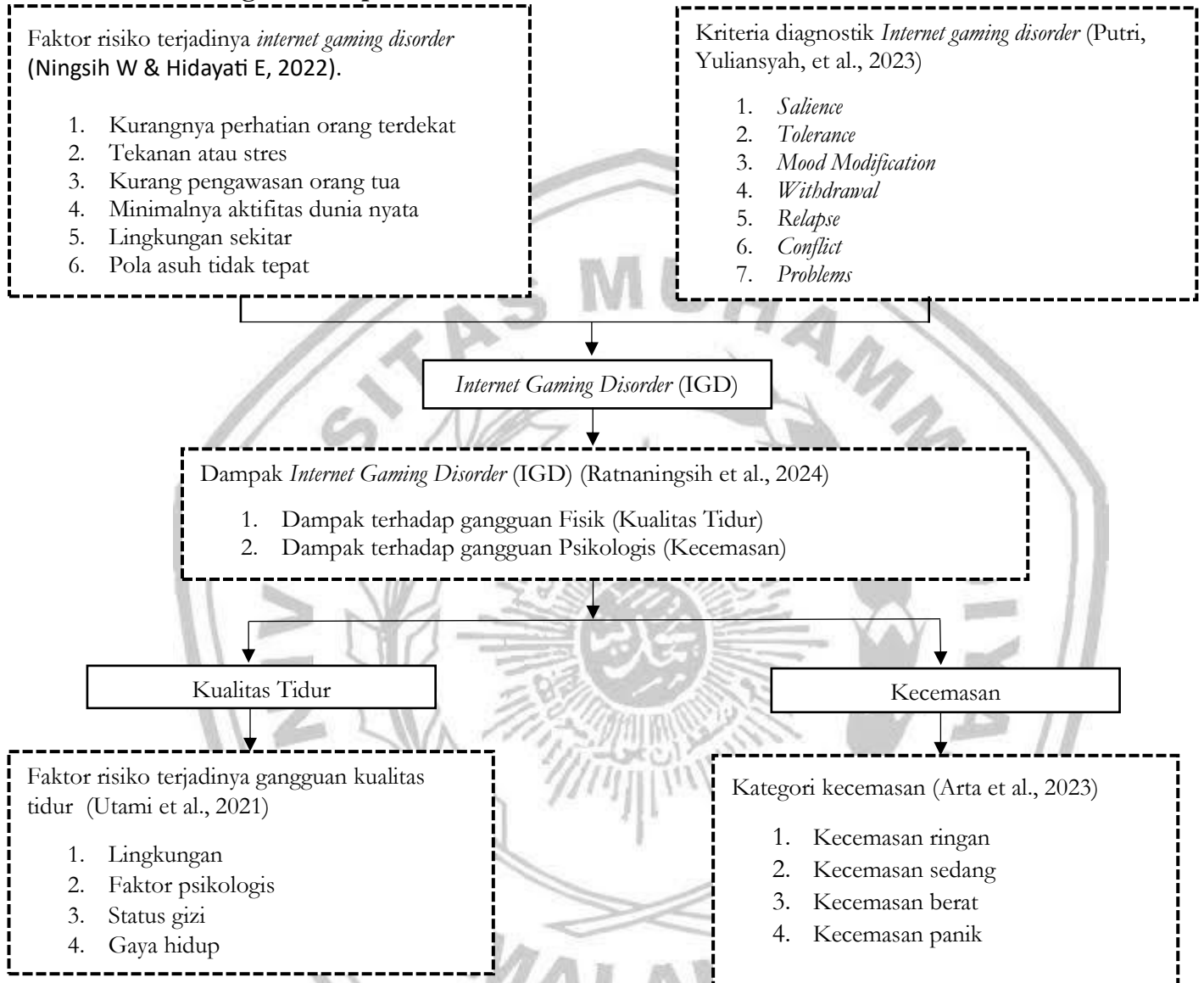


BAB III

KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS

3.1 Kerangka Konsep



Gambar 3. 1 Kerangka konsep

3.2 Deskripsi Kerangka Konsep

Kerangka konseptual ini menggambarkan hubungan antara IGD dengan kualitas tidur dan kecemasan pada mahasiswa. IGD merupakan sebuah kondisi yang dipengaruhi beberapa faktor seperti kurangnya perhatian orang tua, mengalami tekanan atau stres yang berlebihan, kurangnya pengawasan dari orang tua, kurangnya aktivitas diluar, pengaruh lingkungan sekitar, bahkan pola asuh yang kurang tepat dapat mempengaruhi IGD, hal ini di jelaskan pada teori Ningsih W & Hidayati E (2022).

Untuk menegakkan diagnosis IGD, digunakan beberapa kriteria yang meliputi *salience* (dominasi pikiran terhadap game), *tolerance* (kebutuhan bermain lebih lama), *mood modification* (permainan sebagai pelarian emosi), *withdrawal* (gejala putus saat tidak bermain), *relapse* (kembali bermain setelah berhenti), *conflict* (konflik sosial atau pribadi akibat bermain), serta *problems* (masalah signifikan dalam kehidupan akibat *gaming*) sebagaimana dijelaskan oleh Putri, Yuliansyah, et al. (2023).

IGD yang tidak segera ditangani dapat menimbulkan dampak serius baik pada masalah fisik dan masalah psikologis yang disebutkan oleh Ratnaningsih et al. (2024). Salah satu gangguan fisik yang umum didapatkan adalah masalah gangguan tidur, faktor faktor yang dapat memperburuk gangguan tidur yakni lingkungan yang tidak mendukung, faktor psikologis seperti stres, setatus gizi dan gaya hidup tidak sehat yang dijelaskan pada teori Utami et al. (2021). Selain masalah kualitas tidur IGD juga berkorelasi dengan peningkatan masalah psikologis seperti kecemasan. Individu yang mengalami masalah kecemasan menunjukkan berbagai tingkatan mulai dari kecemasan ringan, sedang, berat hingga kecemasan panik (Arta et al., 2023).

3.3 Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban sementara yang perlu dibuktikan kebenarannya melalui proses penelitian. Berdasarkan definisi dari berbagai ahli, hipotesis memiliki beberapa komponen utama, yaitu dugaan awal, hubungan antara variabel, dan proses pengujian untuk memastikan validitasnya (Yam & Taufik, 2021).

Hipotesis dari penelitian ini adalah :

H1_a : Terdapat hubungan yang signifikan antara IGD dengan kualitas tidur pada mahasiswa di Indonesia.

H1_b : Terdapat hubungan yang signifikan antara IGD dengan kecemasan pada mahasiswa di Indonesia.

