

Faktor -faktor yang Memengaruhi *Internet Gaming Disorder* pada Remaja di Era Teknologi Modern: *Literature Review*

Ida Bagus Danandinatha Adhyaksa, Tience Debora Valentina

Fakultas Kedokteran, Program Studi Sarjana Psikologi, Universitas Udayana, Badung, Indonesia

e-mail: danandinatha078@student.unud.ac.id; tiencedebora@unud.ac.id

Abstract

In the era of modern technology, the development of technology has a great impact on its use. Teenagers use the internet to quickly access information, entertainment media, and play online games. Compulsive and unruly behavior of playing online games in such a way will cause addiction to online games or what is often called Internet Gaming Disorder. The purpose of this study is to see what factors can support or influence the occurrence of Internet Gaming Disorder in adolescents. A descriptive literature review was conducted on 10 articles using quantitative research with diverse sampling methods and adolescent respondents. The results of a literature study show that there are factors that affect internet gaming disorder in adolescents, including gaming motives, social anxiety, motivation and social support, loneliness and affiliated needs, sensation seeking, parental parenting, attention problems, stress levels, internet escapism, self-control.

Keywords: *Internet Gaming Disorder; Literature Review; Adolescent.*

Abstrak

Pada era teknologi modern, perkembangan teknologi memberikan dampak yang besar dalam penggunaannya. Masyarakat dapat mengakses segala jenis informasi dan berita dengan cepat dan mudah. Remaja sangat sering terpapar oleh teknologi dan perkembangannya. Remaja menggunakan internet dalam mengakses informasi secara cepat, media hiburan, dan bermain *game online*. Perilaku bermain *game online* yang kompulsif dan tidak dapat diatur dengan sedemikian rupa akan menyebabkan kecanduan pada game online atau yang sering disebut dengan *Internet Gaming Disorder*. *Internet Gaming Disorder* merupakan perilaku bermain game secara persisten yang menyebabkan kerusakan pada kegiatan sehari – hari. Tentunya *Internet Gaming Disorder* perlu dijadikan prioritas dalam pencegahan dan penanganannya oleh remaja. Metode yang digunakan pada artikel ini adalah *literature review*. *Literature Review* ini bertujuan untuk melihat faktor – faktor apa saja yang dapat mendukung atau memengaruhi terjadinya *Internet Gaming Disorder* pada remaja. Kajian literatur secara deskriptif dilakukan pada 10 artikel yang menggunakan penelitian kuantitatif dengan metode sampling yang beragam dan responden remaja. Hasil penelitian literatur menunjukkan terdapat faktor – faktor yang memengaruhi *internet gaming disorder* pada remaja yaitu motif *gaming*, kecemasan sosial, motivasi dan dukungan sosial, kesepian dan kebutuhan berafiliasi, *sensation seeking*, pola asuh orangtua, *attention problem*, tingkat stres, *internet escapism*, kontrol diri. Kesimpulan pada artikel ini adalah dalam pertumbuhannya, remaja harus mengembangkan *self-control* pada diri sendiri sehingga dapat mencegah terjadinya *internet gaming disorder*.

Kata Kunci: *Internet Gaming Disorder; Literature Review; remaja.*

I. Pendahuluan

Kemajuan teknologi merupakan suatu hal yang tidak dapat dihindari karena kemajuan pada teknologi berjalan sesuai dengan kemajuan ilmu pengetahuan (Ngafifi, 2014). Pada era teknologi modern ini, kegiatan – kegiatan dan pekerjaan yang sebelumnya dilakukan secara tidak efisien dapat dilakukan dengan lebih efisien dan mudah. Jenis – jenis pekerjaan yang sebelumnya memerlukan aktivitas fisik yang besar pada era ini dapat digantikan oleh mesin – mesin otomatis (Ngafifi, 2014). Kemajuan teknologi ini sangat dirasakan dan diakui

memberikan banyak kemudahan dan efisiensi pada kehidupan manusia (Dwiningrum, 2012). Meskipun memberikan banyak kemudahan dan efisiensi, kemajuan teknologi juga dapat berdampak negatif jika digunakan dengan tidak baik. Salah satu dampak negatif dari perkembangan teknologi modern adalah perkembangan *game online* yang dapat menyebabkan kecanduan pada penggunaannya.

Perkembangan pesat pada internet di era teknologi modern memengaruhi perkembangan pada dunia permainan di mana permainan dengan model tradisional menjadi luntur (Husein, 2021). Pada masa ini, permainan dapat dimainkan dengan banyak orang sekaligus dari kediaman masing – masing dan terhubung ke internet, permainan tersebut disebut juga dengan *game online*. *Game online* merupakan sebuah permainan yang dapat diakses dan dimainkan oleh banyak orang dengan waktu yang bersamaan dalam jaringan internet (Adams, 2013). Dengan adanya *game online*, individu tidak perlu untuk pergi ke luar rumah hanya untuk bermain, individu dapat bermain melalui *gadget* atau perangkat lainnya dari kediaman masing – masing. Bermain *game online* dapat menggunakan beberapa *platform* seperti konsol *game*, telepon pintar, dan komputer (Kiraly, Nagygyörgy, Griffiths, & Demetrovics, 2014). *Game online* dapat diakses dan dimainkan oleh semua orang dan semua usia. Pada masa ini, *game online* cenderung digunakan sebagai tempat untuk melarikan diri dari kenyataan kehidupan sehingga penggunaan *game online* sangat berlebihan yang kemudian menyebabkan kecanduan *game online* (Hussain & Griffiths, 2009). Menurut Kuss dan Griffiths (2013), *internet gaming disorder* merupakan keterikatan mendalam terhadap video game yang dapat memengaruhi emosi, kognitif, dan perilaku yang menyebabkan kerusakan yang signifikan di kehidupan individu. Kecanduan *game online* lebih rentan terjadi pada remaja dibandingkan dengan orang dewasa (Novrialdy, 2019). Periode ketidakstabilan yang ada pada masa remaja menyebabkan remaja lebih mudah mencoba hal – hal baru (Jordan & Andersen, 2016). Rasa ingin tahu remaja terkait banyak hal mengakibatkan remaja mencoba – coba banyak hal seperti *game online*.

Darwis et al (2020) menyebutkan bahwa remaja sangat menggemari *game online* di mana para remaja biasanya akan menghabiskan waktu untuk bermain game online dan melupakan tugas – tugas penting yang mereka miliki. Kecanduan *game online* merupakan salah satu dampak dari perkembangan teknologi dalam bidang internet. *Game online* merupakan bagian dari internet yang sangat sering dikunjungi dan digemari oleh remaja, yang juga memiliki risiko tinggi untuk menimbulkan kecanduan (Ulfa, 2017). Kecanduan pada game online yang berkelanjutan dapat memicu terjadinya *internet gaming disorder* pada individu.

Internet Gaming Disorder (IGD) merupakan aktivitas memainkan *game internet* yang persisten dan berulang – ulang yang kemudian berdampak kepada gangguan klinis yang signifikan (Prawesti & Sari, 2021). *Internet Gaming Disorder* (IGD) masuk ke dalam bagian ketiga dari *Diagnostic and Statistical Manual Of Mental Disorder* (DSM-5, 2013). *Internet Gaming Disorder* merupakan penggunaan berlebihan dari *video game* yang dapat berdampak pada kehilangan kendali atas permainan dan berbagai masalah psikososial yang negatif dan konsekuensi fisik (King & Delfabbro, 2020). Berdasarkan *Diagnostic and Statistical Manual Of Mental Disorder* (DSM-5), *Internet Gaming Disorder* memiliki kriteria di mana gangguan terjadi selama 12 bulan dengan lima atau lebih gangguan yang masuk ke dalam kriteria DSM-5. Prevalensi tertinggi dari *Internet Gaming Disorder* menurut DSM-5 (2013) terdapat pada negara – negara Asia pada remaja laki – laki dengan usia 12 – 20 tahun. Prevalensi *Internet Gaming Disorder* di Asia yang menggunakan lima kriteria tersebut adalah 8,4% laki – laki dan 4,5% perempuan. Sebagian besar kasus *Internet Gaming Disorder* terjadi pada rentangan umur yang termasuk kepada rentangan umur remaja. Remaja merupakan individu dengan rentangan usia 12 – 18 tahun (Hurlock, 2010). Pada era milenial ini, remaja sangat sering dipaparkan dengan teknologi yang memudahkan mereka untuk mencari dan memperoleh berbagai informasi (Novrialdy et al, 2019). Penelitian yang dilakukan oleh Prawesti & Sari (2021) menunjukkan bahwa sebesar 20,62% mahasiswa di Indonesia mengalami *Internet Gaming Disorder*, di mana sebagian besar terjadi pada laki – laki (7,5%). Hal ini juga sejalan dengan prevalensi pada DSM V yang menyatakan bahwa prevalensi laki – laki mengalami *Internet Gaming Disorder* lebih besar daripada perempuan.

Menurut King & Delfabbro (2018) *internet gaming disorder* memengaruhi minat remaja yang menjadi sangat rendah terhadap hal lainnya yang tidak berkaitan dengan *game online*. Remaja dengan *internet gaming disorder* mengalami gangguan pada aspek psikologis seperti emosional, mudah mengucapkan kata – kata kotor, dan mudah marah (Petrides & Furnham, 2000). Remaja dengan *internet gaming disorder* juga memengaruhi aspek akademik remaja di mana performa akademik remaja menurun (Lee, Yu, & Lin, 2007). *Internet Gaming Disorder* berdampak sangat buruk bagi kesehatan. Penelitian yang dilakukan oleh William et al (2020) menghasilkan terdapat hubungan antara kualitas tidur mahasiswa dengan *Internet Gaming Disorder*. Dalam kehidupan pada era modern ini, *Internet Gaming Disorder* seringkali dipandang sebelah mata dan merupakan suatu ancaman yang tidak disadari oleh masyarakat terutama pada kalangan remaja dan anak – anak. Kuss et al (2012) menyebutkan bahwa berbagai macam sintom psikofisiologis dan psikiatri dengan macam – macam dampak negatif berhubungan dengan *internet gaming disorder*. Kemunduran suatu hubungan, sikap agresif

dan bermusuhan, kurang perhatian, stres, disfungsi koping, tidak bahagia, dan prestasi akademik rendah berhubungan dengan obsesi terhadap permainan atau *game online* (Anggarani, 2015).

Berdasarkan data dari prevalensi *Internet Gaming Disorder* pada remaja yang sudah dipaparkan di atas, pencegahan *Internet Gaming Disorder* merupakan hal yang perlu diprioritaskan. Perkembangan teknologi akan terus menerus terjadi dan pengetahuan mengenai dampak negatif dari perkembangan tersebut harus diketahui, salah satunya adalah pencegahan *Internet Gaming Disorder*. Pembuatan *Literature Review* ini bertujuan untuk mengetahui faktor – faktor apa saja yang dapat menyebabkan terjadinya *Internet Gaming Disorder* pada remaja. Pengetahuan terkait faktor – faktor penyebab dapat dijadikan sebagai usaha preventif untuk mencegah terjadinya *Internet Gaming Disorder* pada remaja.

II. Metode

Artikel ini menyajikan hasil studi literatur terkait faktor – faktor yang memengaruhi *internet gaming disorder* pada remaja di era teknologi modern. Metode yang digunakan dalam pembuatan artikel ini adalah *literature review* dengan melibatkan jurnal internasional dan nasional. Pencarian literatur dilakukan melalui *Google Scholar* dengan kata kunci “Adiksi *Internet Gaming*” “Faktor – Faktor *Internet Gaming Disorder*” “*Internet Gaming Disorder*” dengan rentang waktu 5 tahun terakhir (2017 – 2022). Setelah dilakukan pencarian, didapatkan sebanyak 28 jurnal yang membahas topik yang ingin diteliti. Pemilihan artikel hasil penelitian dalam *literature review* ini sudah melalui tahap inklusi diantaranya (1) memaparkan faktor – faktor *internet gaming disorder*, (2) subjek penelitian adalah remaja, (3) penelitian dilakukan pada rentang tahun 2017 – 2022 (4) variabel penelitian memiliki korelasi dengan *internet gaming disorder*. Kriteria eksklusi yaitu literatur yang tidak menggunakan remaja sebagai subjek penelitian dan variabel tidak memiliki korelasi dengan *internet gaming disorder*. Artikel yang dipilih menggunakan bahasa Inggris dan bahasa Indonesia, semua artikel dapat diunduh. Dengan demikian diperoleh 10 artikel penelitian berdasarkan kriteria inklusi yang telah ditetapkan. Artikel – artikel tersebut tertera pada tabel I.

Tabel I. Hasil Literature Review Faktor – Faktor yang Memengaruhi *Internet Gaming Disorder* pada Remaja di Era Teknologi Modern

Nama Peneliti dan Tahun Terbit Artikel	Tujuan Penelitian	Subjek Penelitian	Hasil Penelitian
Setiadie, I. R., & Diantina, F. P. (2020)	Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh motif gaming	Metode yang digunakan adalah kuantitatif terhadap 131 kausalitas	Motif gaming memiliki pengaruh signifikan terhadap perilaku adiksi game online pada

	terhadap perilaku adiksi game online pada remaja.	remaja usia 15-18 tahun di Kota Bandung yang mengalami adiksi game online yang dipilih melalui teknik <i>purposive sampling</i> .	remaja Kota Bandung. Kategori motif gaming yang berpengaruh memperkuat perilaku adiksi game online yaitu motif <i>social, escape, competition, coping</i> dan <i>fantasy</i> .
Putri, A. D., & Halimah, L. (2022)	Tujuan penelitian ini adalah untuk memperoleh data empiris terkait seberapa besar pengaruh kecemasan sosial terhadap <i>Internet Gaming Disorder</i> (IGD) pada remaja	Teknik pengumpulan data dilakukan dengan penyebaran kuisioner pada subjek dengan menggunakan teknik <i>purposive sampling</i> dan memperoleh sebanyak 112 data.	Terdapat pengaruh kecemasan sosial terhadap <i>Internet Gaming Disorder</i> (IGD) pada remaja.
Rahayuningrum, D. C., Putit, Z., & Erwina, I. (2019).	Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan motivasi dan dukungan sosial dengan adiksi <i>game online</i> pada remaja.	Sampel pada penelitian ini adalah siswa kelas 7 dan 8 SMP N 13 Padang yang bermain game online yang berjumlah 150 orang.	Sebanyak 64,7% remaja yang mengalami adiksi game online, motivasi bermain game online tinggi pada remaja 66,7%, dan dukungan sosial teman sebaya yang tinggi 76,7%. Terdapat hubungan antara motivasi dengan adiksi game online dengan $p\text{ value}=0,000$ ($p<0,05$), serta tidak ada hubungan dukungan sosial dengan adiksi game online dengan $p\text{ value}=0,450$ ($p<0,05$).
Lebho, M. A., Lerik, M. D. C., Wijaya, R. P. C., & Littik, S. K. A. (2020).	Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kesepian dan kebutuhan berafiliasi dengan perilaku kecanduan <i>game online</i> pada remaja.	Total subyek dalam penelitian ini adalah 465 remaja berusia 13 – 22 tahun yang pernah atau sedang bermain game online di seluruh Indonesia.	Orang yang memiliki kebutuhan berafiliasi tinggi berpeluang 12,156 mengalami perilaku kecanduan <i>game online</i> dibandingkan dengan orang yang memiliki kebutuhan berafiliasi yang rendah.
Ramdhani, R. A., & Rinaldi. (2020).	Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara <i>sensation seeking</i> dengan kecanduan <i>game online</i> pada game pubg pada mahasiswa di Padang.	Populasi dalam penelitian adalah 100 mahasiswa yang bermain game pubg di Padang	Terdapat hubungan positif yang signifikan antara <i>sensation seeking</i> dengan kecanduan <i>game online</i> terhadap game pubg pada mahasiswa di Padang dengan total kontribusi <i>sensation seeking</i> terhadap kecanduan <i>game online</i> adalah 40,7% dan sisanya 59,3% ditentukan oleh faktor lain.
Tiwa, J. R., Palandeng, O & Bawotong, J. (2019).	Tujuan penelitian ini adalah mengetahui hubungan pola asuh orang tua dengan kecanduan <i>game online</i> pada anak usia remaja di SMA Kristen Zaitun Manado.	Responden terdiri dari 60 remaja dengan teknik pengambilan total sampel.	Terdapat hubungan antara pola asuh orang tua demokratis dan tidak demokratis dengan kecanduan <i>game online</i> .
Peeters, M., Koning, I., & van den Eijnden, R. (2018).	Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui sintom – sintom <i>Internet Gaming Disorder</i> pada remaja	Penelitian melibatkan 354 remaja dengan rata – rata umur 13,9.	Remaja dengan masalah pada atensi dapat mengalami kesulitan dalam memfokuskan atensi mereka kepada pekerjaan lain, maka dari itu dapat memperbesar risiko terjadinya kecanduan <i>game online</i> .

Estiayuningtias, Liza, R. G. Sahputra, R. E. (2021).	Penelitian ini bertujuan Untuk mengetahui hubungan stres dengan kecanduan <i>game online</i> .	Penelitian ini dilakukan di salah satu SMP Kota Padang pada bulan Oktober hingga November 2019 dengan subyek penelitian siswa kelas IX berjumlah enam puluh enam orang	Terdapat hubungan stres dengan tingkat kecanduan <i>game online</i> pada siswa SMPN 5 Padang.
Sukindro, S. Y., & Kaloeti, D. V. S. (2022).	Tujuan dari penelitian ini adalah mengkaji hubungan antara internet escapism dengan kecenderungan kecanduan internet serta menguji apakah resiliensi online dapat berperan sebagai moderator.	Penelitian ini melibatkan 219 remaja dari SMA N 4 Kota Bekasi kelas X, XI, dan XII sebagai partisipan penelitian.	<i>Internet escapism</i> memiliki hubungan positif dengan kecenderungan kecanduan internet ($r_{xy} = 0,525$) dan dapat menjadi prediktor yang signifikan, $b = 1,240$, $t(217) = 9,077$, $p < 0,05$; $F(1, 217) = 82,391$, $p < 0,05$.
Fitriani, D. D. Pandini, J. K. R. Chasani, S. (2021).	Tujuan penelitian ini untuk mengidentifikasi korelasi kontrol diri dengan kecanduan <i>online game</i> pada remaja.	83 remaja di RW 019 Kecamatan Pamulang Kota Tangerang Selatan, Banten.	Terdapat korelasi antara kontrol diri dengan kecanduan <i>online game</i> pada remaja.

III. Hasil dan Pembahasan

Pada era teknologi modern ini, remaja sangat berisiko untuk mengalami *internet gaming disorder* atau kecanduan *game online*. Pada tahun 2010 dilakukan survei oleh the EU Kids Online Survey yang melibatkan 25.142 anak – anak dan remaja dengan rentang usia 9 – 16 tahun, berdasarkan survei tersebut ditemukan bahwa subjek menggunakan internet paling sedikit seminggu sekali dan sebesar 60% menggunakan internet setiap hari (Livingstone, dkk 2011). Penggunaan dan paparan internet setiap hari dapat menyebabkan risiko terjadinya kecanduan. Berdasarkan data dari Kementerian Komunikasi dan Informatika (Kemkominfo) ditemukan bahwa 79,5% anak dan remaja merupakan pengguna internet. Berdasarkan kedua data tersebut, dapat disimpulkan bahwa remaja sangat sering terpapar internet sehingga dapat meningkatkan kemungkinan terjadinya *internet gaming disorder* pada remaja. Hasil telaah literatur terhadap 10 artikel yang tertera pada tabel 1. Terdapat 10 artikel penelitian (Setiadie & Diantina 2020; Putri, & Halimah 2022; Rahayuningrum, Putit, & Erwina. 2019; Lebho, Lerik, Wijaya, & Littik. 2020; Ramdhani, & Rinaldi. 2020; Tiwa, Palandeng, & Bawotong. 2019; Peeters, Koning, & van den Eijnden, 2018; Estiayuningtias, Liza, Sahputra. 2021; Sukindro, & Kaloeti. 2022; Fitriani, Pandini, Chasani, 2021). Artikel literatur yang ditelaah pada *literature review* ini seluruhnya menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan teknik pengambilan sampel yang beragam.

Berdasarkan telaah literatur yang telah dilakukan, faktor – faktor yang memengaruhi *internet gaming disorder* pada remaja di era teknologi modern adalah sebagai berikut:

1) Motif Gaming

Bartle (1996) menyatakan bahwa motif gamers dalam bermain game online dinyatakan dengan gaya – gaya bermain yang berbeda – beda. Menurut Yee (2006), motif bermain *game online* merupakan dorongan yang muncul dari diri seseorang dalam bermain *game online*. Motif gaming dapat disebut sebagai dasar pemain *game online* menjadi kecanduan game online (Demetrovics et al, 2011). Menurut Demetrovics et al (2011) aspek – aspek dalam motif gaming tersebut meliputi *social* yaitu motif yang membangun gamers untuk membangun relasi dengan pemain lainnya, *escape* yaitu motif yang mendorong pemain untuk melarikan diri dari dunia nyata, *competition* yaitu motif yang mendorong pemain untuk mengalahkan pemain lain untuk mendapatkan skor yang lebih tinggi dibandingkan pemain lain, *coping* yaitu motif yang mendorong pemain untuk mencari cara untuk lari dari masalah yang sedang dihadapinya, *skill development* yaitu motif yang mendorong pemain untuk meningkatkan konsentrasi, kemampuan, dan koordinasi gerakan dalam bermain game, dan *fantasy* yaitu motif yang mendorong pemain untuk mencoba hal baru yang dapat dilakukan di dunia virtual dan tidak dapat dilakukan di dunia nyata. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Setiadi, I. R., & Diantina, F. P (2020) dengan metode kuantitatif menunjukkan adanya korelasi antara motif gaming dengan kecanduan *game online*. Aspek yang paling dominan adalah aspek *skill development* dengan skor regresi 0.691, diikuti dengan aspek *coping* dengan skor regresi 0.381, *competition* dengan skor regresi 0.368, dan *social* dengan skor regresi 0.343. Hasil penelitian tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Pranitika et al (2014) yang meneliti tentang hubungan *emotional-focused coping* terhadap kecanduan *game online* di mana *coping* merupakan salah satu aspek dari motif gaming yang merupakan variabel dari penelitian Setiadi & Diantina (2020). Berdasarkan penelitian tersebut, ditemukan hubungan yang negatif antara *emotion focused coping* dengan kecanduan *game online*. Dengan kata lain, individu yang memiliki *coping* stres yang baik akan membuat individu tidak terlarut dari masalah yang dimiliki, sebaliknya jika individu memiliki *coping* stres yang buruk maka akan memicu terjadinya kecanduan *game online*.

2) Kecemasan Sosial

American Psychological Association (2022) mendefinisikan kecemasan sosial sebagai sinyal kuat mengenai situasi sosial di mana individu merasakan ketakutan saat melakukan hal yang memalukan dan dilihat oleh orang lain. Berdasarkan penelitian dari Putri & Halimah (2022) yang menggunakan metode kuantitatif, ditemukan adanya pengaruh kecemasan sosial terhadap *Internet Gaming Disorder* (IGD). Pada masa remaja, pertemanan merupakan hal yang

sangat penting bagi mereka. Saat remaja memiliki kecemasan sosial yang tinggi akan menghindari dari situasi – situasi sosial yang menyebabkan mereka untuk memenuhi kebutuhan dalam membangun suatu hubungan (Sarwono, 2008). Hal tersebut akan menyebabkan remaja mencari cara untuk membangun sebuah hubungan. Dengan mudahnya akses internet dan game online pada masa teknologi modern ini, remaja dapat menggunakannya untuk memenuhi kebutuhan sosialnya.

3) Motivasi dan Dukungan Sosial

Menurut Yee (2007) salah satu faktor yang memengaruhi terjadinya adiksi *game online* adalah motivasi. Faktor motivasi diartikan sebagai kondisi yang sebenarnya atau di dunia nyata yang menekan sehingga dapat memperbesar kemungkinan terjadinya perilaku bermain game. Faktor presipitasi di mana seseorang yang bermain game akan lebih termotivasi dalam bermain merupakan salah satu pengertian motivasi *game online*. Yee (2006) menyatakan bahwa motivasi gamer dalam bermain *game* adalah komponen sosial, komponen pencapaian, dan komponen immersion. Penelitian dari Rahayuningrum et all (2019) dengan metode kuantitatif menyatakan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara motivasi bermain game online dengan adiksi *game online* pada remaja. Hasil penelitian tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yee (2006) yang mengungkapkan bahwa dengan adanya nilai motivasi yang tinggi pada gamer maka gamer akan memiliki ketertarikan dalam menjalin pertemanan dengan pemain lain. Menolong pemain lain, dan merasa senang jika menjadi bagian dari suatu kelompok. Sedangkan pada variabel dukungan sosial, tidak terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan adiksi *game online* pada remaja (p value= 0,451), ($p > 0,05$).

4) Kesepian dan Kebutuhan Berafiliasi

Hubungan interpersonal dengan orang lain sangat dibutuhkan dalam memenuhi kebutuhan berafiliasi remaja, maka dari itu *game online* merupakan sarana yang dijadikan para remaja dalam memenuhi kebutuhan tersebut. Pernyataan tersebut sejalan dengan Yee (2006) yang menyatakan bahwa *game online* merupakan sarana bagi para remaja untuk memenuhi kebutuhan berafiliasi. Penelitian yang dilakukan oleh Lebho et all (2020) terkait hubungan kesepian dan kebutuhan berafiliasi dengan kecanduan *game online* pada remaja. Sebelumnya, peneliti melakukan wawancara kepada 10 orang remaja di Kota Kupang yang merupakan individu yang kecanduan bermain game dengan rata – rata bermain game 4 – 8 jam/hari. Dari wawancara tersebut ditemukan alasan remaja – remaja tersebut bermain game online adalah untuk mengisi waktu yang kosong, merasa kesepian, melampiaskan stres, menemukan teman

baru, dan menciptakan hubungan yang baik dengan orang lain. Berdasarkan wawancara tersebut dapat diketahui bahwa remaja – remaja tersebut bermain *game online* untuk memenuhi kebutuhan berafiliasi dan kesepian. Hasil yang ditemukan adalah terdapat hubungan antara kesepian dengan kecanduan *game online* pada remaja. Hasil pada variabel kebutuhan berafiliasi individu dengan kebutuhan berafiliasi yang tinggi lebih berpeluang mengalami kecanduan *game online* dibandingkan individu dengan kebutuhan berafiliasi rendah. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Suki & Suki (2017) yang menemukan bahwa afiliasi sosial merupakan elemen yang paling berpengaruh di mana siswa mengakui bahwa dengan adanya permainan kooperatif atau multiplayer dapat membangun hubungan kasual dan bermakna pada komunitas *game*. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Wan & Chiou (2006) yang menjelaskan bahwa perilaku bermain game oleh individu disebabkan karena adanya kebutuhan psikologi yaitu kebutuhan untuk berhubungan dengan orang lain.

5) *Sensation Seeking*

Meehroof dan Griffiths (2010) menyatakan bahwa trait – trait kepribadian dari seseorang dapat berperan dalam kecanduan. *Trait – trait* tersebut menyebabkan seseorang mengalami kecanduan. Salah satu trait yang dimaksud adalah *sensation seeking*. Berdasarkan penelitian dari Meehroof dan Griffiths (2010) menyatakan bahwa *trait sensation seeking* menunjukkan hubungan yang signifikan dengan kecanduan *game online*. Penelitian yang dilakukan oleh Ramdhani & Rinaldi (2020) dengan metode kuantitatif memaparkan hubungan positif yang signifikan antara *sensation seeking* dengan kecanduan *game online* pada mahasiswa pemain permainan online PUBG di Kota Padang. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hu, Zhen, Yu, Zhang dan Zhang (2017) yang menghasilkan adanya asosiasi efektif positif antara *sensation seeking* dengan *game online*.

6) Pola Asuh Orangtua

Orangtua merupakan keluarga yang terdiri dari ayah dan ibu yang merupakan hasil dari perkawinan yang sah dan membentuk suatu keluarga. Tanggung jawab dari orangtua yaitu mengasuh, membimbing, dan mendidik anak – anaknya (Ruli, 2020). Komunikasi antara anak dan orangtua menjadi sangat penting untuk menjalankan tanggung jawab dari orangtua tersebut. Adanya interaksi dan komunikasi yang baik antara orangtua dan anak dapat mendukung tanggung jawab yang dimiliki oleh orang tua. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Fitriani, et al (2022), mengungkap terkait interaksi orang tua dan hubungannya dengan *internet gaming disorder* pada remaja. Menurut Smart (2010) faktor – faktor yang dapat memicu terjadinya kecanduan game online adalah kurangnya perhatian dari orang – orang

terdekat, stres, kurang kontrol orangtua, dan pola asuh orangtua yang salah. Penelitian yang dilakukan oleh Tiwa, Palandeng, & Bawotong mencari hubungan pola asuh orang tua dengan kecanduan game online pada remaja. Penelitian tersebut menggunakan pola asuh orangtua yang memiliki pola asuh demokratis. Hurlock (2004) menyatakan bahwa pola asuh demokratis merupakan pola asuh yang menekankan aspek edukatif atau pendidikan dalam membimbing anak sehingga anak – anak sering diberikan penjelasan, pengertian, dan penalaran untuk membantu anak mengerti terhadap suatu perilaku. Pola asuh demokratis memberikan anak kebebasan untuk menyampaikan pendapat dengan tidak melewati batasan yang telah ditetapkan orangtua. Berdasarkan penelitian Fitriani et al (2022), data menunjukkan orangtua dengan pola asuh demokratis adalah sebesar 51,7% dan orangtua dengan pola asuh yang tidak demokratis sebesar 48,3%. Hasil penelitian ini menemukan bahwa terdapat hubungan antara pola asuh orangtua dengan kecanduan *game online* remaja. Orangtua dengan pola asuh demokratis ditemukan dapat lebih mengontrol remaja dengan kecanduan *game online* dibandingkan dengan pola asuh orangtua yang tidak demokratis. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Santoso (2013) yang menemukan adanya hubungan pola asuh orang tua dengan *game online*. Berdasarkan penelitian tersebut, ditemukan bahwa pola asuh orang tua yang permisif di mana menurut Hurlock (2000), pola asuh permisif yaitu orangtua memberikan kebebasan kepada anak – anak untuk menentukan keputusan sendiri dan bersikap acuh tak acuh pada anak.

7) Attention Problem

Corbetta & Schulman (2002) menyatakan bahwa remaja dengan atensi dan kontrol kognitif yang defisit mengalami kesulitan dalam mengatur perilaku mereka secara long-term dan biasanya langsung mencari kepuasan yang segera. Remaja yang memiliki masalah atensi saat bermain game akan lebih terfokus pada game tersebut dan mengalami kesulitan dalam mengarahkan atensi mereka kepada pekerjaan lainnya (Gentile et al., 2012). Suatu penelitian yang dilakukan oleh Peeters et al (2018) membahas terkait simtom – simtom *Internet Gaming Disorder* pada remaja, salah satu simtom tersebut merupakan masalah atensi pada remaja. Berdasarkan penelitian tersebut, ditemukan bahwa remaja dengan masalah atensi memiliki kemungkinan lebih besar untuk mengalami IGD. Penelitian tersebut juga menemukan bahwa masalah atensi dan kerentanan sosial memiliki hubungan yang signifikan berkaitan dengan IGD, yang berarti individu dengan masalah atensi yang memiliki kerentanan sosial lebih berpotensi mengalami simtom – simtom IGD. Remaja dengan masalah pada atensi memiliki masalah dalam memusatkan perhatiannya pada suatu tugas ataupun tujuan (Gentile et al, 2012).

Kerentanan sosial yang dimaksud adalah di mana individu mengalami permasalahan dengan relasi sosial, membentuk pertemanan, dan mempertahankan pertemanan. Menurut Peeters et al (2018), masalah kerentanan sosial pada remaja dapat menyebabkan efek negatif pada masalah atensi dan pengembangan IGD pada remaja. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Swing et al (2010) yang menemukan relasi antara penggunaan *video game* dengan masalah atensi pada remaja.

8) Tingkat Stres

Penelitian yang dilakukan oleh Snodgrass dkk (2014) di Amerika menyatakan bahwa stres merupakan salah satu faktor munculnya kecanduan *game online*. Remaja menggunakan game online sebagai penghilang stres yang kemudian akan berisiko untuk mengalami kecanduan game online. Penelitian yang dilakukan oleh Estiyuningtias et all (2021) meneliti mengenai hubungan stres dengan tingkat kecanduan game online pada siswa SMPN 5 Padang. Hasil dari penelitian ini sejalan dengan pernyataan King (2009) yang menyatakan bermain *game online* dapat membantu individu untuk melarikan dirinya dari kondisi stres yang dapat muncul di kehidupan sehari – hari.

9) Internet Escapism

Warmelink et al (2009) mendefinisikan *internet escapism* sebagai perilaku individu untuk melarikan diri ke internet yang bertujuan untuk meredakan stres, memecah kepenatan dari aktivitas sehari – hari, dan sarana mencari kepuasan. Pada era teknologi modern, remaja dapat mengakses internet dengan mudah dan cepat. Dengan adanya teknologi tersebut, remaja memanfaatkannya sebagai media hiburan dan melepas penat. Suatu penelitian yang dilakukan oleh Sukindro & Kaloeti (2022) mengemukakan hubungan antara *internet escapism* dan kecenderungan internet pada remaja. Berdasarkan penelitian tersebut, ditemukan bahwa nilai kecanduan internet bertambah 1,240 poin tiap peningkatan satu poin pada *internet escapism*. Dengan pertanyaan tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bersifat positif antara *internet escapism* dan kecenderungan kecanduan internet. Penelitian tersebut sejalan dengan pernyataan dari Tzavela dkk (2017) yang menyatakan bahwa remaja menggunakan internet untuk menghilangkan emosi negatif, kebosanan, dan sarana hiburan.

10) Kontrol Diri

Menurut Tangney et all (2004), definisi dari kontrol diri adalah kemampuan individu dalam berperilaku dan menentukan perilakunya berdasarkan nilai – nilai atau standar yang sudah ada seperti moral dan aturan di masyarakat sehingga perilaku tersebut mengarah kepada perilaku yang positif. Ghufroon & Risnawati (2014) menyatakan bahwa individu dengan kontrol

diri tinggi mampu untuk mengatur perilakunya ke arah yang bermanfaat, mampu mengambil tindakan yang tepat, dan menilai keadaan lingkungan dengan baik. Penelitian yang dilakukan oleh Fitriani dkk (2021) meneliti terkait korelasi kontrol diri dengan kecanduan online game pada remaja. Berdasarkan penelitian tersebut, responden dengan kontrol diri rendah mengalami tingkat kecanduan berat terhadap *game online*. Sekarningrum dan Nurgrahanta (2020) menyatakan pentingnya kontrol diri pada individu untuk mengendalikan perilakunya. Dengan kontrol diri yang buruk, remaja tidak dapat mengatur waktu maupun intensitas dalam bermain *game online* yang kemudian menyebabkan kecanduan. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Rudianto et al (2020) yang menyatakan adanya hubungan antara kontrol diri dan kecanduan *game online*. Dengan adanya kontrol diri yang baik dari individu, individu dapat membatasi dirinya dan bisa untuk menolak ajakan atau pikiran adiksinya untuk bermain *game online* terus menerus.

Kecanduan game online lebih rentan terjadi pada remaja dibandingkan dengan orang dewasa (Novrialdy, 2019). Ketidakstabilan yang ada pada periode masa remaja menyebabkan remaja lebih mudah mencoba hal – hal baru (Jordan & Andersen, 2016). Berdasarkan pembahasan dari artikel – artikel yang telah ditelaah dalam *literature review* ini, faktor – faktor yang menyebabkan *internet gaming disorder* atau *gaming addiction* yaitu motif gaming, kecemasan sosial, motivasi dan dukungan sosial, kesepian dan kebutuhan berafiliasi, *sensation seeking*, pola asuh orangtua, *attention problem*, tingkat stres, *internet escapism*, kontrol diri. Seluruh variabel tersebut memiliki korelasi dan hubungan terhadap *internet gaming disorder* pada remaja.

3.1 Faktor Protektif Internet Gaming Disorder pada Remaja

Berdasarkan beberapa faktor yang telah dipaparkan sebelumnya, dapat diketahui juga ada beberapa factor yang dapat mencegah remaja untuk mengalami *internet gaming disorder*. Penelitian yang dilakukan oleh Tobing et al (2022) memberikan hasil di mana terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan orangtua tentang *internet gaming disorder* terhadap peran orangtua dalam mencegah *internet gaming disorder* pada anak mereka. Penelitian tersebut menunjukkan besarnya peran orangtua pada anak – anaknya dalam mencegah *internet gaming disorder*. Orang tua berperan penting dalam mengatasi kecanduan game online pada anak mereka karena anak akan lebih mudah memahami apa yang orangtua ingin terapkan kepada mereka (Ganetya, 2016). Maka dari itu, pengetahuan orang tua mengenai game online dan faktor risikonya merupakan hal yang sangat penting. Penerapan pola asuh yang tepat juga merupakan hal yang penting untuk mencegah kecanduan pada anak. Suatu penelitian yang

dilakukan oleh Tiwa et al (2019), menghasilkan pola asuh demokratis merupakan pola asuh yang paling efektif untuk diterapkan pada kecanduan *game online* pada anak.

Kedua, mengembangkan *self-control* pada diri remaja dapat mencegah terjadinya *internet gaming disorder* (Putri et al, 2021). Dengan memiliki *self-control* yang tinggi, individu dapat mengontrol perilaku mereka sehingga tidak terpengaruh dengan impuls fisiologis atau tekanan eksternal lainnya (Necka, 2015). Pernyataan tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Harkina et al (2019) yang memberikan pelatihan strategi pengelolaan diri yang meningkatkan *self-control* individu. Penelitian tersebut mendapatkan hasil bahwa strategi tersebut dapat meningkatkan *self-control* individu dalam mencegah adiksi *game online*. Penelitian yang dilakukan oleh Xu et al (2012) menghasilkan beberapa cara yang memiliki pengaruh yang signifikan dalam pencegahan internet gaming disorder yaitu *attention switching* dan *resource restriction*. *Attention switching* merupakan suatu kegiatan yang sengaja dilakukan untuk mengalihkan keinginan individu dalam bermain game online (Xu et al, 2012). Kegiatan tersebut dapat berupa berolahraga atau melakukan kegemaran lainnya selain bermain *game online*. *Resource restriction* adalah upaya pembatasan peralatan atau sumber daya lainnya dalam bermain *game online*. Pembatasan tersebut dapat berupa membatasi penggunaan media elektronik pada individu yang pada era teknologi modern ini sangat mudah diakses individu untuk bermain *game online*. Gentile et al (2017) dalam penelitiannya menghasilkan bahwa remaja yang memiliki media elektronik di ruangan kamar tidurnya akan cenderung menggunakannya untuk bermain game online dibandingkan membaca buku. Hal tersebut sejalan dengan penelitian dari King & Delfabbro (2014) yang menyatakan bahwa salah satu hal yang menyebabkan terjadinya *internet gaming disorder* adalah karena mudahnya mengakses *game online* yang dapat dilakukan kapanpun dan di manapun dengan media elektronik.

Ketiga, pengelolaan stres pada remaja yang merupakan salah satu faktor yang memengaruhi *Internet Gaming Disorder*. Berdasarkan penelitian Ulfa (2017), menemukan bahwa sebesar 62% individu bermain *game online* untuk meredakan stres. Tentunya hal tersebut adalah hal yang baik di mana salah satu fungsi *game online* adalah untuk menghilangkan stres, tetapi akan berdampak negatif jika durasi ketika bermain *game online* terlalu lama sehingga dapat menyebabkan kecanduan. Pengelolaan stres dapat dilakukan dengan menggunakan pengelolaan stres yang positif. Pengelolaan stres dapat dilakukan dengan cara menerapkan prinsip gaya hidup sehat dengan cara berolahraga secara teratur, mengonsumsi makanan yang benar, dan bersantai (Molloy, 2010). Menurut Brannon et al (2013), pengelolaan stres dapat dilakukan dengan latihan relaksasi seperti latihan pernafasan

dan relaksasi otot untuk menghilangkan ketegangan pada otot. Latihan relaksasi dalam pengelolaan stres terbukti efektif dalam manajemen stres mahasiswa (Iglesias et al, 2005).

Keempat, adalah kurangnya aktivitas sosial antar remaja yang dapat menyebabkan remaja kesepian dan beralih ke *game online*. Yee (2006) menyatakan bahwa *game online* merupakan sarana bagi para remaja untuk memenuhi kebutuhan berafiliasi dengan sesamanya. Remaja membutuhkan dukungan sosial dan hubungan pertemanan untuk membentuk dirinya yang sejalan dengan fase pencarian identitas diri pada remaja (Santrock, 2007). Salah satu cara dalam pembentukan identitas diri adalah dengan interaksi sosial dengan teman sebaya. Dengan interaksi sosial yang buruk, fase yang ada pada remaja tersebut tidak akan bisa berjalan. Remaja dengan kemampuan interaksi sosial yang baik dapat mengatasi berbagai masalah seperti kesulitan dalam menjalani hubungan, pergaulan, kesulitan dalam berhubungan dengan teman baru, dan komunikasi yang efektif (Pasaribu, 2016). Berdasarkan penelitian dari Utami & Nurhayati (2019) terdapat beberapa cara untuk meningkatkan interaksi sosial pada remaja yaitu dengan bimbingan kelompok seperti penanaman nilai atau sikap tertentu dan cara menyelesaikan masalah. Surya (2013) menyatakan cara – cara meningkatkan interaksi sosial pada remaja yaitu memahami kecemasan remaja, membantu remaja untuk mengenal diri, mengajak remaja giat belajar dan berinteraksi, mengajarkan remaja mahir bertanya dan bersikap terbuka, membantu remaja melakukan pendekatan pada teman sebaya, tumbuhkan sikap agresif dan adaptif pada remaja, menumbuhkan sikap empati, biasakan remaja untuk beraktivitas dengan teman – temannya, buat remaja membangun relasi dengan teman – temannya, dan tumbuhkan sikap toleransi remaja dengan temannya.

IV. Simpulan

Internet gaming disorder merupakan suatu gangguan yang paling banyak menyerang remaja. Perkembangan teknologi di era modern menyebabkan perkembangan yang pesat dari *game online*. Remaja dengan aktivitas internet yang tinggi dapat memicu terjadinya kecanduan *game online* dan kemudian memicu *internet gaming disorder*. Penggunaan *game online* digunakan untuk menghilangkan penat dan sebagai media hiburan, tetapi dengan penggunaan yang berlebihan dapat mengembangkan *internet gaming disorder*. Selain hal tersebut, faktor – faktor yang berasal dari remaja yang juga dapat menjadi pemicu terjadinya *internet gaming disorder*. Hasil kajian literatur ini menunjukkan terdapat beberapa faktor – faktor yang menyebabkan terjadinya *internet gaming disorder* pada remaja ditunjukkan dengan korelasi yang positif terhadap faktor – faktor tersebut dengan *internet gaming disorder*. Faktor – faktor tersebut yaitu motif gaming, kecemasan sosial, motivasi dan dukungan sosial, kesepian dan

kebutuhan berafiliasi, *sensation seeking*, pola asuh orangtua, *attention problem*, tingkat stres, *internet escapism*, kontrol diri. Remaja perlu mengetahui faktor – faktor tersebut sehingga remaja dapat mengembangkan dan mengontrol dirinya sebagai langkah untuk menghindari *internet gaming disorder*. Dalam pertumbuhannya, remaja harus mengembangkan *self-control* pada diri sendiri sehingga dapat mencegah terjadinya *internet gaming disorder* (Putri et al, 2021; Harkina et al 2019). Orangtua juga harus berperan aktif dalam mengawasi remaja dan memiliki wawasan yang cukup untuk melakukan pengawasan pada remaja sehingga dapat mencegah terjadinya internet gaming disorder (Tobing et al, 2022). Metode lainnya dalam upaya pencegahan yaitu pengalihan minat remaja ke hal lain selain game online (*attention switching*) dan membatasi media – media yang dapat digunakan untuk mengakses game online (*resource restriction*) (Xu et al, 2014).

Praktisi psikologi yang bekerja dengan remaja terutamanya yang memiliki atau ingin mencegah terjadinya internet gaming disorder dapat memperhatikan apa yang menyebabkan remaja tersebut ingin bermain *video game*. Dengan mengetahui penyebabnya, praktisi psikologi dapat bekerja untuk mengatasi hal tersebut. Seperti yang dijelaskan pada literature review ini, kemungkinan penyebab atau faktor – faktor remaja bermain video game yaitu seperti internet escapism, kebutuhan berafiliasi, *sensation seeking*, dan lain sebagainya. Keterbatasan pada literature review ini adalah kurangnya artikel dan penelitian yang memaparkan faktor – faktor yang menyebabkan *internet gaming disorder* pada remaja. Disarankan untuk peneliti selanjutnya menggunakan subjek yang lebih luas dan mengaitkan faktor – faktor yang mungkin dapat berkaitan dengan terjadinya *internet gaming disorder*.

Daftar Pustaka

- American Psychiatric Association. (2013). Anxiety disorders. In *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.).
- APA Dictionary of Psychology. (2022). *Social Anxiety*. Retrieved December 11, 2022. 2, from <https://dictionary.apa.org/social-anxiety>
- Adams, E. (2013). *Fundamentals of game design* (2nd ed). New York: New Riders Publishing.
- Ali, M. & Asrori, M. (2010). Psikologi Remaja Perkembangan Anak Didik. Jakarta: Bumi Aksara.
- American Psychiatric Association. (2013). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed.). <https://doi-org.ezproxy.frederick.edu/10.1176/appi.books.9780890425596>

- Anggarani, F. K. (2015). Internet Gaming Disorder: Psikopatologi Budaya Modern. *Buletin Psikologi*, 23(1), 1. <https://doi.org/10.22146/bps.10572>
- APA Dictionary of Psychology. (2022). *Social Anxiety*. From <https://dictionary.apa.org/social-anxiety>
- Arnani, K. D. N. (2021). Internet Gaming Disorder: Prevention Adolescent Programs for Indonesia. *Jurnal PROMKES*, 9(1), 50. <https://doi.org/10.20473/jpk.v9.i1.2021.50-58>
- Bartle, R. (1996). Hearts, Clubs, Diamonds, Spades: Players Who Suit MUDs. *Journal of MUD Research*. 1 (1). Diakses dari: <https://www.researchgate.net/publication/247190693>.
- Brannon, L., & Feist, J. (2013). Health psychology: An introduction to behavior and health (8th ed.). In *Wadswprth Cengage Learning*.
- Cahya, K. D., Gunawan I, M, S., Maharani, J, F. (2022) Hubungan Self Management Dengan Kecanduan Game Online Kelas XI Di SMAN 1 Praya Barat Kabupaten Lombok Tengah Tahun Pelajaran 2021/2022. *Journal of Mandalika Literature*, Vol 3, No 1.
- Corbetta, M., & Shulman, G. L. Control of goal-directed and stimulus-driven attention in the brain. *Nat Rev Neurosci* 2002; 3: 201-215.
- Dwiningrum, S. I. A. (2012). *Ilmu sosial & budaya dasar*. Yogyakarta: UNY Press.
- Ganestya, K. (2016). Peranan Orang Tua Dalam Upaya Mengatasi Kecanduan Game Online Siswa SMP Negeri 20 Malang. http://mulok.library.um.ac.id/index_3.php/78639.html
- Harkina, P., Koesma, R., & Wungu, E. (2019). Pelatihan “Strategi Pengelolaan Diri” Untuk Meningkatkan Self Control Pada Remaja Dengan Adiksi Game Online Tingkat Sedang. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 1(1), 41–50. <https://doi.org/10.33024/jpm.v1i1.1417>
- Hurlock. B.Elizabeth. (2000) *Perkembangan Anak/Child Development*. Jakarta: Erlangga.
- Hurlock, Elizabeth B. (2010) *Perkembangan Anak*. Jakarta: Erlangga.
- Hussain, Z., & Griffiths, M. D. (2009). Excessive use of massively multiplayer online role-playing games: A pilot study. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 7(2), 563– 571.
- Husein MR, M. (2021). Lunturnya Permainan Tradisional. *Aceh Anthropological Journal*, 5(1), 1. <https://doi.org/10.29103/aaj.v5i1.4568>
- Iglesias, S. L., Azzara, S., Squillace, M., Jeifetz, M., Lores Arnais, M. R., Desimone, M. F., et al. (2005). A study on the effectiveness of a stress management programme for college students. *Pharmacy Education*, 5, 27–31.

- King, D. L., & Delfabbro, P. H. (2020). Video game addiction. In *Adolescent Addiction* (Second Edi). Elsevier Inc. <https://doi.org/10.1016/b978-0-12-818626-8.00007-4>
- King D. L., Delfabro PH (2009) Motivational Differences in Problem Video Game Play. *Journal of Cybertherapy & Rehabilitation.*; 2(2): 139-49.
- King, D. L., & Delfabbro, P. H. (2018). Internet gaming disorder: Theory, assessment, treatment and prevention. *New York: Academic Press*
- Király, O., Griffiths, M. D., Urbán, R., Farkas, J., Kökönyei, G., Elekes, Z., Demetrovics, Z. (2014). Problematic internet use and problematic online gaming are not the same: Findings from a large nationally representative adolescent sample. *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, 17(12), 749–754. doi: 10.1089/cyber.2014.0475
- Kusumawardani, S. P. (2015). Game Online Sebagai Pola Perilaku (Studi Deskriptif Tentang Interaksi Sosial Gamers Clash Of Clans Pada Clan Indo Spirit): *AntroUnairdotNet* Vol. IV (Issue 2).
- Lebho, M. A., Lelik, M. D. C., Wijaya, R. P. C., & Littik, S. K. A. (2020). Perilaku Kecanduan Game Online Ditinjau dari Kesepian dan Kebutuhan Berafiliasi pada Remaja. *Journal of Health and Behavioral Science*, 2(3), 202–212. <https://doi.org/10.35508/jhbs.v2i3.2232>
- Lee, I., Yu, C. Y., & Lin, H. (2007). Leaving a never ending game: Quitting MMORPGs and online gaming addiction. *Proceedings of DiGRA Conference*, 211–217.
- Livingstone, S., Haddon, L., Görzig, A., & Ólafsson, K. (2011). Risks and safety on the internet: The perspective of European children. *Full Findings. LSE, London: EU Kids Online*.
- Lukita, J., William, W., Sumadikarya, I. K., & Rumiati, F. (2020). Korelasi Internet Gaming Disorder terhadap Kualitas Tidur Mahasiswa Fakultas Kedokteran UKRIDA Tahun Ajaran 2018/2019. *Jurnal Kedokteran Meditek*, 26(1), 8–15. <https://doi.org/10.36452/jkdoktmeditek.v26i1.1777>
- Marlaokta, M., & Mutiara, R. (2019). Dampak Internet Gaming Disorder terhadap Status Kognitif dan Perilaku Psikopatologis. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 7(3), 333.
- Mehroof, M., & Griffiths, M. D. (2010). Online gaming addiction: the role of sensation seeking, self-control, neuroticism, aggression, state anxiety, and trait anxiety. *Journal Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 13(3), 313-316. doi: 10.1089=cyber.2009.0229

- Necka, E. (2015). Self-Control Scale AS-36: Construction and validation study. *Polish Psychological Bulletin*, 46(3): 488-497.
- Ngafifi, M. (2014). Kemajuan Teknologi Dan Pola Hidup Manusia Dalam Perspektif Sosial Budaya. *Jurnal Pembangunan Pendidikan: Fondasi Dan Aplikasi*, 2(1), 33–47. <https://doi.org/10.21831/jppfa.v2i1.2616>
- Novrialdy, E. (2019). Kecanduan Game Online pada Remaja: Dampak dan Pencegahannya. *Buletin Psikologi*, 27(2), 148. <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.47402>
- Pasaribu, S. (2019). Hubungan Konsep Diri Dan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Interaksi Sosial Mahasiswa. *Jurnal Analitika Magister Psikologi UMA*, 8(1), 64–78. ojs.uma.ac.id
- Peeters, M., Koning, I., & van den Eijnden, R. (2018). Predicting Internet Gaming Disorder symptoms in young adolescents: A one-year follow-up study. *Computers in Human Behavior*, 80, 255–261. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.11.008>
- Petrides, K. V., & Furnham, A. (2000). On the dimensional structure of emotional intelligence. *Personality and Individual Differences*, 29(2), 313–320. Retrieved from www.elsevier.com/locate/paid
- Prawesti, I., & Sari, I. Y. (2021). Internet Gaming Disorder (Igd) Pada Mahasiswa Ditinjau Dari Kriteria Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders V (Dsm V) Di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Keperawatan Sriwijaya*, 8(2), 66–70.
- Putri, A. D., & Halimah, L. (2015). *Pengaruh Kecemasan Sosial terhadap IGD pada Remaja*. 485–491.
- Rahayuningrum, D. C., Putit, Z., & Erwina, I. (2019). Hubungan Motivasi Bermain Game Online Dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Adiksi Game Online Pada Remaja di SMPN Kota Padang. *Jurnal Kesehatan Medika Sainatika*, 10(1), 115.
- Ramdhani, R. A., & Rinaldi. (2020). Hubungan Sensation Seeking Dengan Kecanduan Game Online pada Mahasiswa Pemain Game PUBG. *Jurnal Riset Psikologi*, 1, 1–12.
- Rudianto, N. P., Aspin, A., & Pambudhi, Y. A. (2020). Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Kecanduan Game Online Pada Dewasa Awal Di Desa Mondoke. *Jurnal Sublimapsi*, 1(1). <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.36709/sublimapsi.v1i1.10733>
- Ruli, E. (2020). Tugas Dan Peran Orang Tua Dalam Mendidik Anak. *Jurnal Edukasi Nonformal*, 1(1), 143–146. <https://ummaspul.e-journal.id/JENFOL/article/view/428>

- Sekarningrum, H. R. V., & Nugrahanta, G. A. (2020). *Menumbuhkan Karakter Kontrol Diri Anak Melalui Permainan Tradisional*. CV. Resitasi Pustaka
- Santoso, T. W., Sugiharto, D., & Suharso. (2013). Perilaku Kecanduan Permainan Internet dan Faktor Penyebabnya pada Siswa Kelas VIII. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 2(2), 59–63.
- Santrock, J. W. (2007). *Remaja*. Jakarta: Erlangga
- Setiadie, I. R., & Diantina, F. P. (2020). Pengaruh Motif Gaming terhadap Perilaku Kecanduan Game Online pada Komunitas E-Sports Bandung. *Prosiding Psikologi*, 224–229.
- Smart, A. (2010) Cara cerdas mengatasi anak kecanduan game. Jogjakarta: A Pluss Books.
- Snodgrass JG, Lacy MG, Dengah HJF, Eisenhauer S, Batchelder G, Cookson RJ (2014). A Vacation from Your Mind: Problematic Online Gaming is a Stress Response. *Computers in Human Behavior*: 248-60.
- S. Sarwono (2008), Psikologi Remaja, Edisi Revi. *PT. Raja Grafindo Persada*.
- Suki, N.M., & Suki, N.M. (2017). Determinants Influencing student's experiential motives and intentions to play online games. *Journal of Computational and Theoretical Nanoscience*. 23(8): 7351-7354.
- Sukindro, S. Y., & Kaloeti, D. V. S. (2022). Hubungan Antara Internet Escapism Dan Kecenderungan Kecanduan Internet Dengan Resiliensi Online Sebagai Moderator Pada Remaja Di Sma N 4 Kota Bekasi. *Jurnal EMPATI*, 11(2), 115–121. <https://doi.org/10.14710/empati.2022.34435>
- Swing, E. L., Gentile, D. A., Anderson, C. A., & Walsh, D. A. Television and video game exposure and the development of attention problems. *Pediatrics* 2010; 126: 214-221.
- Tangney, J.P., Baumeister, R.F., & Boone, A.L. (2004). High self-control predicted good adjustment, less pathology, better grade, and interpersonal success. *Journal of Personality*, 72(2), 271-324.
- Tias, E., Liza, R. G., & Sahputra, R. E. (2021). Hubungan Stres dengan Tingkat Kecanduan Game Online pada Siswa SMPN 5 Padang. *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia*, 2(1), 157–163. <https://doi.org/10.25077/jikesi.v2i1.170>
- Tiwa, J. R., Palandeng, O., & Bawotong, J. (2019). Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Kecanduan Game Online Pada Anak Usia Remaja di Sma Kristen Zaitun Manado. *Jurnal Keperawatan*, 7(1), 1–7. <https://doi.org/10.35790/jkp.v7i1.24339>

- Triswahyuning, I. (2019) Kecanduan Game Online Siswa SMA Negeri 1 Gurah
- Tobing, S. P. L, Arneliwati, A., & Nopriadi, N. (2022). Hubungan Tingkat Pengetahuan Orangtua Tentang Internet Gaming Disorder Dengan Peran Orangtua Dalam Mencegah Internet Gaming Disorder Pada Anak Usia Sekolah. *JUKEJ: Jurnal Kesehatan Jompa*, 1(1), 20–28. <https://doi.org/10.55784/jkj.vol1.iss1.127>
- Tzavela, E. C., Karakitsou, C., Halapi, E., & Tsitsika, A. K. (2017). Adolescent digital profiles: A process-based typology of highly engaged internet users. *Computers in Human Behavior*, 69, 246–255. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.11.03>
- Ulfa Mimi, T. (2017) “Pengaruh Kecanduan Game Online terhadap Perilaku Remajadi Mabes Game Center Jalan Hr. Subrantas Kecamatan Tampan Pekanbaru”. Vol. IV. *Disertasi. Pekanbaru : Fakultas Ilmu Sosial dan Politik, Universitas Riau*
- Utami, T. W., & Nurhayati, F. (2019). Kecanduan Internet Berhubungan Dengan Interaksi Sosial Remaja. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 7(1), 33. <https://doi.org/10.26714/jkj.7.1.2019.33-38>
- Yee, N. (2006). Motivations for Play in Online Games. *Journal of Cyberpsychology and Behavior*, 9, 772–775. <https://doi.org/10.1089/cpb.2006.9.772>.
- Wan, S.C., & Chiou, W.B. (2006). Why are Adolescents Addicted to Online Gaming? An Interview Study in Taiwan. *Journal of Cyber Psychology & Behavior*. 9(6).
- Warmelink, H. J. G., Harteveld, C., & Mayer, I. S. (2009). Press enter or escape to play: Deconstructing escapism in multiplayer gaming. Proceedings of Digital Games Research Association (DiGRA), 1–9. New Ground: Innovation in Games, Play, Practice and Theory
- Zulfitria. (2017). Pola Asuh Orang Tua Dalam Penggunaan Smartphone Pada Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Ilmiah PGSD* 1 (2) : 2579-6151