

Pengaruh Kecerdasan Emosi terhadap Adiksi Game *Online* Remaja Akhir

Naufal Ikram Arrajab *, Lilim Halimah

Prodi Ilmu Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Bandung, Indonesia.

* frezee90@gmail.com, aumisyanida@gmail.com

Abstract. Online games are very popular nowadays. Online games provide psychological satisfaction for players such as being free from social pressure, anxiety, frustration, feeling comfortable, peaceful, and happy. However, uncontrolled play can have a negative impact. Players find it difficult to try to stop the game and cause various problems, both psychological and social problems, this can be categorized as online game addiction. Emotional intelligence has a role in everyone to overcome social and emotional problems in themselves. Emotional problems and self-control are part of emotional intelligence. This study aims to examine the effect of emotional intelligence on online game addiction in late teens. The method used in the study of causality. Game Addiction Scale (GAS) was used to measure the level of online game addiction and Emotional Intelligence Inventory (EII) was used to measure emotional intelligence. The sample of this research is late adolescents who live in the city of Bandung totaling 105 people who were selected randomly using consecutive sampling technique. The data analysis technique used regression analysis. The results showed that emotional intelligence had an effect of 12.3% on online game addiction in late adolescents in the city of Bandung.

Keywords: *Emotional Intelligence, Online Game Addiction, Late Adolescence.*

Abstrak. Games online sudah sangat memasyarakat saat ini. Permainan game online memberikan kepuasan psikologis bagi pemainnya seperti terbebas dari tekanan sosial, kecemasan, frustrasi, merasa nyaman, damai, dan bahagia. Akan tetapi, permainan yang tidak terkontrol dapat memberikan dampak negatif. Pemain kesulitan untuk mencoba menghentikan permainannya dan menimbulkan berbagai masalah baik psikologis maupun masalah sosial, hal ini dapat dikategorikan Adiksi Game online. kecerdasan emosi memiliki peran dalam diri setiap orang untuk mengatasi masalah sosial dan emosi pada diri sendiri. Masalah emosi dan kontrol diri merupakan bagian dari kecerdasan emosi. Penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh kecerdasan emosi terhadap adiksi game online pada remaja akhir. Metode yang digunakan dalam penelitian hubungan kausalitas. Game Addiction Scale (GAS) digunakan untuk mengukur tingkat adiksi game online dan Emotional Intelligence Inventory (EII) digunakan untuk mengukur kecerdasan emosi. Sampel penelitian ini remaja akhir yang tinggal di Kota Bandung berjumlah 105 orang yang dipilih secara acak dengan menggunakan teknik consecutive sampling. Teknik analisis data menggunakan analisis regresi. Hasil penelitian menunjukkan kecerdasan emosi memberikan pengaruh sebesar 12.3 % terhadap adiksi game online pada remaja di kota Bandung.

Kata Kunci: *Kecerdasan Emosi, Adiksi Game online, Remaja Akhir.*

A. Pendahuluan

Memasuki era digital, penggunaan internet menjadi kebutuhan penting bagi aktivitas masyarakat. Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) melakukan survey pada tahun 2019 hingga 2020, tercatat sebanyak 196 juta orang pengguna jasa internet dengan persentase terbanyak pada Provinsi Jawa Barat (APJII, 2020). Dalam survey yang dilakukan APJII pun didapat bahwa usia 20-24 tahun merupakan usia dengan persentase terbesar dalam penggunaan internet dengan jumlah 14.1% (APJII, 2020). Dari data tersebut tercatat pula sebanyak 16.5% utamanya menggunakan internet untuk bermain games online (APJII, 2020). Menurut Mobile Marketing Association (MMA) yang melakukan survei terkait game di Indonesia, jumlah pemain game mobile di Indonesia mencapai 60 juta pada tahun 2018. Jumlah ini diperkirakan akan meningkat pada tahun 2020 (www.tek.id). Provinsi Jawa Barat sendiri merupakan salah satu wilayah yang paling diminati untuk penggunaan game online, terutama di tiga kota di Jawa Barat, seperti Bandung, Bekasi dan Bogor. Dari data yang didapatkan, sebanyak 57% pengguna game online ada di Kota Bandung dan 11% di Bogor yang menjadi persentase terendah. (www.teknologi.metrotvnews.com).

Perusahaan Verizon melaporkan bahwa dikarenakan adanya himbuan untuk mencegah penularan virus Covid-19 agar masyarakat tetap berada dirumah pada saat masa pandemi, banyak orang menjadi bermain game selama dirumah untuk mengisi waktu luang. Tercatat penggunaan game online pada masa pandemi mengalami peningkatan yang sangat melonjak, berdasarkan presentase didapatkan 75% peningkatan pada masa Covid-19. (www.cnnindonesia.com). Dilansir dari detik.com pada tahun 2020 hingga awal tahun 2021 ada sekitar 112 anak menjalani rawat jalan di RSJ Cisarua Jawa Barat akibat keseringan bermain game online dan perilakunya tidak dapat terkontrol.

Bermain game online dapat membuat pemainnya merasa senang, karena menghasilkan kepuasan psikologis seperti terbebas dari tekanan sosial, frustrasi, kecemasan, damai, dan bahagia (Young, 2009). Para pemain akan semakin tertarik untuk memainkan game online tersebut ketika memperoleh kepuasan tersebut. Semakin remaja tertarik dalam memainkan game online tersebut maka intensitas bermainnya pun akan meningkat (Young, 2009). Artinya jumlah waktu untuk bermain game online semakin lama semakin bertambah agar mendapat efek perubahan dair persaan, dan saat selesai bermain individu merasa kenyamanan dan kesenangan, dan juga sebaliknya jika individu menunda atau diberhentikan bermain maka akan merasakan kecemasan dan juga bosan. Hal-hal tersebut bisa dikatakan seseorang tersebut mengalami adiksi game online (Budhi, 2016)

Kecanduan game online dapat memengaruhi aspek sosial kehidupan sehari-hari, mulai dari kualitas interaksi dengan orang-orang terdekat dan citra diri hingga perubahan perilaku. Karena banyaknya waktu yang dihabiskan di dunia maya membuat individu cenderung tidak berinteraksi dengan orang lain di dunia nyata. Hal ini terjadi karena orang terbiasa berinteraksi dengan media bermainnya yang hanya dalam satu arah. Hal ini membuat perilaku seseorang menjadi sangat tertutup sehingga sulit untuk mengekspresikan dirinya di dunia nyata (Susanto, 2010).

Goleman (2009) menjelaskan kecerdasan emosi adalah kemampuan untuk mengendalikan diri, sabar menghadapi masalah, mengendalikan dorongan hati, memotivasi diri sendiri, mengatur suasana hati, berempati dan membangun hubungan dengan orang lain. Kecerdasan emosi dalam hubungan antar manusia diperlukan karena merupakan kemampuan khusus untuk membaca emosi terdalam dari orang-orang yang melakukan hubungan dengan orang lain dalam berperilaku dan berinteraksi dalam kehidupan sehari-hari Hasil interaksi dengan lingkungan terdekat akan mengubah perilaku individu. Hasil interaksi tersebut dapat mempengaruhi kecerdasan emosi seseorang yang kecanduan game online. Karena banyaknya waktu yang dihabiskan di dunia maya membuat individu cenderung tidak berinteraksi dengan orang lain di dunia nyata. (Kusumadewi, 2009).

Selain itu, individu dengan tingkat kecerdasan emosi yang lebih tinggi menjadi lebih mahir dalam menenangkan diri lebih cepat, lebih mahir dalam memperhatikan, lebih baik berhubungan dengan orang lain, lebih cerdas, lebih memahami, mudah menerima perasaan-perasaan dan banyak pengalaman untuk mengatasi masalahnya sendiri, sehingga dapat lebih

baik disekolah dan dalam menjalin pertemanan dengan teman sebaya disekitarnya serta akan terlindung dari resiko seperti kenakalan dan kecanduan pada game online yang sangat tinggi (Gottman dan DeClaire, 2001). Kecanduan game online juga mempengaruhi kehidupan pemain. Gamer online yang kecanduan akan merasa hidupnya membosankan jika mereka tidak bermain game online. Hal ini mempengaruhi emosi pemain tersebut. Tetapi pemain dengan kecerdasan emosi tinggi dapat mengontrol emosinya saat bermain online atau tidak, sedangkan anak dengan kecerdasan emosi rendah tidak dapat mengontrol emosinya saat tidak bermain online. Pemain dengan kecerdasan emosi yang tinggi dapat berpikir dan bertindak dengan mengendalikan emosinya (Casmimi, 2007).

Bersarkan hasil penelusuran yang dilakukan oleh peneliti ditemukan beberapa aspek kecerdasan emosi berpengaruh secara tidak langsung melalui stress ke adiksi game online (Che, D. et al., 2017). Hasil penelitian lain yang mengatakan aspek aspek kecerdasan emosi juga memberikan pengaruh negatif pada adiksi game online pada remaja (Melchers et al., 2015). Pada penelitian yang dilakukan van Deursen et al., (2015) pada 386 orang di Belanda gagal menemukan pengaruh yang signifikan antara kecerdasan emosi dan adiksi game online.

Dari penelitian terdahulu yang berkaitan dengan kecerdasan emosi dan adiksi game online pada remaja, masih terbatas yang berfokus pada variabel tersebut terutama pada remaja akhir yang dimana masa yang harus mulai menunjukkan kematangan emosi karena sedang dalam masa transisi ke masa dewasa, ditambah penelitian penelitian terdahulu yang mengatakan ada pengaruh tidak langsung antara kedua variabel tersebut, ada juga yang mengatakan aspek-aspeknya memberikan pengaruh negatif, tetapi ada yang menemukan gagal dalam menemukan pengaruh, artinya dari subjek yang berbeda umur dan juga alat ukur yang berbeda hasil dari pengaruh kecerdasan emosi terhadap game online berbeda beda hasilnya.

B. Metodologi Penelitian

Kecerdasan Emosi

Goleman (1995) mengemukakan definisi kecerdasan emosi merupakan kemampuan untuk mengenali emosi kita sendiri dan orang lain, untuk memotivasi diri kita sendiri, dan untuk mengelola emosi kita dalam diri kita sendiri dan dalam hubungan kita.

Adiksi Game Online

Menurut Lemmens et al., (2009), adiksi *game online* penggunaan yang secara berlebihan dalam menggunakan video game yang secara menerus dilakukan berpengaruh pada mengisolasi diri dari lingkungan.

Penelitian ini dilakukan dengan pendekatan kuantitatif dengan menggunakan metode kausalitas non-eksperimental. Variabel dalam penelitian ini yaitu kecerdasan emosi dan adiksi *game online*. Dalam penelitian ini melihat bagaimana pengaruh kecerdasan emosi terhadap adiksi *game online* remaja akhir.

Partisipan dalam penelitian ini dengan populasi remaja akhir yang bermain *game online* di Kota Bandung. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *consecutive sampling*. Dari pengambilan data memakai *google form* didapatkan 105 orang responden.

Dalam mengukur kecerdasan emosi menggunakan *Emotional Intelligence Inventory (EII)* dari Goleman (1995) terdiri dari 55 aitem. Skala pengukuran terdapat 4 pilihan jawaban pada setiap aitemnya.dengan alternatif jawaban (1) Sangat Tidak Sesuai; (2) Tidak Sesuai; (3) Sesuai; (4) Sangat Sesuai (Lanawati, 1999).

Alat ukur adiksi *game online* dengan Game Addiction Scale (GAS) (Lemmens et al., 2009b), dan telah diadaptasi ke dalam konteks bahasa Indonesia oleh Halimah (2020), terdiri dari 21 aitem Skala pengukuran terdapat 4 pilihan jawaban pada setiap aitemnya.dengan alternatif jawaban (0) Sangat tidak benar; (1) Tidak Pernah; (2) Jarang; (3) Sering; dan (4) Sangat Sering (Halimah, 2020).

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Hasil Uji Regresi

Tabel 1. Hasil uji regresi

Kategori		<i>Coefficient</i>	<i>F</i>	<i>t</i>	<i>Sig</i>	<i>R²</i>
Total Adiksi <i>Game online</i>	Constant	57.717	14.410	8.695	.000*	.123
	Kecerdasan Emosi	-.187				
Adiksi <i>Game online</i> Ringan	Constant	57.717	14.410	8.695	.000*	.123
	Kecerdasan Emosi	-.187				
Adiksi <i>Game online</i> Sedang	Constant	40.238	.275	7.022	.602*	.005
	Kecerdasan Emosi	-.023				
Adiksi <i>Game online</i> Berat	Constant	70.367	1.656	5.693	0.288	.356
	Kecerdasan Emosi	-.140				

Berdasarkan (tabel 1.), diketahui bahwa hasil perhitungan konstanta pada variabel kecerdasan emosi sebesar 57.717 dengan nilai koefisien regresi variabel adiksi game online sebesar -.187 dengan rumus persamaan regresi: $\hat{Y} = 57.717 + (-0.187)X$. Berdasarkan hasil perhitungan rumus tersebut, diketahui bahwa pengaruh kecerdasan emosi terhadap adiksi game online bersifat negatif sehingga apabila skor kecerdasan emosi mengalami kenaikan satu-satuan maka skor adiksi game online akan mengalami penurunan sebesar .187. Hasil analisis regresi menghasilkan nilai F hitung sebesar 57.717 dengan nilai p .000. Jika nilai p dibandingkan dengan $\alpha = .05$ maka dapat disimpulkan bahwa $p < \alpha$, yang menunjukkan model regresi berarti atau layak digunakan dalam perhitungan diketahui juga bahwa nilai signifikansi .000 lebih kecil dari taraf signifikansi ($\alpha = .05$). Maka dapat disimpulkan bahwa variabel kecerdasan emosi berpengaruh terhadap variabel adiksi game online. Menurut pengujian koefisien determinasi diatas menunjukkan hasil penghitungan R square adalah .123 Artinya, skala kecerdasan emosi mempengaruhi skala adiksi game online sebesar 12.3%, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh variabel lain di luar persamaan regresi yang diteliti. Sehingga, hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_a) diterima, yang menunjukkan bahwa kecerdasan emosi memiliki pengaruh yang signifikan terhadap adiksi game online pada remaja akhir.

Pada kategorisasi yang memiliki adiksi game online ringan memiliki nilai yang sama dengan nilai adiksi secara keseluruhan yang artinya kecerdasan emosi berpengaruh kepada adiksi game ringan sebesar 12.3%. pada kategorisasi yang memiliki adiksi game online sedang dan berat ditemukan tidak adanya pengaruh.

Data Hasil Kategorisasi

Tabel 2. Kategorisasi Kecerdasan emosi

No	Kategori	Interval Skor	Total	
			N	%
1	kecerdasan emosi rendah	51 – 127.5	38	36.1 %
2	kecerdasan emosi tinggi	127.6-204	67	63.9%

Berdasarkan dari data yang diperoleh, dari 105 remaja akhir, mayoritas memiliki kecerdasan emosi yang tinggi yaitu sebanyak 67 orang (63.9%).

Tabel 3. Kategorisasi Adiksi Game Online

No	Kategori	Interval	Total	
			N	%
1	Adiksi ringan	15.76 -31.50	44	41.9%
2	Adiksi sedang	31.51-47.25	56	53.3%
3	Adiksi berat	47.26-63	5	4.8%

Berdasarkan dari data yang diperoleh, dari 105 remaja akhir, mayoritas mengalami adiksi game online sedang yaitu sebanyak 56 orang (53.3%).

Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pengaruh negatif kecerdasan emosi terhadap adiksi game online sebesar 12.3% (Tabel 4.4). Hal tersebut sejalan dengan penelitian yaitu hasil menunjukkan dengan tingkat kecerdasan emosi yang tinggi maka dapat mendorong individu menjadi tidak adiksi game online dan juga dengan rendah nya kecerdasan emosi dapat menyebabkan individu menjadi adiksi game online (Leong & Wu, 2019). Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian di Cina yang di temukan bahwa individu yang menyadari, mengendalikan emosi, memotivasi diri serta memahami emosi orang lain dan membina hubungan yang baik dapat mampu mengontrol perilaku adiksi nya tersebut sehingga tidak merugikan diri nya maupun orang lain disekitarnya (Che, D., et al, 2017).

Dari penelitian ini pun dapat diketahui bahwa memang terbukti kecerdasan emosi mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap adiksi game online karena seorang remaja yang memiliki kecerdasan emosi menurut Goleman (1995) dapat mengendalikan amarah, sabar dan tidak agresif, memikirkan konsekuensi sebelum bertindak, gigih dan berusaha mencapai tujuan hidup, menyadari perasaan diri sendiri dan orang lain, dapat berempati dengan orang lain, dapat mengendalikan suasana hati, emosi positif, konsep diri, mudah berteman, berkomunikasi dengan baik, dapat menyelesaikan konflik sosial secara damai. Dimana hal hal tersebut dapat mengontrol perilaku dari adiksi remaja untuk bermain game online seperti membatasi waktu bermainnya, bisa memilih aktivitas lain selain game online, tidak menimbulkan masalah pada diri sendiri dan lingkungannya, mampu menjalin relasi dengan baik dengan lingkungan juga.

Pada penelitian ini di temukan bahwa kecerdasan emosi tidak memiliki pengaruh pada remaja mengalami adiksi game online sedang dan adiksi game online berat. hasil ini selaras dengan penelitian dilakukan van Deursen et al., (2015) dimana ditemukan bahwa tidak terdapat pengaruh kecerdasan emosi terhadap adiksi game online tetapi dari bedanya dari temuan peneliti yaitu peneliti menemukan tidak ada pengaruh hanya di kategori sedang dan berat sedangkan pada penelitian van Deursen et al., (2015) ditemukan tidak adanya pengaruh pada adiksi game online secara keseluruhan.

Pada penelitian juga ini, dapat diketahui bahwa remaja laki-laki lebih banyak memainkan game online. Hasil penelitian menunjukkan 86 remaja laki-laki yang mengalami adiksi. Hal tersebut selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Lin dan Tsai (2002), Bahwa remaja laki-laki lebih mungkin bermain game online dan kecanduan game online dibanding dengan remaja perempuan. Hal tersebut dikarenakan bahwa lebih banyak remaja laki-laki daripada perempuan yang bermain game online untuk mengejar perasaan berprestasi dan membuat kontak sosial. Game online dapat meningkatkan citra diri dengan menawarkan kesempatan untuk berinteraksi dengan orang lain yang memiliki minat yang sama dan untuk mengejar identifikasi diri yang kuat dan cerdas, yang keduanya meningkatkan risiko kecanduan di kalangan laki-laki. Game online menjadi daya tarik bagi laki-laki karena persepsi masyarakat mengenai game sangat melekat pada gender laki-laki dibandingkan dengan perempuan. Hal tersebut selaras dengan penelitian Fox dan Tang (2013), menyebutkan bahwa persepsi yang terus-menerus tentang permainan sebagai domain laki-laki dan bahkan

lingkungan yang tidak bersahabat di beberapa dunia, permainan ini bisa menjadi alasan untuk bermain game online.

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan sebelumnya, maka kesimpulan dari penelitian ini yaitu kecerdasan emosi berpengaruh terhadap adiksi game online pada remaja akhir di Kota Bandung, dengan kontribusi pengaruh sebesar 12.3%. Remaja akhir di Kota Bandung mayoritas memiliki kecerdasan emosi yang tinggi. Remaja akhir di Kota Bandung yang terbiasa bermain game online mayoritas ada pada taraf adiksi game online ringan dan sedang.

Acknowledge

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada Ibu Dr. Lilim Halimah, BHSc., MHSPY selaku dosen pembimbing yang telah membimbing, meluangkan waktu dan memberi arahan selama penelitian. Dan peneliti berterima kasih kepada seluruh responden remaja akhir di Kota Bandung yang telah meluangkan waktu untuk mengisi kuesioner penelitian.

Daftar Pustaka

- [1] American Psychiatric Association. (2012). *Diagnostic and Statistical manual of Mental Disorders (Fourth Edition-Text Revision) : DSM-IV-TR*.
- [2] Andreassen, C. S., Pallesen, S., & Griffiths, M. D. (2017). The relationship between addictive use of social media, narcissism, and self-esteem: Findings from a large national survey. *Addictive behaviors*, *64*, 287–293. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2016.03.006>
- [3] Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII). (2020). *Laporan Survei Internet APJII 2019-2020*. Jakarta.
- [4] Basaria, D. (2019). Gambaran Kecerdasan Emosi pada Remaja di Pulau Jawa dan Bali. *Provita Journal Psikologi Pendidikan*, *12*(1), 81–100. DOI: 10.24912/provita.v12i1.5055
- [5] Blinka, L., Škařupová, K., & Mitterova, K. (2016). *Dysfunctional impulsivity in online gaming addiction and engagement*. *10*. <https://doi.org/10.5817/CP201-3-5>
- [6] Budhi, F. H., dan Indrawati, E. S. (2016). Hubungan antara kontrol diri dengan intensitas bermain *game online* pada mahasiswa pemain *game online* di game center X Semarang. *Jurnal empati*. *5*(3), 478-481.
- [7] Casmini. (2007). *Emotional Parenting*. Yogyakarta: Pilar Media
- [8] Che, D., Hu, J., Zhen, S., Yu, C., Li, B., Chang, X., & Zhang, W. (2017). Dimensions of emotional intelligence and online gaming addiction in adolescence: The indirect effects of two facets of perceived stress. *Frontiers in Psychology*, *8*(JUL). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.01206>
- [9] Engelberg, E., and Sjöberg, L. (2004). Internet use, social skills, and adjustment. *Cyber Psychol. Behav.* *7*, 41–47.
- [10] Esnaola, I., Revuelta, L., Ros, I., & Sarasa, M. (2017). The Development of Emotional Intelligence in Adolescence. *Anales de Psicología*, *33*(2), 327–333. <https://doi.org/10.6018/analesps.33.2.251831>
- [11] Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*. New York: Bantam Books.
- [12] Goleman, D. (2000). *Emotional Intelligence : Issues in Paradigm Building*. 1–13.
- [13] Goleman, D. (2009). *Emotional Intelligence. Kecerdasan Emosi Mengapa EI Lebih Penting Daripada IQ (Terjemahan T.Hermaya)*. PT.Gramedia Pustaka Utama.
- [14] Goleman, D. (2011). *The Brain and Emotional Intelligence: New Insights*. In Xtemp01.
- [15] Gottman, J., & DeClaire, J. (2001). *Kiat-kiat membesarkan anak yang memiliki kecerdasan emosi*. Jakarta PT Gramedia Pustaka Utama.
- [16] Griffiths, M. D. (2019). *Where Do Gambling and Internet 'Addictions' Belong? The Status of 'Other' Addictions. 1*, 1–476. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>

- [17] Guswani, A. M. (2011). Perilaku Agresi pada Mahasiswa Ditinjau dari Kematangan Emosi. *Jurnal Psikologi Pitutur*, I(2), 86–92.
- [18] Halimah, L. (2020). Adiksi *Game online* Ditinjau Dari Persepsi Komunikasi Interpersonal Dalam Keluarga, Teman Sebaya, Keterampilan Sosial, Dengan Kontrol Diri Sebagai Variabel Mediator.
- [19] Hellström, C., & Exam, L. (2013). *Online gaming in relation to negative consequences and ill health among adolescents*.
- [20] Irfan, S., & Kausar, R. (2018). Emotional Intelligence as Predictor of Moral Judgment in Adolescents. *Journal of Research and Reflection in Education*, 12(2), 204–228. doi: 10.2466/pr0.94.2.613-618A
- [21] King, D. L., Delfabbro, P. H., Griffiths, M. D., & Gradisar, M. (2012). *Cognitive-Behavioral Approaches to Outpatient Treatment of Internet Addiction in Children and Adolescents*. 68(11), 1185–1195. <https://doi.org/10.1002/jclp.21918>
- [22] Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2011). *Online Social Networking and Addiction — A Review of the Psychological Literature*. 3528–3552. <https://doi.org/10.3390/ijerph8093528>
- [23] Kusumadewi, S., Fauziah, A., Khoiruddin, A. A., Wahid, F., Setiawan, M. A., & Rahayu, N. W. (2009). *Informatika kesehatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu
- [24] Lemmens, J. S., Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2009a). Development and validation of a game addiction scale for adolescents. *Media Psychology*, 12(1), 77–95. <https://doi.org/10.1080/15213260802669458>
- [25] Lemmens, J. S., Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2009b). *Development and Validation of a Game Addiction Scale for Adolescents*. (September 2014). <https://doi.org/10.1080/15213260802669458>
- [26] Melchers, M., Li, M., Chen, Y., Zhang, W., and Montag, C. (2015). Low empathy is associated with problematic use of the internet: empirical evidence from China and Germany. *Asian J. Psychiatry* 17, 56–60. doi: 10.1016/j.ajp.2015. 06.019
- [27] Oktan, V. (2011). The predictive relationship between emotion management skills and Internet addiction. *Soc. Behav. Pers. Int. J.* 39, 1425–1430.
- [28] P. Anitha, & Jebaseelan, A. U. S. (2014). A Study On Emotional Intelligence Among Adolescent Women College Students At Tiruchirapalli. *Indian Journal Of Applied Research*, 4(12), 175–177. <https://doi.org/10.1016/j.ssresearch.2011.09.001>.
- [29] Santrock. (2003). *Perkembangan Remaja*. Edisi Keenam. Jakarta: Erlangga.
- [30] Schwarz, P., Body, J. J., Cáp, J., Hofbauer, L. C., Farouk, M., Gessl, A., ... ح. ىف اطم. (2014). Behavioral Addictions, Criteria, Evidence, and Treatment. *European Journal of Endocrinology*, 171(6), 727–735. <https://doi.org/10.1530/EJE-14-0355>
- [31] Seo, M., Kang, H. S., & Chae, S. M. (2012). Emotional competence and online game use in adolescents. *CIN - Computers Informatics Nursing*, 30(12), 640–646.
- [32] Sumara, D., Humaedi, S., & Santoso, M. B. (2017). Kenakalan Remaja dan Penanganannya. *Jurnal Penelitian Dan PPM*, 4(2), 129–389. DOI: <https://doi.org/10.24198/jppm.v4i2.14393>
- [33] Susanto, E. H. (2010). *Komunikasi Manusia Esensi dan Aplikasi Dalam Dinamika Sosial Ekonomi Politik*. Karya Ilmiah Dosen, 1-6.
- [34] Torres-Rodríguez, A., Griffiths, M. D., Carbonell, X., & Oberst, U. (2018). Internet gaming disorder in adolescence: Psychological characteristics of a clinical sample. *Journal of Behavioral Addictions*, 7(3), 707–718. <https://doi.org/10.1556/2006.7.2018.75>
- [35] Uno, B. 2012. *Orientasi Baru Dalam Psikologi Pembelajaran*. Jakarta: Bumi Aksara.
- [36] van Deursen, A. J., Bolle, C. L., Hegner, S. M., and Kommers, P. A. (2015). Modeling habitual and addictive smartphone behavior: the role of smartphone usage types, emotional intelligence, social stress, self-regulation, age, and gender. *Comput. Hum. Behav.* 45, 411–420.
- [37] World Health Organization. (2018). *Gaming Disorder*.

- [38] Xu, Z., Turel, O., & Yuan, Y. (2011). Online game addiction among adolescents: motivation and prevention factors. 21(3), 321–340. <https://doi.org/10.1057/ejis.2011.56>
- [39] Young, K. (2009). Understanding Gaming Addiction. *Center for Internet Addiction Recovery*.
- [40] Young, K. (2015). The evolution of internet addiction disorder. In C. Montag, & M. Reuter (Eds.), *Internet addiction, studies in neuroscience, psychology, and behavioral economics* (pp. 3–17). New York, NY: Springer.
- [41] Yunalia, E. M., & Etika, A. N. (2020). Analisis Perilaku Agresif pada Remaja di Sekolah Menengah Pertama. *Journal Health of Studies*, 4(1), 38–45. DOI: 10.31101/jhes.1358
- [42] Yunalia, E. M., & Suharto, I. P. S. (2020). Penurunan Tingkat Perilaku Agresif pada Remaja Putra dengan Terapi Regulasi Emosi. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 8(3), 361–368. DOI : 10.26714/jkj.8.3.2020.361-368
- [43] Ahli ungkap gejala anak kecanduan *internet*. CNN INDONESIA. 2021. Diambil kembali dari <https://www.cnnindonesia.com/gaya-hidup/20211002143120-255-702516/ahli-ungkap-gejala-anak-kecanduan-internet>. Diakses pada 15 November 2021
- [44] Kata Psikolog soal anak belanjakan duit THR buat voucher *game*. CNN INDONESIA. 2021. Diambil kembali dari <https://www.cnnindonesia.com/gaya-hidup/20210517141944-284-643322/kata-psikolog-soal-anak-belanjakan-duit-thr-buat-voucer-gim>. Diakses pada 15 November 2021
- [45] Mengapa orang jadi *Anti-Sosial* dan terjebak dalam perilaku *phubbing*. KOMPAS. 2021. Diambil kembali dari <https://lifestyle.kompas.com/read/2021/11/22/191851220/mengapa-orang-jadi-anti-sosial-dan-terjebak-dalam-perilaku-phubbing?page=all>. Diakses pada 15 November 2021
- [46] Mengenal indikasi kecanduan *online game* pada remaja.. KOMPAS. 2021. Diambil kembali dari <https://lifestyle.kompas.com/read/2021/01/25/133856220/mengenal-indikasi-kecanduan-online-game-pada-remaja?page=all>. Diakses pada 15 November 2021
- [47] Pemain *game online* China kecewa pemerintah batasi jam main. CNN INDONESIA. 2021. Diambil kembali dari <https://www.cnnindonesia.com/teknologi/20210908150312-185-691504/pemain-gim-online-china-kecewa-pemerintah-batasi-jam-main>. Diakses pada 15 November 2021
- [48] *Pengguna Gim Online Meningkat 75 Persen Kala Corona*. CNN Indonesia. 2020. Diambil kembali dari <https://www.cnnindonesia.com/teknologi/20200331163816-185-488789/pengguna-gim-online-meningkat-75-persen-kala-corona>. Diakses pada 29 September 2021.
- [49] Sakau bikin kacau, Ratusan anak idap gangguan jiwa akibat candu *game online*. SUARA. 2021. Diambil kembali dari <https://www.suara.com/health/2021/03/23/075500/sakau-bikin-kacau-ratusan-anak-idap-gangguan-jiwa-akibat-candu-game-online?page=all>. Diakses pada 15 November 2021
- [50] Video habiskan biaya fantastis demi *game online*. CNN INDONESIA. 2021. Diambil kembali dari <https://www.cnnindonesia.com/tv/20191124143228-405-451018/video-habiskan-biaya-fantastis-demi-game-online>. Diakses pada 15 November 2021
- [51] *WHO tetapkan kecanduan game sebagai gangguan mental, bagaimana “gamer” Indonesia bisa sembuh?* The Conversation. 2018. Diambil kembali dari <https://theconversation.com/who-tetapkan-kecanduan-game-sebagai-gangguan-mental-bagaimana-gamer-indonesia-bisa-sembuh-99029>. Diakses pada 29 September 2021.
- [52] Kanya Paramitha, Gita, Raihana Hamdan Stephani. (2021). *Pengaruh Self-Control terhadap Perilaku Merokok Mahasiswa selama Pandemi COVID-19*. *Jurnal Riset Psikologi*, 1(2), 132-139.