

## Pengaruh moderasi internet gaming addiction terhadap hubungan antara insomnia dengan kualitas hidup pada mahasiswa = The moderation effect of internet gaming addiction on relationship between insomnia and quality of life among college students

Muhammad Rifqi Adiasya, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20457445&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

#### **ABSTRAK**

Kualitas hidup merupakan salah satu aspek penting dalam kehidupan, tidak terkecuali untuk mahasiswa. Beban akademis dan non-akademis yang dijalani terkadang membuat mahasiswa mengorbankan waktu tidurnya untuk memenuhi kewajiban tersebut. Sehingga, tidak jarang mahasiswa mengalami masalah tidur, salah satunya adalah insomnia. Insomnia yang semakin parah dapat menyebabkan kualitas hidup menurun Morin, Manber, Riemann, Spiegelhalder, 2015 . Beberapa faktor dapat memperkuat pengaruh insomnia terhadap kualitas hidup. Salah satunya adalah internet gaming addiction. Penelitian ini akan melihat bagaimana pengaruh moderasi internet gaming addiction terhadap hubungan antara insomnia dengan kualitas hidup pada mahasiswa. Peneliti menggunakan tiga alat ukur, yakni Insomnia Severity Index ISI , Gaming Addiction Scale GAS versi 21, dan World Health Organization Quality of Life WHOQOL . Sebanyak 389 partisipan turut serta dalam penelitian ini. Hasil menunjukkan bahwa tingkat keparahan insomnia secara signifikan menurunkan kualitas hidup  $t_{389} = -7,960$

<hr>

#### **ABSTRACT**

The quality of life is one of the important aspects of life, also for college students. The burdens of academic and non academic make them sacrifice their sleep time to fulfill their obligation. So, students sometimes experienced sleep problems, and one of them is insomnia. Insomnia severity caused college students 39 quality of life decreased Morin, Manber, Riemann, Spiegelhalder, 2015 . Several factors can strengthen the effect of insomnia on quality of life. One of them is internet gaming addiction. This study aimed to assess the moderation effect of internet gaming addiction on the relationship between insomnia and quality of life among college students. We used three measures, which were Insomnia Severity Index ISI , Gaming Addiction Scale GAS 21 version, and World Health Organization Quality of Life WHOQOL BREF . A total of 389 college students participated in this study. The result revealed that insomnia severity decreased quality of life significantly  $t_{389} 7,960$