



PENGARUH GAME ONLINE TERHADAP PERUBAHAN PERILAKU REMAJA

INFLUENCE OF GAMES ONLINE ON CHANGES IN ADOLESCENT BEHAVIOR

Erida Fadila¹, Syarief Noer Robbiyanto², Yani Tri Handayani³¹ D3 Keperawatan, erida.fadila@gmail.com, STIKes Ahmad Dahlan Cirebon² D3 Keperawatan, syariefnoerrobbiyanto@gmail.com, STIKes Ahmad Dahlan Cirebon³ D3 Keperawatan, yantrhy21@gmail.com, STIKes Ahmad Dahlan Cirebon

ABSTRAK

Technological developments in the increasingly rapid era of globalization have made so many changes in technology, one of which is online games. Adolescents are more prone to online game addiction with 89 (59.3%) experiencing severe addiction. **Objective** : The purpose of this Literature Review is to determine the effect of online games on changes in adolescent behavior. **Method** : The search method for article data sources used the Mendeley and Google Scholar databases with the keywords "Influence" AND "Online Games" AND "Changes in Adolescent Behavior" from the journal results found 687, selected inclusion and exclusion with PICOS, after that selected SANRA and obtained 7 journals reviewed. **Results** : The results of 7 journals that have been reviewed can be concluded that online games are very influential on changes in adolescent behavior because there are changes in behavior in adolescents who have experienced addiction to online games. It is hoped that the community will become a source of information, especially for parents to guide and supervise their children who play online games and then limit playing time so that teenagers do not lose control in playing online games and do not have a negative impact on their lives.

Keyword: Online Games, Teenagers, Behavior Change

ABSTRAK

Perkembangan teknologi di era globalisasi yang semakin pesat membuat begitu banyaknya perubahan teknologi salah satunya *game online*. Remaja lebih rentan kecanduan *game online* dengan 89 (59,3%) mengalami kecanduan parah. **Tujuan** dari *Literature Review* ini adalah untuk mengetahui pengaruh *game online* terhadap perubahan perilaku remaja. **Metode** pencarian sumber data artikel menggunakan database *Mendeley* dan *Google Scholar* dengan kata kunci "Pengaruh" AND "Game online" AND "Perubahan Perilaku Remaja" dari hasil jurnal ditemukan 687, diseleksi inklusi dan eksklusi dengan PICOS, Setelah itu diseleksi SANRA dan didapatkan 7 jurnal yang di *review*. **Hasil** dari 7 jurnal yang telah *review* dapat disimpulkan bahwa *game online* sangat berpengaruh terhadap perubahan perilaku remaja dikarenakan terdapat perubahan perilaku pada remaja yang sudah mengalami kecanduan pada *game online*. Diharapkan bagi masyarakat menjadi salah satu sumber informasi khususnya pada orang tua untuk membimbing dan mengawasi anaknya yang bermain *game online* kemudian memberi batasan waktu bermain agar remaja tidak kehilangan kontrol dalam bermain *game online* dan tidak berdampak negatif bagi kehidupannya.

Kata Kunci: *Game online*, Remaja, Perubahan Perilaku

1. PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi di era globalisasi yang semakin pesat membuat begitu banyaknya perubahan teknologi salah satunya *game online*. *Game online* merupakan suatu bentuk permainan elektronik yang terhubung dengan jaringan internet dan dimainkan melalui perangkat komputer, ponsel pintar, konsol *game*, laptop, dan perangkat *game* lainnya serta bersifat multiplayer atau dapat dimainkan oleh banyak pengguna diwaktu yang sama (Akbar, 2020).

Masa remaja merupakan masa peralihan dari anak menjadi dewasa. Pada masa remaja sering kali muncul dorongan untuk mengetahui dan mencoba hal-hal baru. Seperti *game online*, Remaja dianggap lebih rentan terhadap kecanduan *game online* ketimbang orang dewasa. Masa remaja yang berada pada periode ketidakstabilan, lebih mudah terjerumus terhadap percobaan hal-hal baru (et al Firdaus, 2020).

Kecanduan yakni menyukai dan memiliki sesuatu dengan secara berlebihan sehingga melupakan hal lain. Oleh karena itu *game online* memberikan hiburan bagi siswa dan tantangan untuk memainkannya sehingga menjadi salah satu hal yang sangat di sukai oleh siswa dalam memainkan *game online* (Andrew Suplig, 2017)

Kecanduan *game online* membuat remaja lebih banyak menghabiskan waktu didepan komputer ataupun smartphone sehingga menghambat interaksi sosial dengan teman-teman seusianya hingga menyebabkan perubahan perilaku pada remaja tersebut. Tetapi disisi lain apabila ia mampu mengendalikan waktu dan membangun *self control* yang baik, tentu saja seorang individu dapat handle rasa ketergantungan pada *game online*. Hal ini akan berdampak positif bagi pengguna *game online* yang dimana dia dapat mengatur pola kegiatan sehari-hari sehingga dapat mengatur waktu bermain dan belajar atau bekerja (Syahputra, 2018).

Perilaku pada hakekatnya adalah tindakan atau aktivitas dari manusia baik yang diamati maupun tidak dapat diamati oleh interaksi manusia dengan lingkungannya yang terwujud dalam bentuk pengetahuan, sikap, dan tindakan. Pentingnya Perilaku dan sosial karena sebagai makhluk sosial manusia membutuhkan bantuan orang lain untuk memenuhi kebutuhan hidupnya, sehingga akan terjalin ikatan saling ketergantungan dan kerjasama antara individu yang satu dengan yang lainnya dalam hidup bermasyarakat. (Auliya, 2017).

Adapun perlu diketahui bahwa *World Health Organization* (WHO) telah menetapkan kecanduan *game online* atau *game disorder* ke dalam versi terbaru *International Statistical Classification of Diseases* (ICD) sebagai penyakit gangguan mental (*mental disorder*). Dalam versi terbaru ICD-11, WHO menyebut bahwa kecanduan *game* merupakan *disorders due to addictive behavior* atau gangguan yang disebabkan oleh kebiasaan atau kecanduan (WHO, 2018).

Prevalensi kecanduan *game* dengan mengambil sampel di sekolah-sekolah di Manado, Medan, Pontianak, dan Yogyakarta pada tahun 2012. Menemukan bahwa ada 45,3% dari 3.264 siswa sekolah yang bermain *game online* selama sebulan terakhir dan tidak berniat untuk berhenti. Kemudian menemukan (10,2%) mengalami kecanduan ringan. 89 (59,3%) mengalami kecanduan parah (Akbar, 2020).

Dilihat dari fenomena tingginya angka mengakitbatkan remaja lebih sering dan lebih rentan terhadap kecanduan *game online* daripada orang dewasa. Dan juga remaja jarang berintraksi sosial dengan orang lain sehingga menyebabkan perubahan perilaku pada remaja tersebut (Novrialdy, 2019).

Berdasarkan uraian diatas, dianggap penting untuk melakukan penelitian literatur review ini tentang: Pengaruh *game online* terhadap perilaku remaja. Dikarenakan adanya perubahan perilaku pada remaja yang sudah mengalami kecanduan pada *game online*.

2. TINJAUAN PUSTAKA

2.1 *Game*

2.1.1 Definisi *Game Online*

Game online merupakan suatu permainan yang dimainkan oleh banyak orang dari berbagai penjuru dunia di waktu yang sama dan terhubung melalui jaringan internet (Harun & Arsyad, 2020).

Pengertian *game* adalah sebuah kegiatan untuk mencari kesenangan yang terikat oleh peraturan sehingga harus ada yang menang dan ada yang kalah. *Game* diartikan juga sebuah kompetisi fisik atau mental, menurut aturan tertentu, untuk kesenangan hati, rekreasi, atau untuk memenangkan sebuah hadiah. *game online* adalah permainan yang dimainkan secara bersamaan secara *real time* walaupun dimainkan ditempat terpisah. Permainan ini harus dalam suatu jaringan internet atau *Local Area Network* (LAN). *Game online* merupakan teknologi masa kini yang sangat mudah diakses melalui berbagai macam *gadget*. *Game* ini juga memiliki berbagai *genre* seperti *action*, *Role Playing Game* (RPG), *Multiplayer Online Battle Arena* (MOBA), Atau pun *Sport* (Putra et al., 2019).

Secara alami dan format pembentukan *game online* bisa menjadi pelarian dari kehidupan dunia nyata yang dapat membuat pemainnya senang memainkannya sehingga menyebabkan kecanduan (Affandi, 2013).

Menurut Akbar (2012) dalam Adiningtiyas (2017) mengungkapkan pengertian *game online* yaitu salah satu jenis permainan pada komputer yang menggunakan jaringan internet sebagai medianya. Terkadang, *Game online* disuguhkan oleh layanan penyedia jasa internet sebagai fitur tambahan bahwa kita berlangganan menggunakan jasa mereka. Atau bahkan, *game online* tersebut dapat digunakan langsung disistem yang telah disiapkan oleh operator *game*.

2.1.2 Dampak Game Online

Bermain *game online* memang menyenangkan, tetapi kita harus mengetahui dampak apa saja yang akan diperoleh kepada penggunanya. Berikut dampak dampak dari *game online*:

2.1.2.1 Dampak positif dari game online

- 1) Dapat meningkatkan kemampuan berbahasa Inggris
Sebagian besar *game online* yang beredar menggunakan Bahasa Inggris. Para pemain dapat belajar Bahasa Inggris dengan menyenangkan selain dari sekolah (Prastius, 2020).
- 2) Meningkatkan kecerdasan otak
Kecerdasan otak akan meningkat karena *game online* dapat meningkatkan kemampuan untuk menganalisa sesuatu baik dalam *game* maupun diluarnya. Serta, ketika ada masalah yang muncul kita akan lebih terbiasa untuk memecahkan dengan cara yang kreatif dan inovatif (Manggena et al., 2017).

2.1.2.2 Dampak Negatif dari Game Online

- 1) Berpengaruh pada motivasi belajar
Jika seorang pelajar sudah memasuki tahap kecanduan *game online* dan tidak bisa mengatur waktu maka akan menyebabkan penurunan motivasi belajar. Dikarenakan mereka berpikir bermain *game online* lebih menyenangkan daripada belajar. Akibatnya, jika motivasi belajar sudah terganggu akan berdampak juga pada prestasi pendidikannya (Manggena et al., 2017).
- 2) Memperburuk konsentrasi belajar
Bila mahasiswa tidak mampu mengendalikan intensitas bermain *game online* dan lebih mementingkan untuk mengembangkan skill permainannya daripada belajarnya maka akan sulit untuk berkonsentrasi dalam belajar. Dan hasil penelitiannya adalah semakin tinggi intensitas bermain *game online* maka tingkat konsentrasi belajarnya juga semakin buruk. (Widihastuti et al., 2021).
- 3) Berdampak pada perilaku
Jika terlalu sering bermain *game online* akan berakibat pada perilaku pelajar, diantaranya yaitu malas dalam mengerjakan tugas-tugas serta terlambat untuk masuk kelas. Hal ini disinyalir karena ketika kita sudah keasyikan bermain *game online*, maka akan cenderung abai pada tanggung jawab kita. Sehingga pekerjaan atau tugas-tugas menjadi terbengkalai dan tidak disiplin waktu (et al Firdaus, 2020).
- 4) Berisiko besar *Trash-Talk* atau berbicara kasar
Game online mempunyai risiko untuk *trash-talk* yaitu berbicara kasar atau *toxic* ketika ada gangguan didalam maupun diluar *game*-nya. Hasil penelitiannya menyebutkan gangguan didalam *game online* meliputi bermain bersama orang yang tidak dikenal, tidak bisa bekerja sama, pemain lainnya juga berbicara kasar, tidak cakap dalam bermain atau tidak mengerti cara bermain yang semestinya, keterbatasan dalam berkomunikasi, dan hasil bermain yang tidak sesuai harapan. Kemudian gangguan diluar meliputi gangguan jaringan internet, spesifikasi gadget tidak mumpuni, dan pengaruh lingkungan. (Warits Marinsa Putri et al., 2020).

2.1.3 Jenis Game Online

Game online dapat dikelompokkan berdasarkan genre yaitu MMORPG (*Massively Multiplayer Online Role Playing Game*), MMORTS (*Massively Multiplayer Online Real Time Strategy*), MMOFPS (*Massively Multiplayer Online First Person Shooter*), dan lain sebagainya. Berikut penjelasan dari masing-masing jenis *game online* menurut (Ramadhani, 2019):

1. MMORPG (*Massively Multiplayer Online Role Playing Game*)
Yaitu jenis *game online* yang dimana cara bermainnya memerankan suatu karakter fiksi dan harus berinteraksi sosial seperti di dunia nyata yang bertujuan membangun sebuah alur cerita yang sudah ditentukan. Biasanya setiap karakter mempunyai kemampuan berbeda dan cara meningkatkan kemampuan tersebut pemain harus melakukan banyak misi Contoh *game online* MMORPG ialah *Ragnarok Online*, *Final Fantasy*, *Assassin Creed*, *Gashin Impact*, dan lain-lain.
2. MMORTS (*Massively Multiplayer Online Real Time Strategy*)

Berbeda dengan MMORPG, *game online* dengan genre ini mengharuskan para pemainnya ahli dalam bidang strategi perang. Hal yang menonjol dari permainan ini adalah pemain diberikan sebuah wilayah dimana mereka harus mengolah dan membangun bangunan, memperkuat teknologi, serta pengolahan sumber daya alam di wilayah tersebut sebaik mungkin agar dapat bertahan dari serangan musuh. Contoh *game online* MMORTS adalah *WarCraft*, *Red Alert*, *Age of Empires*, dan lain sebagainya.

3. MMOFPS (*Massively Multiplayer Online First Person Shooter*)

Game online ini mengambil perspektif atau sudut pandang orang pertama layaknya pandangan mata kita. Jadi permainan ini seolah-olah kita yang ada didalam *game*-nya. *Game online* ini mengedepankan senjata api sebagai main weapon-nya, dimana para pemainnya baik sendirian atau beregu saling membunuh pemain lainnya untuk memenangkan misi. Oleh karena itu, para pemainnya dituntut mempunyai skill berperang yang mumpuni, pandai membaca strategi lawan, dan mempunyai penglihatan, pendengaran, dan refleks yang bagus. Contohnya *Point Blank*, *Call of Duty*, *Battlefield*, *Counter Strike*, *PUBG*, dan sebagainya.

2.1.4 Faktor Penyebab Kecanduan *Game online*

Menurut Himpunan Psikolog Indonesia (HIMPSI) (2020) Faktor penyebab seseorang kecanduan internet khususnya pengguna *game online* adalah sebagai berikut :

1. *Stres*.

Dewiratri et al (2014) dalam HIMPSI (2020) mengatakan pada saat seseorang tidak bisa mengendalikan stresnya maka otomatis mereka akan melampiaskan rasa stres tersebut ke berbagai hal. Salah satu cara pelampiasannya adalah dengan mengakses internet. Karena internet mempunyai akses segala hal yang dapat melepaskan rasa *stres* seseorang baik dengan mengakses media sosial maupun *game online*.

2. Rasa kesepian.

Masih menurut Dewiratri et al (2014) dalam HIMPSI (2020) kesepian bisa jadi sebagai faktor penyebab seseorang kecanduan *game online*. Bahkan, pada saat seseorang tersebut sedang berkerumun dengan temannya masih merasakan kesepian pada dirinya. Hal ini menandakan seseorang tersebut tidak dapat menjalin hubungan sosial dengan lingkungannya. Oleh karena itu, untuk memperoleh perhatian sosial salah satu contoh solusi yang ia ambil adalah dengan bermain internet termasuk didalamnya media sosial dan bermain *game online*.

3. Kontrol diri lemah.

Sariyani (2017) dalam HIMPSI (2020) tentang kontrol diri maksudnya jika seseorang tidak bisa mengontrol perasaan, tidak mampu mengendalikan pemikiran serta tindakannya karena adanya tekanan internal maupun eksternal mengakibatkan seseorang tersebut tidak bisa mengambil keputusan atau tindakan yang baik dan benar. Oleh sebab itu, seseorang bisa saja menjadi pecandu internet termasuk pecandu *game online*.

4. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Hardanti et al (2013) menunjukkan faktor penyebab kecanduan *game online* adalah dorongan untuk berkompetensi, dorongan untuk menciptakan hubungan didalam *game*, dan dorongan untuk membuat keunikan didalam *game*.

2.2 *Perilaku*

2.2.1 Definisi Perilaku

Perilaku merupakan hasil dari segala macam pengalaman dan interaksi manusia dengan lingkungannya. Wujud perilaku bias berupa pengetahuan, sikap dan tindakan. Perilaku manusia terdiri atas sudut pandang psikologi, fisiologi dan sosial yang bersifat menyeluruh. Sudut pandang ini sulit dibedakan pengaruh dan peranannya terhadap pembentukan perilaku manusia (Budiharto, 2013).

2.2.2 Faktor Perubahan Perilaku

Perilaku manusia seringkali mengalami perubahan, bentuk perubahan perilaku sangat bervariasi sesuai dengan konsep yang digunakan oleh para ahli. Artinya perubahan perilaku memiliki variasi yang didasari dari pemahaman para ahli. Menurut WHO (*World Health Organization*) perubahan perilaku terdiri dari perubahan alami, terencana dan kesediaan untuk berubah. Menurut Notoatmodjo (2012) Tiga cara perubahan perilaku yaitu:

1) Terpaksa (*compliance*)

Cara individu merubah perilakunya karena mengharapkan imbalan materi maupun non materi, memperoleh pengakuan dari kelompok atau dari orang yang menganjurkan perubahan perilaku tersebut, terhindar dari hukuman dan tetap terpelihara hubungan baik dengan yang menganjurkan perubahan perilaku tersebut.

2) Ingin meniru (*identification*)

Cara individu merubah perilakunya karena ingin disamakan dengan orang yang dikagumi.

3) Menghayati (*internalization*)

Individu menyadari perubahan merupakan bagian dari hidup, karena itu perubahan cara ini umumnya bersifat alami.

2.2.3 Jenis Perubahan Perilaku

Jenis-jenis perubahan perilaku individu menurut Oktaviana (2015)

1. Perilaku Sadar dan tidak sadar

Tingkah laku tidak sadar yang artinya bahwa perilaku tersebut tidak dapat dilihat secara langsung bahkan mereka sendiri kadang tidak menyadari hal tersebut. Contohnya proses berpikir berkhayal, ide – ide atau kreativitas yang sedang dipikirkan.

Perilaku Sadar, perilaku yang dilakukan seseorang dengan kesadaran lebih 40% dalam melakukan kegiatan yang dilakukan contohnya tertawa, berjalan, berbaring, dll.

2. Perilaku tampak dan tidak tampak

Perilaku tampak merupakan perilaku yang langsung dapat diamati dengan indera yang dimiliki manusia, berupa reaksi seseorang terhadap rangsangan dalam bentuk tindakan yang nyata dan terbuka. Sedangkan perilaku tidak tampak merupakan perilaku yang tidak dapat ditangkap melalui indera manusia seperti menarik diri.

3. Perilaku sederhana dan kompleks

Perilaku sederhana ialah tingkah laku yang hanya melibatkan satu aktivitas dalam suatu waktu dalam kehidupan. Sedangkan perilaku kompleks adalah tingkah laku yang melibatkan banyak aktivitas dalam kehidupan manusia seperti sholat.

4. Perilaku kognitif, afektif, dan psikomotorik

Perilaku kognitif merupakan perilaku yang melibatkan proses pengenalan yang dilakukan oleh otak, yang terarah pada objektif, faktual, dan logis, seperti berfikir dan mengingat.

Perilaku afektif ialah perilaku yang berkaitan dengan perasaan dan emosi manusia.

Perilaku psikomotorik perilaku yang melibatkan aktivitas fisik seperti berlari, menulis, dll.

2.3 Kecanduan

2.3.1 Definisi Kecanduan

Kecanduan merupakan perasaan yang sangat kuat terhadap sesuatu yang diinginkannya sehingga ia akan berusaha untuk mencari sesuatu yang sangat diinginkan itu, misalnya kecanduan internet, kecanduan menonton televisi, kecanduan belanja, kecanduan makanan, kecanduan seks, kecanduan narkoba, kecanduan olahraga atau kecanduan bekerja. Seseorang dapat dikatakan mengalami kecanduan jika tidak mampu mengontrol keinginan untuk melakukan sesuatu, sehingga menyebabkan dampak negatif bagi individu, baik secara fisik maupun psikis (Ayu & Saragih, 2016).

Kecanduan merupakan sebuah perilaku yang tidak sehat dan mengakibatkan kerusakan pada diri sendiri sehingga individu tersebut kesulitan untuk menghentikan perilakunya (Harun & Arsyad, 2020).

2.3.2 Kriteria Kecanduan Game Online

(Novrialdy, 2019) Mengemukakan ciri-ciri individual yang mengalami kecanduan *game online*, yaitu:

1) *Salience* (penting)

Merupakan individu yang menganggap bermain *game online* adalah hal yang penting dan mendominasi pikiran (keasikan), dan perilaku menginginkan *game online* secara berlebihan.

2) *Tolerance* (toleransi)

Yaitu individu secara lengkap meningkatkan jumlah waktu yang dihabiskan pada permainan.

3) *Mood Modification* (modifikasi suasana hati)

Ialah individu merasa bermain *game online* dapat merubah suasana hati yang buruk menjadi lebih baik.

4) *Withdrawal* (pengulangan)

Yakni individu merasa sedih saat tidak dapat bermain *game* dan perasaan tidak menyenangkan yang muncul saat individu mengurangi atau menghentikan permainan.

- 5) *Relapse* (pengulangan)
Individu cenderung untuk berulang kali bermain *game online*.
- 6) *Conflict* (konflik)
Yaitu seseorang mengalami masalah pada keluarga dan teman karena bermain *game*. Misalnyamarah dan berbohong ketika diminta berhenti bermain *game online* tersebut.
- 7) *Problems* (masalah)
Merupakan individu yang mengalami masalah kesehatan karena bermain *game online* dan mengabaikan kepentingan lainnya. Misalnya kurang tidur.

2.3.3 Faktor-faktor Penyebab Kecanduan

(Lutfiwati, 2018) Memaparkan faktor- faktor yang dapat menyebabkan kecanduan *game online* pada individu, yaitu:

1. *Motives*, yaitu ingin melupakan masalah yang dihadapi, individu merasa senang saat berkompetisi pada *game online*, dan dapat melakukan interaksi sosial di dunia virtual.
2. *Traits*, yaitu *anxiety*, *self-esteem* yang rendah, kepribadian *introvert*, strategi coping disfungsiional, depresi dan phobia sosial.
3. *Social setting*, yaitu kemampuan sosial yang kurang baik, tidak memiliki teman maupun kurang perhatian keluarga.
4. *Further conditions*, yaitu tersedia fasilitas yang mendukung dan individu memiliki banyak waktu luang.

2.3.4 Macam-macam Kecanduan

Ada beberapa macam kecanduan diantaranya sebagai berikut, yaitu:

5. Kecanduan dalam Bermain *Game Online*
Kecanduan *game* dijabarkan sebagai penggunaan yang massif dari *game* komputer atau penggunaan dipiranti *game* lainnya. Kecanduan *game online* biasanya menggambarkan dirinya sebagai isolasi sosial, perubahan suasana hati, terpaku pada pencapaian dalam *game* tersebut, hingga mengabaikan kehidupannya sendiri (Syahrani, 2015).
6. Kecanduan dalam Belanja *Online*
Belanja *Online* (*Online Shopping*) merupakan proses pembelian barang / jasa melalui internet sehingga pengunjung *online shop* dapat melihat barang-barang di toko *online*. Dengan adanya kegiatan belanja *online*, proses bertransaksi jual beli menjadi mudah, tidak perlu antri serta menghemat waktu dan tenaga (Sari, 2015).
7. Kecanduan *Smartphone*
Kecanduan *smartphone* adalah suatu bentuk keterikatan atau kecanduan terhadap *smartphone* yang memungkinkan menjadi masalah sosial seperti halnya menarik diri, dan kesulitan dalam performa aktivitas sehari-hari atau sebagai gangguan kontrol impuls terhadap diri seseorang (Karuniawan & Cahyanti, 2013).
8. Kecanduan Judi *Online*
Judi *online* adalah judi yang mempergunakan media internet untuk melakukan pertarungan, dimana dalam permainan tersebut penjudi harus membuat perjanjian tentang ketentuan permainan dan apa yang dipertaruhkan. Apabila timnya menang dalam pertandingan, maka ia berhak mendapatkan semua yang dipertaruhkan (Ninla Elmawati Falabiba et al., 2014).

2.3.5 Aspek Kecanduan *Game online*

Kecanduan *game online* dapat memberikan dampak negatif atau bahaya bagi remaja yang mengalaminya. Dampak yang akan muncul akibat kecanduan, antara lain aspek kesehatan, aspek sosial (Novrialdy, 2019).

- 1) Aspek Kesehatan
Kecanduan *game online* mengakibatkan kesehatan remaja menurun. Remaja yang kecanduan *game online* memiliki daya tahan tubuh yang lemah akibat kurangnya aktivitas fisik, kurang waktu tidur, dan sering terlambat makan.
- 2) Aspek Sosial
Beberapa *gamers* merasa menemukan jati dirinya ketika bermain *game online* melalui keterikatan emosional dalam pembentukan avatar, yang menyebabkannya tenggelam dalam dunia fantasi yang

diciptakannya sendiri. Hal ini dapat membuat kehilangan kontak dengan dunia nyata sehingga dapat menyebabkan berkurangnya interaksi remaja yang terbiasa hidup di dunia maya, umumnya kesulitan ketika harus bersosialisasi di dunia nyata. Sikap antisosial, tidak memiliki keinginan untuk berbaur dengan masyarakat yang ditunjukkan remaja yang kecanduan *game online*.

2.3.6 Gejala Kecanduan *Game Online*

(Sri Wahyuni Adiningtyas, 2017) Kecanduan bermain *game online* pada remaja tersebut dapat dilihat dari:

9. Remaja bermain *game* seharian, dan sering bermain dalam jangka waktu lama (lebih dari 3 jam). Biasanya dalam waktu satu minggu remaja bisa menghabiskan waktu sekitar 30 jam.
10. Remaja main *game* untuk kesenangan, Seperti tidak gampang lelah dan mudah tersinggung.
11. Mengorbankan kegiatan sosial dan tidak mau mengerjakan Aktivitas lain. Para *gamers* bisa menghabiskan sebagian besar waktunya untuk bermain *game* dan tidak menghiraukan aktivitas lain yang penting baginya, seperti makan, minum, berintraksi sosial.
12. Ingin mengurangi ketergantungan *game online* tetapi tidak bisa. Seorang remaja yang kecanduan bisa menghabiskan waktu sehari semalam berada pada satu rental untuk bermain *game online*. Kecanduan berlebihan akan menyebabkan cemas.

2.3.7 Durasi Dikatakan Jika Seseorang Kecanduan *Game online*

Orang yang kecanduan *game* offline maupun *online* membutuhkan waktu setidaknya 39 jam dalam seminggu untuk memainkannya. Lalu penggunaan waktu bermain bagi para pecandu *game online* membutuhkan 20 sampai 25 jam per minggunya. Seseorang yang sudah kecanduan *game online* maupun *offline* biasanya mereka menghabiskan waktu 2 -10 jam dalam seminggu (Kusumawati et al., 2017).

2.3.8 Upaya Pencegahan Kecanduan *Game online* Pada Remaja

Pencegahan adalah istilah yang merujuk kepada beragam intervensi yang bertujuan menghalangi dan menghindari kondisi yang berisiko bermasalah. Beberapa upaya pencegahan kecanduan *game online* antara lain *attention switching*, *dissuasion*, *education*, *parental monitoring* dan *resource restriction* (Novrialdy, 2019).

- 1) *Attention switching* (Mengalihkan)
Attention switching adalah kegiatan yang dilakukan untuk mengalihkan perhatian pemain dari keterlibatan yang berlebihan terhadap *game online*. Kegiatan ekstrakurikuler seperti olahraga dapat membuat remaja tidak terlalu fokus pada *game online* dan dapat mengurangi tingkat bermain serta pada akhirnya mengurangi tingkat kecanduan *game online*. Untuk itu, penting bagi orang yang berada di sekitar remaja (*significant others*) memahami potensi, bakat, maupun minat dalam hal pengalihan perhatian dalam mencegah kecanduan *game online*.
- 2) *Dissuasion* (Mencegah)
Dissuasion adalah tindakan yang dilakukan untuk mencegah bermain *game online* dengan cara memberikan nasihat, argumen, membujuk, menjelajahi sampai dalam bentuk paksaan. Hal ini merupakan sebuah praktik umum yang dilakukan oleh kekuatan eksternal (regulator, orang tua, guru, dan teman) untuk pencegahan perilaku yang tidak diinginkan. Tindakan persuasif dapat membuat perbedaan, setidaknya dalam kasus penyalahgunaan *alcohol*. Seperti yang diketahui bahwa para pecandu *game online* memiliki rasionalitas terdistorsi dan persuasi adalah salah satu cara potensial untuk membentuk dan menjadi *counter* terhadap rasionalitas yang terdistorsi.
- 3) *Education* (Mendidik)
Education mengacu pada pengetahuan atau fokus upaya pendidikan yang bertujuan pada kognisi seseorang. Sebagai lawan dari *dissuasion* yang merupakan upaya aktif melawan yang ada pada ranah kognitif seseorang, *education* sebagian besar ditujukan untuk membangun dasar kognitif yang baik dan dapat dikelola sendiri). Artinya, individu harus aktif dalam memastikan dirinya agar terhindar dari kecanduan *game online* (misalnya, dengan membaca artikel surat kabar atau menonton berita TV tentang topik tersebut). Selain itu, dibutuhkan juga dorongan dari lingkaran sosial agar upaya ini dapat berjalan dengan baik. Sekolah sebagai sarana pendidikan dapat memberikan bantuan dari upaya tersebut. Sekolah dapat melakukan intervensi dengan mempromosikan perilaku positif sebagai bentuk pencegahan kecanduan *game online*.
- 4) *Parental monitoring* (Memperhatikan)

Parental monitoring adalah upaya yang dilakukan orang tua dalam memperhatikan anaknya memberikan bukti bahwa komunikasi orang tua tentang penggunaan internet merupakan cara yang efektif untuk mencegah kecanduan internet. Hal ini bisa menjadi indikasi bagaimana perlunya jalinan komunikasi yang baik antara orang tua dan anaknya.

5) *Resource restriction* (Membatasi)

Resource restriction adalah pembatasan berbagai sumber daya untuk bermain *game online*. Kecanduan *game online* dapat disebabkan oleh berbagai faktor. Salah satu faktor yang menyebabkan kecanduan *game online* adalah mudahnya akses untuk bermain *game online*. Individu yang memiliki kemudahan akses untuk bermain *game online*, cenderung akan bermain lebih sering dan lebih lama. Remaja yang memiliki akses perangkat media elektronik di kamar tidur cenderung akan tidur lebih larut, memiliki durasi waktu tidur lebih singkat dan kurang konsentrasi melakukan kegiatan pada siang harinya. Remaja yang memiliki media elektronik kamar tidur lebih cenderung menggunakannya untuk bermain *game* daripada membaca buku. Orang tua dapat membatasi uang yang diberikan dan juga perlengkapan untuk bermain *game online*. Upaya ini dapat membatasi ruang gerak serta akses remaja terhadap permainan *game online* yang berlebihan.

2.4 Remaja

2.4.1 Definisi Remaja

Menurut WHO (*World Health Organization*) remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun, menurut peraturan Menteri kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014, Remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun, dan menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah. Jumlah kelompok usia 10-19 tahun di Indonesia menurut sensus penduduk di dunia diperkirakan kelompok remaja berjumlah 1,2 milyar atau 18% dari jumlah penduduk dunia (WHO, 2014).

2.4.2 Fase Remaja

Remaja menurut A. M. Yunanta Firdaus & Hidayati (2019) dibagi atas tiga kelompok usia tahap perkembangan, yaitu :

- 1) *Early adolescence* (remaja awal)
Berada pada rentang usia 12-15 tahun, merupakan masa negatif, karena pada masa ini terdapat sikap dan sifat negatif yang belum terlihat dalam masa kanak-kanak, individu merasa bingung, cemas takut dan gelisah.
- 2) *Middle adolescence* (remaja pertengahan)
Dengan rentang usia 15-18 tahun, pada masa ini individu menginginkan atau menandakan sesuatu dan mencari-cari sesuatu, merasa sunyi dan merasa tidak dapat dimengerti oleh orang lain.
- 3) *Late adolescence* (remaja akhir)
Berkisar pada usia 18-21 tahun. Pada masa ini individu mulai stabil dan mulai memahami arah hidup dan menyadari dari tujuan hidupnya. Mempunyai pendirian tertentu berdasarkan satu pola yang jelas.

2.4.3 Ciri-ciri Remaja

Ciri-ciri masa remaja menurut Saputro (2018). Masa remaja mempunyai ciri tertentu yang membedakan dengan periode sebelumnya:

- a. Masa remaja sebagai periode yang penting
Pada periode remaja, baik akibat langsung maupun akibat jangka panjang tetaplah penting. Perkembangan fisik yang begitu cepat disertai dengan cepatnya perkembangan mental, terutama pada masa awal remaja. Semua ini menimbulkan perlunya penyesuaian mental serta perlunya membentuk sikap, nilai, dan minat baru.
- b. Masa remaja sebagai periode peralihan
Pada fase ini, remaja bukan lagi seorang anak dan bukan juga orang dewasa. Kalau remaja berperilaku seperti anak-anak, ia akan diajari untuk bertindak sesuai dengan umurnya. Kalau remaja berusaha berperilaku sebagaimana orang dewasa, remaja sering kali dituduh terlalu besar ukurannya dan dimarahi karena mencoba bertindak seperti orang dewasa.
- c. Masa remaja sebagai periode perubahan
Tingkat perubahan dalam sikap dan perilaku selama masa remaja sejajar dengan tingkat perubahan fisik. Selama awal masa remaja, ketika perubahan fisik terjadi dengan pesat, perubahan perilaku dan sikap juga berlangsung cepat.

- d. Masa remaja sebagai usia bermasalah
Setiap periode perkembangan mempunyai masalah sendiri-sendiri, namun masalah remaja sering menjadi persoalan yang sulit diatasi baik oleh laki-laki maupun perempuan. Ketidak mampuan mereka untuk mengatasi sendiri masalahnya menurut cara yang mereka yakini, banyak remaja yang akhirnya menemukan bahwa penyelesaiannya tidak selalu dengan harapan mereka.
- e. Masa remaja sebagai masa mencari identitas diri
Pada awal tahun-tahun remaja, penyesuaian diri terhadap kelompok masih tetap penting bagi anak laki-laki dan perempuan. Lambat laun mereka mulai mendambakan identitas diri dan tidak puas lagi dengan menjadi sama dengan teman-teman dalam segala hal seperti sebelumnya.

3. METODOLOGI PENELITIAN

3.1 Strategi Pencarian Literatur

3.1.1 Framework yang digunakan

PICOS framework digunakan dalam strategi mencari jurnal tersebut.

- a. *Population/problem* : Populasi yang akan menganalisis masalah.
- b. *Intervention* : Tindakan intervensi atau penatalaksanaan pada kasus yang terjadi serta penjelasannya.
- c. *Comparison* : Perbandingan dari penatalaksanaan lain.
- d. *Outcome* : Suatu hasil dari penelitian.
- e. *Study design* : Model penelitian yang digunakan untuk di review.

3.1.2 Kata Kunci

Dalam pencarian jurnal menggunakan kata kunci (AND, OR NOT or AND NOT) yang dipakai untuk lebih detail lagi dalam pencairan jurnal dan dapat mempermudah pencarian jurnal yang diinginkan. Kata kunci yang digunakan adalah “Pengaruh” AND “*Game online*” AND “Perubahan Perilaku Remaja”.

3.1.3 Database atau Search Engine

Data sekunder merupakan data yang digunakan dalam melakukan penelitian ini. Dimana data yang didapatkan tidak langsung terjun pengawasan, tetapi mengambil dari data penelitian terdahulu yang telah dilaksanakan. Sumber data yang digunakan menggunakan database e-*Mendeley*, *Publish or Perish*, *Google* buku dan *Google* cendekia yang berupa artikel atau jurnal.

3.1.3 Kriteria Inklusi dan Eksklusi

Tabel 3. 1 Kriteria inklusi dan eksklusi dengan format PICOS

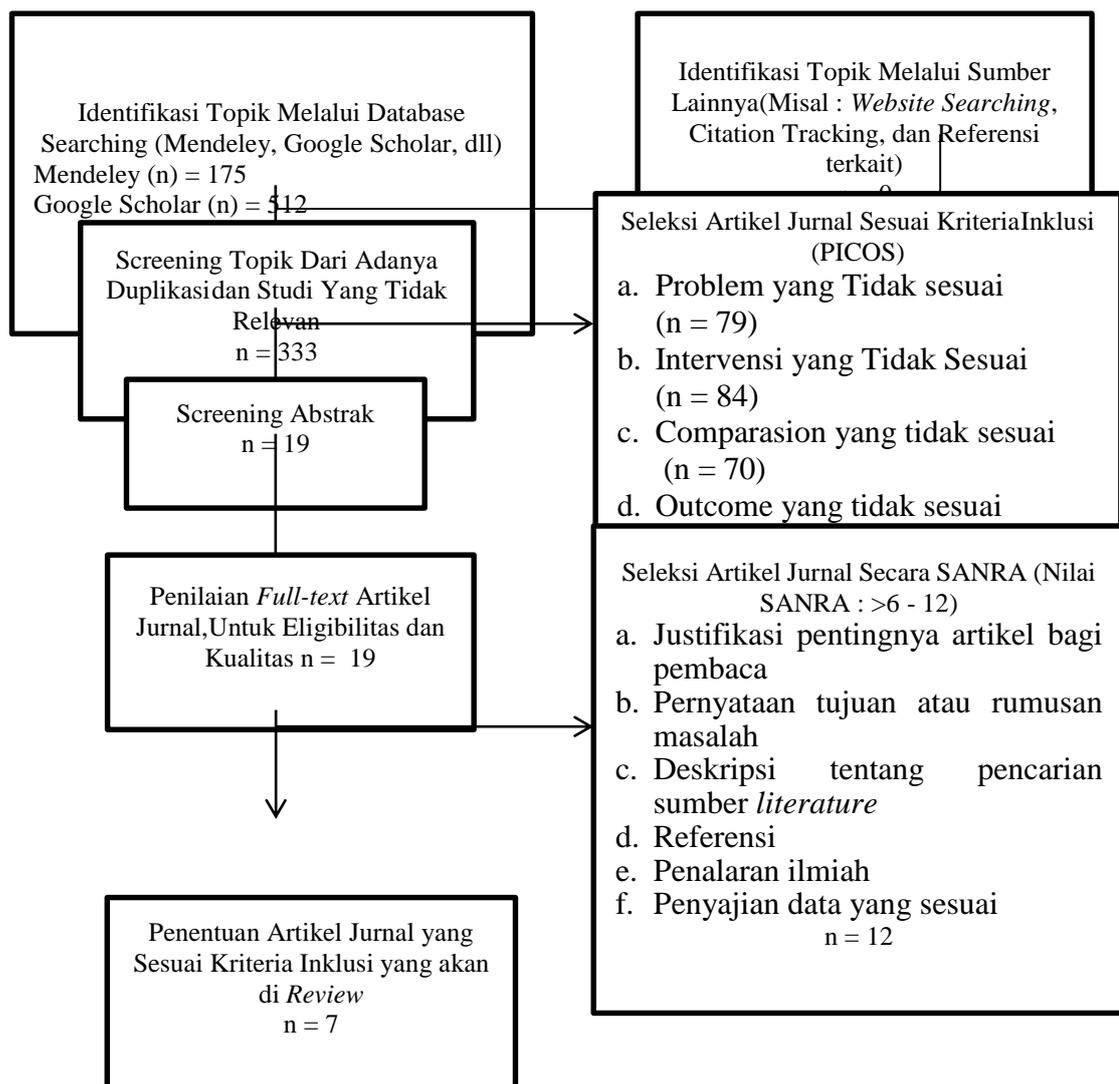
Kriteria	Inklusi	Eksklusi
<i>Problem</i>	Jurnal yang tidak berkaitan dengan topik penelitian.	Jurnal yang berkaitan dengan topik penelitian yaitu perubahan perilaku pada remaja
<i>Intervention</i>	Tidak ada intervensi.	Ada intervensi
<i>Comparison</i>	Tidak ada faktor perbandingan	Ada perbandingan
<i>Outcome</i>	Terdapat pengaruh <i>game online</i> terhadap perubahan perilaku remaja.	Tidak pengaruh <i>game online</i> terhadap perubahan perilaku pada remaja.
<i>Study Design</i>	Deskriptif kuantitatif, kuantitatif, cross sectional, deskriptif kolerasi.	Selain deskriptif kuantitatif, kuantitatif, cross sectional, deskriptif kolerasi.
Tahun Terbit	Jurnal yang diterbitkan pada tahun 2012-2022.	Jurnal yang diterbitkan sebelum tahun 2012.
Bahasa	Bahasa Indonesia dan bahasa Inggris.	Selain bahasa Indonesia dan bahasa Inggris.

3.2.2 Hasil Pencarian dan Seleksi Studi

Dari hasil pencarian *literature review* melalui database yang digunakan menggunakan Mendeley, dan Google scholar yang menggunakan keyword “Pengaruh” AND “*Game online*” AND “Perubahan Perilaku Remaja” dalam pencarian penelitian menemukan 687 jurnal tersisa didapatkan adanya ketidakyakinan inklusi sehingga dilakukannya eksklusi dan didapatkan 333 jurnal dieksklusi karena terbit dibawah tahun 2012 dan bahasanya tidak menggunakan bahasa Indonesia. Penilaian kelayakan dari 19 jurnal tersisa didapatkan ada tidaknya kelayakan inklusi sehingga dilakukannya eksklusi dan didapatkan 7 jurnal yang dilakukan *review*.

3.2.3 Diagram Alur *Literatur Review*

Bagan 3. 1 Diagram Alur *Literatur Review*



4. HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil

4.1.1 Karakteristik Umum *Literature*

Pada bagian ini terdapat *literature* yang keasliannya dapat dipertanggungjawabkan dengan tujuan penelitian. Tampilan hasil *literatre* dalam tugas akhir *literature review* berisi tentang

ringkasan dan pokok-pokok hasil dari setiap artikel yang terpilih dalam bentuk tabel, kemudian dibawah bagian tabel dijabarkan apa yang ada didalam tabel tersebut berupa makna dan trend dalam bentuk paragraph (Hariyono, et al., 2020).

Tabel 4. 1 Karakteristik Umum *Literature*

No	Kategori	F	%
A Tahun Publikasi			
1	2016	3	42,9
2	2017	1	14,3
3	2019	1	14,3
4	2020	1	14,3
5	2021	1	14,3
Jumlah		7	100
B Desain Penelitian			
1	Deskriptif kuantitatif	1	14,3
2	Kuantitatif	4	57,2
3	<i>Cross-sectional</i>	1	14,3
4	Deskriptif kolerasi	1	14,3
Jumlah		7	100
C Sampling Penelitian			
1	<i>Accidental sampling</i>	1	14,3
2	<i>Total sampling</i>	1	14,3
3	<i>Random sampling</i>	1	14,3
4	<i>Purposive sampling</i>	4	57,2
Jumlah		7	100
D Instrumen Penelitian			
1	Kuisisioner, Wawancara dan Dokumentasi	2	28,6
2	Kuisisioner	5	71,5
Jumlah		7	100
E Analisis Statistik Penelitian			
1	Uji validitas	1	14,3
2	Uji <i>linearitas</i>	1	14,3
3	Analisis deskriptif	1	14,3
4	Uji <i>Chi-square</i>	1	14,3
5	Analisis regresi linear sederhana	2	28,6
6	Uji- <i>test</i>	1	14,3
Jumlah		7	100

Dari penelitian *literature review* yang dilakukan, sebagian besar (42,9%) menggunakan jurnal yang diterbitkan tahun 2016. Desain penelitian Kuantitatif, persentase terbesar (57,2%). Penelitian *literature review* ini menggunakan teknik *Purposive sampling* (57,2%) menggunakan teknik *Accidental sampling* (14,3%), Sebagian besar menggunakan Kuisisioner (71,5%). Analisis yang digunakan yaitu menggunakan Regresi linear sederhana (28,3%).

4.1.2 Karakteristik Hasil Penelitian

Berisi hasil penelusuran sumber artikel yang digunakan yang dimasukkan dalam tabel karakteristik studi, setelah itu dijelaskan satu persatu artikel yang digunakan dalam *literature review*.

Tabel 4. 2 Karakteristik Hasil Penelitian

No	Kategori	F	%
A Perubahan Perilaku			
1	Perilaku sadar dan tidak sadar	1	14,3
2	Perilaku tampak dan tidak tampak	2	28,6
3	Perilaku sederhana dan kompleks	2	28,6
4	Perilaku kognitif, afektif, psikomotorik	2	28,6
Jumlah		7	100
B Kecanduan			
1	Kecanduan bermain <i>game online</i>	7	100
2	Tidak kecanduan bermain <i>game online</i>	0	0
Jumlah		7	100

Berdasarkan hasil literature review dari 7 jurnal, terdapat 2 jurnal yang termasuk kedalam kategori perilaku kognitif, afektif, psikomotorik sebesar (28,6%), 1 jurnal membahas perilaku sadar dan tidak sadar (14,3%), Dan didapatkan 2 jurnal yang membahas perilaku tampak dan tidak tampak (28,6%)., Lalu didapatkan 2 jurnal yang membahas perilaku sederhana dan kompleks (28,6%). Kemudian didapatkan 7 jurnal tentang kecanduan bermain *game online* (100%).

4.2 Analisis Penelitian

Tabel 4. 3 Analisis Penelitian

No	Variabel yang diteliti	Analisis Literatur	Sumber Empiris
1.	Variabel independen: kecanduan <i>game online</i> Variabel dependen: perilaku remaja	Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh antara kecanduan <i>game online</i> terhadap perilaku remaja.	Mimi Ulfa (2017)
2.	Variabel independen: kecanduan <i>games online</i> Variabel dependen: interaksi sosial	Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara interaksi sosial dan konsep diri dalam kecanduan <i>game online</i> .	Lestari Ayu, Sahat Saragih (2016)
3.	Variabel independen bermain <i>game online</i> Variabel dependen: perilaku remaja	Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai signifikansi pada data hasil angket masing-masing 0,320 dan 0,263 > 0,05, sehingga dapat dikatakan bahwa kedua data hasil angket penelitian berdistribusi normal. sehingga ada pengaruh <i>game online</i> pada perilaku mahasiswa.	Indah Dhamayanthie (2020)
4	Variabel independen kecanduan bermain <i>game online</i>	Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat 88% remaja	Dona Febriandar, Fathra Annis Nauli, Siti Rahmalia (2016)

	Variabel dependen: identitas diri	mengalami kecanduan bermain <i>game online</i> dan 90% remaja berada pada identitas aktif dan menunjukkan tidak ada hubungan antara kecanduan bermain <i>game online</i> terhadap identitas diri remaja dengan nilai $P \text{ value} = 1,000 > 0.05$. Remaja diharapkan untuk dapat mengontrol perilaku bermain <i>game online</i> agar tidak menjadi kecanduan.	
5	Variabel independen penggunaan <i>game online</i> Variabel dependen: perilaku remaja	Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan <i>game online</i> sangat berpengaruh terhadap pelaksanaan ibadah shalat remaja di lingkungan Permata Kopo Kabupaten Bandung.	Nadhief Muhammad Fauzan, Bambang Saiful Ma'arif, Muhammad Fauzi Arif (2021)
6	Variabel independen kecanduan <i>game online</i> Variabel dependen: interaksi sosial remaja	Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan antara komunikasi interpersonal dan interaksi sosial berhubungan dengan kecanduan <i>game online</i> .	Ah Yusuf, Ilya Krisnana, and Achmad Ibrahim (2019)
7	Variabel independen pengaruh <i>game online</i> Variabel dependen: perubahan perilaku agresif pada remaja	Hasil penelitian menunjukkan hasil $Y = 27,06 + 0,75X$, kemudian untuk hasil t tabel diperoleh nilai sebesar 1,980. Dengan demikian maka t hitung > t tabel maka jumlah thitung lebih dari jumlah t tabel dapat dinyatakan H0 ditolak H1 diterima yang artinya ada pengaruh <i>game online</i> terhadap perubahan perilaku agresif remaja di samarinda.	Rika Agustina Amanda (2019)

Berdasarkan hasil analisis literatur review terdapat 7 jurnal yang dinyatakan Ha atau hipotesis alternatifnya diterima. Sehingga dapat disimpulkan adanya pengaruh *game online* terhadap perubahan perilaku remaja.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Dapat dilihat dari sebagian besar jurnal yang dilakukan *review* menyebutkan bahwa sebagian besar remaja mengalami kecanduan game. Tingginya angka kecanduan *game online* dikalangan remaja menandakan bahwa usia remaja lebih rentan kecanduan *game online* dari pada usia dewasa.

Ada 4 kategori perubahan perilaku yaitu perubahan perilaku sadar dan tidak sadar seperti tertama dimana saat remaja bermain *game* sering kali tanpa sadar tertawa ataupun terbawa emosi, perilaku tampak dan tidak tampak remaja yang menarik diri dari lingkungannya lalu mengurung diri dikamar hal ini menyebabkan remaja menjadi *introvert*, perilaku sederhana dan kompleks timbulnya perilaku malas dalam diri remaja yang seringkali melalaikan kewajibannya seperti shalat dan telat makan akibat seru bermain *game*, Perilaku afektif kebanyakan remaja beranggapan bahwa *game online*

lebih asik dari pada belajar, perubahan perilaku psikomotorik pada remaja yang kecanduan *game online* menyebabkan mata minus karna bermain gadget dalam waktu yang lama serta dapat menyebabkan kram pada sendi-sendi jari.

Sebagian remaja yang sudah kecanduan *game online* akan mengalami perubahan perilaku tampak dan tidak tampak yaitu menarik diri dari lingkungannya ini menyebabkan remaja menjadi *introvert*.

6.2 Saran

6.2.1 Bagi Keilmuan

Penelitian ini diharapkan meningkatkan kinerja perawat dan tenaga medis untuk memberi solusi terbaik supaya remaja bisa mengetahui dampak perubahan perilaku dari kecanduan bermain *game online* akan berpengaruh dalam kehidupannya. Tenaga kesehatan khususnya perawat memberikan edukasi dan motivasi supaya masyarakat khususnya orang tua remaja supaya tidak terkena dampak negatif dari *game online*.

6.2.2 Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi salah satu sumber informasi khususnya pada orang tua untuk membimbing dan mengawasi kepada anaknya yang bermain *game online* kemudian memberi batasan waktu bermain agar remaja tidak kehilangan kontrol dalam bermain *game online* dan tidak berdampak negatif bagi kehidupannya.

6.2.3 Bagi Instistusi Pendidikan

Pihak institusi diharapkan untuk mewajibkan para siswa atau mahasiswa untuk mengikuti kegiatan yang positif seperti mewajibkan untuk ikut kegiatan ekstrakurikuler, dengan ikut kegiatan akan menghindarkan dari kecanduan bermain *game*. Kemudian memberikan sosialisasi dan edukasi kepada remaja tentang pengaruh *game online* terhadap perubahan perilaku dengan cara melakukan penyuluhan kepada mahasiswa dan sekolah sehingga dapat mengatasi lalu mengurangi dampak yang akan terjadi.

DAFTAR PUSTAKA

- Affandi, M. (2013). ... Online Terhadap Tingkat Efektivitas Komunikasi Interpersonal Pada Kalangan Pelajar Kelas 5 SDN 009 Samarinda. *ejournal Ilmu Komunikasi*, Vol 1 (4) *Hubungan Kecanduan Game online dengan Self ...*, 1(4), 177–187.
- Akbar, H. (2020). *Penyuluhan Dampak Perilaku Kecanduan Game online Terhadap Kesehatan Remaja di SMA Negeri 1 Kotamobagu*. 1, 42–47.
- Ayu, L., & Saragih, S. (2016). Interaksi Sosial dan Konsep Diri dengan Kecanduan Games Online pada Dewasa Awal. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 5(02), 167–173. <https://doi.org/10.30996/persona.v5i02.734>
- Firdaus, A. M. yunanta, & Hidayati, E. (2019). Pengetahuan Dan Sikap Remaja Terhadap Penggunaan Napza Di Sekolah Menengah Atas Di Kota Semarang. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 6(1), 1. <https://doi.org/10.26714/jkj.6.1.2018.1-7>
- Firdaus, et al. (2020). *Dampak Game online Terhadap Perilaku Mahasiswa*. 4, 13–15.
- Harun, F., & Arsyad, L. (2020). Dampak *Game online* Dan Implikasinya Terhadap Motivasi Belajar Peserta Didik Di Mi Al Anshar Kecamatan Hulonthalangi. *Educator (Directory of Elementary Education Journal)*, 1(2), 26–37. <https://doi.org/10.54045/educator.v1i2.189>
- Karuniawan, A., & Cahyanti, I. Y. (2013). Addiction pada Mahasiswa Pengguna Smartphone. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan mental*, 2(1), 16–21.
- Kusumawati, R., Aviani, Y. I., & Molina, Y. (2017). Perbedaan Tingkat Kecanduan (Adiksi) Games Online Pada Remaja Ditinjau Dari Gaya Pengasuhan. *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri*

- Padang*), 8(1), 88–99. <http://ejournal.unp.ac.id/index.php/psikologi/article/view/7955>
- Lutfiwati, S. (2018). Memahami Kecanduan *Game online* Melalui Pendekatan Neurobiologi. *Journal of Sychology*, 1(1), 1–16. <http://ejournal.radenintan.ac.id/index.php/anfusina/article/view/3643/2416>
- Manggena, T. F., Putra, K. P., & Elingsetyo Sanubari, T. P. (2017). Pengaruh Intensitas Bermain Game Terhadap Tingkat Kognitif (Kecerdasan Logika-Matematika) Usia 8-9 Tahun. *Satya Widya*, 33(2), 146–153. <https://doi.org/10.24246/j.sw.2017.v33.i2.p146-153>
- Ninla Elmawati Falabiba, Anggaran, W., Mayssara A. Abo Hassanin Supervised, A., Wiyono, B. ., Ninla Elmawati Falabiba, Zhang, Y. J., Li, Y., & Chen, X. (2014). Analisis Kecanduan Judi Online (Studi Kasus Pada Siswa SMAK AN Mandai Maros Kabupaten Maros). *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*, 5(2), 40–51.
- Novrialdy, E. (2019). Kecanduan *Game online* pada Remaja: Dampak dan Pencegahannya. *Buletin Psikologi*, 27(2), 148. <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.47402>
- Putra, F. F., Rozak, A., Perdana, G. V., & Maesharoh, I. (2019). Dampak *Game online* Terhadap Perubahan Perilaku Sosial Mahasiswa Telkom University. *Jurnal Politikom Indonesiana*, 4(2), 98–103. <https://doi.org/10.35706/jpi.v4i2.3236>
- Saputro, K. Z. (2018). Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja. *Aplikasia: Jurnal Aplikasi Ilmu-ilmu Agama*, 17(1), 25. <https://doi.org/10.14421/aplikasia.v17i1.1362>
- Sari, C. A. (2015). Perilaku Berbelanja Online Di Kalangan Mahasiswi Antropologi Universitas Airlangga. *Jurnal Antro Unair*, 4(2), 205–216.
- Sri Wahyuni Adiningtiyas, M. P. (2017). Peran Guru dalam Mengatasi Kecanduan *Game online* (The role of teacher in overcoming addiction to online games). *Jurnal KOPASTA*, 4(1), 11. www.journal.unrika.ac.id/JurnalKOPASTA
- Syahputra, T. R. (2018). Pengaruh Bermain *Game online* terhadap Perilaku Komunikasi Remaja. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa FISIP Unsyiah*, 3(1), 24.
- Syahrani, R. (2015). Ketergantungan Online Game Dan Penanganannya. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling: Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Konseling*, 1(1), 84. <https://doi.org/10.26858/jpkk.v1i1.1537>
- Warits Marinsa Putri, N., Hamiyati, & Doriza, S. (2020). Dampak *game online* : Studi fenomena perilaku trash-talk pada remaja. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 2(2), 72–85.