

Dampak Kesehatan Kecanduan Permainan Pada Pemain Game Usia Muda: Tinjauan Sistematis

Rendi Ariyanto Sinanto¹, Sitti Nur Djannah²

^{1,2} Magister Kesehatan Masyarakat Universitas Ahmad Dahlan
Jl. Prof. DR. Soepomo SH, Warungboto, Kecamatan Umbulharjo, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta 55164

E-mail: rendisinanto@gmail.com

ABSTRACT

Game addiction is an excessive use of the game for a long time. The World Health Organization has categorized game addiction as a mental disorder. The purpose of this study was to determine the factors that influence participants to play games, and determine the health effects of game addiction. This research was conducted on 18 to 21 April 2020 with the literature review method of the article on <http://garuda.ristekdikti.go.id> published in the period 2013 to 2019, according to the search there were 51 articles according to keywords and there were 14 selected articles. The results obtained by factors that influence participants to play games are there are facilities to play games at home, environmental influences, and the desire to play the game. Health effects that will arise are changes in diet and changes in sleep patterns that are not good, this will have a serious health impact on someone who is addicted to the game or gaming disorder if the behavior is maintained. For gamers to be able to limit the time to play the game a maximum of 1 hour a day, do not delay eating and drinking, do not delay urinating, and sleep at least eight hours a day.

Keywords: *Impact, health, addiction, gaming, adolescents.*

PENDAHULUAN

Saat ini kita sedang dihadapkan pada masa revolusi industri *four point zero*, yang merupakan perubahan secara keseluruhan dari aspek industri konvensional menjadi teknologi digital atau internet, permainan *online* merupakan industri yang sangat diminati, dan berkembang pesat saat ini¹. Permainan online sangat diminati oleh kalangan muda, terdapat dua tipe individu dalam bermain *game*, yakni ada yang sebatas hiburan tanpa kecanduan dan adapula yang menempatkan *game* sebagai kebutuhan atau kecanduan, hal ini sering disebut *gaming disorder* atau kecanduan permainan².

Kecanduan permainan merupakan penggunaan permainan secara berlebihan, tanda dari kecanduan permainan yaitu partisipasi dalam permainan dengan durasi yang lama³. Menurut Mimi (2017), penyebab kecanduan *game online* adalah gangguan kecanduan internet (*Internet Addictive Disorder*)⁴. *World Health Organisation* (2018), sudah mengategorikan bahwa kecanduan permainan atau *gaming disorder* tersebut sebagai gangguan mental, informasi ini dibuktikan dengan banyaknya berita yang membahas topik tentang *gaming disorder* sebagai gangguan mental⁵.

Situasi ini di Indonesia tentu sangat mencengangkan, berdasarkan data dari

Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia didapatkan bahwa *smartphone* merupakan perangkat bermain *game online* paling banyak digunakan sebesar 89,9 juta atau sekitar 67,8% dan diprediksi akan meningkat pesat sampai tahun 2019. Hal ini didukung dengan perkiraan Kementerian Komunikasi dan Informasi pada tahun 2015 yang lalu, bahwa diprediksi lebih dari 100 juta orang Indonesia akan menjadi pengguna aktif *smartphone* pada tahun 2018.

Sesuai hasil observasi yang dilakukan penulis di sebuah kost pada tanggal 17 April 2020, didapatkan bahwa pemain *game online* selain menempatkan *game* sebagai hiburan tetapi juga sudah menjadikan kegiatan tersebut sebagai kebutuhan hidup yang dimana setiap hari selalu pemain *game* ini melakukan hal tersebut, baik pagi, siang maupun malam, bahkan mereka begadang setiap malam. Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian menurut Ma'rifatul dan Nuryono (2015) yaitu ciri-ciri orang kecanduan *game online* adalah sangat antusias ketika membahas tentang *game*, juga mempunyai komunitas bermain *game*, serta dalam sehari bermain *game* lebih dari tiga jam⁶.

Seperti yang diketahui bahwa aktivitas yang berlebihan dan tidur kurang dari delapan jam, kurang baik terhadap kesehatan, hal tersebut sesuai dengan teori Abraham Maslow yang mengatakan manusia mempunyai lima kebutuhan dasar yang wajib terpenuhi, salah satunya kebutuhan *fisiologis* atau kebutuhan yang

paling mendasar seperti tidur, makan dan minum⁷. Sesuai uraian diatas terkait aktivitas yang berlebihan, tidur kurang dari delapan jam, menunda makan, dan menunda buang air kecil merupakan kebutuhan *fisiologis* menurut Abraham Maslow yang harus terpenuhi bagi setiap individu.

Berkaitan dengan perilaku *gaming disorder* maka akan mengakibatkan dampak buruk terhadap kesehatan, dampak negatif yang akan muncul antara lain merusak hubungan dalam kehidupan nyata, pekerjaan, pendidikan, dan sosialisasi⁸. Berdasarkan uraian diatas dapat menjadi bukti bahwa kecanduan permainan akan memberikan dampak negatif sehingga beresiko memberikan masalah kesehatan yang serius, sesuai uraian tersebut didapatkan permasalahan penelitian yaitu, apa saja faktor yang mempengaruhi partisipan untuk bermain *game*, dan apa dampak kesehatan yang muncul karena kecanduan permainan. Sesuai rumusan masalah tersebut, maka tujuan yang ingin dicapai adalah untuk mengetahui apa saja faktor yang mempengaruhi partisipan untuk bermain *game*, dan mengetahui apa dampak kesehatan yang muncul karena kecanduan permainan.

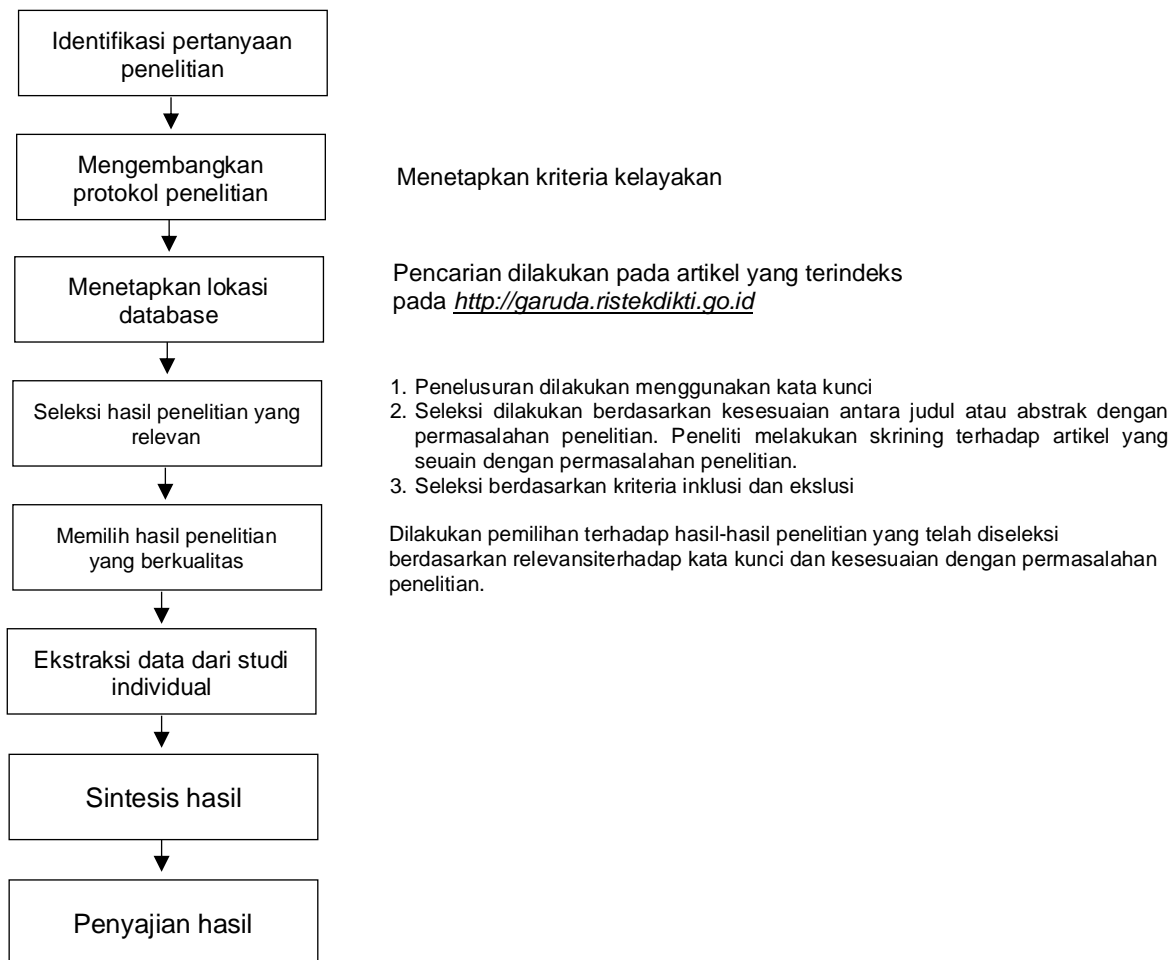
METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode *literature review* pada tanggal 18 sampai dengan tanggal 21 April 2020 dengan pelaporan naratif. Penelitian dilakukan

terhadap artikel pada <http://garuda.ristekdikti.go.id> yang diterbitkan dalam kurun waktu tahun 2013 sampai dengan 2019.

Urutan proses yang dilakukan dalam penelitian ini: 1) Identifikasi pertanyaan penelitian, 2) Mengembangkan protokol penelitian, 3) Menetapkan lokasi *database*

yang dijadikan wilayah pencarian, 4) Seleksi hasil penelitian yang relevan, 5) Melakukan pemilihan terhadap hasil penelitian yang berkualitas, 6) Ekstraksi data dari studi individual, 7) Sintesis hasil, 8) Penyajian hasil. (Perry & Hammond, 2002 dalam Siswanto (2012)⁹.



Gambar 1. Urutan Proses

Kriteria Kelayakan

1. Kriteria inklusi

- a. Penelitian dilakukan di Indonesia dengan rentan waktu tahun 2013-2019.
- b. Artikel yang dipublikasi di <http://garuda.ristekdikti.go.id>

c. Artikel membahas tentang kecanduan permainan atau *gaming disorder* terhadap dampak kesehatan pada remaja.

2. Kriteria eksklusi

- a. Artikel yang tidak bisa di download.
- b. Artikel dalam bahasa Inggris.

3. Seleksi artikel yang diperoleh
Tahapan seleksi dilakukan melalui proses berikut :
 - a. Penetapan kata kunci
Penelusuran terhadap artikel yang menyelidiki permasalahan sesuai dengan topik penelitian, dengan menggunakan kata kunci sebagai berikut : dampak kecanduan *game*, *gaming disorder*, kecanduan *game online*, mahasiswa kecanduan *game*, remaja kecanduan *game*.
 - b. Melakukan eksplorasi judul, abstrak dilakukan berdasarkan kriteria kelayakan
 - c. Melakukan eksplorasi isi artikel pada artikel yang *eligible*.
 - d. Melakukan *scanning* terhadap daftar pustaka untuk mengeksplorasi keterkaitan artikel dengan penelitian yang dilakukan.
4. Proses Pengumpulan Data
Pengumpulan data dilakukan secara manual menggunakan formulir yang terdiri dari : penulis, judul artikel, nama jurnal atau konferensi, serta tahun terbit.
5. Jenis Data
Jenis data yang diambil adalah: judul penelitian, peneliti, nama jurnal atau konferensi dan perguruan tinggi, serta hasil penelitian yang relevan dengan permasalahan penelitian.
Eksplorasi terhadap kata kunci pencarian terangkum pada tabel.1 :

Tabel.1 Eksplorasi kata kunci

No	Kata kunci	Artikel yang ditemukan	Artikel terseleksi	Artikel yang dikeluarkan	Artikel yang diselidiki
1	Dampak kecanduan game	2	1	1	1
2	<i>Gaming disorder</i>	2	1	1	1
3	Kecanduan game online	38	9	29	9
4	Mahasiswa kecanduan game	2	0	2	0
5	Remaja kecanduan game	7	0	7	0
Total		51	11	40	11

HASIL

Sesuai penelusuran pada database ditemukan 51 artikel yang relevan dengan kata kunci, keseluruhan artikel ditulis dalam bahasa Indonesia, penelitian dilakukan dalam periode 2013-2019.

Berdasarkan jumlah artikel yang ditemukan, terdapat 40 artikel yang disingkirkan karena masuk didalam kriteria eksklusi, dan terdapat 11 artikel yang masuk didalam kriteria inklusi. Berikut hasil penelitian yang ditemukan:

Tabel 2. Hasil penelitian

Penulis/Judul	Hasil
Putro & Nurjanah (2013), dengan judul “ <i>Perilaku Adiksi Pada Pemain Game Online di Dinustech Semarang dan Dampaknya Terhadap Kesehatan</i> ”	Didapatkan bahwa pemain <i>game online</i> terbanyak adalah mahasiswa, dan mempercayai adanya keuntungan bermain <i>game</i> , serta tidak mempercayai dampak kecanduan bermain <i>game</i> ¹⁰ .
Fitria (2019), dengan judul “ <i>Lama Permainan Game Online Terhadap Gangguan Pola Tidur Mahasiswa</i> ”	Didapatkan bahwa ada hubungan lama permainan <i>game online</i> terhadap gangguan pola tidur, sehingga mahasiswa mengalami perubahan pola tidur kurang dari delapan jam sehari ¹¹ .
Susanti, dkk (2018) dengan judul “ <i>Hubungan kecanduan bermain game online pada smartphone (mobile online games) dengan pola makan anak sekolah dasar kelas 5 dan 6 di SD Negeri 4 Purwodadi</i> ”	Didapatkan bahwa kecanduan bermain <i>game online</i> pada <i>smartphone</i> mengakibatkan perubahan pola makan yang kurang baik, sehingga akan memberikan resiko kesehatan yang buruk kedepannya.
Francisco (2013) dengan judul ‘ <i>Dampak Kecanduan Permainan Playstation (Ps) Dikalangan Mahasiswa Universitas Riau (Studi Kasus Mahasiswa Yang Bermain Di Rental Playstation(Ps) Farel Gamestation Di Jalan Manyar Sakti)</i> ’	Didapatkan bahwa dari kecanduan permainan akan memberikan dampak buruk terhadap kesehatan, sosial dan pendidikan ¹² .
Edrizal (2018) dengan judul “ <i>Pengaruh Kecanduan Siswa Terhadap Game Online (Studi Tentang Kebiasaan Siswa Bermain Game Online) Di Smp N 3 Teluk Kuantan</i> ”,	Yaitu lebih banyak menghabiskan waktu di depan komputer atau <i>warnet</i> dengan durasi yang lama, melupakan waktu belajar, sering begadang dan menimbulkan rasa malas untuk sekolah dan penurunan nilai di sekolah ¹³ .
Theresia, dkk (2019) dengan judul “ <i>Hubungan Kecanduan Bermain Game Online Dengan Motivasi Belajar Pada Siswa SMP Di Kota Bandar Lampung Tahun 2019</i> ”	Didapatkan adanya hubungan kecanduan bermain <i>game online</i> dengan motivasi belajar, yang mengakibatkan penurunan semangat dalam belajar dan akan berdampak pada menurunnya prestasi belajar siswa ¹⁴ .
Masya & Candra (2016) dengan judul “ <i>Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Gangguan Kecanduan Game Online pada Peserta Didik Kelas X Di Madrasah Aliyah Al Furqon Prabumulih Tahun Pelajaran 2015/2016</i> ”	Didapatkan dampak negatif dari <i>game online</i> adalah lupa waktu dan pola makan akan terganggu ¹⁵ .
Anggarani (2015), dengan judul “ <i>Internet Gaming Disorder : Psikopatologi Budaya Modern</i> ”	Didapatkan bahwa kecanduan permainan memiliki resiko gangguan, karena menggunakan banyak waktu sehingga menimbulkan berbagai macam resiko negatif seperti kelelahan fisik, serta pola tidur dan makan yang kurang baik ¹⁶ .
Mimi Ulfa (2017), dengan judul “ <i>Pengaruh Kecanduan Game Online Terhadap Perilaku Remaja Di Mabes Game Center Jalan Hr. Subrantas Kecamatan Tampar Pekanbaru</i> ”	Didapatkan ada pengaruh antara kecanduan <i>game online</i> terhadap perilaku remaja.
Ayu & Saragih (2016) dengan judul “ <i>Interaksi Sosial dan Konsep Diri dengan Kecanduan Games Online pada Dewasa Awal</i> ”	Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara interaksi sosial dan konsep diri dalam kecanduan <i>game online</i> .
Sri Lutfiwati (2018) dengan judul “ <i>Memahami Kecanduan Game Online Melalui Pendekatan Neurobiologi</i> ”	Didapatkan bahwa jika perilaku bermain <i>game online</i> terus dilakukan berulang-ulang dan dibiasakan, jalur <i>dopaminergik</i> di dalam otak akan menguat dan menetap sehingga menimbulkan kecanduan, yang akhirnya akan memperkuat sistem <i>reaktif</i> dan membuat sistem <i>reflektif</i> melemah sehingga kemampuan kognitifnya menurun dan sulit dalam mengendalikan kontrol dirinya ¹⁷ .

PEMBAHASAN

Hasil *review* terhadap artikel yang terseleksi menunjukkan bahwa faktor yang mempengaruhi seseorang bermain *game* yaitu adanya fasilitas bermain *game* dirumah, adanya teman bermain *game*, serta keingintahuan yang besar untuk memainkan permainan tersebut. Tersedianya fasilitas bermain *game* dirumah membuat seseorang dapat mengakses *game* kapanpun sesuai keinginannya, serta lingkungan sangat berpengaruh terhadap perilaku seseorang untuk bermain *game* seperti teman sebaya, menurut Darmawan, dkk (2016) perilaku seseorang tidak terlepas dari pengaruh orang-orang disekitarnya, sehingga seseorang akan terbiasa dengan perilaku tersebut¹⁸. Selain itu keingintahuan dan keinginan tentang jenis *game* juga merupakan faktor seseorang bermain *game*, hal ini karena adanya rasa ingin tau yang besar dari seseorang terhadap sebuah *game* sehingga timbul keinginan untuk mengeksplor *game* tersebut. Penelitian Putro dan Nurjanah (2013), juga menyebutkan bahwa kepercayaan terhadap dampak adiksi yaitu sedang, sebesar (40%) sehingga individu yang bermain *game* dalam waktu yang lama tidak merasa bahwa mereka sedang kecanduan.

Sesuai hasil penelitian yang telah direview maka didapatkan dampak kesehatan yang muncul adalah dampak langsung dan resiko tinggi. Terkait dampak langsung yaitu seperti perubahan atau

gangguan pola tidur, hal ini sesuai dengan penelitian Maulida dan Sari (2017), didapatkan bahwa ada hubungan kecanduan internet dengan pola tidur¹⁹. Menurut Koziar (2004) dalam Fitria (2019) semua individu membutuhkan tidur, karena tidur merupakan salah satu kebutuhan dasar manusia yang termasuk ke dalam kebutuhan fisiologis menurut Maslow. Jika pola tidur yang kurang baik berlangsung lama maka akan memberikan resiko yang serius, seperti *anemia*, menurut Manampiring (2009) dalam Dwi (2015) menyatakan anemia memiliki gejala seperti lemah dan kurang nafsu makan serta bisa terjadi komplikasi berat seperti penurunan daya tahan tubuh²⁰. Kemudian terkait dampak kesehatan resiko tinggi bisa sampai ke penyakit jantung karena kompensasi organ jantung yang berlebihan karena tidur kurang dari delapan jam sehari.

Selain itu, terdapat perubahan pola makan terhadap remaja yang kecanduan *game*, jika keadaan ini berlangsung lama maka akan memberikan dampak kesehatan seperti *dyspepsia* atau mual dan nyeri ulu hati atau *gastritis* yaitu peradangan pada dinding atau mukosa lambung, selain itu masalah tumbuh kembang remaja juga dapat terganggu. Sesuai hasil penelitian Susanti *et al* (2018) terdapat hubungan kecanduan permainan online dengan pola makan anak. Kemudian terdapat hasil penelitian Tiningrum (2013) dengan judul "*Hubungan antara kecanduan video game dengan*

stress pada mahasiswa Universitas Surabaya” juga yang membahas bahwa perilaku bermain *video game* adalah alternatif lain dalam reaksi stres, yang artinya stres yang semakin tinggi maka kecanduan *video game* juga menjadi tinggi.

Persoalan kecanduan permainan merupakan persoalan yang tidak mudah untuk diselesaikan saat ini, terkait hal itu penelitian Syahrani (2015) dengan judul “*Ketergantungan game online dan penanganannya*” mengatakan bahwa terkait permasalahan kecanduan permainan tersebut dapat dikurangi dengan penerapan konseling keluarga untuk mengurangi kecanduan *game online*. Selain itu, untuk menangani anak yang kecanduan permainan dapat dilakukan dengan memberikan pengertian tentang bahaya yang bisa diakibatkan oleh bermain *game* seperti penurunan ketajaman penglihatan, hal ini sesuai dengan penelitian Sundari dan Ratna (2018), didapatkan adanya hubungan signifikan bermain permainan online dengan penurunan ketajaman penglihatan²¹. Kemudian melakukan pengawasan kepada anak agar mengurangi bermain *game online*, selain itu dapat membatasi uang jajan anak sehingga anak tidak

menyalahgunakan uang tersebut, juga dapat dilakukan pembatasan waktu bermain yaitu maksimal satu jam sehari serta diimbangi dengan waktu belajar yang lebih banyak.

Bermain *game* adalah kegiatan yang sangat disukai anak-anak, serta sulit untuk dijauhkan dari anak-anak, tetapi porsi yang tidak sesuai dalam bermain *game* akan memberikan dampak yang kurang baik, sehingga perlu memberikan porsi yang sesuai dalam bermain *game*, yaitu bermain *game* maksimal dua jam, apabila bermain *game* diatas tiga jam maka dapat dikategorikan kecanduan atau adiksi. Keterbatasan dalam penelitian ini yaitu belum adanya penelitian yang membahas tentang *Health Belief Model* atau model kepercayaan kesehatan seseorang terhadap dampak kesehatan dari kecanduan permainan, dan peneliti hanya menggunakan eksplorasi lima kata kunci. Sedangkan kekuatan dalam penelitian ini adalah memberikan informasi tentang dampak kesehatan dari kecanduan permainan yang bisa mengancam derajat kesehatan pecinta *game online*. Berikut adalah skema dampak *game online* berdasarkan analisis peneliti.



Gambar 2. Skema Dampak Game

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan kajian literatur yang dilakukan dapat disimpulkan sebagai berikut:

Faktor yang mempengaruhi partisipan untuk bermain *game* adalah adanya fasilitas bermain *game*, pengaruh teman bermain, serta keinginan untuk memainkan *game* tersebut, sedangkan dampak kesehatan yang muncul adalah perubahan pola makan dan pola tidur yang kurang baik, yang dibuktikan dengan hasil penelitian terkait diatas, serta dalam penanganan kecanduan permainan tersebut dapat dilakukan dengan membatasi waktu bermain *game* yaitu satu jam sehari, dan persoalan adiksi atau kecanduan tersebut dapat dikontrol dengan konseling keluarga sebab keluarga mempunyai peran penting dalam mengatur perilaku remaja. Saran peneliti yaitu, pemain *game* harus membatasi waktu dalam bermain *game*, maksimal satu jam sehari, serta tidak menunda makan minum, dan menunda buang air kecil, serta dapat tidur minimal delapan jam sehari. Orang

tua merupakan orang terdekat bagi remaja dirumah, maka perlu adanya pengawasan orang tua terhadap remaja yang menggunakan *smartphone*, sehingga frekuensi remaja untuk mengakses *game* dapat berkurang.

DAFTAR PUSTAKA

1. Tiningrum FI. Hubungan antara Kecanduan Video Game dengan Stres pada Mahasiswa Universitas Surabaya. J Ilm Univ Surabaya [Internet]. 2013;2(1):1–17. Available from: <http://journal.ubaya.ac.id>
2. Syahrani R. Ketergantungan Online Game Dan Penanganannya. J Psikol Pendidik dan Konseling J Kaji Psikol Pendidik dan Bimbing Konseling. 2015;1(1):84.
3. Susanti MM, Widodo WU, Safitri DI. Hubungan Kecanduan Bermain Game Online Pada Smartphone (Mobile Online Games) Dengan Pola Makan Anak Sekolah Dasar Kelas 5 Dan 6 Di Sd Negeri 4 Purwodadi. Shine Cahaya Dunia Ners. 2018;3(2).

4. Mimi U. Pengaruh Kecanduan Game Online terhadap Perilaku Remaja di Mabes Game Center jalan Hr. Subrantas Kecamatan Tampan Pekanbaru. *Jom FISIP* [Internet]. 2017;4(1):1–13. Available from: <https://jom.unri.ac.id/index.php/JOMFISIP/article/view/13841>
5. WHO. Gaming Disorder [Internet]. World Health Organisation. 2018 [cited 2020 Mar 20]. Available from: <https://www.who.int/features/qa/gaming-disorder/en>
6. Ma'rifatul Lili F, Nuryono W. Penerapan Konseling Keluarga Untuk Mengurangi Kecanduan Game Online Pada Siswa Kelas Viii Smp Negeri 21 Surabaya. *J BK* [Internet]. 2015;05(01):65–72. Available from: <https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/10396>
7. Sari E. the Role of Assistance and Budget Impacts in the Field of Marine and Fisheries on Welfare Conditions of Fishermen Community in Ende District. *J Ekon Mercu Buana*. 2018;6(1):78–102.
8. Ayu L, Saragih S. Interaksi Sosial dan Konsep Diri dengan Kecanduan Games Online pada Dewasa Awal. *Pers Psikol Indones*. 2016;5(02):167–73.
9. Siswanto S. Systematic Review Sebagai Metode Penelitian Untuk Mensintesis Hasil-Hasil Penelitian (Sebuah Pengantar). *Bul Penelit Sist* Kesehatan. 2012;13(4 Okt).
10. Putro TA, Nurjanah N. Perilaku Adiksi Pada Pemain Game Online Di Dinustech Semarang Dan Dampaknya Terhadap Kesehatan. *Visikes* [Internet]. 2013;12(2):141–6. Available from: <https://publikasi.dinus.ac.id/index.php/visikes/article/view/646>
11. Fitria R. Lama Permainan Game Online Terhadap Gangguan Pola Tidur Mahasiswa. *Real Nurs J*. 2019;2(2):72.
12. Francisco ARL. Dampak Kecanduan Permainan Playstation Dikalangan Mahasiswa Universitas Riau. *J Chem Inf Model*. 2013;53(9):1689–99.
13. Edrizal E. Pengaruh Kecanduan Siswa Terhadap Game Online (Studi Tentang Kebiasaan Siswa Bermain Game Online) Di Smp N 3 Teluk Kuantan. *J PAJAR (Pendidikan dan Pengajaran)*. 2018;2(6):1001.
14. Theresia E, Setiawati OR, Sudiadnyani NP. Hubungan Kecanduan Bermain Game Online Dengan Motivasi Belajar Pada Siswa Smp Di Kota Bandar Lampung Tahun 2019. *PSYCHE J Psikol*. 2019;1(2):96–104.
15. Masya H, Candra DA. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Gangguan Kecanduan Game Online pada Peserta Didik Kelas X Di Madrasah Aliyah Al Furqon Prabumulih Tahun Pelajaran 2015/2016. *KONSELI J Bimbing dan*

- Konseling. 2016;3(2):97–112.
16. Anggarani FK. Internet Gaming Disorder: Psikopatologi Budaya Modern. *Bul Psikol.* 2015;23(1):1.
 17. Lutfiwati S. Memahami Kecanduan Game Online Melalui Pendekatan Neurobiologi. *J Sychology* [Internet]. 2018;1(1):1–16. Available from: <http://ejournal.radenintan.ac.id/index.php/anfusina/article/view/3643>
 18. Darmawan T, Nurwati N, Gutama AS. Pengaruh Interaksi Teman Sebaya Terhadap Kenakalan Remaja Di Sman 1 Cicalengka , Kecamatan Cicalengka, Kabupaten Bandung. *Pros Penelit dan Pengabdi Kpd Masy.* 2016;3(1):1–4.
 19. Maulida R, Sari H. Kaitan Internet Addiction dan Pola Tidur pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan. *J Ilm Mhs Fak Keperawatan* [Internet]. 2017;2(3):1–8. Available from: <http://www.jim.unsyiah.ac.id/FKep/article/view/3866>
 20. Dwi Aryani IGA. Gambaran Status Anemia Berdasarkan Asupan Nutrisi Siswa Kelas 1 Sekolah Dasar Di Wilayah Kerja Puskesmas Banjarangkan li. 2015;4:1–7.
 21. Sundari, Ratna LP. Hubungan antara durasi bermain game online dengan gangguan tajam penglihatan pada anak sekolah menengah pertama (SMP) di kota Denpasar. *E--Jurnal Med* [Internet]. 2018;7(8):1–12. Available from: <https://ojs.unud.ac.id>