rataan		
		Compulsion					Withdrawal						Tolerance					Interpersonal & Health Problem									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21					
42	R12	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	62	Rendah	2,95	
43	R13	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	75	Sedang	3,57
44	R14	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	1	3	3	4	4	4	4	4	3	4	73	Sedang	3,48
45	R15	4	4	4	4	4	4	4	3	2	3	3	3	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	3	73	Sedang	3,48
46	R16	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	68	Sedang	3,24
47	R17	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	63	Rendah	3,00
48	R18	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	4	67	Sedang	3,19
49	R19	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	1	3	4	3	3	4	4	4	4	4	3	3	73	Sedang	3,48
50	R20	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	81	Tinggi	3,86
51	R21	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	70	Sedang	3,33
52	R22	4	4	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	60	Rendah	2,86
53	R23	3	4	3	4	3	4	4	2	2	3	2	3	4	3	2	4	4	3	4	4	3	3	3	67	Sedang	3,19
54	R24	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	3	3	3	3	3	2	3	74	Sedang	3,52
55	R25	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	3	4	4	3	3	3	3	4	3	2	73	Sedang	3,48
56	R26	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	2	3	77	Sedang	3,67
57	R27	3	4	3	4	4	4	3	4	1	3	1	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	65	Sedang	3,10
58	R28	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	76	Sedang	3,62
59	R29	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	72	Sedang	3,43
60	R30	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	61	Rendah	2,90
61	R31	3	4	3	4	4	4	4	4	1	4	3	4	2	4	4	2	4	3	4	2	2	4	4	69	Sedang	3,29
62	R32	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	3	4	3	3	4	3	4	3	4	2	3	3	3	72	Sedang	3,43

No	Kode Siswa	Skala Kecanduan Game Online (X)																								Total	Kategori	Rataan
		Compulsion					Withdrawal					Tolerance					Interpersonal & Health Problem											
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21						
63	R53	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	1	4	78	Tinggi	3,71			
64	R54	2	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	67	Sedang	3,19			
65	R55	3	4	4	4	3	4	3	2	4	4	3	4	3	3	3	4	3	3	2	4	4	69	Sedang	3,29			
66	R56	2	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	2	3	3	67	Sedang	3,19				
67	R57	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	63	Rendah	3,00				
68	R58	4	3	3	3	4	4	3	3	4	1	3	3	3	4	3	4	4	4	3	2	4	69	Sedang	3,29			
69	R59	4	4	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	2	3	3	4	4	4	3	4	70	Sedang	3,33				
70	R60	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	79	Tinggi	3,76			
71	R61	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	63	Rendah	3,00			
72	R62	4	4	4	3	4	4	3	2	3	3	4	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	72	Sedang	3,43			
73	R63	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3	4	4	4	3	3	3	74	Sedang	3,52			
74	R64	3	4	4	2	4	4	4	3	3	2	4	1	4	4	4	4	4	4	1	1	4	68	Sedang	3,24			
75	R65	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	82	Tinggi	3,90				
76	R66	4	4	4	4	4	4	3	1	4	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	2	66	Sedang	3,14				
77	R67	3	4	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	4	4	4	73	Sedang	3,48			
78	R68	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	3	4	4	3	3	4	3	3	3	4	75	Sedang	3,57			
79	R69	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	4	1	3	2	3	4	65	Sedang	3,10			
80	R70	4	4	4	4	4	3	4	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	1	3	2	59	Rendah	2,81			
81	R71	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	65	Sedang	3,10			
82	R72	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	78	Tinggi	3,71			
83	R73	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	79	Tinggi	3,76			

No	Kode Siswa	Skala Kecanduan Game Online (X)																								Total	Kategori	Rataan
		Compulsion					Withdrawal						Tolerance					Interpersonal & Health Problem										
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21						
84	R-144	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	81	Tinggi	3,86		
85	R-155	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	84	Tinggi	4,00		
86	R-166	4	4	3	3	4	3	3	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	3	3	4	3	73	Sedang	3,48			
87	R-177	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	4	76	Sedang	3,62			
88	R-188	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	2	3	3	2	2	3	4	2	63	Rendah	3,00			
89	R-199	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	4	4	4	3	2	2	71	Sedang	3,38			
90	R-200	3	3	4	4	3	4	4	4	3	4	2	4	3	4	3	4	3	3	4	4	3	3	73	Sedang	3,48		
91	R-211	4	4	4	4	4	4	4	2	2	3	4	4	3	3	3	4	3	4	2	3	3	70	Sedang	3,33			
92	R-222	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	2	3	3	4	4	77	Sedang	3,67			
93	R-233	3	3	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	73	Sedang	3,48			
94	R-244	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	62	Rendah	2,95			
95	R-255	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	63	Rendah	3,00			
96	R-266	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	69	Sedang	3,29			
97	R-277	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	3	2	3	4	4	4	3	4	4	75	Sedang	3,57			
98	R-288	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	4	4	75	Sedang	3,57			
99	R-299	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	4	2	3	66	Sedang	3,14			
100	R-300	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3	4	4	3	73	Sedang	3,48			
101	R-301	3	4	4	4	4	4	4	2	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	1	2	2	71	Sedang	3,38			
102	R-302	4	4	4	4	4	4	4	1	1	4	4	4	4	3	3	4	4	4	1	4	4	73	Sedang	3,48			
103	R-303	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	2	4	3	3	2	59	Rendah	2,81			
104	R-304	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	4	3	3	2	4	2	72	Sedang	3,43			

Diindungi Undang-Undang
 cipta milik UIN
 mengutip sebagian a
 guitipan hanya untuk ke
 ng mengumumkan dan i

R-144, R-155, R-166, R-177, R-188, R-199, R-200, R-211, R-222, R-233, R-244, R-255, R-266, R-277, R-288, R-299, R-300, R-301, R-302, R-303, R-304
 dan yang waajar UIN Suska Riau.
 paksa sebagai sarana pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau

Diindungi Undang-Undang
 cipta milik UIN
 mengutip sebagian a
 guitipan hanya untuk ke
 ng mengumumkan dan i

No	Kode Siswa	Skala Kecanduan Game Online (X)																								Total	Kategori	Rataan
		Compulsion					Withdrawal					Tolerance					Interpersonal & Health Problem											
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21						
105	R-105	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	4	62	Rendah	2,95			
106	R-106	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	72	Sedang	3,43			
107	R-107	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	3	4	3	4	4	4	3	3	3	76	Sedang	3,62			
108	R-108	2	2	3	4	3	3	3	4	4	1	3	4	4	3	4	3	3	3	4	2	4	67	Sedang	3,19			
109	R-109	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	2	4	4	4	4	3	3	4	4	4	78	Tinggi	3,71			
110	R-110	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	3	3	4	4	76	Sedang	3,62			
111	R-111	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	63	Rendah	3,00			
112	R-112	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	75	Sedang	3,57			
113	R-113	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	80	Tinggi	3,81			
114	R-114	2	3	2	2	4	2	2	4	4	3	3	2	3	4	3	4	3	4	3	4	4	65	Sedang	3,10			
115	R-115	4	4	4	4	3	4	4	1	3	3	3	4	3	3	4	3	4	4	3	4	3	72	Sedang	3,43			
116	R-116	4	4	3	4	3	3	3	3	4	3	4	2	3	2	3	4	3	3	4	4	3	69	Sedang	3,29			
117	R-117	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	78	Tinggi	3,71			
118	R-118	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	82	Tinggi	3,90			
119	R-119	3	2	2	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	51	Rendah	2,43			
120	R-120	4	4	3	4	4	4	4	4	4	1	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	77	Sedang	3,67			
121	R-121	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	78	Tinggi	3,71			
122	R-122	4	3	4	2	4	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	2	2	2	3	65	Sedang	3,10			
123	R-123	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	62	Rendah	2,95			
124	R-124	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	2	2	3	3	66	Sedang	3,14			
125	R-125	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	73	Sedang	3,48			

Diindungi Undang-Undang
 mengutip sebagian a
 guitipan hanya untuk ke
 ng mengumumkan dan i
 cipta milik UIN
 UIN Suska Riau

dan yang UIN Suska Riau
 n karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber
 pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau
 izin UIN Suska Riau

No	Kode Siswa	Skala Kecanduan Game Online (X)																								Total	Kategori	Rataan
		Compulsion					Withdrawal						Tolerance					Interpersonal & Health Problem										
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21						
126	R-126	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	65	Sedang	3,10			
127	R-127	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	75	Sedang	3,57			
128	R-128	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	80	Tinggi	3,81			
129	R-129	4	4	4	4	4	4	4	3	3	2	4	3	3	3	3	4	2	3	3	3	4	71	Sedang	3,38			
130	R-130	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	80	Tinggi	3,81			
131	R-131	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	66	Sedang	3,14			
132	R-132	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	70	Sedang	3,33			
133	R-133	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	63	Rendah	3,00			
134	R-134	3	3	3	4	4	2	4	4	4	3	3	3	3	2	3	4	4	4	3	2	3	68	Sedang	3,24			
135	R-135	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	4	64	Rendah	3,05			
136	R-136	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	2	2	77	Sedang	3,67			
137	R-137	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	66	Sedang	3,14			
138	R-138	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	4	3	3	4	4	4	75	Sedang	3,57			
139	R-139	2	2	2	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	2	4	4	4	4	4	4	77	Sedang	3,67			
140	R-140	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	2	3	60	Rendah	2,86			
141	R-141	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	80	Tinggi	3,81			
142	R-142	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	4	4	4	4	4	81	Tinggi	3,86			
143	R-143	4	4	4	4	4	4	4	2	1	3	4	3	3	4	1	4	4	4	1	1	3	66	Sedang	3,14			
144	R-144	2	3	3	3	4	4	4	3	4	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	4	3	67	Sedang	3,19			
145	R-145	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	81	Tinggi	3,86			
146	R-146	2	4	2	4	4	4	4	4	4	1	3	2	3	2	2	4	2	4	4	4	3	66	Sedang	3,14			

Diindungi Undang-Undang
 cipta milik UIN
 mengutip sebagian a
 guitipan hanya untuk ke
 mengumpukan dan i

R-126
 R-127
 R-128
 R-129
 R-130
 R-131
 R-132
 R-133
 R-134
 R-135
 R-136
 R-137
 R-138
 R-139
 R-140
 R-141
 R-142
 R-143
 R-144
 R-145
 R-146
 UIN Suska Riau
 izin UIN Suska Riau

No	Kode Siswa	Compulsion	Withdrawal	Tolerance	Interpersonal & Health Problem
38	R-38	17	20	13	17
39	R-39	18	17	12	20
40	R-40	17	23	15	22
41	R-41	19	23	13	23
42	R-42	15	18	12	17
43	R-43	19	20	16	20
44	R-44	18	22	10	23
45	R-45	20	18	14	21
46	R-46	18	20	12	18
47	R-47	15	18	12	18
48	R-48	15	19	13	20
49	R-49	19	19	13	22
50	R-50	20	24	14	23
51	R-51	19	20	12	19
52	R-52	17	15	11	17
53	R-53	17	16	13	21
54	R-54	20	24	13	17
55	R-55	19	21	15	18
56	R-56	20	23	16	18
57	R-57	18	15	13	19
58	R-58	18	21	14	23
59	R-59	20	20	12	20
60	R-60	15	18	12	16
61	R-61	18	20	12	19
62	R-62	20	20	13	19
63	R-63	18	24	15	21
64	R-64	17	20	12	18
65	R-65	16	20	13	20
66	R-66	17	19	13	18
67	R-67	17	18	11	17
68	R-68	17	18	13	21
69	R-69	18	20	11	21
70	R-70	20	22	13	24
71	R-71	15	18	12	18
72	R-72	19	19	15	19
73	R-73	19	21	13	21
74	R-74	17	20	13	18
75	R-75	20	24	16	22
76	R-76	19	18	12	17

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mempublikasikan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

No	Kode Siswa	Compulsion	Withdrawal	Tolerance	Interpersonal & Health Problem
77	R-77	19	19	13	22
78	R-78	19	22	14	20
79	R-79	15	19	14	17
80	R-80	19	18	8	14
81	R-81	14	19	13	19
82	R-82	19	22	14	23
83	R-83	20	23	15	21
84	R-84	20	23	14	24
85	R-85	20	24	16	24
86	R-86	16	22	14	21
87	R-87	19	22	14	21
88	R-88	15	19	13	16
89	R-89	18	22	12	19
90	R-90	18	21	14	20
91	R-91	19	19	13	19
92	R-92	20	23	14	20
93	R-93	18	22	14	19
94	R-94	15	18	11	18
95	R-95	15	18	12	18
96	R-96	15	20	13	21
97	R-97	20	21	11	23
98	R-98	18	23	13	21
99	R-99	15	18	14	19
100	R-100	18	21	13	21
101	R-101	19	21	14	17
102	R-102	20	18	14	21
103	R-103	13	18	11	17
104	R-104	18	24	12	18
105	R-105	15	18	12	17
106	R-106	18	21	14	19
107	R-107	20	22	13	21
108	R-108	15	18	15	19
109	R-109	19	23	14	22
110	R-110	18	23	14	21
111	R-111	15	18	12	18
112	R-112	19	23	12	21
113	R-113	19	23	16	22
114	R-114	13	18	12	22
115	R-115	19	18	14	21

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang menaumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

No	Kode Siswa	Compulsion	Withdrawal	Tolerance	Interpersonal & Health Problem
116	R-116	18	20	10	21
117	R-117	18	23	13	24
118	R-118	20	24	14	24
119	R-119	12	15	10	14
120	R-120	19	21	14	23
121	R-121	19	22	14	23
122	R-122	17	20	13	15
123	R-123	14	18	12	18
124	R-124	17	20	13	16
125	R-125	15	19	15	24
126	R-126	15	18	12	20
127	R-127	20	23	13	19
128	R-128	20	22	14	24
129	R-129	20	20	12	19
130	R-130	19	24	13	24
131	R-131	17	18	13	18
132	R-132	18	19	13	20
133	R-133	15	18	11	19
134	R-134	17	20	11	20
135	R-135	17	18	11	18
136	R-136	20	23	15	19
137	R-137	18	18	12	18
138	R-138	17	23	13	22
139	R-139	18	23	12	24
140	R-140	13	18	12	17
141	R-141	19	22	16	23
142	R-142	20	24	13	24
143	R-143	20	18	11	17
144	R-144	15	21	12	19
145	R-145	19	23	15	24
146	R-146	16	20	9	21
147	R-147	20	24	16	21
148	R-148	19	20	14	23
149	R-149	19	24	15	22
150	R-150	19	21	13	21
151	R-151	20	24	14	23
152	R-152	18	21	12	20
153	R-153	18	20	8	16
154	R-154	18	20	13	17

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang menaumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



No	Kode Siswa	Compulsion	Withdrawal	Tolerance	Interpersonal & Health Problem
155	R-155	20	21	12	24
156	R-156	20	21	12	24
157	R-157	19	22	15	21
158	R-158	19	24	11	24
159	R-159	19	20	12	20
160	R-160	20	24	16	24
161	R-161	20	21	12	18
162	R-162	19	24	16	24
163	R-163	20	24	16	24
164	R-164	20	22	12	20
165	R-165	18	24	12	21
166	R-166	20	24	16	22
167	R-167	20	24	11	24
168	R-168	19	23	13	23
169	R-169	19	24	15	24
170	R-170	20	22	11	21
171	R-171	15	17	11	17
172	R-172	18	21	15	13
173	R-173	16	21	12	18
174	R-174	17	18	10	20
175	R-175	14	15	8	14
176	R-176	20	23	14	19
177	R-177	16	18	13	18
178	R-178	20	24	16	24
179	R-179	15	23	13	22
180	R-180	16	22	13	21
181	R-181	16	20	14	19
182	R-182	19	23	15	24
183	R-183	17	20	12	19
184	R-184	20	22	14	23
185	R-185	15	19	14	19
186	R-186	14	16	14	17

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang menaqqumarkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LAMPIRAN MASTER TABEL KUALITAS TIDUR SISWA (Y)

No	Skala Kualitas Tidur (Y)																													Total	Kategori	Rataan
	I							II					III					IV					V									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29			
1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	111	Baik	4
2	4	3	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	2	4	3	103	Baik	4
3	2	4	2	2	1	1	3	3	1	3	4	4	3	4	2	1	2	2	4	2	4	3	2	4	4	2	2	4	81	Tidak Baik	2	
4	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	87	Tidak Baik	3	
5	1	4	2	2	1	1	2	2	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	100	Baik	1	
6	3	4	4	4	3	3	4	3	3	2	4	2	4	4	2	2	3	4	3	3	3	4	2	2	3	3	2	3	90	Tidak Baik	3	
7	3	2	3	3	3	3	4	4	2	3	2	2	3	3	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	93	Baik	3	
8	2	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	100	Baik	2	
9	4	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	4	2	4	3	3	3	2	2	4	2	3	79	Tidak Baik	4	
10	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	4	2	4	4	3	2	3	3	3	3	2	4	2	2	2	79	Tidak Baik	2	
11	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	83	Tidak Baik	3	
12	2	3	3	3	1	3	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	2	3	4	3	3	4	2	3	3	88	Tidak Baik	2	
13	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	109	Baik	4	
14	2	3	4	4	4	4	2	3	4	2	4	4	4	2	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	4	4	4	4	94	Baik	2	
15	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	4	3	4	2	4	4	4	3	3	98	Baik	4	
16	4	4	3	3	3	4	3	3	2	4	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	4	4	2	4	4	4	3	3	98	Baik	4	
17	1	4	4	4	4	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	109	Baik	1	
18	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	4	3	4	4	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	4	98	Baik	3	
19	4	3	4	4	3	4	3	3	4	3	3	3	2	2	3	4	2	2	4	2	4	3	2	2	2	1	2	3	83	Tidak Baik	4	
20	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	2	2	4	4	4	4	105	Baik	4	

ta miik UIN S
 nggungip sebagian atau se
 n hanya untuk keperitir
 n tidak merugikan kepe
 ngumumkan dan memp
 ngi Undang-Undang
 a tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 dikn, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan
 ngi wajar UIN Suska Riau.
 sebagian atau seluruh karya tulis ini adalah bentuk apa pun tanpa izin UIN Suska Riau.

No	Skala Kualitas Tidur (Y)																													Total	Kategori	Rataan
	I							II					III					IV					V									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29			
21	3	3	3	3	4	4	2	3	4	2	4	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	4	3	2	78	Tidak Baik	3
22	4	3	3	3	2	2	2	3	3	4	2	2	2	3	1	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	86	Tidak Baik	4
23	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	103	Baik	4
24	2	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	2	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	93	Baik	2
25	2	4	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	74	Tidak Baik	2
26	3	4	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3	4	4	1	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	3	4	3	4	102	Baik	3
27	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	4	4	3	2	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	95	Baik	2
28	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	2	4	2	3	2	4	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	78	Tidak Baik	3
29	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	1	4	3	3	3	3	92	Tidak Baik	2
30	4	4	2	2	4	4	2	3	2	4	2	3	2	4	2	3	4	2	3	4	2	2	2	4	4	2	3	2	3	84	Tidak Baik	4
31	2	4	4	4	3	2	1	3	4	1	2	2	3	4	2	2	3	4	2	3	4	4	2	4	1	3	4	4	4	85	Tidak Baik	2
32	2	4	3	3	3	3	2	3	3	2	3	4	3	3	4	4	1	3	2	2	4	4	1	3	1	3	3	3	4	83	Tidak Baik	2
33	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	4	3	4	3	4	2	4	3	4	4	3	3	4	3	4	3	3	3	90	Tidak Baik	2
34	2	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	1	4	4	4	101	Baik	2
35	3	3	4	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	2	2	2	1	2	4	3	2	2	2	82	Tidak Baik	3
36	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	91	Tidak Baik	3
37	3	3	3	3	4	3	4	4	3	4	3	2	4	2	2	2	4	2	2	3	2	2	4	2	3	2	2	4	4	86	Tidak Baik	3
38	2	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	2	3	4	4	3	3	4	97	Baik	2
39	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	2	4	2	3	3	94	Baik	4
40	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	2	2	4	3	3	98	Baik	3
41	3	3	3	3	2	3	2	4	4	2	3	4	3	4	3	3	4	4	4	3	3	4	4	3	3	4	4	3	4	95	Baik	3

UIN
Sultan Syarif
Riau

UIN
Sultan Syarif
Riau

UIN
Sultan Syarif
Riau

No	Skala Kualitas Tidur (Y)																													Total	Kategori	Rataan		
	I							II						III						IV						V								
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29					
42	3	3	3	4	3	4	2	4	3	4	4	4	4	4	3	2	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	4	101	Baik	3		
43	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	2	2	1	2	2	2	2	2	2	84	Tidak Baik	3		
44	4	3	3	3	4	4	3	3	4	4	2	2	2	3	2	2	2	2	2	4	2	3	3	3	4	4	3	3	86	Tidak Baik	4			
45	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	4	2	4	2	2	3	2	2	3	2	4	2	3	2	3	3	3	3	87	Tidak Baik	3			
46	2	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	2	3	3	3	3	3	97	Baik	2			
47	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	101	Baik	3		
48	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	4	3	3	3	3	87	Tidak Baik	3			
49	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	87	Tidak Baik	2			
50	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	2	2	4	2	2	4	2	2	2	4	2	4	2	1	4	93	Baik	4			
51	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	2	2	2	3	2	4	3	3	3	3	89	Tidak Baik	3			
52	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	111	Baik	4			
53	2	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	4	2	2	2	3	3	3	4	2	3	3	3	4	2	3	2	3	85	Tidak Baik	2			
54	1	4	3	4	4	4	4	4	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	2	4	2	3	3	4	3	3	4	86	Tidak Baik	1			
55	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	2	3	2	3	3	4	93	Baik	3			
56	1	4	4	4	4	2	2	2	2	1	2	4	4	2	3	2	2	1	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	88	Tidak Baik	1			
57	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	4	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	100	Baik	3			
58	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	4	4	2	4	4	3	3	4	97	Baik	3			
59	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	2	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	92	Tidak Baik	3			
60	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	105	Baik	3			
61	4	3	2	2	3	3	2	3	2	2	4	3	3	1	2	4	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4	3	4	90	Tidak Baik	4			
62	4	3	4	2	4	2	2	2	2	2	3	3	3	4	3	2	3	2	4	2	2	4	3	2	3	4	2	4	87	Tidak Baik	4			

No	Skala Kualitas Tidur (Y)																													Total	Kategori	Rataan
	I							II					III					IV					V									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29			
63	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	2	4	2	3	4	4	3	2	4	2	2	2	4	94	Baik	3	
64	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	4	88	Tidak Baik	3	
65	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	95	Baik	4	
66	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	2	3	3	3	3	3	4	4	102	Baik	3		
67	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	2	4	3	4	106	Baik	3
68	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	1	3	96	Baik	4	
69	3	3	4	4	4	4	2	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	4	4	95	Baik	3	
70	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	4	4	3	4	3	3	3	4	4	4	4	3	4	99	Baik	3	
71	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	101	Baik	3	
72	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	96	Baik	4	
73	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	90	Tidak Baik	3	
74	3	4	4	4	3	3	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	105	Baik	3	
75	4	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	4	78	Tidak Baik	4
76	3	3	3	3	4	4	2	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	4	96	Baik	3	
77	4	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	4	4	2	2	3	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	98	Baik	4
78	3	2	4	4	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	4	4	3	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	87	Tidak Baik	3
79	1	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	3	101	Baik	1	
80	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	103	Baik	3	
81	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	3	100	Baik	4	
82	3	2	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	4	3	2	2	4	2	2	2	2	2	4	2	4	3	4	4	87	Tidak Baik	3	
83	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	4	3	3	3	2	3	4	4	3	4	97	Baik	3	

UIN
Sultan Syarif
Hidayatullah
Riau

UIN
Sultan Syarif
Hidayatullah
Riau

UIN
Sultan Syarif
Hidayatullah
Riau

No	Skala Kualitas Tidur (Y)																													Total	Kategori	Rataan
	I							II					III					IV					V									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29			
84	2	3	3	3	3	3	4	2	4	3	4	3	3	2	2	4	4	2	4	4	4	2	4	2	4	2	3	2	4	90	Tidak Baik	2
85	2	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	2	4	2	2	2	3	2	3	2	3	3	4	3	3	3	4	92	Tidak Baik	2	
86	4	3	3	3	3	2	4	2	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	95	Baik	4	
87	4	2	2	2	3	2	4	2	2	4	2	4	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	4	4	3	3	3	80	Tidak Baik	4	
88	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	96	Baik	2	
89	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	84	Tidak Baik	2	
90	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	4	3	3	3	3	3	4	4	3	4	85	Tidak Baik	2	
91	3	4	4	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	2	4	3	3	4	3	88	Tidak Baik	3	
92	2	4	3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3	98	Baik	2	
93	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	2	4	2	4	3	3	2	3	4	4	2	3	2	93	Baik	3	
94	2	4	3	3	4	3	4	2	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	2	4	2	4	4	2	99	Baik	2	
95	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	2	4	2	4	3	4	4	4	3	3	4	4	3	3	2	3	3	98	Baik	3	
96	2	3	3	3	3	4	4	3	2	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	94	Baik	2	
97	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	4	3	2	3	3	3	4	4	2	3	1	3	3	3	4	4	87	Tidak Baik	2	
98	3	3	4	4	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	2	4	2	4	2	3	4	87	Tidak Baik	3
99	3	3	3	3	4	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	97	Baik	3	
100	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	2	4	2	2	4	2	2	2	2	4	2	3	92	Tidak Baik	4	
101	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	2	3	2	3	4	2	3	2	2	2	2	2	4	2	3	4	84	Tidak Baik	3	
102	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	4	4	2	2	3	2	4	4	2	4	2	3	4	4	4	2	2	93	Baik	4
103	3	3	4	4	3	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	106	Baik	3
104	2	3	3	3	3	3	2	2	3	4	3	3	2	2	2	4	3	4	3	3	3	3	3	3	2	4	4	4	86	Tidak Baik	2	

UIN
SUSKA
RIAU

UIN
SUSKA
RIAU

UIN
SUSKA
RIAU

No	Skala Kualitas Tidur (Y)																													Total	Kategori	Rataan	
	I							II					III					IV					V										
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29				
105	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	3	4	105	Baik	4	
106	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	86	Tidak Baik	3	
107	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	2	4	3	4	3	4	91	Tidak Baik	3	
108	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	84	Tidak Baik	3		
109	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	4	2	3	2	3	2	3	2	3	3	4	2	3	3	4	86	Tidak Baik	4
110	3	4	4	4	3	3	3	2	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	97	Baik	3	
111	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	85	Tidak Baik	3		
112	4	3	4	4	3	3	2	4	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	85	Tidak Baik	4	
113	2	3	3	3	4	4	2	4	2	4	4	3	2	3	4	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	3	2	3	4	94	Baik	2	
114	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	3	4	3	3	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	2	4	4	103	Baik	3
115	2	4	3	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	4	3	2	4	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	97	Baik	2	
116	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	1	4	2	4	4	4	2	3	2	2	3	3	3	3	3	97	Baik	4	
117	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	4	80	Tidak Baik	2	
118	2	3	2	3	3	2	2	2	2	4	2	4	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	4	71	Tidak Baik	2	
119	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	95	Baik	3	
120	3	3	3	3	3	4	4	3	2	3	4	3	3	3	2	3	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	95	Baik	3	
121	3	3	3	3	3	3	4	3	2	2	2	4	4	2	3	4	2	3	3	4	2	4	3	2	4	2	4	2	4	87	Tidak Baik	3	
122	3	4	4	4	3	2	2	4	4	3	4	4	4	2	4	2	1	4	4	4	4	2	1	1	3	2	2	3	4	88	Tidak Baik	3	
123	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	4	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	83	Tidak Baik	3	
124	1	2	4	3	3	3	1	3	3	1	3	3	3	3	2	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	86	Tidak Baik	1	
125	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	87	Tidak Baik	3	

No	Skala Kualitas Tidur (Y)																													Total	Kategori	Rataan
	I							II					III					IV					V									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29			
126	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	2	3	88	Tidak Baik	2
127	2	4	3	3	3	3	2	2	2	3	2	4	2	2	2	3	3	2	4	3	3	2	3	3	3	4	3	3	81	Tidak Baik	2	
128	3	4	3	4	2	3	3	2	2	2	2	4	2	2	2	2	3	2	2	4	4	2	3	2	2	3	3	4	79	Tidak Baik	3	
129	3	4	3	3	4	3	2	2	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	94	Baik	3	
130	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	77	Tidak Baik	2	
131	4	3	3	3	4	4	2	4	3	4	3	4	3	3	3	2	4	4	2	2	2	2	2	4	2	4	3	3	89	Tidak Baik	4	
132	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	2	3	2	2	2	2	4	2	3	3	4	91	Tidak Baik	3	
133	2	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	84	Tidak Baik	2	
134	2	3	4	4	4	4	2	3	4	4	2	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	3	3	99	Baik	2	
135	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	4	101	Baik	3	
136	1	4	4	3	4	4	4	3	1	4	4	2	4	4	2	2	3	3	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	98	Baik	1	
137	2	3	3	3	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	3	4	2	4	3	4	3	3	98	Baik	2	
138	3	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	1	3	4	4	3	4	99	Baik	3	
139	2	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	4	4	4	4	4	4	3	4	3	2	3	3	98	Baik	2	
140	2	3	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	104	Baik	2	
141	2	3	3	3	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	3	3	4	4	3	3	4	99	Baik	2	
142	3	2	4	2	4	4	2	2	2	3	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	4	3	2	2	76	Tidak Baik	3	
143	3	3	4	4	3	3	1	4	4	3	1	4	4	4	4	1	3	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	3	98	Baik	3	
144	3	3	3	3	4	4	2	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	95	Baik	3	
145	2	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	2	3	3	3	4	4	3	4	3	4	3	4	4	2	2	2	3	89	Tidak Baik	2	
146	2	4	3	4	3	3	3	3	2	3	4	3	4	3	2	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	2	4	4	96	Baik	2	

No	Skala Kualitas Tidur (Y)																													Total	Kategori	Rataan
	I							II					III					IV					V									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29			
147	2	4	4	4	3	3	3	3	3	2	2	4	3	2	2	4	2	4	4	2	4	2	4	1	2	2	4	3	86	Tidak Baik	2	
148	3	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	2	3	2	3	4	2	4	2	3	3	2	2	3	4	2	4	92	Tidak Baik	3
149	4	4	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	4	4	3	3	3	4	4	4	3	3	83	Tidak Baik	4	
150	3	2	4	3	3	3	2	4	2	2	2	2	4	4	3	3	4	3	3	2	2	2	2	3	4	2	4	4	82	Tidak Baik	3	
151	2	2	2	3	3	3	3	2	3	2	4	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	84	Tidak Baik	2	
152	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	4	88	Tidak Baik	2
153	4	3	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	109	Baik	4	
154	1	3	2	2	3	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	2	4	4	3	2	4	100	Baik	1
155	3	3	4	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	80	Tidak Baik	3
156	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	2	4	3	4	3	2	3	4	3	3	3	4	4	3	3	96	Baik	3
157	2	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	97	Baik	2
158	2	3	3	4	2	3	3	2	3	2	3	4	4	4	3	3	1	4	3	4	3	4	3	2	2	4	2	4	4	88	Tidak Baik	2
159	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	91	Tidak Baik	3
160	1	2	4	4	4	4	2	4	3	1	4	3	2	4	3	4	4	4	4	4	2	3	2	2	4	3	3	3	4	89	Tidak Baik	1
161	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	96	Baik	3
162	1	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	4	4	3	3	1	4	4	4	3	3	4	2	4	4	4	4	4	3	97	Baik	1
163	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	4	3	2	3	2	4	3	4	2	4	2	3	2	3	3	4	3	3	4	90	Tidak Baik	3
164	2	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	4	2	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	101	Baik	2
165	4	2	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	3	4	4	3	4	3	4	2	4	4	2	4	2	3	4	100	Baik	4
166	3	3	3	3	3	3	4	3	2	4	4	4	4	3	2	4	4	3	4	2	4	3	4	2	3	2	3	3	2	90	Tidak Baik	3
167	2	4	4	4	4	4	2	4	2	4	2	4	3	4	2	3	2	4	4	2	4	3	1	2	4	4	3	4	4	91	Tidak Baik	2

No	Skala Kualitas Tidur (Y)																													Total	Kategori	Rataan	
	I							II					III					IV					V										
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29				
168	1	3	2	2	2	2	2	2	3	2	4	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	2	3	4	4	4	3	3	84	Tidak Baik	1	
169	2	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	2	4	4	2	4	2	3	4	4	2	4	4	2	4	2	4	4	3	93	Baik	2	
170	1	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	2	3	3	4	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	90	Tidak Baik	1		
171	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	2	4	4	108	Baik	4
172	2	3	3	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	2	4	4	104	Baik	2
173	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	3	4	102	Baik	3	
174	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	1	3	4	4	4	2	4	4	4	4	4	3	4	4	104	Baik	4	
175	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	116	Baik	4	
176	2	1	4	4	4	4	2	2	1	3	1	3	3	3	2	4	2	4	4	4	2	2	3	3	4	3	3	3	4	79	Tidak Baik	2	
177	2	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	3	3	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	2	4	4	100	Baik	2	
178	4	4	2	3	3	3	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	4	2	2	4	3	2	2	2	2	2	3	3	70	Tidak Baik	4	
179	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	103	Baik	4	
180	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	100	Baik	4
181	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	90	Tidak Baik	3	
182	2	4	4	4	3	4	4	3	3	2	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	2	2	3	3	3	3	2	4	96	Baik	2
183	3	4	4	4	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	94	Baik	3	
184	4	4	4	4	3	2	2	4	4	4	3	2	2	2	3	4	3	2	2	3	4	3	3	2	2	4	3	2	2	86	Tidak Baik	4	
185	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	3	3	4	4	2	4	3	4	3	3	4	3	3	99	Baik	3	
186	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	2	3	4	4	4	2	2	4	4	4	2	4	4	2	3	3	101	Baik	3	

LAMPIRAN H

UJI NORMALITAS

UIN SUSKA RIAU

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

UJI DESKRIPTIF DATA

Statistics

	Kecanduan Game Online	Kualitas Tidur	Compulsion	Withdrawal	Tolerance	Interpersonal & Health Problem
N Valid	186	186	186	186	186	186
Missing	0	0	0	0	0	0
Mean	71,3441	92,5968	17,7204	20,4892	12,9247	20,0806
Median	72,0000	93,0000	18,0000	20,0000	13,0000	20,0000
Mode	73,00	87,00 ^a	20,00	18,00	13,00	21,00
Std. Deviation	6,46904	8,37137	1,95554	2,31619	1,77817	2,59708
Variance	41,849	70,080	3,824	5,365	3,162	6,745
Range	33,00	46,00	8,00	11,00	12,00	11,00
Minimum	51,00	70,00	12,00	13,00	4,00	13,00
Maximum	84,00	116,00	20,00	24,00	16,00	24,00
Sum	13270,00	17223,00	3296,00	3811,00	2404,00	3735,00

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

UJI NORMALITAS DATA

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Kecanduan Game Online	186	71,3441	6,46904	51,00	84,00
Kualitas Tidur	186	92,5968	8,37137	70,00	116,00

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

	Kecanduan Game Online	Kualitas Tidur
N	186	186
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	71,3441
	Std. Deviation	6,46904
	Most Extreme Differences	
	Absolute	,061
	Positive	,061
	Negative	-,047
Test Statistic	,061	,063
Asymp. Sig. (2-tailed)	,090 ^c	,066 ^c

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LAMPIRAN J

UJI HIPOTESIS

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

UJI HIPOTESIS KORELASI PEARSON PRODUCT MOMENT

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
Kecanduan Game Online	71,3441	6,46904	186
Kualitas Tidur	92,5968	8,37137	186

Correlations

		Kecanduan Game Online	Kualitas Tidur
Kecanduan Game Online	Pearson Correlation	1	-,475**
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	186	186
Kualitas Tidur	Pearson Correlation	-,475**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	186	186

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

© Hak cip

UIN

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LAMPIRAN K

SUMBANGAN EFEKTIF

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

SUMBANGAN EFEKTIF

Correlations

		Compulsion	Withdrawal	Tolerance	Interpersonal & Health Problem	Kualitas Tidur
Compulsion	Pearson Correlation	1	,534**	,214**	,416**	-,359**
	Sig. (2-tailed)		,000	,003	,000	,000
	Sum of Squares and Cross-products	707,613	446,548	138,194	386,161	-1086,355
	Covariance	3,825	2,414	,747	2,087	-5,872
	N	186	186	186	186	186
Withdrawal	Pearson Correlation	,534**	1	,475**	,490**	-,365**
	Sig. (2-tailed)	,000		,000	,000	,000
	Sum of Squares and Cross-products	446,548	988,306	361,726	538,355	-1308,081
	Covariance	2,414	5,342	1,955	2,910	-7,071
	N	186	186	186	186	186
Tolerance	Pearson Correlation	,214**	,475**	1	,294**	-,379**
	Sig. (2-tailed)	,003	,000		,000	,000
	Sum of Squares and Cross-products	138,194	361,726	586,737	248,753	-1044,823
	Covariance	,747	1,955	3,172	1,345	-5,648
	N	186	186	186	186	186
Interpersonal & Health Problem	Pearson Correlation	,416**	,490**	,294**	1	-,331**
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000		,000
	Sum of Squares and Cross-products	386,161	538,355	248,753	1219,849	-1314,935
	Covariance	2,087	2,910	1,345	6,594	-7,108
	N	186	186	186	186	186
Kualitas Tidur	Pearson Correlation	-,359**	-,365**	-,379**	-,331**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000	,000	
	Sum of Squares and Cross-products	-1086,355	-1308,081	-1044,823	-1314,935	12964,758
	Covariance	-5,872	-7,071	-5,648	-7,108	70,080
	N	186	186	186	186	186

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Regresi Untuk Sumbangan Efektif

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	3156,000	4	789,000	14,559	,000 ^b
	Residual	9808,758	181	54,192		
	Total	12964,758	185			

a. Dependent Variable: Kualitas Tidur

b. Predictors: (Constant), Interpersonal & Health Problem, Tolerance, Compulsion, Withdrawal

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	138,248	6,104		22,649	,000
	Compulsion	-,917	,336	-,214	-2,734	,007
	Withdrawal	-,214	,321	-,059	-,665	,507
	Tolerance	-1,247	,347	-,265	-3,590	,000
	Interpersonal & Health Problem	-,439	,248	-,135	-1,768	,079

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

LAMPIRAN L

Wawancara Pendahuluan

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



UIN SUSKA RIAU

WAWANCARA PENDAHULUAN

Tempat : SMAN 1 Kecamatan Harau

Waktu : 10.00 - 10.30

Topik : Wawancara studi pendahuluan

Subjek : V

Peneliti : Apakah adik bermain *game online*?

V : Iya bang

Peneliti : Sejak kapan adik bermain *game online*?

V : Sejak SMP lagi bang, tapi kalau yang di android baru setahun ni lah bang

Peneliti : Apa saja nama *game* yang adik mainkan?

V : DOTA bang.

Peneliti : Kapan saja adik bermain *game-game* tersebut?

V : Kalau main *game* saya tak tentu bang kapan aja saya mau, saya mainkan lah bang, tapi tiap hari saya pasti ada main.

Peneliti : Diantara pagi, siang, sore, atau malam. Kapan yang paling sering?

V : Malam bang, kalau pagi sampai siang kan sekolah

Peneliti : Berapa jam biasanya bermain *game* itu kalau malam hari?

V : Hmm... Habis isya tu saya main *game* bang kadang sampai jam 12 malam, kadang jam 1 malam. Kalau besok minggu saya kadang sampai jam 3 hehehe

Peneliti : Kalau mulai jam 8 malam misalnya, jam 10 sudah selesai main *game*? Atau seringnya lebih lama lagi?

V : Hmm.. jarang saya berhenti jam 10 bang. Sampai ngantuk biasanya bang. Itulah kadang jam 12 atau jam 1 lah

Peneliti : Biasanya berapa lama tidur sehari?

V : Kayaknya 5 jam bang, karena seringnya jam 12 ke atas baru tidur kan bang.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

WAWANCARA PENDAHULUAN

Lokasi : SMAN 1 Kecamatan Harau
Waktu : 12.00 - 12.30
Topik : Wawancara studi pendahuluan
Subjek : A

Peneliti : Apakah adik bermain *game online*?

A : Iya bang, saya suka main *game*.

Peneliti : Sejak kapan adik bermain *game online*?

A : Belakangan ni sering bang

Peneliti : Sejak masuk SMA ini sering ya?

A : Iya bang

Peneliti : Apa saja nama *game* yang adik mainkan?

A : COC sama *Geth Rich*

Peneliti : Kapan saja adik bermain *game-game* tersebut?

A : Saya tiap hari main *game* bang, apalagi COC itu tiap malam saya pasti buka

Peneliti : Kalau malam hari sejak kapan mulai main nya?

A : Dari sore tu abis main, mandi kan bang, terus saya main *game* tu tapi santai-santai aja. Kalau agak fokus sudah makan malam lah bang.

Peneliti : Berapa jam biasanya bermain *game* itu kalau malam hari?

A : Kalau dihitung 3-4 jam lebih lah bang

Peneliti : Apakah waktu tidur nya berpengaruh kalau main *game*?

A : Hmm.. iya sih bang. Karena saya main *game* kadang sampai jam 12 malam bang, tapi biasanya diatas jam 11 lewat lah bang

Peneliti : Jadi berapa jam tidur nya dek?

A : 6 jam lah bang

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.