

**KECANDUAN *GAME ONLINE* DITINJAU DARI KEBERFUNGSIAN  
KELUARGA DAN REGULASI DIRI PADA REMAJA**



**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Sosial Dan Humaniora  
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta  
untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi**

Disusun oleh :

Nama : Muhammad Zakiy Pranata

NIM : 18107010132

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA**

**2022**



**KEMENTERIAN AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA  
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA**

Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 585300 Fax. (0274) 519571 Yogyakarta 55281

**PENGESAHAN TUGAS AKHIR**

Nomor : B-261/Un.02/DSH/PP.00.9/03/2022

Tugas Akhir dengan judul : **Kecanduan Game Online Ditinjau Dari Keberfungsian Keluarga dan Regulasi Diri Pada Remaja**

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : MUHAMMAD ZAKIY PRANATA  
Nomor Induk Mahasiswa : 18107010132  
Telah diujikan pada : Rabu, 02 Maret 2022  
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

**TIM UJIAN TUGAS AKHIR**



**Ketua Sidang**  
**Dr. Raden Rachmy Diana, S.Psi., M.A., Psi,**  
**SIGNED**

Valid ID: 622d5fb256b43



**Penguji I**  
**Very Julianto, M.Psi.**  
**SIGNED**

Valid ID: 62280d6fed804



**Penguji II**  
**Fitriana Widyastuti, S.Psi., M.Psi.**  
**SIGNED**

Valid ID: 622e9fa9d2181



**Yogyakarta, 02 Maret 2022**  
**UIN Sunan Kalijaga**  
**Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora**  
**Dr. Mochamad Sodik, S.Sos., M.Si.**  
**SIGNED**

Valid ID: 62305b44ab503

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## Pernyataan Keaslian Penelitian

Yang bertanda tangan di bawah ini adalah :

Nama : Muhammad Zakiy Pranata

NIM : 18107010132

Prodi : Psikologi

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa dalam skripsi saya ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan skripsi ini adalah asli hasil karya saya sendiri dan bukan plagiasi dari karya orang lain.

Apabila di kemudian hari dalam skripsi saya ini ditemukan plagiasi dari karya orang lain, maka saya bersedia ditindak sesuai aturan yang berlaku di Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Demikian pernyataan ini saya buat dan dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 19 Februari 2022

Yang menyatakan,



Muhammad Zakiy Pranata  
NIM. 18107010132

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA



### SURAT PERSETUJUAN SKRIPSI / TUGAS AKHIR

Hal :  
Lamp :

Kepada  
Yth. Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora  
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta  
Di Yogyakarta

*Assalamu'alaikum Wr. Wb.*

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi Saudara:

Nama : Muhammad Zakiy Pranata  
NIM : 18107010132  
Judul Skripsi : Kecanduan Game Online Ditinjau Dari Keberfungsian Keluarga  
Dan Regulasi Diri Pada Remaja

sudah dapat diajukan kembali kepada Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu dalam Program Studi Psikologi.

Dengan ini kami berharap agar skripsi / tugas akhir Saudara tersebut di atas dapat segera dimunaqasyahkan. Atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Yogyakarta, 18 feb 2022  
Pembimbing

  
Dr. R. Rachmy Diana, M.A, Psi

NIP.197509102005012003

# **Kecanduan *Game Online* ditinjau dari Keberfungsian Keluarga dan Regulasi Diri pada Remaja**

Muhammad Zakiy Pranata

NIM 18107010132

## **Intisari**

Kecanduan *game online* merupakan suatu fenomena yang banyak terjadi di dunia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kecanduan *game online* ditinjau dari keberfungsian keluarga dan regulasi diri pada remaja di Yogyakarta. Subjek penelitian adalah remaja usia 11-21 tahun yang berdomisili di Yogyakarta dan terindikasi kecanduan *game online* yang berjumlah 54 orang. Metode penelitian yang digunakan yakni menggunakan teknik kuantitatif korelasional. Penelitian ini menggunakan analisis regresi ganda yang menunjukkan hasil sebagai berikut: 1) terdapat hubungan negatif keberfungsian keluarga dan regulasi diri terhadap kecanduan *game online* dengan nilai signifikansi yakni 0,045 ( $p < 0,05$ ) dan memiliki sumbangan efektif sebesar 11,5% terhadap kecanduan *game online*. 2) terdapat hubungan negatif keberfungsian keluarga terhadap kecanduan *game online* dengan nilai signifikansi yakni 0,044 ( $p < 0,05$ ) dan sumbangan efektif sebesar 5,6% terhadap kecanduan *game online*. 3) terdapat hubungan negatif regulasi diri terhadap kecanduan *game online* dengan nilai signifikansi yakni 0,042 ( $p < 0,05$ ) dan memiliki sumbangan efektif sebesar 5,8% terhadap kecanduan *game online*.

**Kata Kunci :** Kecanduan *game online*, keberfungsian keluarga, regulasi diri

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

***The roles of family functioning and self regulation toward online game addiction on adolescents***

Muhammad Zakiy Pranata

NIM 18107010132

***Abstract***

*Game addiction is a worldwide phenomenon. This study aims to determine the relationship between online game addiction in terms of family functioning and self regulation among adolescents in Yogyakarta. The subject are 54 adolescents aged 11-21 in Yogyakarta and indicated as game addict. The research method used is using correlational quantitative. This study used multiple regression analysis which showed the following results: 1) there was a negative relationship between family functioning and self regulation on online game addiction with a significance value of 0.045 ( $p < 0.05$ ) and had a contribution rate of 11.5% for online game addiction. on line. 2) there is a negative relationship between family functioning and online game addiction with a significance value of 0.044 ( $p < 0.05$ ) and a contribution rate of 5.6% to online game addiction. 3) there is a negative relationship between self regulation and online game addiction, with a significance value of 0.042 ( $p < 0.05$ ) and a contribution rate of 5.8% towards online game addiction.*

***Keywords:*** *Online game addiction, family functioning, self regulation.*

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## MOTTO

عن جابر قال :قال رسول الله صلى الله عليه وسلم : «المؤمن يألف ويؤلف ، ولا خير فيمن لا يألف ولا يؤلف، وخير الناس أنفعهم للناس ،

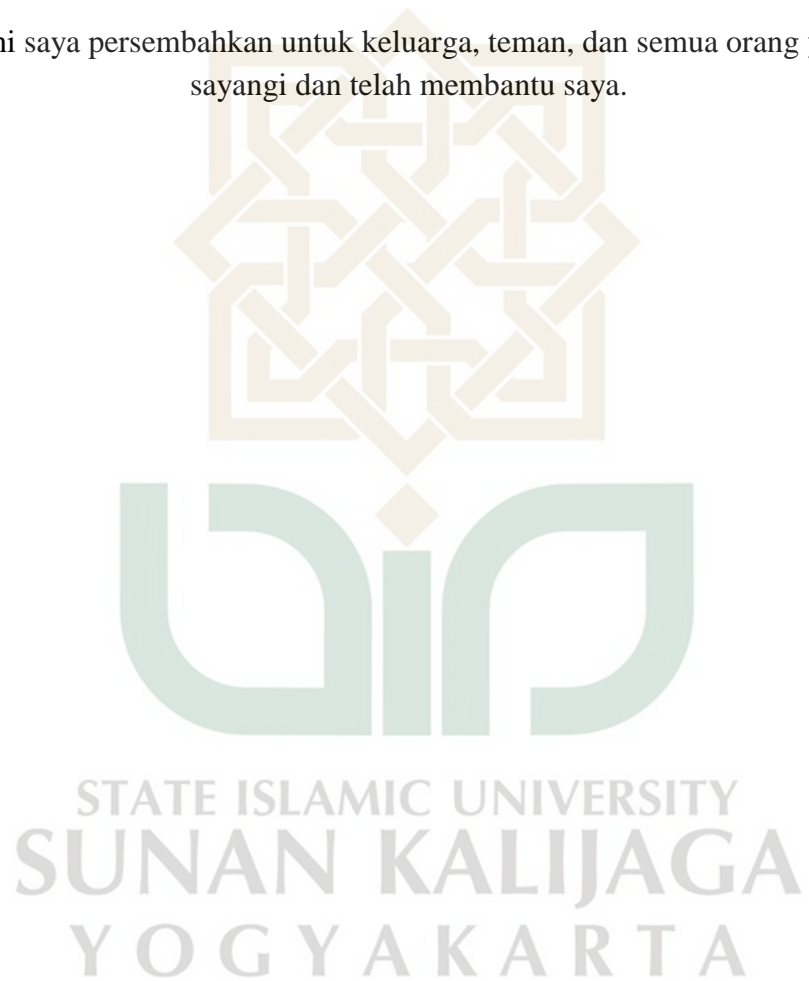
Dari Jabir, ia berkata: Rasulullah shallallahu ‘alaihi wasallam bersabda, “Orang beriman itu bersikap ramah dan tidak ada kebaikan bagi seorang yang tidak bersikap ramah. Dan sebaik-baik manusia adalah orang yang paling bermanfaat bagi manusia.” (HR. Thabrani dan Daruquthni).



STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk keluarga, teman, dan semua orang yang saya sayangi dan telah membantu saya.





## KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji dan syukur kita panjatkan kepada Allah Swt. Zat yang hanya kepada-Nya memohon pertolongan. Alhamdulillah atas segala pertolongan, rahmat, dan kasih sayang-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsinya yang berjudul “Kecanduan Game Online Ditinjau Dari Keberfungsian Keluarga Dan Regulasi Diri Pada Remaja”. Shalawat dan salam kepada Rasulullah ﷺ yang senantiasa menjadi sumber inspirasi dan teladan terbaik untuk umat manusia.

Penulis menyadari banyak pihak yang memberikan dukungan dan bantuan selama menyelesaikan studi dan tugas akhir ini. Oleh karena itu, sudah sepantasnya penulis dengan penuh hormat mengucapkan terimakasih dan mendoakan semoga Allah memberikan balasan terbaik kepada pihak-pihak yang telah membantu dalam penulisan skripsi ini.

Peneliti berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan dapat dijadikan referensi demi pengembangan ke arah yang lebih baik. Semoga Allah Swt. senantiasa melimpahkan rahmat dan rida-Nya kepada kita semua.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## DAFTAR ISI

Lembar Pengesahan.....	i
Surat Pernyataan Keaslian .....	i
Surat Persetujuan Skripsi.....	ii
Intisari.....	iii
<i>Abstract</i> .....	iv
MOTTO .....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI .....	viii
Daftar Tabel.....	xi
Daftar Lampiran .....	xii
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah .....	6
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	7
E. Keaslian penelitian .....	7
BAB II DASAR TEORI.....	11
A. Kecanduan <i>Game Online</i> .....	11
1. Pengertian kecanduan <i>game online</i> .....	11
2. Aspek Kecanduan Bermain <i>Game online</i> .....	12
3. Faktor-faktor Kecanduan <i>Game online</i> .....	14
B. Keberfungsian Keluarga.....	14
1. Pengertian Keberfungsian Keluarga .....	14
2. Aspek Keberfungsian Keluarga .....	15
C. Regulasi Diri.....	16
1. Pengertian Regulasi Diri .....	16
2. Aspek Regulasi Diri.....	17
D. Dinamika Kecanduan <i>Game online</i> , Keberfungsian keluarga, dan Regulasi diri	18
E. Hipotesis.....	22

BAB III METODE PENELITIAN .....	23
A. Identifikasi Variabel.....	23
B. Defenisi Operasional.....	23
C. Populasi dan Sampel Penelitian .....	24
D. Metode dan Alat Pengukuran Data .....	26
1. Kecanduan <i>Game online</i> .....	26
2. Keberfungsian Keluarga .....	27
3. Regulasi Diri .....	28
E. Validitas, Seleksi Aitem, Reliabilitas Alat Ukur.....	29
1. Validitas .....	29
2. Reliabilitas .....	29
3. Seleksi Aitem.....	30
F. Uji Asumsi.....	30
1. Uji Normalitas.....	30
2. Uji Linearitas .....	30
3. Uji Multikolinearitas.....	30
4. Uji Heteroskedastisitas .....	31
G. Metode Analisis Data.....	31
BAB IV PELAKSANAAN, HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	32
A. Orientasi Kancah dan Persiapan .....	32
1. Orientasi Kancah.....	32
2. Persiapan.....	32
B. Pelaksanaan Penelitian .....	36
C. Hasil Penelitian.....	36
A. Deskripsi Statistik.....	36
B. Kategorisasi Skor.....	37
C. Uji Asumsi .....	39
D. Uji Hipotesis .....	42
E. Pembahasan .....	43
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....	48
A. Kesimpulan.....	48
B. Saran .....	48

DAFTAR PUSTAKA.....	51
Lampiran.....	58



## Daftar Tabel

Tabel 1. Blueprint skala kecanduan game online .....	26
Tabel 2. Blueprint skala keberfungsian keluarga .....	27
Tabel 3. Blueprint skala regulasi diri.....	28
Tabel 4. Seleksi aitem kecanduan game online .....	33
Tabel 5. Seleksi aitem keberfungsian keluarga .....	34
Tabel 6. Seleksi aitem regulasi diri .....	35
Tabel 7. Data Empirik .....	36
Tabel 8. Data Hipotetik .....	37
Tabel 9. Rumus kategorisasi skor.....	37
Tabel 10. Kategorisasi kecanduan game online .....	38
Tabel 11. Kategorisasi keberfungsian keluarga.....	38
Tabel 12. Kategorisasi Regulasi diri.....	39
Tabel 13. Uji normalitas .....	39
Tabel 14. Uji Linearitas .....	40
Tabel 15. Uji Multikolinearitas .....	41
Tabel 16. Uji heteroskedastisitas .....	41
Tabel 17. Hasil Hipotesis Mayor.....	42
Tabel 18. Hasil Hipotesis Minor .....	43

STATE ISLAMIC UNIVERSITY  
SUNAN KALIJAGA  
YOGYAKARTA

## Daftar Lampiran

Lampiran 1. Alat ukur kecanduan game online.....	58
Lampiran 2. Alat ukur keberfungsian keluarga .....	59
Lampiran 3. Alat ukur regulasi diri .....	61
Lampiran 4. Tabulasi Try Out kecanduan game online .....	62
Lampiran 5. Tabulasi try out skala keberfungsian keluarga.....	64
Lampiran 6. Tabulasi try out skala regulasi diri.....	65
Lampiran 7. Seleksi aitem dan Reliabilitas Skala kecanduan game online.....	68
Lampiran 8. Seleksi aitem dan Reliabilitas skala keberfungsian keluarga.....	70
Lampiran 9. Seleksi aitem dan Reliabilitas skala regulasi diri.....	72
Lampiran 10. Tabulasi hasil skala kecanduan game online .....	75
Lampiran 11. Tabulasi hasil skala keberfungsian keluarga.....	77
Lampiran 12. Tabulasi hasil skala regulasi diri.....	79
Lampiran 13. Uji Normalitas.....	82
Lampiran 14. Uji Linearitas.....	82
Lampiran 15. Uji Multikolinearitas .....	83
Lampiran 16. Uji Heteroskedastisitas.....	84
Lampiran 17. Uji Asumsi .....	84
Lampiran 18. Dokumentasi dan Informed Consent .....	86

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Kemajuan teknologi dari waktu ke waktu semakin berkembang pesat. Salah satu produk teknologi yang banyak digunakan yaitu internet. Berbagai data dan informasi bisa didapatkan secara cepat dan bebas melalui internet. Bukan hanya itu, internet kerap kali digunakan sebagai sarana hiburan, seperti bermain *game online* yang disukai oleh banyak kalangan dari berbagai usia. Menurut datareportal.com pada tahun 2020 sekitar 80 persen pengguna internet pada rentang umur 16-64 tahun bermain *game* setiap bulannya.

Fitur *Game online* saat sekarang berbeda dengan *game online* saat pertama kali diperkenalkan. Pada tahun 1960, *game online* pertama kali dipublikasikan dan hanya dapat dimainkan oleh dua orang pemain. Seiring berkembangnya teknologi, kemudian muncul PC (*personal computer*) yang memiliki fitur *time-sharing*, sebuah fitur dimana membuat para pemain bisa bermain dengan lebih banyak orang tanpa harus berada di lokasi yang sama. *Game online* tidak bisa dilepaskan dari kehidupan masyarakat saat ini. *Game online* tidak hanya dalam bentuk permainan di komputer, berbagai konsol permainan sudah banyak dikembangkan sebagai sarana bermain *game online*, bahkan *smartphone* salah satu media yang banyak digunakan untuk memainkan *game online* (Sabila, 2020).

*Game online* dikategorikan ke dalam dua kelompok, pertama adalah *game* yang dimainkan secara personal dengan konsol pribadi walaupun melibatkan banyak orang dalam permainan tersebut. Yang kedua adalah *game net*. *Game net* bisa diuraikan menjadi *game local area network* (LAN), *game web*, dan *interactive game online*. *Game web* merupakan *game* yang dimainkan dalam satu situs web tertentu dan pemain tidak harus mengunduh aplikasi permainan tersebut. *Game LAN* adalah *game*

yang dimainkan dalam area jaringan lokal, pemain bermain dalam suatu jaringan yang saling terhubung satu sama lain. *Game online* interaktif adalah *game* yang dimainkan secara global, pemain bisa bermain bersama pemain lain di seluruh dunia dan berinteraksi melalui *game* tersebut. (Kim & Kim, 2010).

*Game online* kerap digunakan sebagai penghilang rasa jenuh akibat kegiatan sehari-hari. Bagi sebagian orang, *game online* juga digunakan untuk mengisi kekosongan waktu (Masya & Candra, 2016). *Game online* bisa berdampak positif jika dimanfaatkan sebagai sarana menghibur diri, di mana seluruh rasa penat serta tekanan pikiran bisa berkurang dengan memainkan *game online* (Russoniello et. al, 2009). Akan tetapi, yang terjadi saat ini justru *game online* dimainkan berlebihan oleh banyak orang untuk mengalihkan pikiran dari permasalahan yang dimiliki sehingga terjadilah perilaku kecanduan terhadap *game online* (Hussain & Griffiths, 2009).

Kardefelt-Winther yang dikutip dari Novrialdy, (2019) menerangkan bahwa pada awal mulanya kecanduan hanya berhubungan dengan zat adiktif seperti alkohol dan napza yang dapat mempengaruhi komposisi kimia dalam otak. Akan tetapi pengertian kecanduan berkembang seiring dengan berkembangnya ilmu pengetahuan dan peristiwa di masyarakat. Seseorang bisa dikategorikan kecanduan apabila bergantung pada suatu hal, baik itu obat-obatan atau kegiatan tertentu baik secara fisik maupun secara psikologis. Kecanduan *game online* sendiri sudah dikategorikan sebagai gangguan mental oleh *World Health Organization* dan sebagai bagian dari *International Classification of Diseases* (ICD-11) (Novrialdy, 2019).

Kementrian Kesehatan (2018) mengemukakan kriteria seseorang bisa dikatakan kecanduan *game online* menurut WHO, diantaranya 1) Gangguan kontrol perilaku bermain *game online*; 2) Menjadikan bermain *game online* sebagai prioritas utama dibandingkan kegiatan lain yang lebih penting; 3) meningkatnya intensitas dan durasi bermain walaupun merasakan dampak negatif; 4) adanya gangguan dalam



fungsi kehidupan disebabkan oleh bermain *game online*; 5) perilaku tersebut sudah berlangsung selama 12 bulan.

Pada usia remaja dianggap lebih rawan dan sering terpapar akan kecanduan *game online*. Remaja dianggap lebih cenderung mencoba dan ingin tahu akan hal-hal baru dan menimbulkan kemungkinan munculnya perilaku negatif (Novrialdy, 2019). Jannah et. al (dalam Novrialdy, 2019) mengatakan remaja yang terpapar kecanduan *game online* akan kehilangan rasa ketertarikan terhadap kegiatan lain, munculnya perasaan gelisah ketika tidak bisa mengakses *game online*, relasi sosial, akademik, serta kesehatan yang menurun. Brand, et al. dikutip dari Novrialdy (2019) melalui hasil studinya menunjukkan bahwa sebagian besar fenomena kecanduan *game online* terjadi pada remaja. Kuss (dalam Anggarani, 2015) terdapat sedikitnya satu milyar pemain *game online* yang terdapat di dunia. Griffiths (2008) menemukan bahwa sepertiga dari remaja usia belasan tahun bermain *game online* setiap hari, 7% dari mereka bermain hingga 30 jam per minggu. Sedangkan Greenfield menemukan fakta bahwa 6% dari pengguna internet merupakan pecandu *game online*. (Syahrani, 2015). Pada penelitian yang lebih baru, Young (2009) menemukan bahwa 90% remaja di Amerika Serikat bermain *game online*, 15% atau sekitar 5 juta lebih dari mereka kecanduan. Di wilayah Asia remaja yang terindikasi kecanduan *game online* mencapai presentase 8,4% untuk laki-laki dan 4,5% perempuan. (Anggarani, 2015). Di Indonesia sendiri 10,15% remaja merupakan pecandu *game online* yang berarti 1 dari 10 remaja di Indonesia terpapar kecanduan *game online* (Jap, dkk. 2013).

Penggunaan waktu untuk bermain *game online* oleh remaja lebih dari dua jam per hari, atau lebih dari 14 jam per minggu bahkan 55 jam dalam seminggu. Dapat dikatakan bermain *game online* kategori intensitas rendah apabila bermain *game online* 1-2 jam dalam sehari, intensitas tingkat sedang apabila bermain *game online* 3-4 jam dalam sehari, sedangkan dikatakan intensitas tingkat tinggi apabila bermain *game online* lebih dari 4 jam sehari (Theresia, dkk. 2019). Sedangkan Penggunaan internet untuk bermain *game online* bagi pecandu menurut Kusumadewi (2009)

paling sedikit adalah sekitar 2-10 jam per minggu, 20-25 jam per minggu, dan menurut Young (1999) bahkan bisa mencapai 39 jam per minggunya.

Akibat tidak baik kecanduan *game online* berdampak terhadap sosial (penarikan diri dari sosial, perilaku yang kurang baik kepada lingkungan, serta timbulnya perbuatan melanggar hukum), kesehatan (minimnya jam tidur, berkurangnya asupan makanan, sakit di bagian kepala dan punggung, gangguan dan iritasi mata, rasa cemas terhadap sosial, phobia sosial serta tekanan mental), prestasi sekolah (nilai yang menurun, bolos, dropout) serta pekerjaan (kehilangan pekerjaan serta peluang karir) (Griffiths, 2010).

Kecanduan *game online* juga berdampak pada penurunan karakter remaja di Indonesia. Masalah karakter yang marak terjadi di kalangan remaja sebagai dampak dari kecanduan *game online* adalah perilaku berbohong (Wahidin, 2017). Remaja yang sebagian besar adalah pelajar dan masih bergantung kepada orang tua dalam hal ekonomi menjadi hal yang mempengaruhi kebiasaan buruk ini. Kebanyakan pemain *game online* membutuhkan uang untuk memenuhi kebutuhan bermainnya. Contohnya jika pemain tersebut tidak memiliki alat untuk bermain, maka ia akan membeli atau menyewa alat tersebut agar bisa bermain. Tidak hanya itu, kebanyakan *game online* menawarkan hadiah dan item menarik yang hanya bisa didapatkan dengan membeli. Pemain *game online* membutuhkan uang untuk memuaskan hasrat bermainnya. Jika remaja meminta uang kepada orang tuanya untuk keperluan bermain *game online*, orang tua pasti akan susah untuk memberikan uang, oleh karena itu banyak remaja yang memilih membohongi orang tuanya. Intensitas waktu bermain *game online* yang terlalu lama bisa mempengaruhi karakter remaja, salah satunya adalah malas. Remaja yang terpapar kecanduan *game online* mungkin saja tidak menyadari perubahan karakter yang terjadi padanya, namun hal ini bisa dirasakan oleh orang-orang yang berada di lingkungan sekitarnya, khususnya orang tua mereka (Masya & Candra, 2016).

Terdapat faktor internal dan faktor eksternal yang bisa menyebabkan remaja kecanduan *game online*. Menurut Masya dan Candra (2016) beberapa faktor internal yang menyebabkan remaja kecanduan *game online* adalah keinginan untuk mencapai skor tertinggi dalam bermain *game online* dan persaingan untuk mengalahkan pemain lain menjadikan remaja selalu ingin bermain, perasaan jenuh dalam melakukan aktivitas harian, ketidakmampuan dalam mengatur prioritas, serta kontrol diri yang kurang baik dari remaja. Faktor eksternal dari kecanduan *game online* yaitu kurangnya kontrol di lingkungan remaja, permasalahan hubungan sosial yang dimiliki oleh remaja, dan tingginya harapan orang tua terhadap remaja yang menyebabkan tekanan kepada remaja tersebut.

Berdasarkan literatur terdapat berbagai faktor yang menyebabkan kecanduan *game online*, namun penelitian ini mengangkat faktor keberfungsian keluarga atau *family functioning* sebagai variabel yang akan diteliti. Peran keberfungsian keluarga dalam mencegah kecanduan *game online* adalah fungsi keluarga kepada setiap anggota keluarga, batasan dan perhatian yang diberikan oleh keluarga terhadap anak sehingga anak tidak menjadi terbiasa dan selalu bermain *game online*. Keberfungsian keluarga yang baik dan tepat akan berdampak pada komunikasi, emosi, dan hubungan antara anak dan orang tua akan berjalan dengan baik. Namun jika keberfungsian keluarga berjalan secara tidak efektif maka akan terjadi gangguan dalam perkembangan anak, tidak tercapainya tujuan pembinaan keluarga, serta masalah yang akan timbul ketika anak beranjak dewasa (Sabila, 2020). Dalam penelitian yang dilakukan oleh Lian, *et al.* (2016) pengawasan yang baik merupakan salah satu fungsi dari keluarga. Pengawasan terbagi menjadi dua, yaitu pengawasan positif dan negatif. Pengawasan positif adalah pengawasan yang diberikan oleh orang tua kepada anak dengan menjelaskan hal-hal yang baik kepada anak. Pengawasan negatif adalah ketika anak lebih cenderung dibiarkan oleh orang tua, anak dengan pengawasan negatif berpotensi besar melakukan perilaku yang negatif pula (Lestari, 2018)

Bonnaire dan Phan (2017) mengatakan bahwa fungsi keluarga yang buruk bisa menyebabkan kecanduan *game online* pada anak. Komunikasi yang kurang baik dan maksimal di dalam keluarga antara orang tua dan anak, anak yang kurang diawasi dan diperhatikan oleh orang tua, tidak tepatnya pola asuh yang diterapkan, dan rasa jenuh yang dirasakan anak terhadap rutinitas dalam keluarga yang monoton adalah penyebab terjadinya kecanduan *game online* pada anak.

Seseorang yang mengalami kecanduan *game online* tidak bisa menentukan prioritas dalam hidupnya, ia juga tidak bisa mengontrol kebiasaan bermain *game online* yang dimilikinya. Ini berkaitan dengan regulasi diri yang buruk. Regulasi diri atau *self regulation* adalah kemampuan seseorang dalam mengendalikan emosi. Ketika perkembangan fisik, kognitif dan pengendalian emosi serta sosialisasi seseorang baik, maka orang tersebut dapat mengendalikan dirinya dengan baik. (Prasetiani & Setianingrum, 2020). Menurut Brown & Miller dikutip dari Prasetiani & Setianingrum (2020) regulasi diri adalah kemampuan seseorang untuk mengarahkan, merencanakan, serta melakukan monitoring perilaku dalam mengubah situasi yang ada. Zimmerman (2011) menjelaskan apabila regulasi diri seseorang baik, maka ia mampu mengatur perilaku dan pikirannya sendiri secara sadar, tidak dengan campur tangan atau pengendalian dari lingkungan dan orang lain.

Dari permasalahan yang telah diuraikan, dalam penelitian ini peneliti mengangkat variabel keberfungsian keluarga dan regulasi diri dengan asumsi kedua faktor ini berkorelasi dengan fenomena kecanduan *game online*.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang di atas rumusan masalah pada penelitian ini yaitu, ”Apakah terdapat hubungan antara keberfungsian keluarga dan regulasi dengan kecanduan *game online*?”

## **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini yakni sebagai berikut :

1. Mengetahui hubungan antara keberfungsian keluarga dan kecanduan *game online*.
2. Mengetahui hubungan antara regulasi diri dan kecanduan *game online*.
3. Mengetahui hubungan antara keberfungsian keluarga, dan regulasi diri dengan kecanduan *game online*.

#### **D. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat yang besar kepada berbagai kalangan yang mengakses penelitian ini. Manfaat dari penelitian ini adalah :

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan bisa menjadi pengembangan khasanah kajian terhadap tema kecanduan *game online* dan variabel yang mungkin menyebabkan hal tersebut. Penelitian ini merupakan sumbangsih dalam pengembangan ilmu pengetahuan khususnya dalam ilmu psikologi khususnya bidang psikologi klinis dan *cyber psychology*. Penelitian ini bisa menjadi acuan untuk penelitian selajutnya yang ingin mengangkat tema yang serupa.

2. Manfaat Praktis

Untuk masyarakat, penelitian ini diharapkan bisa memberikan pengetahuan terhadap permasalahan yang sedang dialami remaja di lingkungan sekitar. Para pembaca yakni orang tua, remaja pengguna game online, masyarakat, dan praktisi (konselor/psikolog) diharapkan bisa mengantisipasi dan mengatasi permasalahan kecanduan *game online* ditinjau dari faktor-faktor penyebabnya. Bagi pelaku kecanduan *game online* diharapkan dengan penelitian ini bisa mengetahui apa yang terjadi di dalam dirinya sehingga bisa mengambil tindakan untuk menangani masalah ini.

#### **E. Keaslian penelitian**

*The Relationship between College Students Online Game Addiction, Family Function and Self-Control* oleh Zhou dan Xing (2021) yang meneliti 650 mahasiswa

di China. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 1) terdeteksi kecanduan *game online* mahasiswa sebanyak 40%. Ada perbedaan yang signifikan dalam jenis kelamin, tingkatan pendidikan dan anak tunggal dalam kecanduan *game online*. 2) Terdapat perbedaan yang signifikan dalam regulasi dan fungsi keluarga antara pecandu *game online* dan non-pecandu. 3) Kemampuan pengendalian diri dan fungsi keluarga memiliki pengaruh prediktif yang signifikan terhadap kecanduan *game online*.

Penelitian yang berjudul *The Influence of Game Addiction and Internet Addiction among University Students on Depression Stress and Anxiety Mediated by Self-regulation and Social Support* oleh Varma & Chasakul (2016) penelitian ini menyelidiki pengaruh langsung dan tidak langsung dari kecanduan *game online* internet terhadap tingkat depresi, kecemasan, dan stres yang dimediasi oleh regulasi diri dan dukungan sosial pada mahasiswa universitas swasta di Thailand. Sampel penelitian terdiri dari 380 mahasiswa di antaranya (218 perempuan dan 162 laki-laki) dari universitas swasta. Hasil dari analisis menunjukkan bahwa tingkat kecanduan *game* dan kecanduan internet responden memiliki pengaruh langsung dan tidak langsung terhadap tingkat depresi, kecemasan, dan stres mereka. Temuan ini ada kaitannya dengan regulasi diri di kalangan mahasiswa dan tingkat dukungan sosial yang diberikan oleh Universitas.

Penelitian dengan judul *Hubungan Antara Self-Regulation Dengan Kecenderungan Adiksi Game online Pada Mahasiswa Fakultas Teknologi Informasi Universitas Kristen Satya Wacana* oleh Aprilia Tri Prasetiani & Margaretta Erna Setianingrum (2020). Teknik sampling yang digunakan purposive sampling. Jumlah sampel yang diambil ada 95 orang. Metode pengumpulan data pada variable adiksi *game online* berupa *Game Addiction Scale* yang diadopsi dari teori Griffiths dan Davies (2004). Hasil penelitian ini diperoleh nilai korelasi product moment  $r_{xy} = -0.545$  ;  $p = 0.00$  ( $p < 0,05$ ) yang berarti terdapat hubungan negatif dan signifikan

antara self-regulation terhadap kecenderungan adiksi *game online* pada mahasiswa Fakultas Teknologi Informasi Universitas Kristen Satya Wacana.

Penelitian yang dilakukan oleh Ahn, H. W., & Kim, S. J. (2020) dengan judul *A Study on the Effects of Daily Living Disorder and Self-Regulation Ability Disorder on Internet Game Addiction*. Penelitian ini dilakukan pada siswa sekolah menengah atas berusia 16 hingga 18 tahun, dengan fokus pada kecanduan *game online*. Hasil analisis penelitian menunjukkan semakin besar hambatan dalam kehidupan sehari-hari dan self regulation, semakin tinggi risiko jatuh ke dalam kecanduan *game online*. Penelitian ini memiliki signifikansi dalam membangun kembali hubungan sebab akibat kecanduan *game online*.

Penelitian oleh Céline Bonnaire & Olivier Phanb (2017) yang diberi judul *Relationships Between Parental Attitudes, Family Functioning And Internet Gaming Disorder In Adolescents Attending School*. Penelitian ini mengambil sampel 434 siswa dengan rata-rata umur 13,2 tahun yang dikategorikan ke dalam 2 kelompok yaitu 383 *non-problematic gamers* (NPG) dan 37 *problematic gamers* (PG). Hasil penelitian menunjukkan bahwa subjek PG memiliki hubungan dan keberfungsian keluarga yang lebih buruk dibandingkan subjek dengan subjek dengan kategori NPG.

*Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Kecenderungan Kecanduan Media Sosial Pada Remaja Akhir* oleh Resti Fauzul Muna & Tri Puji Astuti (2014). Sampel dalam penelitian ini adalah 164 orang yang diperoleh dengan menggunakan teknik sampling incidental. Analisis data yang telah terkumpul dilakukan dengan teknik analisis regresi sederhana untuk mengetahui hubungan antara dua variabel yang diteliti. Hasil penelitian mengenai hubungan antara kontrol diri dengan kecenderungan kecanduan media sosial pada remaja akhir menunjukkan adanya sumbangan efektif sebesar 15,1% yang diberikan kontrol diri terhadap kecenderungan kecanduan, sedangkan sisanya 84,9 % dipengaruhi oleh faktor lain.

Penelitian di atas yang telah disebutkan adalah penelitian-penelitian yang berkaitan dengan tema kecanduan *game online*, keberfungsian keluarga, dan regulasi diri. Adapun perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah subjek dan lokasi penelitian. Penelitian dilakukan dengan subjek remaja di provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta. Kategori subjek adalah remaja awal sampai akhir yang berusia 11-21 tahun. Belum terdapat penelitian yang meneliti hubungan 3 variabel ini terhadap remaja di Yogyakarta. Adapun penelitian yang memiliki variabel sama sebelumnya yang dilakukan oleh Zhou & Xing pada tahun 2021 berlatarkan di China dan sampel penelitian yaitu mahasiswa. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian Zhou & Xing adalah dalam penelitian tersebut juga meneliti tingkat kecanduan *game online* berdasarkan faktor gender, tingkat sekolah, dan faktor anak tunggal yang mana tidak dilakukan dalam penelitian ini





## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dijelaskan pada bab sebelumnya, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Hipotesis mayor pada penelitian ini diterima dimana nilai signifikansi yakni 0,045 ( $p < 0,05$ ) yang berarti terdapat hubungan negatif keberfungsian keluarga dan regulasi diri terhadap kecanduan *game online*. Semakin tinggi keberfungsian keluarga dan regulasi diri maka semakin rendah tingkat kecanduan *game online*. Variabel bebas pada penelitian ini yakni keberfungsian keluarga dan regulasi diri yang secara simultan memiliki pengaruh sebesar 11,5% terhadap *kecanduan game online*.
2. Hipotesis minor pertama pada penelitian ini diterima dimana nilai signifikansi yakni 0,044 ( $p < 0,05$ ) yang berarti terdapat hubungan negatif keberfungsian keluarga terhadap kecanduan *game online*. Semakin tinggi keberfungsian keluarga maka, semakin rendah tingkat kecanduan *game online*. Variabel bebas pada penelitian ini yakni keberfungsian keluarga yang secara parsial memiliki pengaruh sebesar 5,6% terhadap *kecanduan game online*.
3. Hipotesis minor kedua pada penelitian ini diterima dimana nilai signifikansi yakni 0,042 ( $p < 0,05$ ) yang berarti terdapat hubungan negatif regulasi diri terhadap kecanduan *game online*. Semakin tinggi regulasi diri maka, semakin rendah tingkat kecanduan *game online*. Variabel bebas pada penelitian ini yakni regulasi yang diri secara parsial memiliki pengaruh sebesar 5,8% terhadap kecanduan *game online*.

#### **B. Saran**

Berdasarkan hasil, pembahasan, serta kesimpulan pada penelitian ini, terdapat beberapa saran yaitu sebagai berikut;

a. Bagi Orangtua

Penelitian ini diharapkan agar orangtua dapat mengetahui dan memperhatikan perilaku serta kegiatan-kegiatan yang dilakukan oleh anak. Selanjutnya orang tua diharapkan mampu membangun kohesi dan adaptabilitas keluarga yang baik dengan cara memperbaiki komunikasi dan meningkatkan kelekatan emosional di dalam keluarga sehingga anak bisa terhindar dari perilaku negatif contohnya kecanduan *game online*.

b. Bagi subjek penelitian

Penelitian ini diharapkan memberikan kesadaran kondisi kecanduan *game* yang dialami. Dengan membaca penelitian ini subjek diharapkan menyadari sebagian dari penyebab kecanduan *game online* sehingga bisa mengambil tindakan penanggulangan masalah ini dan mendapatkan penanganan dari tenaga profesional seperti konselor dan psikolog.

c. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan agar peneliti selanjutnya dapat menambah atau memvariasi variabel bebas yang lainnya untuk diteliti lebih lanjut. Selain itu juga perlu adanya metode penelitian lebih untuk mengetahui dampak dan pengaruh kecanduan *game online*. Selanjutnya diharapkan untuk peneliti selanjutnya agar memperluas populasi dan sampel yang akan diteliti agar data yang didapatkan lebih variatif dan lebih valid

d. Bagi praktisi konselor atau psikolog.

Bagi praktisi konselor, psikolog orang yang bekerja dengan yang terkait penelitian ini diharapkan mampu menjadi tambahan pengetahuan dalam menghadapi kasus kecanduan *game online* yang dialami oleh remaja dan perlu

menakankan pada peningkatan kemampuan regulasi diri sekaligus melibatkan peran keluarga dalam proses intervensi.



## DAFTAR PUSTAKA

- Ahn, H. W., & Kim, S. J. (2020). A Study on the Effects of Daily Living Disorder and Self-Regulation Ability Disorder on Internet *Game* Addiction. *Journal of Korea Game Society*, 20(1), 107-120.
- Alwi, I. (2015). Kriteria empirik dalam menentukan ukuran sampel pada pengujian hipotesis statistika dan analisis butir. *Formatif: Jurnal Ilmiah Pendidikan MIPA*, 2(2).
- Anggarani, F. K. (2015). Internet gaming disorder: Psikopatologi budaya modern. *Buletin Psikologi*, 23(1), 1-12.
- Azwar, S. (1994). Seleksi aitem dalam penyusunan skala psikologi. *Buletin Psikologi*, 2(2), 26-33.
- Azwar, S. (2003). Penyusunan Skala Psikologi. *Yogyakarta: Pustaka Pelajar*.
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi edisi 2*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Bai, F. G. (2015). Perbedaan Tingkat Kecanduan *Game online* Pada Remaja Antargaya Pengasuhan. *Universitas Sanata Dharma*.
- Bonnaire, C., & Phan, O. (2017). Relationships between parental attitudes, family functioning and Internet gaming disorder in adolescents attending school. *Psychiatry Research*, 255, 104-110.
- Brown JM, Miller WR, Lawendowski LA. The self-regulation questionnaire. In: VandeCreek L, Jackson TL, editors. *Innovations in clinical practice: A sourcebook*. Vol. 17
- Brunborg, G.S., Mentzoni, R.A., Frøyland, L.R., 2014. Is video gaming, or video *game* addiction, associated with depression, academic achievement, heavy episodic drinking, or conduct problems? *Behaviour Addict*. 3 (1), 27–32.
- Carey, K.B., Neal, D.J., & Collins, S.E. (2004). A psychometric analysis of the self-regulation questionnaire. *Addictive Behaviors*, 29, 253-260.
- Chang, SL., Chen, Chiy. 2008. An exploration of the tendency to online *game* addiction due to user's liking of design features. *Asian journal of health and information sciences*, 3(1-4), 38-51.

- Chaplin, T. Hyman, S. M., Hong, K. I. A., M., Dabre, Z., Comegys, A. D., Kimmerling, A., & Sinha, R. (2009). A stress-coping profile of opioid dependent individuals entering naltrexone treatment: a comparison with healthy controls. *Psychology of Addictive Behaviors*, 23(4), 613.
- Chiu, S.I., Lee, J.Z., Huang, D.H., 2004. Video game addiction in children and teenagers in Taiwan. *Cyberpsychology Behavior*. 7, 571–581.
- Dai, L., & Wang, L. (2015). Review of family functioning. *Open Journal of Social Sciences*, 3(12), 134.
- <https://datareportal.com/reports/digital-2020-global-digital-overview?format=amp>.  
Diakses pada 2 Maret 2022.
- DeFrain, J., Asay, S. M., & Olson, D. (2009). *Family functioning. Encyclopedia of human relationships*. Ed. Thousand Oaks, CA: SAGE, 622-27.
- Fahrudin, A. (1999). *Keberfungsian Keluarga: Pemahaman Konsep dan Indikator Pengukuran dalam Penelitian*. 1–9.
- Fahrudin, A. (2012). Keberfungsian keluarga: Konsep dan indikator pengukuran dalam penelitian. *Sosio Informa*, 17(2).
- Febrian, J., & Andayani, F. (2002). *Kamus komputer dan istilah teknologi informasi*. Informatika.
- Gay, LR, Geoffrey E. Mills and Peter Airasian. (2009). *Educational Research, Competencies for Analysis and Application*. New Jersey: Pearson Education, Inc.
- Ghozali, I. (2016) *Aplikasi Analisis Multivariete Dengan Program IBM SPSS 23*. Edisi 8. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Griffiths, M. D. (2010). King, DL, Delfabbro, PH & Griffiths, MD (2010). Recent innovations in video game addiction research and th. *Global media journal-Australian edition*, 4(1).
- Griffiths, M. D., & Davies, M. N. O. (2005). Videogame addiction: Does it exist? In J. Goldstein & J. Raessens (Eds.), *Handbook of computer game studies* (pp. 359–368). Boston: MIT Press.
- Griffiths, M. D., Davies, M. N., & Chappell, D. (2004). Online computer gaming: a comparison of adolescent and adult gamers. *Journal of adolescence*, 27(1), 87-96.
- Gunawan, C. (2018). *Mahir Menguasai SPSS:(Mudah mengolah Data Dengan IBM SPSS Statistic 25)*. Deepublish.

<https://www.suara.com/tekno/2021/08/12/142903/sebaran-pemain-mobile-legends-indonesia-terbanyak-di-pulau-ini>. Diakses pada 26 Januari 2022.

Hurlock, E. B. (1980). Psikologi perkembangan. *Jakarta: erlangga*.

Hussain, Z., & Griffiths, M. D. (2009). The attitudes, feelings, and experiences of online gamers: A qualitative analysis. *CyberPsychology & Behavior*, 12(6), 747-753.

Jap, T., Tiatri, S., Jaya, E. S., & Suteja, M. S. (2013). The development of Indonesian online game addiction questionnaire. *PloS one*, 8(4), e61098.

Kardefelt-Winther, D., Heeren, A., Schimmenti, A., van Rooij, A., Maurage, P., Carras, M., & Billieux, J. (2017). How can we conceptualize behavioural addiction without pathologizing common behaviours?. *Addiction*, 112(10), 1709-1715.

Kim, M. G., & Kim, J. (2010). Cross-validation of reliability, convergent and discriminant validity for the problematic online game use scale. *Computers in Human Behavior*, 26, 389–398.

Kusumadewi, T. (2009). Hubungan Kecanduan *Game online* dengan Perilaku Sosial pada Remaja. *Skripsi Sarjana Tidak Diterbitkan*. Depok: Fakultas Psikologi UI [Universitas Indonesia].

Lee, J., Cho, B., Kim, Y., & Noh, J. (2015). Smartphone addiction in university students and its implication for learning. In *Emerging issues in smart learning* (pp. 297-305). Springer, Berlin, Heidelberg.

Lemmens, J. S., Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2009). Development and validation of a game addiction scale for adolescents. *Media psychology*, 12(1), 77-95.

Lestari, S. Y. (2018). *Keterlibatan siswa di sekolah sebagai moderator antara keberfungsian keluarga dan kecanduan penggunaan gadget* (Doctoral dissertation, University Of Muhammadiyah Malang).

Li, L. (2018) The Relationship between Parenting Style and Internet Addiction in Junior High School Students. Central China Normal University, Wuhan.

Lian, L., You, X., Huang, J., & Yang, R. (2016). Who overuses smartphones? Roles of virtues and parenting style in smartphone addiction among Chinese college students. *Computers in Human Behavior*, 65, 92-99.

- Liu, M. (2018) The Relationship between Internet Addiction and Self-Control in Rural Junior High School Students. Hebei University, Baoding
- Lutfiwati, S. (2018). Memahami Kecanduan *Game online* Melalui Pendekatan Neurobiologi. *ANFUSINA: Journal of Psychology*, 1(1), 1-16.
- Masya, H., & Candra, D. A. (2016). Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku gangguan kecanduan *game online* pada peserta didik kelas x di madrasah aliyah al furqon prabumulih tahun pelajaran 2015/2016. *KONSELI: Jurnal Bimbingan dan Konseling (E-Journal)*, 3(2), 103-118
- Matondang, Z. (2009). Validitas dan reliabilitas suatu instrumen penelitian. *Jurnal tabularasa*, 6(1), 87-97.
- McCreary, L. L., & Dancy, B. L. (2004). Dimensions of family functioning: Perspectives of low-income African American single-parent families. *Journal of Marriage and Family*, 66(3), 690-701.
- Miller, W.R., & Brown, J.M. (1991). Self-regulation as a conceptual basis for the prevention and treatment of addictive behaviors. In N. Heather, W.R. Miller, & J. Greely (Eds.), *Self-control and the addictive behaviors*. Sydney: Maxwell Macmillan
- Muhid, A., Suhadiyanto, S., & Nurhidayat, D. (2015). Pengembangan alat ukur psikologi.
- Muna, R. F., & Astuti, T. P. (2014). Hubungan antara kontrol diri dengan kecenderungan kecanduan media sosial pada remaja akhir. *Jurnal Empati*, 3(4), 481-491.
- Novrialdy, E. (2019). Kecanduan *game online* pada remaja: Dampak dan pencegahannya. *Buletin Psikologi*, 27(2), 148-158.
- Olson, D. H. (1986). Circumplex model VII: Validation studies and FACES III. *Family process*, 25(3), 337-351.
- Olson, D. H., Portner, J. & Lavee, Y., (1985). Faces III. Department of Family Social Science, University of Minnesota.
- Pisani, L. (2017). Hubungan Antara Regulasi Diri dengan Kecenderungan Pembelian Impulsif pada Remaja Akhir Terhadap Produk Barang. *Skripsi Program Studi*

*Psikologi Jurusan Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma Yogyakarta.*

- Pradana, I. P. (2019). Pengaruh *Self-Regulation* Terhadap *Problem Focused Coping* Menghadapi Stres Akademik Dalam Menyusun Skripsi Pada Mahasiswa Universitas Negeri Jakarta. *Universitas Negeri Jakarta.*
- Prasetiani, A. T., & Setianingrum, M. E. (2020). Hubungan Antara Self-Regulation dengan Kecanduan Adiksi *Game online* pada Mahasiswa Fakultas Teknologi Informasi Universitas Kristen Satya Wacana. *Jurnal Teknologi Informasi*, 6(1), 1-12.
- Russoniello, C. V., O'Brien, K., & Parks, J. M. (2009). The effectiveness of casual video games in improving mood and decreasing stress. *Journal of Cyber Therapy & Rehabilitation*, 2(1), 53–66
- Sabila, L. Pengaruh family functioning, loneliness dan jenis kelamin terhadap adiksi *game online* pada remaja (*Bachelor's thesis, Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta*).
- Saputra, M.A. 2019. Pengaruh Regulasi Diri, Pola Asuh Permisif, Durasi Bermain *Game online*, Intensitas Bermain *Game online*, Dan Demografi Terhadap Adiksi *Game online*. (*Bachelor's thesis, Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta*)
- Susanto, H. (2006). Mengembangkan kemampuan self regulation untuk meningkatkan keberhasilan akademik siswa. *Jurnal Pendidikan Penabur*, 7(5), 64-71.
- Syahrani, R. (2015). Ketergantungan online *game* dan penanganannya. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Konseling: Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan Konseling*, 1(1), 84-92.
- Theresia, Elizabeth, Setiawati, dkk. (2019). Hubungan Kecanduan Bermain *Game online* dengan Motivasi Belajar pada Siswa SMP di Kota Bandar Lampung Tahun 2019 : Lampung. *Psyche: Jurnal Psikologi Universitas Muhammadiyah Lampung* 1(2). ISSN 2655-6936
- Toker, S., & Baturay, M. H. (2016). Antecedents and consequences of *game* addiction. *Computers in Human Behavior*, 55, 668-679.
- Varma, P., & Cheasakul, U. (2016). The influence of *game* addiction and internet addiction among university students on depression stress and anxiety mediated by self-



regulation and social support. *Journal of Business Administration The Association of Private Higher Education Institutions of Thailand*, 5(2), 45-57.

Wahidin, U. (2017). Pendidikan Karakter Bagi Remaja. *Edukasi Islami: Jurnal Pendidikan Islam*, 2(03).

Wijayanto, R. H. P. (2018). Corelation Of *Game* Addiction To Academic Anxiety Of 2nd Grade Students On Muntilan Junior High School. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan dan Konseling*, 4(7)

Winaudri, W. (2021). Kejelasan Emosi, Keberfungsian Keluarga, Penggunaan Internet Kompulsif Pada Remaja (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Malang).

Young, K. 2009. Understanding Online Gaming Addiction and Treatment Issues for Adolescents. *The American Journal of Family Therapy: Pennsylvania*. 37(5), 355-372.

Young, K. S. (1999). *Internet addiction: Evaluation and treatment*

Zhou, E.Y. and Zhou, H.Y. (2017) An Empirical Study on the Relationship between Subjective Well-Being, Self-Control and Internet Addiction among College Students. *Journal of Graduate School of the Chinese Academy of Social Sciences*, 9, 17-24.

Zhou, X., & Xing, J. (2021) The Relationship between College Students' Online *Game* Addiction, Family Function and Self-Control. *Health*, 13, 910-919

Zimmerman, B. (2011). *Handbook of self-regulation of learning and performance*. Routledge.