

SKRIPSI

**HUBUNGAN BERMAIN *GAME ONLINE* DENGAN KESEHATAN
MENTAL REMAJA DI SMP NEGERI 25 KOTA PADANG
TAHUN 2026**

*Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Menyelesaikan
Pendidikan Strata S1 Keperawatan*



Oleh:

**Rani Sagita
2214201154**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN TEKNOLOGI INFORMASI
UNIVERSITAS ALIFAH PADANG
TAHUN 2025**

PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya :

Nama Lengkap : Rani Sagita
NIM : 2214201154
Tempat/ Tgl Lahir : Kubu Tapan/ 18 Juli 2003
Tanggal Masuk : 2022
Program Studi : S1 Keperawatan
Nama Pembimbing Akademik : Ns. Amelia Susanti, M.Kep, Sp. Kep.J
Nama Pembimbing I : Ns. Ira Sri Budiarti, S.Kep, M.Kep
Nama Pembimbing II : Ns. Rifahatul Mahmudah, S.Kep, M.Kep

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan plagiat dalam penulisan usulan skripsi saya yang berjudul : **“Hubungan Bermain Game Online dengan Kesehatan Mental Remaja di SMP Negeri 25 Kota Padang Tahun 2026”**.

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat dalam penulisan usulan skripsi ini, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan.

Demikianlah surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Padang, Agustus 2026



Rani Sagita

PERNYATAAN PERSETUJUAN

Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : Rani Sagita

NIM : 2214201154

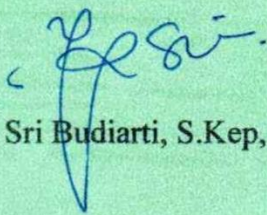
Program Studi : S1 Keperawatan

Judul : Hubungan Bermain *Game Online* dengan Kesehatan Mental
Remaja di SMP Negeri 25 Kota Padang Tahun 2026

Telah disetujui untuk diseminarkan dan dipertahankan dihadapan Tim Penguji Seminar Skripsi Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi Informasi Universitas Alifah Padang.

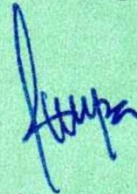
Padang, Agustus 2026

Pembimbing I



Ns. Ira Sri Budiarti, S.Kep, M.Kep

Pembimbing II



Ns. Rifahatul Mahmudah, S.Kep, M.Kep

Disahkan oleh

Dekan

Fakultas Ilmu Kesehatan Dan Teknologi Informasi
Universitas Alifah Padang



Ns. Syalvia Oresti, S.Kep, M.Kep, Ph.D

PERNYATAAN PENGUJI

Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : Rani Sagita
NIM : 2214201154
Program Studi : S1 Keperawatan
Judul : Hubungan Bermain *Game Online* dengan Kesehatan Mental Remaja di SMP Negeri 25 Kota Padang Tahun 2026

Telah berhasil dipertahankan dihadapan dewan Penguji Seminar Hasil pada Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi Informasi Universitas Alifah Padang.

Padang, Agustus 2026

DEWAN PENGUJI

Pembimbing I
Ns. Ira Sri Budiarti, S.Kep, M.Kep (.....)

Pembimbing II
Ns. Rifahatul Mahmudah, S.Kep, M.Kep (.....)

Penguji I
Ns. Diana Arianti, S.Kep, M.Kep (.....)

Penguji II
Ns. Basmanelly, M.Kep, Sp.Kep.J (.....)

Disahkan oleh

Dekan

Fakultas Ilmu Kesehatan Dan Teknologi Informasi
Universitas Alifah Padang



Ns. Syalvia Oresti, S.Kep, M.Kep, Ph.D

UNIVERSITAS ALIFAH PADANG

Skripsi, Juni 2026

Rani Sagita

Hubungan Bermain *Game Online* dengan Kesehatan Mental Remaja di SMP Negeri 25 Kota Padang Tahun 2026

xiii + 65 Halaman + 7 Tabel + 2 Bagan + 13 Lampiran

ABSTRAK

Kesehatan mental remaja merupakan salah satu masalah yang perlu diperhatikan, salah satunya berkaitan dengan kebiasaan bermain *game online*. Penggunaan *game online* di kalangan remaja semakin meningkat dan menjadi bagian dari aktivitas sehari-hari. Intensitas bermain yang berlebihan dapat mempengaruhi kesehatan mental, seperti meningkatkan stres, kecemasan, dan gangguan tidur. Fenomena bermain *game online* juga ditemukan di SMP Negeri 25 Kota Padang, sehingga perlu diperhatikan kaitannya dengan kesehatan mental remaja. Penelitian bertujuan untuk mengetahui Hubungan Bermain *Game Online* dengan Kesehatan Mental Remaja di SMP Negeri 25 Kota Padang.

Metode penelitian yang digunakan adalah *analitik* dengan desain *Cross Sectional*. Penelitian dilakukan di SMP Negeri 25 Kota Padang dengan pengumpulan data pada tanggal 17 Juni - 18 Juni 2026. Populasi berjumlah 525 orang dengan jumlah sampel 84 orang. Adapun teknik pengambilan sampel menggunakan metode *cluster sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner dengan cara angket. Analisa data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji *Chi-Square* dengan $p\text{ value} = 0.000$.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui lebih dari separoh (51.2%) responden dalam kategori kesehatan mental sedang, lebih dari separuh (57.2 %) responden bermain *game online* dengan kategori sedang. Berdasarkan hasil uji statistik, terdapat hubungan yang bermakna antara bermain *game online* dengan kesehatan mental remaja ($p\text{ value} = 0,000$).

Dapat disimpulkan ada hubungan bermain *game online* dengan kesehatan mental remaja di SMP Negeri 25 Kota Padang. Diharapkan SMP dapat mengembangkan program edukasi *gaming* sehat, pemantauan kesehatan mental melalui layanan BK, serta keterlibatan orang tua untuk mencegah dampak negatif bermain *game online* terhadap kesehatan mental remaja.

Daftar Bacaan : 35 (2018 – 2025)

Kata Kunci : Remaja, *Game Online*, Kesehatan Mental

ALIFAH UNIVERSITY PADANG

Script, Juny 2026

Rani Sagita

The Relationship Between Playing Online Gaming and The Mental Health of Adolescents at SMP Negeri 25 Padang City in 2026

xiii + 65 Pages + 7 Tables + 2 Charts + 13 Attachments

ABSTRACT

Adolescent mental health is an issue requiring attention, particularly regarding online gaming habits. Online gaming has become increasingly prevalent among adolescents, becoming an integral part of their daily lives. Excessive gaming intensity can impact mental health, leading to increased stress, anxiety, and sleep disturbances. This phenomenon is also observed at SMP Negeri 25 Padang, highlighting the need to examine its relationship with adolescent mental health. This study aims to determine the relationship between playing online games and the mental health of adolescents at SMP Negeri 25 Padang City.

The research method used was an analytical study with a Cross-Sectional design. The study was conducted at SMP Negeri 25 in Padang, with data collected from June 17 to June 18, 2026. The population consisted of 525 individuals, with a sample size of 84 participants. The sampling technique used was cluster sampling. Data were collected using a questionnaire survey method. Data analysis was conducted using univariate and bivariate analyses using the chi-square test with a p-value of 0.000.

Based on the research findings, it was found that more than half (51.2%) of the respondents were in the moderate mental health category, and more than half (57.2%) of the respondents played online games at a moderate level. Based on the statistical test results, there was a significant relationship between playing online games and adolescents' mental health (p value = 0,000).

It can be concluded that there is a relationship between online gaming and the mental health of adolescents at SMP Negeri 25 in Padang. It is hoped that SMP can develop healthy gaming education programs, monitor mental health through counseling services, and involve parents to prevent the negative effects of online gaming on adolescents' mental health.

Reading List : 35 (2018 - 2025)

Keywords : Adolescents, Online Games, Mental Health