

**DINAMIKA KONSEP DIRI PADA REMAJA PECANDU *GAME ONLINE* :
PERSPEKTIF TEORI BEHAVIORISTIK**



Oleh :

Miftahul Ulum

NIM : 21200012026

TESIS

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA
Diajukan Kepada Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga
Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Guna Memperoleh
Gelar Magister Of Art
Program Study Interdisciplinary Islamic Studies
Kosentrasi Psikologi Pendidikan Islam

YOGYAKARTA

2023



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
PASCASARJANA

Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 519709 Fax. (0274) 557978 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-1135/Un.02/DPPs/PP.00.9/12/2023

Tugas Akhir dengan judul : Dinamika Konsep Diri Pada Remaja Pecandu Game Online : Perspektif Teori Behavioristik

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : MIFTAHUL ULUM, S.Pd
Nomor Induk Mahasiswa : 21200012026
Telah diujikan pada : Kamis, 07 Desember 2023
Nilai ujian Tugas Akhir : A

dinyatakan telah diterima oleh Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang/Penguji I

Dr. Ramadhanita Mustika Sari
SIGNED

Valid ID: 657ce3dc5fb52



Penguji II

Dr. Nurus Sa'adah, S.Psi., M.Si., Psi.
SIGNED

Valid ID: 657d0aba16aa9



Penguji III

Dr. Raden Rachmy Diana, S.Psi., M.A., Psi.
SIGNED

Valid ID: 657c4fb173efd



Yogyakarta, 07 Desember 2023
UIN Sunan Kalijaga
Direktur Pascasarjana

Prof. Dr. H. Abdul Mustaqim, S.Ag., M.Ag.
SIGNED

Valid ID: 657fa09b8d445

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Miftahul Ulum

NIM : 21200012026

Jenjang : Magister (S2)

Program Studi : *Interdisciplinary Islamic Studies*

Konsentrasi : Psikologi Pendidikan Islam

Menyatakan bahwa naskah tesis ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian/karya saya sendiri, kecuali pada bagian-bagian yang dirujuk sumbernya.

Yogyakarta, 13 November 2023

Saya yang menyatakan,



Miftahul Ulum

NIM: 21200012026

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Miftahul Ulum
NIM : 21200012026
Jenjang : Magister (S2)
Program Studi : *Interdisciplinary Islamic Studies*
Konsentrasi : Psikologi Pendidikan Islam

Menyatakan bahwa naskah tesis ini secara keseluruhan benar-benar bebas plagiasi. Jika dikemudian hari terbukti melakukan plagiasi, maka saya siap ditindak sesuai ketentuan hukum yang berlaku.

Yogyakarta, 13 November 2023

Saya yang menyatakan,



Miftahul Ulum
NIM: 21200012026

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

NOTA DINAS PEMBIMBING

Kepada Yth,
Direktur Pascasarjana
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

Assalamu 'alaikum wr.wb

Setelah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap penulisan tesis yang berjudul: ***DINAMIKA KONSEP DIRI REMAJA PECANDU GAME ONLINE : PERSPEKTIF TEORI BEHAVIORISTIK.***

Yang ditulis oleh:

Nama : Miftahul Ulum, S.Pd
NIM : 21200012023
Jenjang : Magister (S2)
Program Studi : *Iterdisciplinary Islaic Studies*
Konsentrasi : Psikologi Pendidikan Islam

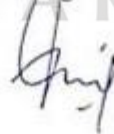
Saya berpendapat bahwa tesis tersebut sudah dapat diajukan kepada Program Magister (S2) Program Studi *Interdisciplinary Islamic Studies* UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta untuk diajukan dalam rangka memperoleh gelar Master of Art (M.A)

Wassalamu 'alaikum wr.wb

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Yogyakarta, 15 November 2023

Pembimbing



Dr. Nurus Sa'adah., S.Psi., M.Si., Psi.

HALAMAN PERSEMBAHAN

Yang terhormat bapak dan umik, (H. Ahmad Abdul Mu'in & Hj. Siti Halimatus Sa'diyah) yang secara sportif mempertaruhkan sang anak untuk menjadi sukses, lewat mengorbankan tetesan keringat mengais nilai rupiah, demi anakmu ini bisa menemukan jati diri kehidupan lewat sebuah pendidikan. Hanya Allah SWT yang dapat membalas semuanya ini.

Saudara serahim, (Taufiqurrahman) yang selalu memberikan jalan solusi demi kesuksesan saudaramu ini, semoga kebaikanmu itu selalu terpatri dalam hidupku.

Sang maha guru dari berbagai kalangan, yang selalu ikhlas membimbing jiwa yang penuh kekotoran, sehingga lewat kebaikan-kebaikan yang tertuang, muridmu ini bisa memiliki bekal untuk menentukan mana yang baik dan mana yang kurang baik.

Untuk sang penghuni hati, aku sadari, karya ini bisa tersaji karena kau mampu menjadi samudera motivasi, semoga sang maha penentu ketentuan menakdirkan kita bersatu dalam satu ikatan suci. Hati ini tidak akan pernah berhenti untuk memohon istri sholehah, karena kesholehanmu mampu menghiasi dunia, yang saat ini mungkin masih suram.

Semua sahabat kerabat, yang terus memberikan semangat, demi suksesanku menatap hamparan langit biru yang penuh dengan bintang-bintang.

Para pemanjat do'a, terima kasih atas do'a ikhtiarmu.

Bagi anda yang tidak tercantum disini, semoga anda menjadi orang sukses dunia maupun kehidupan selanjutnya nanti.

Dan tak lupa juga terima kasih kepada keluarga Besar Almamater
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

MOTTO

" Find your true self, so that you don't live in the shadows"

**“Temukanlah Jati Dirimu, Agar Engkau Tidak Hidup Dalam Bayang-
Bayang”**

(Miftahul Ulum)

**“Mencapai ide-ide yang paling menggambarkan realitas adalah tugas
ilmuwan”**

(Ivan Patrovic Pavlov)



STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
PERNYATAAN KEASLIAN	iii
PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI	iv
NOTA DINAS PEMBIMBING	v
PERSEMBAHAN	vi
MOTTO	vii
DAFTAR ISI	viii
KATA PENGANTAR	xi
ABSTRAK	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	7
D. Kajian Pustaka	7
E. Kerangka Teori	14
1. Konsep Diri	15
a. Pengertian Konsep Diri	15
b. Ciri-ciri Konsep Diri	16
c. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Konsep Diri	18
d. Aspek-aspek Konsep Diri	20
2. Kecanduan <i>Game Online</i>	23
a. Pengertian Kecanduan <i>Game Online</i>	23
b. Ciri-ciri Kecanduan <i>Game Online</i>	24
c. Faktor-faktor Penyebab Kecanduan <i>Game Online</i>	26
d. Aspek-aspek Kecanduan <i>Game Online</i>	27
3. Teori Behavioristik	30

a.	Pengertian Teori Behavioristik	30
b.	Tahap-tahap Perkembangan Behavioristik	34
c.	Ciri-ciri Teori Behavioristik	35
F.	Metode Penelitian.....	36
4.	Jenis Penelitian	36
5.	Subjek Penelitian dan Objek	38
6.	Teknik Pengumpulan Data	39
7.	Teknik Validasi Data	39
8.	Teknik Analisis Data	41
G.	Sistematika Penulisan	42
BAB II GAMBARAN UMUM PENELITIAN		44
A.	Pecandu <i>Game Online</i>	44
B.	Budaya Bali yang Tergerus <i>Game Online</i>	45
C.	Lingkungan Remaja Pecandu <i>Game Online</i>	48
D.	Profil Informan	49
BAB III KONSEP DIRI, FAKTOR PENYEBAB DAN PANDANGAN TEORI BEHAVIORISTIK PADA REMAJA PECANDU GAME ONLINE		51
A.	Konsep Diri Pada Remaja Pecandu <i>Game Online</i>	51
1.	Konsep Diri	52
a.	Karakter Diri	53
b.	Sikap	56
c.	Tujuan Hidup	59
d.	Kebutuhan	62
e.	Penampilan Diri	65
B.	Faktor Yang Membentuk Konsep Diri Pada Remaja Pecandu <i>Game Online</i>	68
1.	Faktor Internal	69
a.	Keinginan yang kuat dari diri sendiri	70
b.	Ketidakmampuan mengatur prioritas	74

c. Merasa bosan	78
d. Kurangnya <i>self control</i>	82
2. Faktor Eksternal	85
a. Lingkungan yang kurang terkontrol	87
b. Kurang memiliki hubungan sosial yang baik	92
C. Dinamika Konsep Diri Pada Remaja Pecandu <i>Game Online</i> Perspektif Teori Behavioristik	96
1. Teori Behavioristik	98
a. Stimulus	99
b. Respon	103
BAB IV PENUTUP	109
A. Kesimpulan	109
B. Saran	113
DAFTAR PUSTAKA	114
DAFTAR LAMPIRAN	121
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	132

KATA PENGANTAR

Syukur alhamdulillah penulis panjatkan kepada Allah SWT yang telah melimpahkan kesehatan jasmani dan rohani, kekuatan serta kenikmatan yang luar biasa kepada penulis. Pertolongan dan petunjuk-Nya senantiasa mengiringi langkah penulis dalam menyelesaikan tesis yang berjudul: **“Dinamika Konsep Diri Remaja Pecandu *Game Online* : Perspektif Teori Behavioristik”**

Shalawat dan salam selalu tercurahkan kepada Baginda Nabi Agung Muhammad SAW sebagai suri tauladan terbaik bagi umatnya yang selalu kita harapkan dan nantikan syafa'atnya dihari kiamat kelak. Amin. Penulis menyadari bahwa tersusunnya tesis ini tidak lepas dari bantuan, bimbingan, dan arahan dari berbagai pihak, baik secara material maupun non material. Untuk itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Phil. Al Makin, S.Ag., M.A., selaku Rektor UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
2. Bapak Prof. Dr. Abdul Mustaqim, M.Ag., selaku direktur Program Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
3. Ibu Dr. Nina Mariana Noor, M.A., selaku Ketua Program Studi Interdisciplinary Islamic Studies UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta
4. Ibu Dr. Nurus Sa'adah., S.Psi., M.Si., Psi., selaku pembimbing yang selalu bersabar dalam memberikan bimbingan dan motivasi dalam penyelesaian tesis ini. Semoga Allah SWT memberikan kesehatan, keberkahan, dan kebahagiaan kepada beliau dan keluarga.
5. Bapak Dr. Ahmad Fauzi M.S.I., selaku dosen pembimbing akademik yang telah memberikan semangat dan motivasi akademik selama di pascasarjana.
6. Para dosen program studi Interdisciplinary Islamic Studies konsentrasi psikologi pendidikan islam UIN Sunan Kalijaga yang telah memberikan ilmunya.
7. Keluarga besar mahasiswa angkatan 2021 genap konsentrasi psikologi pendidikan islam yang menjadi teman berproses selama menempuh pendidikan di Pascasarjana.

8. Kepada semua pihak yang penulis tidak dapat menyebutkan satu persatu.

Akhirnya hanya kepada Allah SWT penulis memohon agar budi baik yang telah mereka berikan mendapat imbalan yang sesuai dan menjadi amal sholeh yang diterima oleh-Nya. Penulis menyadari segala kekurangan dan keterbatasan tesis ini, namun penulis berharap semoga tesis ini bermanfaat bagi penulis pada khususnya, dan semua pihak pada umumnya.

Yogyakarta, 13 November 2023



Miftahul Ulum
21200012026



ABSTRAK

Miftahul Ulum, 21200012026. Dinamika Konsep Diri Remaja Pecandu *Game Online* : Perspektif Teori Behavioristik : Kajian Kritis Studi Kasus. Tesis Magister, Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2023

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui, mendeskripsikan, dan menganalisis mengenai konsep diri pada remaja pecandu *game online*, faktor-faktor yang membentuk konsep diri serta pandangan teori behavioristik mengenai dinamika konsep diri remaja pecandu *game online*. Penelitian ini menggunakan desain penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Pengumpulan data dilakukan dengan observasi, wawancara dan dokumentasi sebagai pelengkap dan pendukung data penelitian. Hasil dari penelitian ini ditemukan bahwa konsep diri remaja pecandu *game online* ialah sering merasa terasing dari lingkungan sosial, kehilangan rasa percaya diri, dan mengalami perasaan rendah diri karena kurangnya prestasi di dunia nyata. Konsep diri mereka sering kali terkait erat dengan pencapaian dan popularitas di dalam permainan *online*, yang dapat memberi mereka perasaan keberhasilan dan pengakuan. Adapun faktor-faktor terbentuknya konsep diri pecandu *game online* yaitu faktor lingkungan, interaksi yang berlebihan dengan dunia maya, dan pengalaman positif dalam permainan, selain itu ada faktor psikologis juga yang menjadi faktor terbentuknya konsep diri remaja pecandu *game online*. Mereka menjadikan permainan sebagai bentuk pelarian dari masalah atau ketidakpastian dalam kehidupan nyata, sedangkan *game online* menciptakan suatu identitas yang diinginkan dan dihargai dalam dunia virtual. Selanjutnya dari perspektif teori behavioristik mengatakan bahwa remaja yang kecanduan terhadap *game online* cenderung melakukan perilaku tersebut karena mereka mendapatkan penghargaan atau penguatan positif dari aktivitas tersebut. Dalam hal ini, *game online* memberikan hadiah instan seperti pengakuan, *prestise*, atau pencapaian, yang mungkin tidak ditemukan dalam kehidupan sehari-hari mereka.

Kata Kunci: Konsep Diri, Remaja Pecandu *Game Online*, Behavioristik

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Perkembangan teknologi di era globalisasi yang semakin pesat membuat begitu banyaknya produk 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 di waktu yang sama.¹

Game online sebagai multimedia dapat membuat ketertarikan yang tinggi pada penggunaannya terutama *game online* yang mempergunakan interaksi. Namun, ketertarikan ini dapat menimbulkan kecanduan yang berdampak pada perubahan sosial. Di Indonesia remaja usia 15-18 tahun yang mengalami kecanduan *game online* sebesar 77,5% atau 887.003 remaja putra dan 22,5% atau 241.989 remaja putri (Gurusinga, 2021). Sementara menurut data yang diungkapkan Michael (2021) melalui merdeka.com, dilihat dari *esport* (sebuah kompetisi *game*), sekitar 58% atau 12.876.174 orang berasal dari anak muda berusia dibawah 18 tahun.

Pada tahun 2019 data dari PT.Telkomsel mencatat pertumbuhan mengakses *game online* di wilayah Nusa Tenggara Timur cukup tinggi bahkan di Flores tercatat 50 % atau 2,6 juta orang. Heribertus Ariyanto, mengatakan pengguna layanan data di Nusa Tenggara Timur mencapai 33% atau 2,5 juta

¹ Mohammad Hapiyansyah, "Dampak Negatif Permainan Game Online Terhadap Remaja," *Prosiding Sains Dan Teknologi* 2, no. 1 (27 Februari 2023): 103–8.

orang. Sedangkan di Kabupaten Sikka pada saat wawancara langsung di Grapari Telkomsel Maumere tanggal 9 April 2022 ibu Klarita selaku ketua PC *Game* Maumere mengatakan, untuk di Kabupaten Sikka jumlah pemain *game online* pada tahun 2022 mencapai 500 orang dengan usia rata-rata 12-19 tahun (data primer Grapari Tekonsel Maumere 9 April 2022).²

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.

Kecanduan bermain *game online* salah satu dampak dari perkembangan zaman yang tidak terkontrol dengan baik. Kecanduan *game online* adalah menggunakan permainan secara berlebih dan dalam waktu yang lama. Bahkan World Health Organisation (WHO) sudah mengategorikan kecanduan bermain *game online* sebagai salah satu gangguan mental. Berdasarkan laporan *We Are Social*, Indonesia menjadi negara dengan jumlah pemain *video game* terbanyak ketiga di dunia. Laporan tersebut mencatat ada 94,5% pengguna internet berusia 16-64 tahun di Indonesia yang memainkan *video game* per Januari 2022.³ Maraknya *game online* ini

² Yosefina Nelista Pembronia Nona Fembi, "Kecanduan Bermain Game Online Smartphone Dengan Kualitas Tidur Siswa-Siswi di SMPK Hewanbura Watublapi Kabupaten Sikka," 29 September 2022, <https://doi.org/10.5281/ZENODO.7124153>.

³ "Jumlah Gamers Indonesia Terbanyak Ketiga Di Dunia | Databoks," diakses 27 Maret 2023, <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2022/02/16/jumlah-gamers-indonesia-terbanyak-ketiga-di-dunia>.

memberikan pengaruh negatif apabila kita tidak bijaksana dalam penggunaan aplikasi *game online* tersebut. Remaja yang tidak dapat mengontrol dirinya terhadap *game online* tersebut akan Merasa tidak enak saat jauh dari *video game*. Merasa ingin menghabiskan waktu lebih dalam bermain *game*. Tidak bisa berhenti atau mengurangi jam bermain *game online*. Tidak ingin melakukan aktivitas lain selain bermain *game online*.

Remaja yang menjadi pecandu *game online* sering kali mengalami kompleksitas hubungan dengan konsep diri mereka. Keterlibatan yang intensif dalam dunia virtual seringkali memberikan mereka kesempatan untuk merasakan keberhasilan dan kekuatan yang mungkin kurang mereka alami di kehidupan nyata. Sebagai karakter dalam permainan, mereka dapat mencapai prestasi yang membanggakan, menciptakan identitas alternatif yang memperkuat konsep diri mereka di dunia digital. Namun, di sisi lain, kecenderungan untuk menghabiskan waktu berlebihan dalam *game* bisa mengakibatkan penurunan konsep diri di dunia nyata.

Konsep diri remaja yang ideal mencakup persepsi positif dan sehat mengenai diri mereka sendiri. Seorang remaja dengan konsep diri ideal mungkin merasa percaya diri, mampu mengenali dan menghargai kelebihan serta kekurangan dirinya. Mereka memiliki pemahaman yang realistis tentang potensi dan aspirasi pribadi, serta dapat mengelola ekspektasi dan tekanan dari lingkungan sekitar. Selain itu, remaja dengan konsep diri ideal biasanya dapat menjalin hubungan interpersonal yang sehat, merasa diterima oleh teman-teman sebaya, dan mampu berkontribusi positif dalam komunitasnya.

Penerimaan diri yang positif, kepercayaan diri, dan kemampuan untuk beradaptasi dengan perubahan menjadi bagian penting dari konsep diri remaja yang ideal, membantu mereka mengatasi tantangan dan tumbuh menjadi individu yang kuat dan seimbang secara emosional.⁴

Konsep diri menurut Willliam (Rahkmat, 2002) adalah bagaimana seseorang menilai dirinya secara positif atau menilai negatif. Individu yang memiliki konsep diri positif yakin akan kemampuannya dalam mengatasi masalah, merasa setara dengan orang lain, menerima pujian tanpa rasa malu, menyadari bahwa setiap orang mempunyai perilaku yang tidak semuanya disukai masyarakat, serta mampu memperbaiki karena ia sanggup mengungkapkan aspek-aspek kepribadian yang tidak disenanginya dan berusaha mengubahnya. Individu dengan konsep diri negatif akan sangat tidak tahan terhadap kritik, responsif sekali terhadap pujian, cenderung bersikap hiperkritis, cenderung merasa tidak disenangi oleh orang lain dan bersikap pesimis terhadap kompetisi.⁵

Adapun pengertian remaja pecandu *game online* yaitu remaja yang mengacu pada kondisi di mana seorang remaja mengalami ketergantungan yang berlebihan terhadap permainan video atau *game* yang dapat dimainkan melalui internet. Kecanduan *game online* ditandai dengan perilaku yang kompulsif dan mengganggu, di mana remaja tersebut menghabiskan sebagian

⁴ “Ideal Self or Real Self – LPKA UMY,” diakses 14 Desember 2023, <https://lpka.umy.ac.id/ideal-self-or-real-self/>.

⁵ Pandu Dwi Pamungkas, Sayang Ajeng Mardiyah, dan Maya Puspasari, “Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Kecanduan Game Online Pada Pemain Game Mmorpq,” *Insight : Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi* 15, no. 1 (30 April 2019): 60–70, <https://doi.org/10.32528/ins.v15i1.1643>.

besar waktunya untuk bermain *game online*, bahkan mengorbankan aktivitas sosial, pendidikan, dan kesehatan mereka. Remaja yang kecanduan *game online* cenderung sulit mengendalikan diri mereka sendiri, sehingga mempengaruhi fungsi keseharian mereka, termasuk interaksi sosial, tidur, dan kinerja akademik. Kecanduan ini juga bisa memicu masalah kesehatan mental seperti kecemasan dan depresi.⁶

Urgensi dari penelitian ini yaitu untuk memahami dampak psikologis pada remaja pecandu *game online*. Penelitian tentang konsep diri pada pecandu *game online* dapat membantu kita memahami dampak psikologis yang dialami oleh individu yang kecanduan *game online*. Dimana Ini melibatkan pemahaman tentang bagaimana kecanduan *game online* dapat mempengaruhi persepsi diri, harga diri, dan identitas individu. Dengan demikian, penelitian ini dapat memberikan wawasan yang berharga dalam melindungi kesehatan mental dan emosional mereka. Pengembangan intervensi yang efektif melalui penelitian ini, kita dapat mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi konsep diri pada pecandu *game online*. Informasi ini dapat digunakan untuk mengembangkan intervensi yang efektif dalam membantu individu memperbaiki konsep diri mereka. Ini dapat melibatkan strategi pengurangan kecanduan, pengembangan keterampilan sosial, atau promosi aktivitas alternatif yang sehat.

Pembahasan mengenai teori behavioristik dalam peninjauan masalah ini karena teori behavioristik merupakan cabang ilmu yang mempelajari

⁶“Kecanduan Game (Pengertian, Ciri, Aspek, Penyebab dan Dampak Negatif),” 7 November 2020, <https://www.kajianpustaka.com/2020/11/kecanduan-game.html>.

tingkah laku manusia dalam sebuah kondisi sosial. Teori behavioristik juga berperan dalam memahami pola perilaku manusia secara sosial, mengendalikan pola sosial, juga memprediksi perilaku sosial. Selain itu, teori behavioristik juga bertujuan untuk menyelesaikan perilaku menyimpang, seperti remaja yang kecanduan bermain *game online* yang dilakukan secara terus menerus, dengan demikian, penggunaan perspektif teori behavioristik diharapkan mampu menelaah, juga memecahkan problematika pecandu *game online* pada remaja ini.⁷

Dengan demikian, berdasarkan penjelasan terkait permasalahan di atas, maka peneliti ingin menjelaskan bagaimana dinamika konsep diri pada remaja pecandu *game online* : perspektif teori behavioristik.

B. Rumusan Masalah

Dari latar belakang yang telah dijelaskan di atas maka dapat disimpulkan rumusan masalah terkait penelitian tentang analisis konsep diri pada remaja pecandu *game online* perspektif teori behavioristik, dengan beberapa pertanyaan sebagai berikut:

1. Bagaimana konsep diri pada remaja pecandu *game online* ?
2. Faktor apa saja yang membentuk konsep diri remaja pecandu *game online* ?
3. Bagaimana dinamika konsep diri remaja pecandu *game online* perspektif teori behavioristik ?

⁷ Sheni Oktriacita Nurmawadah dan Mochammad Sa'id, "Problematika Perilaku Merokok Pada Remaja: Perspektif Psikologi Sosial," *Flourishing Journal* 1, no. 6 (30 Juni 2021): 488–97, <https://doi.org/10.17977/um070v1i62021p488-497>.

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk:

1. Mengetahui konsep diri pada remaja pecandu *game online*.
2. Mengetahui faktor apa saja yang membentuk konsep diri remaja pecandu *game online*.
3. Mengetahui bagaimana dinamika konsep diri remaja pecandu *game online* perspektif teori behavioristik.

D. Kajian Pustaka

Sebelum melakukan penelitian dengan judul yang lebih spesifik yaitu “Dinamika konsep diri pada remaja pecandu *game online* : perspektif teori behavioristik” dalam serangkaian proses penelitian, evaluasi literatur sebelumnya sangatlah penting sebagai kebutuhan penelitian, menurut John W. Creswell, tinjauan pustakan dapat membantu seorang peneliti dalam memperoleh pemahaman yang menyeluruh tentang masalah yang akan disajikan. Akibatnya, evaluasi literatur dilakukan untuk menentukan batasan topik sehingga penelitian terkait dapat ditambahkan atau temuan baru dapat diberikan.⁸ Oleh karena itu, adapun tinjauan pustaka sebagai penentuan batasan-batasan topik agar melengkapi penelitian sejenis yang telah ada atau dapat memberikan nilai *novelty* dalam keilmuan. Kajian pustaka ini berdasarkan pada kesanggupan penulis dalam menelusuri penelitian-penelitian yang bersangkutan dengan penelitian ini. Setelah dilaksanakan penelusuran,

⁸ “Research design : qualitative, quantitative, and mixed methods approaches / John W. Creswell | OPAC Perpustakaan Nasional RI.,” diakses 28 Maret 2023, <https://opac.perpusnas.go.id/DetailOpac.aspx?id=908773>.

penulis menemukan beberapa penelitian terdahulu berdasarkan klasifikasi yang berhubungan dengan penelitian ini, antara lain sebagai berikut:

Penelitian yang dilakukan oleh Pamungkas, Mardhiyah, dan Puspasari (2019) tentang Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Kecanduan *Game Online* Pada Pemain *Game* Mmorpg. Kesimpulan dari penelitian ini menyatakan bahwa adanya hubungan yang signifikan dan negatif antara konsep diri terhadap kecanduan *game online* pada pemain *game* Mmorpg. Artinya, semakin tinggi kecanduan *game online* maka semakin rendah konsep diri yang dimiliki atau sebaliknya semakin rendah kecanduan *game online* maka semakin tinggi konsep dirinya.

Selanjutnya Penelitian yang dilakukan oleh Fadila, Robbiyanto, dan Handayani (2022) tentang Pengaruh *Game Online* Terhadap Perubahan Perilaku Remaja. Hasil dari penelitian ini mengatakan Ada 4 kategori perubahan perilaku yaitu perubahan perilaku sadar dan tidak sadar seperti tertawa dimana saat remaja bermain *game online* sering kali tanpa sadar tertawa ataupun terbawa emosi, perilaku tampak dan tidak tampak remaja yang menarik diri dari lingkungannya lalu mengurung diri di kamar 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 online*, 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 karena bermain *gadget* dalam waktu yang lama serta dapat menyebabkan kram pada sendi-sendi jari.

Selanjutnya tentang Interaksi Sosial Pada Remaja Kecanduan *Game Online* Di Desa Singosaren oleh Saputra (2021). Hasil dari penelitian ini yaitu interaksi sosial pada remaja kecanduan *Game Online* di Desa Singosaren terbilang kurang baik, dapat dilihat interaksinya dengan keluarga maupun lingkungan sekitar. Sedangkan hubungan sesama pemain *game* semakin erat, dilihat rasa solidaritas mereka semakin tinggi. Adapun dampak negatif dari remaja yang kecanduan *game online* dalam aspek interaksi sosial, diantaranya renggangnya hubungan anak dengan orang tua, anak sulit untuk diatur dan didasihat, anak sering menghabiskan waktu untuk bermain *game online*.

Pembahasan tentang Agresivitas Ditinjau dari Konsep Diri dan Penyesuaian Sosial pada Mahasiswa dengan Kecanduan *Game Online* oleh Mujidin, Rustam, dan Patriani (2023). Ia menyimpulkan bahwa Konsep diri dan penyesuaian sosial mempengaruhi agresivitas pada mahasiswa yang kecanduan bermain *game online*. Pengembangan kemampuan penyesuaian sosial dan menerima diri secara utuh dapat dilakukan dengan mendorong diri untuk lebih banyak terlibat dalam kegiatan sosial dan menyesuaikan diri dengan sikap sosial yang ada dilingkungan sekitar. Saran untuk penelitian berikutnya adalah mengambil topik-topik yang erat kaitannya dengan masalah

agresivitas maupun variabel yang berbeda dari penelitian ini. peneliti hendaknya mempertimbangkan literatur-literatur yang sekiranya relevan.⁹

Penelitian Hasan, Rahmat, dan Napu (2021) tentang Dampak *Game Online Mobile Legends* Terhadap Perilaku Sosial Remaja. Penelitian ini menyimpulkan bahwa pengguna *Game Online Mobile Legends* yang berlebihan dapat membahayakan diri penggunanya. Apabila kebiasaan seperti ini dibiarkan dan tidak dilakukan pencegahan secara cepat maka bisa saja mengancam sifat atau perilaku dalam lingkungan dan dapat membahayakan nyawa sekalipun. Dalam penelitian ini juga dapat ditemukan temuan-temuan yang sangat jelas bahwa ketika *Game Online Mobile Legends* dapat digunakan dengan baik maka dapat sangat bermanfaat bagi penggunanya. Hal ini meliputi dampak sosial dan dampak psikis. Dampak sosial kebiasaan mengakses *Game Online Mobile Legends* secara berlebihan dapat merusak perilaku akibat lebih mementingkan permainan ini dari pada lingkungannya sendiri dalam waktu yang lama, serta membuat pikiran tidak fokus dalam pekerjaan yang lain. Dari dampak psikis, *Game Online Mobile Legends* dapat pula mengakibatkan penggunanya sulit untuk berkonsentrasi dan akan selalu berpikiran pada *Game Online Mobile Legends*, serta akan memancing

⁹ Mujidin Mujidin, Husnul Khotimah Rustam, dan Raja Adelia Patriani, "Kecanduan Game Online Pada Agresivitas Mahasiswa Ditinjau Dari Konsep Diri Dan Penyesuaian Sosial," *Jurnal Psikologi : Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan* 10, no. 1 (8 Maret 2023): 89–105, <https://doi.org/10.35891/jip.v10i1.2953>.

timbulnya sifat agresif pada penggunanya seperti, mencuri, memukul teman, membentak orang tua sendiri serta tindakan kriminal lainnya.¹⁰

Selanjutnya, penelitian tentang Kecanduan *Game Online* pada Remaja: Dampak dan Pencegahannya oleh Novrialdy (2019). Ia menyimpulkan bahwa Perkembangan teknologi pada era digital ini tidak dapat dipungkiri sangat pesat adanya. Salah satu produk perkembangan teknologi yang saat ini digemari remaja adalah *game online*. Semestinya *game online* dimanfaatkan untuk hiburan tetapi yang terjadi *game online* dimainkan secara berlebihan, digunakan sebagai tempat untuk melarikan diri dari realitas kehidupan sehingga yang terjadi adalah kecanduan *game online*. Hal ini akan berakibat buruk terhadap berbagai aspek kehidupan remaja. Untuk itu, *game online* sebagai bentuk dari perkembangan teknologi perlu disikapi dengan bijak supaya tidak berdampak buruk bagi remaja. Dengan demikian remaja perlu diberikan upaya pecegahan terhadap kecanduan *game online*, sehingga diharapkan dapat terhindar dari kecanduan *game online*. Juga diharapkan pihak-pihak terkait dapat bersinergi dalam melakukan berbagai upaya yang telah disampaikan.¹¹

Berikut penelitian yang dilakukan oleh Kurniawan, Wijaya, dan Yani (2021), mereka mengatakan bahwa *game online* yang dimainkan secara berlebihan dapat menimbulkan adiksi bagi pemainnya. Dampak negatif

¹⁰ Andriyanto Hasan, Abdul Rahmat, dan Yakob Napu, "Dampak Game Online Mobile Legends Terhadap Perilaku Sosial Remaja," *Student Journal of Community Education*, 2 Agustus 2021, 1–13, <https://doi.org/10.37411/sjce.v1i1.830>.

¹¹ Eryzal Novrialdy, "Kecanduan Game Online pada Remaja: Dampak dan Pencegahannya," *Buletin Psikologi* 27, no. 2 (5 Desember 2019): 148–58, <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.47402>.

tersebut dalam hal kesehatan berupa penurunan berat badan, obesitas, gangguan penglihatan, nyeri tulang belakang, terganggunya pola tidur hingga pada dampak psikologis. Tujuan penelitian mereka adalah untuk mengeksplorasi bagaimana penyebab terbentuknya perilaku adiksi *game online* pada beberapa remaja di Kota Makassar. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Pengumpulan data dengan wawancara mendalam, observasi partisipasi dan diskusi kelompok terarah pada beberapa informan remaja usia 13-18 tahun yang telah terjaring dan ditentukan berdasarkan teknik purposif sampling. Hasil penelitian menunjukkan bahwa orang tua mempunyai peranan penting dalam membentuk perilaku adiksi *game online* pada remaja dengan cara memfasilitasi dan memberi dukungan kepada anak untuk bermain *game online* dalam waktu yang relatif lama. Selain itu perilaku adiksi *game online* dipengaruhi oleh lingkungan dan motivasi anak untuk mendapatkan teman dan relasi yang baru.¹²

Terakhir mengenai penelitian tentang Faktor Diagnosis Skala Kecanduan *Game Online* yang dilakukan oleh Junaidi, Mubarak, Kapita, Rosihan, dan Siradjuddin (2020) yang mana studi kasusnya pada Mahasiswa Informatika, Universitas Khairun. Kecanduan *game online* adalah perilaku seseorang yang ingin selalu memainkan *game online* itu berlangsung lama dan memungkinkan individu yang bersangkutan tidak dapat mengendalikannya sehingga dapat berdampak negatif dampak yang bisa berdampak negatif bagi

¹² Rama Nur Kurniawan, Ivan Wijaya, dan Ahmad Yani, "Konstruksi Sosial Remaja Pecandu Game Online Di Kota Makassar," *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)* 4, no. 1 (14 Januari 2021): 110–15, <https://doi.org/10.56338/mppki.v4i1.1395>.

kesehatan dan mental jika terlalu sering memainkannya. Tujuan dari penelitian ini adalah mendiagnosa skala adiksi *game online* pada siswa dengan menggunakan algoritma faktor kepastian. Tingkat adiksi *game online* akan dibagi menjadi tiga tingkatan, yaitu: adiksi ringan, sedang dan berat diagnosis. Proses perhitungan dimulai dari menentukan nilai bobot masing-masing gejala kemudian menentukan nilai bobot pengguna kemudian menghitung nilai bobot masing-masing gejala dengan milik pengguna nilai bobot dengan menggunakan metode faktor kepastian sehingga menghasilkan seberapa besar tingkat persentase kecanduan *game online*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari sejumlah data yang diolah diperoleh hasil diagnostik diperoleh 13% siswa adiksi ringan, 37% siswa adiksi sedang, 50% siswa dengan adiksi yang parah.¹³

Penelitian ini akan mengeksplorasi perbedaan signifikan dalam aspek-aspek tertentu dari konsep diri remaja pecandu *game online* dibandingkan dengan penelitian-penelitian terdahulu. Salah satu perbedaan utama yang ditemukan adalah adanya penurunan harga diri yang lebih signifikan pada remaja pecandu *game online*. Mereka cenderung mengalami ketidakpuasan terhadap diri sendiri karena merasa kurang mampu atau berkompeten di dunia nyata, yang kemudian dapat merusak gambar diri mereka.

Selain itu, penelitian ini mengidentifikasi adanya perubahan dalam pola interaksi sosial remaja pecandu *game online*. Mereka cenderung lebih

¹³ I Junaidi dkk., "Certainty Factor for Online Game Addiction Scale Diagnosis — A Case Study of Informatics Student, University of Khairun," ed. oleh I.H.A. Wahab, R. Mardian, dan A.P. Bayuseno, *E3S Web of Conferences* 328 (2021): 03002, <https://doi.org/10.1051/e3sconf/202132803002>.

tertutup secara emosional dan kurang aktif dalam interaksi sosial di dunia nyata, karena mayoritas waktu mereka dihabiskan di dunia virtual. Hal ini berdampak pada hubungan interpersonal mereka di luar lingkungan game online, yang dapat menyebabkan isolasi sosial dan kesulitan dalam membentuk hubungan yang sehat.

Penelitian ini juga menyoroti peran *game online* sebagai media yang memberikan bentuk pengakuan sosial kepada remaja pecandu *game*. Dalam dunia maya ini, mereka dapat merasa dihargai dan diakui, meskipun hal ini hanya bersifat sementara dan bersifat virtual. Oleh karena itu, konsep diri mereka lebih terkait dengan pencapaian dalam *game online* daripada prestasi di dunia nyata.

Secara keseluruhan, penelitian ini membawa pemahaman baru tentang dampak kecanduan *game online* terhadap konsep diri remaja. Perbedaan ini dapat menjadi dasar bagi pengembangan intervensi dan strategi pencegahan yang lebih efektif untuk membantu remaja mengembangkan konsep diri yang positif dan seimbang, mengingat pentingnya fase perkembangan ini dalam pembentukan identitas mereka.

E. Kerangka Teori

Konsep diri adalah gambaran mental yang dimiliki seseorang tentang siapa mereka, bagaimana mereka melihat diri mereka sendiri, dan bagaimana mereka mempersepsikan karakteristik, kualitas, dan identitas pribadi mereka. Konsep diri membentuk landasan penting dalam membentuk perilaku,

pengambilan keputusan, interaksi sosial, dan kesejahteraan psikologis seseorang.

Materi konsep diri membahas pentingnya pemahaman diri dan pengaruhnya dalam kehidupan sehari-hari. Materi ini membantu individu untuk menjelajahi dan memahami aspek-aspek yang membentuk konsep diri mereka, termasuk nilai-nilai, keyakinan, pengalaman masa lalu, dan lingkungan sosial. Melalui pemahaman yang mendalam tentang konsep diri, seseorang dapat memperkuat kepercayaan diri, membangun hubungan yang lebih baik dengan orang lain, dan meraih tujuan hidup yang diinginkan.

1. Konsep Diri

a. Pengertian Konsep Diri

Konsep diri bisa dikatakan sebagai penerimaan dirinya sendiri, baik kelemahan maupun keunggulan yang dimilikinya, baik secara fisik maupun mental serta pemahamannya terhadap pergaulan di tengah masyarakat dimana individu itu berada dan berfungsi sebagai makhluk sosial sedangkan Konsep diri yang dikemukakan Carl Rogers dibagi menjadi dua yaitu *ideal self* dan *real self*. *Ideal self* adalah kondisi dimana seseorang ingin melihat dirinya seperti apa yang diinginkannya. Sedangkan *real self* adalah kondisi seseorang pada realitanya saat ini.

Konsep diri juga dapat didefinisikan secara umum sebagai keyakinan, pandangan atau penilaian seseorang terhadap dirinya. Definisi lain menyebutkan bahwa konsep diri merupakan semua

perasaan dan pemikiran seseorang mengenai dirinya sendiri. Konsep diri meliputi kemampuan, karakter diri, sikap, tujuan hidup, kebutuhan dan penampilan diri.¹⁴ Menurut Jalaluddin Rahmat dalam buku Psikologi Komunikasi mengemukakan konsep diri adalah pandangan dan perasaan kita, persepsi ini boleh bersifat psikologis, sosial dan psikis. Konsep diri bukan hanya gambaran deskriptif tetapi juga penilaian kita.¹⁵

b. Ciri-ciri Konsep Diri

Menurut Wasty Soemanto¹⁶, ciri-ciri konsep diri, yaitu:

- 1) Terorganisasikan : Individu mengumpulkan banyak informasi yang dipakai untuk membentuk pandangan tentang dirinya sendiri. Untuk sampai pada gambaran umum tentang dirinya ia menginformasikan itu ke dalam kategori-kategori yang lebih luas dan banyak.
- 2) Multifaset : Individu mengkategorikan persepsi diri itu dalam beberapa wilayah misalnya: *social acceptance, physical attractiveness, athletic ability and academic ability.*
- 3) Stabil : *General self concept* itu stabil. Perlu dicatat bahwa area *self concept* dapat berubah.

¹⁴ “Psikologi sebagai akar ilmu komunikasi / Nina W. Syam ; editor, Rema Karyanti Soenendar | OPAC Perpustakaan Nasional RI,” diakses 4 Mei 2023, <https://opac.perpusnas.go.id/DetailOpac.aspx?id=211703>.

¹⁵ “Psikologi komunikasi / penulis, Jalaluddin Rakhmat ; editor, Tjun Surjaman | OPAC Perpustakaan Nasional RI,” diakses 4 Mei 2023, <https://opac.perpusnas.go.id/DetailOpac.aspx?id=681738>.

¹⁶ Wasty Soemanto. Psikologi Pendidikan Landasan Kerja Pemimpin Pendidikan. (Jakarta: PT Rineka Cipta, 2012), h. 185-186

- 4) Berkembang : *Self concept* berkembang sesuai dengan umur dan pengaruh lingkungan.
- 5) Evaluatif : Selain membentuk deskripsi dirinya pada situasi yang istimewa, tetapi individu juga mengadakan penilaian terhadap dirinya sendiri.

Menurut Inge Hutagalung terdapat sejumlah karakteristik orang yang mempunyai konsep diri negatif, yaitu:

- 1) Sangat `peka dan cenderung sulit menerima kritik dari orang lain.
- 2) Mengalami kesulitan berbicara dengan orang lain.
- 3) Sulit mengakui bahwa kesalahan.
- 4) Kurang mampu mengungkapkan perasaan dengan cara yang wajar. Senang mendapatkan pujian, setiap pujian adalah lebih baik daripada tidak ada sama sekali.
- 5) Cenderung menunjukkan sikap mengasingkan diri, malu-malu dan tidak ada minat pada persaingan.

Sedangkan karakteristik orang yang memiliki konsep diri positif, adalah:

- 1) Orang yang terbuka.
- 2) Orang yang tidak memiliki hambatan untuk berbicara dengan orang lain, bahkan dalam situasi yang masih asing sekalipun.
- 3) Orang yang cepat tanggap dalam situasi sekelilingnya.

Dalam hal ini dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri seseorang yang memiliki konsep diri positif, yaitu bersikap terbuka, tidak memiliki

hambatan untuk berbicara dengan orang lain, cepat tanggap dalam situasi sekelilingnya. yakin akan kemampuannya mengatasi masalah, merasa setara dengan orang lain, menerima pujian tanpa rasa malu, menyadari bahwa setiap orang mempunyai berbagai perasaan, keinginan dan perilaku yang tidak seluruhnya disetujui masyarakat, serta mampu memperbaiki dirinya.

c. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Konsep Diri

Menurut Inge Hutagalung¹⁷ faktor-faktor yang mempengaruhi konsep diri adalah:

- 1) Orang lain : Seseorang mengenal tentang dirinya dengan mengenal orang lain terlebih dahulu. Konsep diri seseorang individu terbentuk dari bagaimana penilaian orang lain mengenai dirinya. Orang yang paling berpengaruh pada diri seseorang adalah orang-orang yang disebut *significant others*, yaitu orang-orang yang sangat penting bagi diri seseorang.

Ketika kecil, *significant others* adalah orang tua dan saudara. Dari merekalah seseorang membentuk konsep dirinya. Dalam perkembangannya *significant others* meliputi semua orang yang memengaruhi perilaku, pikiran dan perasaan seseorang.

Ketika individu telah dewasa, maka yang bersangkutan akan mencoba untuk menghimpun penilaian semua orang yang pernah berhubungan dengannya. Konsep ini disebut dengan

¹⁷ Inge Hutagalung. Op.cit, h.27

generalized others, yaitu pandangan seseorang mengenai dirinya berdasarkan keseluruhan pandangan orang lain terhadap dirinya.

- 2) Kelompok acuan (*reference group*) Dalam kehidupannya, setiap orang sebagai anggota masyarakat menjadi anggota berbagai kelompok. Setiap kelompok memiliki norma-norma sendiri. Diantara kelompok tersebut, ada yang disebut kelompok acuan, yang membuat individu mengarahkan perilakunya sesuai dengan norma dan nilai yang dianut kelompok tertentu. Kelompok inilah yang memengaruhi konsep diri seseorang.

Sementara itu, Fitts Hendriati Agustiani konsep diri seseorang dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu:

- 1) Pengalaman, terutama pengalaman interpersonal, yang memunculkan perasaan positif dan perasaan berharga.
- 2) Kompetensi dalam area yang dihargai oleh individu dan orang lain.
- 3) Aktualisasi diri, atau implementasi dan realisasi dari potensi pribadi yang sebenarnya.

Sedangkan, Syamsul Bachri Thalib menyebutkan “faktor-faktor yang mempengaruhi konsep diri mencakup keadaan fisik dan penilaian orang lain mengenai fisik individu; faktor keluarga termasuk pengasuhan orang tua, pengalaman perilaku kekerasan, sikap saudara, dan status sosial ekonomi; dan faktor lingkungan sekolah”.

Berdasarkan pendapat para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa konsep diri seseorang dipengaruhi oleh orang lain, kelompok rujukan,

pengalaman, kompetensi, aktualisasi diri, status sosial ekonomi, dan lingkungan sekolah.

d. Aspek-aspek Konsep Diri

Secara umum konsep diri dirumuskan dalam aspek atau dimensi yang berbeda-beda bergantung pada sudut pandang masing-masing ahli. Song dan Hattie Syamsul Bachri Thalib, menyatakan bahwa “aspek- aspek konsep diri dibedakan menjadi konsep diri akademis dan konsep diri non- akademis. Konsep diri non- akademis dibedakan lagi menjadi konsep diri sosial dan penampilan diri. Jadi, pada dasarnya konsep diri mencakup aspek konsep diri akademis, konsep diri sosial dan penampilan diri.

Sementara itu, Fitts membagi dimensi konsep diri menjadi dua yaitu :

- 1) Dimensi internal atau disebut juga kerangka acuan internal (*internal frame of reference*) adalah penilaian yang dilakukan individu yaitu penilaian yang dilakukan individu terhadap dirinya sendiri berdasarkan dunia dalam dirinya. Dimensi ini terdiri dari tiga bentuk, yaitu :

- a) Diri Identitas (*identity self*) Bagian diri ini merupakan aspek yang paling mendasar pada konsep diri dan mengacu pada pertanyaan, “siapakah saya”. Dalam pertanyaan tersebut tercakup label-label dan simbol- simbol yang diberikan pada diri (*self*) oleh individu-individu yang bersangkutan untuk menggambarkan dirinya dan membangun identitasnya.

- b) Diri Pelaku (*behavioral self*) Diri pelaku merupakan persepsi individu tentang tingkah lakunya, yang berisikan segala kesadaran mengenai apa yang dilakukan oleh dirinya. Selain itu, bagian ini juga berkaitan dengan diri identitas.
- c) Diri Penerimaan atau Penilai (*judging self*) Diri penilai berfungsi sebagai pengamat, penentu standar, dan evaluator. Kedudukannya sebagai perantara antara diri identitas dan diri pelaku. Individu cenderung memberikan penilaian terhadap apa yang dipersepsikannya. Selanjutnya, penilaian ini lebih berperan dalam menentukan tindakannya yang akan ditampilkannya.
- 2) Dimensi Eksternal, individu menilai dirinya sendiri melalui hubungan dan aktivitas sosialnya, nilai-nilai yang dianutnya, serta hal-hal lain di luar dirinya, misalnya diri yang berkaitan dengan sekolah, organisasi, agama, dan sebagainya. Dimensi ini dibedakan atas lima bentuk, yaitu :
- a) Diri Fisik (*physical self*) Diri fisik menyangkut persepsi seseorang terhadap dirinya sendiri secara fisik. Dalam hal ini terlihat persepsi seseorang mengenai kesehatan dirinya, penampilan dirinya (cantik, jelek, menarik, tidak menarik) dan keadaan tubuhnya (tinggi, pendek, gemuk, dan kurus).
- b) Diri Etik-moral (*moral-ethical self*) Bagian ini merupakan persepsi seseorang terhadap dirinya dilihat dari standar

pertimbangan nilai moral dan etika. Hal ini menyangkut persepsi seseorang mengenai hubungan dengan Tuhan, kepuasan seseorang akan kehidupan keagamaannya dan nilai-nilai moral yang dipegangnya, yang meliputi batasan baik dan buruk.

- c) Diri Pribadi (*personal self*) Diri pribadi merupakan persepsi seseorang tentang keadaan pribadinya. Hal ini dipengaruhi oleh sejauh mana individu merasa puas dengan pribadinya atau sejauh mana ia merasa dirinya sebagai pribadinya atau sejauh mana ia merasa dirinya sebagai pribadi yang tepat.
- d) Diri Keluarga (*family self*) Diri keluarga menunjukkan perasaan dan harga diri seseorang dalam kedudukannya sebagai anggota keluarga. Bagian ini menunjukkan seberapa jauh seseorang merasa kuat terhadap dirinya sebagai anggota keluarga, serta terhadap peran maupun fungsi yang dijalankannya sebagai anggota dari suatu keluarga.
- e) Diri Sosial (*social self*) Bagian ini merupakan penilaian individu terhadap interaksi dirinya dengan orang lain maupun lingkungan di sekitarnya.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan dalam menjelaskan aspek-aspek konsep diri, tampak bahwa pendapat para ahli saling melengkapi, sehingga dapat dikatakan bahwa aspek-aspek konsep diri

mencakup aspek akademik, aspek sosial, aspek fisik, dan aspek norma atau nilai.

2. Kecanduan *Game Online*

a. Pengertian Kecanduan *Game Online*

Kecanduan *game online* (*game addiction*) adalah suatu kondisi atau perilaku seseorang yang dilakukan secara berulang kali, berlebihan atau kompulsif dalam bermain *game online* lebih dari 5 jam sehari atau 35 jam per minggu yang menyebabkan individu menjadi tidak terkendali, terus-menerus memikirkan, dan tidak terkontrol yang dilakukan untuk mendapatkan kepuasan tertentu hingga pada akhirnya berpotensi menimbulkan dampak negatif baik fisik maupun psikorasional. Dalam kamus psikologi diartikan sebagai keadaan ketergantungan secara fisik pada suatu obat bius. Menurut Adams dan Rollings (2006), pertama kalinya *game online* muncul adalah pada tahun 1960, ketika komputer dapat digunakan untuk bermain *game* oleh dua orang yang berada di ruangan yang sama, dimana komputer tersebut dihubungkan dengan Local Area Network (LAN).¹⁸

Kecanduan *game online* merupakan suatu keadaan seseorang yang terikat pada kebiasaan yang sangat kuat dan tidak bisa lepas untuk bermain *game online*, dari waktu ke waktu akan terjadi peningkatan frekuensi, durasi atau jumlah dalam melakukan hal tersebut, tanpa memedulikan konsekuensi-konsekuensi negatif yang

¹⁸ raja Awan Sidqi Dkk., "Sosialisasi Dampak Kecanduan *Game Online* Terhadap Kesehatan Pada Siswa Kelas 7-I Sekolah Menengah Pertama Muhammadiyah 19 Sawangan," t.t.

ada pada dirinya. Walaupun pada awalnya *game online* ditunjukkan untuk anak-anak dan remaja, tetapi tidak sedikit orang dewasa sering memainkannya bahkan banyak orang dewasa. *Game online* dapat membawa dampak yang besar terhadap perkembangan jiwa seseorang karena dengan bermain *game online* seseorang dapat melupakan interaksi dengan lingkungan sekitar.

b. Ciri-ciri Kecanduan *Game Online*

Adapun Ciri-ciri Kecanduan *Game Online* Menurut Siregar (2013),¹⁹ seseorang dikatakan mengalami kecanduan *game* atau *game addiction* apabila memenuhi beberapa kriteria dengan ciri-ciri sebagai berikut:

- 1) Preokupasi dalam bermain *game online* termasuk di dalamnya bermain kembali walaupun sudah pernah dimainkan dan berencana untuk bermain ke tahapan selanjutnya.
- 2) Kebutuhan untuk bermain meningkat seiring berjalannya waktu guna mencapai kepuasan.
- 3) Ketidakmampuan untuk mengobrol, menghindari ataupun berhenti bermain *game*.
- 4) Merasa resah, marah, gelisah ketika berusaha untuk menghentikan permainan.

¹⁹ “Kecanduan Game (Pengertian, Ciri, Aspek, Penyebab dan Dampak Negatif) - KajianPustaka,” diakses 14 Desember 2023, <https://www.kajianpustaka.com/2020/11/kecanduan-game.html>.

- 5) Bermain *game* merupakan salah satu cara untuk menghindar dari masalah ataupun perasaan bersalah, *helplessness*, kecemasan dan depresi.
 - 6) Setelah selesai bermain, kembali memainkannya kembali kepada hari lain untuk membuat progres yang lebih baik atau mendapatkan skor lebih tinggi (*chasing*).
 - 7) Berbohong pada anggota keluarga, ataupun orang lain yang terlibat ketika individu ingin bermain.
 - 8) Berkaitan dengan tindakan ilegal, seperti mencuri, butuh uang untuk bermain.
 - 9) Kehilangan hubungan yang signifikan, seperti pekerjaan, pendidikan, ataupun kesempatan karir karena bermain.
 - 10) Membutuhkan orang lain dalam mengatur keuangannya untuk meringankan bebannya dalam mengatur keuangannya disebabkan oleh bermain *game*.
 - 11) Menghabiskan waktu lebih dari 35 jam per minggu untuk bermain.
- Dan kriteria *game addiction* terpenuhi paling sedikit dalam waktu 6 bulan.²⁰ Dalam penelitian ini terdapat dua informan, yang disebut sebagai NA dan HA, mereka adalah dua remaja yang menghabiskan waktu bermain *game online* selama kurang lebih 5-6 jam setiap harinya hingga mengorbankan waktu tidur dan interaksi sosial dengan teman-temannya di dunia nyata demi bermain *game*.

²⁰ Elna Yulsaini Siregar, "Penerapan Cognitive Behavior Therapy (CBT) Terhadap Pengurangan Durasi Bermain Games Pada Individu Yang Mengalami Games Addiction," *Jurnal Psikologi* 9, no. 1 (1 Juni 2013): 17–24, <https://doi.org/10.24014/jp.v9i1.136>.

c. Faktor-faktor Penyebab Kecanduan *Game Online*

faktor-faktor yang menjadi penyebab kecanduan *game online*. Detria (2013),²¹ mengatakan bahwa terdapat dua faktor yang menyebabkan terjadinya kecanduan *game online* yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor-faktor internal yang menyebabkan terjadinya kecanduan *game online*, antara lain yaitu sebagai berikut:

- 1) Keinginan yang kuat dari diri sendiri untuk memperoleh nilai yang tinggi dalam *game online*, karena *game online* dirancang sedemikian rupa agar *gamers* semakin peasaran dan semakin ingin memperoleh nilai yang tinggi.
- 2) Ketidakmampuan mengatur prioritas untuk mengerjakan aktivitas penting lainnya juga menjadi penyebab timbulnya kecanduan terhadap *game online*.
- 3) Rasa bosan yang dirasakan ketika berada di rumah atau di tempat lainnya.
- 4) Kurangnya self control dalam diri, sehingga kurang mampu mengantisipasi dampak negatif yang timbul dari bermain *game online* secara berlebihan.

Faktor-faktor eksternal yang menyebabkan terjadinya kecanduan *game online* pada remaja sebagai berikut :

- 1) Lingkungan yang kurang terkontrol, karena melihat teman-temannya yang lain banyak yang bermain *game online*.

²¹ Sapto Irawan, "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecanduan Game Online Peserta Didik," *Jurnal Konseling Gusjigang* 7, no. 1 (2021).

- 2) Kurang memiliki hubungan sosial yang baik, sehingga peserta didik memilih alternatif bermain *game online* sebagai aktivitas yang menyenangkan.

d. Aspek-aspek Kecanduan *Game Online*

Sedangkan Aspek-aspek Kecanduan *Game* Menurut Lemmens dkk (2009), aspek-aspek yang digunakan untuk menjelaskan kecanduan *game* adalah sebagai berikut:

a. *Salience* (Arti)

Aspek dimana bermain *game* menjadi kegiatan yang paling penting dalam kehidupan seseorang dan mendominasi pikirannya (keasyikan), perasaan, dan perilaku (penggunaan yang berlebihan). Pemain *game* akan selalu terpikir dengan *game* yang sedang dimainkan karena telah menjadi salah satu hal yang penting baginya, sehingga sebagian besar waktu luangnya akan digunakan untuk bermain *game*.

b. *Tolerance* (Toleransi)

Tolerance adalah sikap menerima keadaan diri kita ketika melakukan suatu hal. Biasanya toleransi ini berkenaan dengan pelebaran batas jumlah waktu yang digunakan atau dihabiskan untuk melakukan kegiatan yang dalam hal ini adalah bermain *game*. kebanyakan pemain *game* tidak akan berhenti bermain hingga merasa puas dalam memainkan *game*.

c. *Mood Modification* (Modifikasi Mood)

Dimensi ini sebelumnya diberi label *euphoria*, mengacu pada tingginya suatu kegiatan atau aktivitas. Namun, modifikasi suasana hati juga dapat mencakup penenang atau perasaan santai yang terkait dengan pelarian dari permasalahan dan stres, yang menjadi pengalaman subjektif seseorang akibat bermain *game*. Pemain *game* akan merasakan suatu perubahan *mood* yang meningkat dan membaik ketika ia mulai bermain *game online*.

d. *Relapse* (Pengulangan)

Aspek ini berkaitan dengan kecenderungan pemain untuk berulang kali kembali ke pola awal dari bermain *game*. Pola bermain yang berlebihan dengan cepat dipulihkan setelah periode pantang atau kontrol. Ketika pemain *game* berusaha untuk mengurangi waktu bermainnya, pada tahap kecanduan pemain akan selalu kembali ke pola awal dan gagal dalam usahanya untuk mengurangi waktu maupun intensitas bermainnya.

e. *Withdrawal* (Penarikan)

Aspek ini berkaitan dengan adanya emosi tidak menyenangkan atau efek fisik yang terjadi ketika bermain *game* tiba-tiba berkurang atau dihentikan. Oleh karena itu pemain *game* akan semakin kesulitan dalam menarik dirinya dari kebiasaan bermain *game* yang berlebihan.

f. *Conflict* (Konflik)

Aspek ini mengacu pada semua konflik antar pribadi dihasilkan dari bermain *game* yang berlebihan. Konflik terjadi antara pemain dan orang-orang di sekitarnya. Konflik dapat mencakup argumen dan pengabaian atau juga kebohongan. Ketika pemain dalam tahap kecanduan, mereka akan mengabaikan kehidupan sosialnya demi fokus pada aktivitas gamingnya. Hal tersebut tentu saja membuatnya memiliki konflik dengan orang-orang di sekitarnya.

g. *Problem* (Masalah)

Aspek ini mengacu pada masalah yang disebabkan karena bermain *game* berlebihan. Masalah dengan lingkungan sosial, maupun yang timbul dalam diri individu, seperti konflik intrapsikis dan perasaan subjektif dari hilangnya kontrol. Masalah-masalah yang dapat dihadapi oleh pecandu *game* dapat bersifat fisik maupun sosial. Secara fisik, pemain yang berlebihan dalam bermain *game* akan mengganggu tidur dan kebutuhan lainnya, sehingga akan mengganggu kerja tubuh yang membutuhkan istirahat dan pemenuhan kebutuhan yang cukup. Pecandu *game online* juga akan mengalami masalah dengan sosial seperti yang disebutkan dalam aspek konflik sebelumnya. Selain itu juga permasalahan dalam

kegiatan lainnya misalnya masalah pekerjaan atau perkuliahan bagi mahasiswa.²²

3. Teori Behavioristik

a. Pengertian Teori Behavioristik

Teori Behavioristik adalah teori yang mempelajari perilaku manusia. Perspektif behaviorial berfokus pada peran dari belajar dalam menjelaskan tingkah laku manusia dan terjadi melalui rangsangan berdasarkan (stimulus) yang menimbulkan hubungan perilaku reaktif (respons) hukum-hukum mekanistik.

Ada beberapa tokoh behavioristik dalam ilmu psikologi, yang pertama Edward Lee Thorndike, dalam pemikiran Thorndike tentang behavioristik, ia mengembangkan teori yang menekankan pentingnya pengamatan perilaku sebagai respons terhadap rangsangan tertentu. Thorndike memperkenalkan konsep hukum efek, yang menyatakan bahwa perilaku yang diikuti oleh hasil positif cenderung diulang, sementara perilaku yang diikuti oleh hasil negatif cenderung dihentikan. Teori ini menekankan pentingnya pengondisian dan pembentukan perilaku melalui pengalaman dan belajar. Thorndike juga memperkenalkan konsep "*puzzle box*" untuk mengilustrasikan proses pembelajaran melalui percobaan dan kesalahan. Pemikiran Thorndike memberikan landasan penting bagi perkembangan psikologi

²² Jeroen Lemmens, Patti Valkenburg, dan Jochen Peter, "Development and Validation of a Game Addiction Scale for Adolescents," *Media Psychology - MEDIA PSYCHOL* 12 (5 Maret 2009): 77–95, <https://doi.org/10.1080/15213260802669458>.

behavioristik, yang menekankan pengamatan empiris, eksperimen, dan analisis perilaku sebagai dasar utama dalam memahami psikologi manusia.

Yang kedua, Ivan Petrovic Pavlov, dalam pemikiran Ivan Petrovic Pavlov tentang behavioristik, ia mengemukakan konsep pengkondisian klasik yang menggambarkan bagaimana respon refleks dapat dipelajari melalui asosiasi stimulus dan respons. Pavlov meneliti fenomena ini melalui eksperimennya dengan anjing, yang akhirnya membentuk dasar bagi teori pembelajaran behavioristik. Menurut Pavlov, perilaku manusia dan hewan dapat dijelaskan dan dipahami melalui respons terhadap rangsangan eksternal, dan pembelajaran terjadi melalui asosiasi antara stimulus dan respons. Pendekatan ini memandang bahwa perilaku adalah hasil dari interaksi antara individu dengan lingkungannya, dan dapat diubah atau diperbaiki melalui proses pembelajaran. Kontribusi Pavlov dalam bidang behavioristik telah membuka jalan bagi pemahaman yang lebih mendalam tentang pembelajaran, membentuk dasar bagi banyak eksperimen dan teori psikologi selanjutnya, dan memberikan landasan penting bagi pengembangan terapi perilaku yang efektif.

Yang ketiga pemikiran B.F. Skinner tentang behavioristik, ia mengembangkan konsep *operant conditioning* atau pembelajaran *operant*, yang menekankan pentingnya konsekuensi dari perilaku dalam pembentukan dan perubahan perilaku. Menurut Skinner,

perilaku yang diikuti oleh penguatan positif (*reward*) cenderung diperkuat, sementara perilaku yang diikuti oleh hukuman cenderung dihentikan. Ia menekankan bahwa perilaku manusia dan hewan dapat dijelaskan oleh prinsip-prinsip dasar ini, dan perilaku kompleks manusia dapat dipecah menjadi tingkah laku sederhana yang dipahami melalui prinsip operant conditioning. Skinner juga memperkenalkan konsep bentuk penguatan (*reinforcement schedules*) yang mempengaruhi seberapa sering dan konsisten penguatan diberikan, memberikan kontribusi penting dalam pemahaman mengenai motivasi dan pembentukan perilaku. Pemikiran Skinner dalam behavioristik telah memberikan landasan bagi pengembangan terapi perilaku, pendekatan pengajaran, serta aplikasi dalam berbagai bidang seperti pendidikan, psikologi klinis, dan manajemen.

Yang keempat, Albert Bandura, pemikiran Albert Bandura tentang behavioristik, ia mengembangkan teori pembelajaran sosial atau teori belajar melalui pengamatan. Bandura menekankan peran penting imitasi dan pengamatan terhadap perilaku orang lain dalam pembelajaran manusia. Menurutnya, individu dapat belajar dan mengadopsi perilaku baru melalui proses modeling, di mana mereka mengamati dan meniru tindakan orang lain, terutama jika perilaku tersebut dihadapi dengan konsekuensi positif. Bandura juga mengenali peran kognisi, keyakinan diri (*self-efficacy*), dan motivasi dalam pembentukan perilaku, menyoroti bahwa faktor-faktor ini memainkan

peran penting dalam proses belajar dan pengembangan keterampilan baru. Teorinya menggabungkan elemen-elemen dari behaviorisme dan kognitivisme, mengakui kompleksitas hubungan antara lingkungan, perilaku, dan faktor kognitif. Pemikiran Bandura memberikan kontribusi signifikan dalam pemahaman kita tentang bagaimana individu belajar dan berkembang, memperkuat pengakuan akan pentingnya pengaruh lingkungan sosial dalam pembentukan perilaku manusia.

Selanjutnya, penulis memilih menggunakan teori behavioristik Ivan Petrovic Pavlov dalam penelitian tentang konsep diri remaja pecandu *game online*, karena teori ini memberikan kerangka kerja yang kuat untuk memahami perubahan perilaku dan pengaruh lingkungan dalam pembentukan konsep diri. Dalam konteks remaja pecandu *game online*, penggunaan teori Pavlov memungkinkan peneliti untuk menyelidiki hubungan antara perilaku bermain *game online* yang berlebihan (stimulus) dan perubahan dalam konsep diri (respons). Dengan melihat bagaimana penggunaan *game online* secara berlebihan dapat mempengaruhi persepsi diri remaja, penelitian ini dapat mengidentifikasi apakah kecanduan *game online* merubah pandangan diri remaja terhadap diri mereka sendiri, misalnya, mengenai harga diri, kompetensi, atau hubungan sosial.

Asumsi dasar mengenai tingkah laku menurut teori ini adalah bahwa tingkah laku sepenuhnya ditentukan oleh aturan, bisa

diramalkan, dan bisa ditentukan. Menurut teori ini, seseorang terlibat dalam tingkah laku tertentu karena mereka telah mempelajarinya, melalui pengalaman-pengalaman terdahulu, menghubungkan tingkah laku tersebut dengan hadiah. Seseorang menghentikan suatu tingkah laku, mungkin karena tingkah laku tersebut belum diberi hadiah atau telah mendapat hukuman. Karena semua tingkah laku yang baik bermanfaat ataupun yang merusak, merupakan tingkah laku yang dipelajari.

b. Tahap-tahap Perkembangan Behavioristik

Fakta penting tentang perkembangan ialah bahwa dasar perkembangan adalah kritis. Sikap, kebiasaan dan pola perilaku yang dibentuk selama tahun pertama, menentukan seberapa jauh individu berhasil menyesuaikan diri dalam kehidupan mereka selanjutnya. Menurut Erikson (Hurlock, 1980: 6) berpendapat bahwa masa bayi merupakan masa individu belajar sikap percaya atau tidak percaya, bergantung pada bagaimana orang tua memuaskan kebutuhan anaknya akan makanan, perhatian, dan kasih sayang. Pola-pola perkembangan pertama cenderung mapan tetapi bukan berarti tidak dapat berubah. Ada 3 kondisi yang memungkinkan perubahan:

- 1) Perubahan dapat terjadi apabila individu memperoleh bantuan atau bimbingan untuk membuat perubahan.

- 2) Perubahan cenderung terjadi apabila orang-orang yang dihargai memperlakukan individu dengan cara yang baru atau berbeda (kreatif dan tidak monoton)
- 3) Apabila ada motivasi yang kuat dari pihak individu sendiri untuk membuat perubahan. Dengan mengetahui bahwa dasar-dasar permulaan perkembangan cenderung menetap, memungkinkan orang tua untuk meramalkan perkembangan anak dimasa yang akan datang. Penganut aliran lingkungan (behavioristik) yakin bahwa lingkungan yang optimal mengakibatkan ekspresi faktor keturunan yang maksimal.

Proses perkembangan itu berlangsung secara bertahap, dalam arti: 1. Bahwa perubahan yang terjadi bersifat maju meningkat atau mendalam atau meluas secara kualitatif maupun kuantitatif. (prinsip progressif) 2. Bahwa perubahan yang terjadi antar bagian dan atau fungsi organisme itu terdapat interpedensi sebagai kesatuan integral yang harmonis. (prinsip sistematis) 3. Bahwa perubahan pada bagian atau fungsi organisme itu berlangsung secara beraturan dan tidak kebetulan dan meloncat-loncat (prinsip berkesinambungan).

c. Ciri-ciri Teori Behavioristik

Ciri-ciri teori behavioristik. Pertama, aliran ini mempelajari perbuatan manusia bukan dari kesadarannya, melainkan mengamati perbuatan dan tingkah laku yang berdasarkan kenyataan. Pengalaman-pengalaman batin di kesampingkan serta gerak-gerak pada badan yang

dipelajari. Oleh sebab itu, behaviorisme adalah ilmu jiwa tanpa jiwa. Kedua, segala perbuatan dikembalikan kepada refleks. Behaviorisme mencari unsur-unsur yang paling sederhana yakni perbuatan-perbuatan bukan kesadaran yang dinamakan refleks. Refleks adalah reaksi yang tidak disadari terhadap suatu penguasa. Manusia dianggap sesuatu yang kompleks refleks atau suatu mesin. Ketiga, behaviorisme berpendapat bahwa pada waktu dilahirkan semua orang adalah sama. Menurut behaviorisme pendidikan adalah maha kuasa, manusia hanya makhluk yang berkembang karena kebiasaan-kebiasaan, dan pendidikan dapat mempengaruhi reflek keinginan hati.

F. Metode Penelitian

1. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif yang mana dalam metode tersebut menggunakan pendekatan studi kasus yang merupakan pendekatan penelitian yang mendalam terhadap satu atau beberapa kasus individu atau kelompok dengan tujuan memahami kasus tersebut secara menyeluruh. Studi kasus menekankan pada analisis mendalam terhadap kasus tertentu untuk mengidentifikasi pola, faktor penyebab, serta dampak dari suatu fenomena. Studi kasus melibatkan pengumpulan data yang mendalam melalui berbagai metode, seperti wawancara, observasi, atau analisis dokumen, untuk menggali sebanyak mungkin informasi tentang kasus yang diteliti.

Penulis memilih menggunakan pendekatan studi kasus dalam penelitian tentang remaja pecandu *game online* karena pendekatan ini memungkinkan untuk mendapatkan pemahaman yang mendalam dan kontekstual tentang pengalaman pecandu *game* remaja. Dalam konteks masalah kecanduan *game online*, penting untuk memahami faktor-faktor yang berkontribusi pada kecanduan tersebut, seperti latar belakang keluarga, tekanan sosial, dan faktor psikologis yang mungkin mempengaruhi perilaku remaja. Melalui studi kasus, peneliti dapat menyelidiki kasus-kasus individu remaja pecandu *game online* dengan mendalam, mencakup aspek-aspek seperti sejarah penggunaan *game*, pola perilaku, dan dampak kecanduan pada kehidupan sehari-hari remaja tersebut.

Penelitian kualitatif pada penelitian ini merupakan data nyata yang diperoleh dari hasil wawancara di lapangan terkait dinamika konsep diri pada remaja yang kecanduan *game online* perspektif teori behavioristik kemudian di deksripsikan dan di analisis dan berlanjut pada penarikan kesimpulan sebagai hasil penelitian yang telah dilakukan. Pengambilan sampel dilakukan secara purposive sampling dalam penelitian ini, karena peneliti yakin bahwa sampel yang dipilih paling mengetahui tentang subjek yang diteliti.²³

²³ "Research design : qualitative, quantitative, and mixed methods approaches / John W. Creswell | OPAC Perpustakaan Nasional RI."

2. Subjek Penelitian dan Objek

Subjek atau informan merupakan partisipan penelitian yang memberikan jawaban atas pertanyaan peneliti. Subjek pada penelitian ini melibatkan 2 orang remaja laki-laki berumur 18-20 tahun yang sangat gemar bermain *game online*. Proses pemilihan informan ialah individu yang aktif dalam bermain *game online*, yang durasi bermainnya hingga 5-6 jam perhari dan memiliki pengalaman yang mendalam dalam dunia permainan tersebut. Mereka berdua juga sudah lumayan lama dalam bermain *Game Online* yaitu kurang lebih 8 bulan. Selain itu, informan ideal memiliki kemampuan untuk merefleksikan pengalaman mereka dengan jujur dan terbuka, memungkinkan peneliti untuk mendapatkan wawasan mendalam tentang konsep diri, tantangan, dan dampak dari kecanduan *game online*. Lebih lanjut, informan yang dapat mengungkapkan perubahan perilaku dan emosi yang terkait dengan kecanduan *game online*, serta kesediaan untuk berbagi pengalaman mereka dengan tujuan membantu peneliti dan meningkatkan pemahaman masyarakat tentang masalah kecanduan *game online*, akan menjadi tambahan nilai yang besar dalam penelitian.

Penelitian ini dilakukan di provinsi Bali yang terletak di bagian barat kepulauan Nusa Tenggara Barat yang ibu kotanya adalah Denpasar. Objek penelitian ini adalah Bagaimana konsep diri pada remaja pecandu *game online*, Faktor apa saja yang membentuk konsep diri remaja pecandu

game online dan Bagaimana dinamika konsep diri remaja pecandu *game online*: perspektif teori behavioristik.

3. Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini menggunakan tiga strategi pengumpulan data yaitu Observasi, wawancara, dan dokumentasi. Pada penelitian ini wawancara merupakan data primer untuk mendapatkan hasil penelitian. Pada penelitian ini wawancara dilakukan pada remaja yang kecanduan *game online*.

Dokumentasi merupakan teknik pengumpulan data utama dalam penelitian kualitatif, karena pembuktian hipotesis diberikan secara jelas dan rasional melalui pemikiran dan teori yang digunakan. Dokumentasi ini merupakan data sekunder sebagai data pembantu dan penguat penelitian terkait konsep diri pada remaja pecandu *game online*. Dan yang terakhir adalah Analisis data dilakukan dengan mengumpulkan data, mereduksi data, menyajikan data, dan menarik kesimpulan. Langkah-langkah dalam analisis ini adalah pertama mengolah data dan menyiapkan data untuk dianalisis, yang meliputi transkrip wawancara, kedua membaca seluruh data, dan ketiga menganalisis lebih detail dengan mengkodekan data.

4. Teknik Validasi Data

Triangulasi sumber data adalah menggali kebenaran informasi tertentu dengan menggunakan berbagai sumber data seperti dokumen, hasil wawancara, hasil observasi atau juga dengan mewawancarai lebih dari satu subjek yang dianggap memiliki sudut pandang yang berbeda.

Triangulasi merupakan metode sintesa data terhadap kebenarannya dengan menggunakan metode pengumpulan data yang lain atau berbagai paradigma triangulasi. Data yang dinyatakan valid melalui triangulasi akan memberikan keyakinan pada peneliti tentang kebenaran datanya, sehingga tidak ragu dalam pengambilan kesimpulan terhadap penelitian yang dilakukan. Metode triangulasi dapat dilakukan dengan tiga pengelompokan pertama, triangulasi sumber. kedua, triangulasi teknik dan yang ketiga, triangulasi teknik pengumpulan data dan waktu.

Penelitian ini menggunakan triangulasi sumber yang metode penelitiannya melibatkan penggunaan beberapa sumber data untuk mengonfirmasi temuan atau interpretasi. Dalam proses ini, penulis mengumpulkan informasi dari berbagai sumber, lalu membandingkan dan mengontraskan data tersebut untuk mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam tentang fenomena remaja pecandu *game online* di Tegal Badeng Barat, Denpasar, Bali. Dengan menggunakan triangulasi sumber, penulis dapat memastikan validitas dan reliabilitas temuan, dan penulis memeriksa hasil dari berbagai sudut pandang dan memastikan kesesuaian antara informasi yang diperoleh dari berbagai sumber. Dengan demikian, penulis dapat membuat kesimpulan yang lebih kuat dan dapat diandalkan, karena penulis tidak hanya mengandalkan satu jenis data atau satu sumber informasi saja. Triangulasi sumber memberikan keunggulan dalam mendapatkan pemahaman yang komprehensif dan akurat tentang

fenomena remaja pecandu *game online* di Tegal Badeng Barat, Denpasar, bali.

5. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan pengolahan data dengan tujuan menemukan informasi yang berguna dan dapat dijadikan sebagai dasar pengambilan keputusan atas suatu masalah. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan model miles dan huberman berupa kegiatan analisis data secara lengkap yang dilakukan secara interaktif dan berlangsung secara terus menerus hingga tuntas yang mengakibatkan datanya bersifat jenuh. Berikut tekniknya:

a. Reduksi Data

Reduksi data merupakan proses pemilihan, pemusatan perhatian pada penyederhanaan data, pengabstrakan data, dan juga tranformasi dari kata kasar yang muncul dari berbagai catatan yang tertulis saat dilakukannya penelitian. Reduksi data yang dilakukan peneliti adalah dengan mengumpulkan data dari berbagai sumber dan dilakukan pemilihan data yang dibutuhkan serta yang tidak dibutuhkan. Reduksi data merupakan tahap awal dalam analisis data yang dilakukan dengan tujuan mempermudah peneliti dalam memahami data yang diperoleh.

b. Penyajian Data

Penyajian data adalah proses penyusunan informasi secara sistematis dalam rangka memperoleh kesimpulan sebagai temuan

penelitian. Pada penelitian ini penyajian datanya berupa teks berbentuk naratif sehingga akan memudahkan dalam membaca dan menganalisis data yang bersifat kualitatif diskriptif diperoleh dari hasil observasi, wawancara dan dokumentasi.

c. Kesimpulan

Penarikan kesimpulan pada penelitian ini dengan menemukan bukti dari aspek konsep diri pada remaja pecandu *game online*, Faktor apa saja yang membentuk konsep diri remaja pecandu *game online* dan Bagaimana dinamika konsep diri pada remaja pecandu *game online* perspektif teori behavioristik. Kesimpulan bisa saja berubah dan bersifat sementara apabila tidak adanya bukti yang mendukung penelitian tersebut.

G. Sistematika Penulisan

Untuk memudahkan peneliti dalam menyusun alur pemikiran dalam penelitian ini, maka peneliti menulis bab-bab secara runtut, konsisten, dan menyeluruh, dengan harapan dapat menggambarkan secara jelas dan utuh seluruh isi, data, dan hasil penelitian. Berikut ini adalah daftar sistematika penulisan:

Bab pertama adalah pendahuluan, bab ini terdiri dari tujuh sub bahasan, yaitu latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, kajian pustaka, kerangka teori, metodologi penelitian dan sistematika penulisan. **Bab kedua** gambaran umum penelitian **Bab ketiga** menguraikan mengenai konsep diri remaja yang kecanduan *game online*, membahas Faktor

apa saja yang membentuk konsep diri remaja pecandu *game online*, bagian terahir akan lebih berfokus membahas tentang bagaimana dinamika konsep diri pada remaja pecandu *game online* : perspektif teori behavioristik. **Bab keempat** adalah penutup yang memuat kesimpulan dan saran. Kesimpulan memuat jawaban singkat dari rumusan masalah dalam penelitian. Adapun saran merupakan pengoreksian yang sifatnya membangun demi lebih baiknya penelitian yang dilakukan selanjutnya.

BAB IV

PENUTUP

A. Kesimpulan

Setelah dilakukan uraian dan pembahasan dari setiap babnya, maka kesimpulan yang dapat diambil untuk menjawab setiap rumusan masalah adalah sebagai berikut:

1. Konsep diri pada remaja pecandu *game online* sangat kompleks, remaja pecandu *game online* cenderung mengalami perubahan signifikan dalam konsep diri mereka. Mereka merasa terasing dari lingkungan sosial, kehilangan rasa percaya diri, dan mengalami perasaan rendah diri karena kurangnya prestasi di dunia nyata. Konsep diri mereka sering kali terkait erat dengan pencapaian dan popularitas di dalam permainan *online*, yang dapat memberi mereka perasaan keberhasilan dan pengakuan, meskipun hanya dalam dunia maya. Namun, ini juga dapat menciptakan ketergantungan emosional yang dalam, di mana kegagalan atau hinaan dalam permainan dapat merusak harga diri mereka secara serius.

Selain itu, remaja pecandu *game online* juga mungkin mengalami kesulitan dalam membedakan antara identitas *online* dan identitas sebenarnya. Mereka bisa merasa lebih percaya diri, berani, atau populer dalam peran yang mereka mainkan dalam permainan, namun merasa tidak aman atau tidak berdaya di dunia nyata. Ini menciptakan ketidakseimbangan antara realitas dan fantasi, yang dapat mempengaruhi kesehatan mental dan emosional mereka. Penting untuk diingat bahwa

konsep diri remaja pecandu *game online* dapat dipengaruhi oleh banyak faktor, termasuk lingkungan keluarga, tekanan sekolah, dan dukungan sosial yang mereka terima. Oleh karena itu, pendekatan yang holistik dan berbasis pada pengembangan keterampilan sosial, harga diri, dan kemandirian adalah kunci untuk membantu mereka membangun konsep diri yang sehat dan seimbang, baik dalam dunia maya maupun dunia nyata. Dukungan dari keluarga, teman, dan profesional kesehatan mental sangat penting dalam membantu remaja pecandu *game online* menemukan keseimbangan yang diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan yang positif.

2. Faktor apa saja yang membentuk konsep diri remaja pecandu *game online* adalah hasil dari pemahaman mendalam terhadap dinamika kompleks yang terlibat dalam kecanduan tersebut. Pertama-tama, faktor lingkungan memainkan peran kunci dalam membentuk konsep diri remaja ini. Interaksi yang berlebihan dengan dunia maya, terutama dalam *game online*, sering kali menciptakan identitas alternatif di mana remaja merasa lebih diakui dan berharga. Pengalaman positif dalam permainan, seperti pencapaian tinggi atau pengakuan dari sesama pemain, dapat memberi mereka perasaan harga diri yang sementara namun kuat. Selain itu, faktor psikologis juga mempengaruhi konsep diri remaja pecandu *game online*. Mereka mungkin menggunakan permainan sebagai bentuk pelarian dari masalah atau ketidakpastian dalam kehidupan nyata, menciptakan suatu identitas yang diinginkan dan dihargai dalam dunia virtual. Kecanduan

tersebut mungkin muncul dari ketidakpuasan terhadap diri sendiri, yang kemudian diperkuat oleh perasaan sukses dan prestise dalam dunia *game online*. Aspek sosial juga memegang peranan penting. Remaja pecandu *game online* sering merasa terhubung dengan komunitas pemain lainnya, dan kehadiran mereka di dunia maya memberi mereka rasa memiliki tempat dan identitas di dalam grup tersebut.

Oleh karena itu, perasaan diterima dan diakui oleh sesama pemain dapat memberi kontribusi signifikan terhadap konsep diri mereka. Namun, penting untuk dicatat bahwa konsep diri yang terbentuk dalam konteks kecanduan *game online* seringkali tidak sehat dan tidak seimbang. Mereka mungkin mengalami ketidakstabilan emosional, kurangnya keterampilan sosial di dunia nyata, dan kesulitan membedakan antara identitas dalam *game online* dan identitas sejati. Kesimpulan utama adalah bahwa penanganan kecanduan *game online* harus mencakup pendekatan yang komprehensif, mengatasi tidak hanya aspek perilaku tetapi juga faktor-faktor yang membentuk konsep diri mereka. Dukungan keluarga, bimbingan psikologis, dan pendekatan terapeutik yang holistik adalah kunci untuk membantu remaja pecandu *game online* membangun konsep diri yang sehat dan seimbang di luar dunia maya.

3. Dinamika perspektif teori behavioristik dalam konteks remaja yang kecanduan *game online* mengindikasikan bahwa perilaku kecanduan dapat dipahami dan dijelaskan melalui pembelajaran dan penguatan. Menurut perspektif ini, remaja yang mengembangkan kecanduan terhadap *game*

online cenderung melakukan perilaku tersebut karena mereka mendapatkan penghargaan atau penguatan positif dari aktivitas tersebut. Dalam hal ini, *game online* memberikan hadiah instan seperti pengakuan, prestise, atau pencapaian, yang mungkin tidak ditemukan dalam kehidupan sehari-hari mereka. Seiring waktu, remaja ini menjadi terjerat dalam pola perilaku kecanduan karena mereka terus-menerus mencari pengalaman positif ini. Sistem penguatan yang ditemukan dalam *game online*, seperti poin, level, atau hadiah virtual, juga meningkatkan motivasi mereka untuk terus bermain.

Namun, sudut pandang behavioristik tidak boleh mengabaikan faktor-faktor lain yang mempengaruhi kecanduan *game online*, seperti aspek psikologis, sosial, dan lingkungan. Meskipun teori behavioristik memberikan gambaran yang jelas tentang cara perilaku kecanduan berkembang, penting untuk mempertimbangkan kerumitan individu dan situasi yang mungkin mempengaruhi pola kecanduan ini. Oleh karena itu, pendekatan terhadap masalah kecanduan *game online* sebaiknya holistik, melibatkan intervensi psikologis, dukungan sosial, dan perubahan lingkungan yang bersifat mendukung. Dalam pendekatan yang komprehensif ini adalah kunci untuk membantu remaja yang kecanduan *game online* mengatasi masalah mereka dan membangun pola perilaku yang lebih sehat.

B. Saran

Setidaknya terdapat beberapa saran dari peneliti terhadap remaja pecandu *game online* dan peneliti selanjutnya. *Pertama*, untuk remaja pecandu *game online* diharapkan memahami mengenai pentingnya keseimbangan, pahami bahwa *game online* hanyalah salah satu aspek dari kehidupan dan bukan segalanya. Keseimbangan antara hiburan *online* dan aktivitas-aktivitas dunia nyata adalah kunci untuk menjalani kehidupan yang sehat, bahagia, dan bermakna. *Kedua*, untuk peneliti selanjutnya ialah dapat menjajaki intervensi psikososial yang efektif untuk membantu remaja pecandu *game online* membangun konsep diri yang sehat. Ini termasuk pengembangan program-program pendidikan yang memperkuat keterampilan sosial, meningkatkan kepercayaan diri, dan mempromosikan kegiatan positif di dunia nyata. Evaluasi dampak jangka panjang dari intervensi semacam itu dapat memberikan wawasan yang berharga untuk membentuk strategi intervensi yang lebih efektif di masa depan.

Daftar Pustaka

- Adela, Abdi Sabil, dan Abdul Azis. “Religiusitas Dan Identitas Diri Studi Fenomenologi Pada Remaja Pecandu Game Online Di Desa Kedung Waringin Kota Bogor: Religiosity And Self Identity Phenomenology Study On Online Game Teenagers In Kedung Waringin Village, Bogor City.” *Jurnal Psikologi Jambi* 5, no. 1 (20 Juli 2020): 50–57. <https://doi.org/10.22437/jpj.v6iJuli.11746>.
- Anggraini, Sitti, dan Agustinus Rudi Yanto. “Edukasi Pencegahan Bahaya Kecanduan Game Online Pada Remaja Di Smpn Alok Maumere.” *J-ABDI: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 1, no. 8 (4 Januari 2022): 1645–52. <https://doi.org/10.53625/jabdi.v1i8.1008>.
- Balya, Tonna, Fitri Yani, dan Muhammad Ihsan. “Membangun Sikap Perilaku Remaja Terhadap Kecendrungan Game Online Dalam Mencegah Perilaku Bulliying.” *Jurnal Lex Justitia* 4, no. 2 (31 Agustus 2022): 181–201. <https://doi.org/10.22303/lex>.
- Dewi, Audy Ayu Arisha, dan Tience Debora Valentina. “Hubungan Kelekatan Orangtua-Remaja Dengan Kemandirian Pada Remaja Di Smkn 1 Denpasar.” *Jurnal Psikologi Udayana* 1, no. 1 (1 Oktober 2013). <https://doi.org/10.24843/JPU.2013.v01.i01.p18>.
- Hapiyansyah, Mohammad. “Dampak Negatif Permainan Game Online Terhadap Remaja.” *Prosiding Sains Dan Teknologi* 2, no. 1 (27 Februari 2023): 103–8.

- Hardanti, Harvien Amellia, Ikeu Nurhidayah, dan Siti Yuyun Rahayu Fitri. “Faktor-faktor yang Melatarbelakangi Perilaku Adiksi Bermain Game Online pada Anak Usia Sekolah” 1 (2013).
- Hasan, Andriyanto, Abdul Rahmat, dan Yakob Napu. “Dampak Game Online Mobile Legends Terhadap Perilaku Sosial Remaja.” *Student Journal of Community Education*, 2 Agustus 2021, 1–13. <https://doi.org/10.37411/sjce.v1i1.830>.
- Huda, Zaenatul. “Hubungan Kontrol Diri Dengan Kecanduan Game Online Pada Remaja SMA X.” *Prosiding Konstelasi Ilmiah Mahasiswa Unissula (KIMU) Klaster Humanoira* 1, no. 1 (23 Maret 2021). <http://jurnal.unissula.ac.id/index.php/kimuhum/article/view/17602>.
- “Ideal Self or Real Self – LPKA UMY.” Diakses 14 Desember 2023. <https://lpka.umy.ac.id/ideal-self-or-real-self/>.
- Irawan, Sapto. “Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecanduan Game Online Peserta Didik.” *Jurnal Konseling Gusjigang* 7, no. 1 (2021).
- “Jumlah Gamers Indonesia Terbanyak Ketiga Di Dunia | Databoks.” Diakses 27 Maret 2023. <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2022/02/16/jumlah-gamers-indonesia-terbanyak-ketiga-di-dunia>.
- Junaidi, I, A Mubarak, S Kapita, R Rosihan, dan Hk Siradjuddin. “Certainty Factor for Online Game Addiction Scale Diagnosis — A Case Study of Informatics Student, University of Khairun.” Disunting oleh I.H.A.

Wahab, R. Mardian, dan A.P. Bayuseno. *E3S Web of Conferences* 328 (2021): 03002. <https://doi.org/10.1051/e3sconf/202132803002>.

“Kecanduan Game (Pengertian, Ciri, Aspek, Penyebab dan Dampak Negatif),” 7 November 2020. <https://www.kajianpustaka.com/2020/11/kecanduan-game.html>.

“Kecanduan Game (Pengertian, Ciri, Aspek, Penyebab dan Dampak Negatif) - KajianPustaka.” Diakses 14 Desember 2023. <https://www.kajianpustaka.com/2020/11/kecanduan-game.html>.

Kurniawan, Rama Nur, Ivan Wijaya, dan Ahmad Yani. “Konstruksi Sosial Remaja Pecandu Game Online Di Kota Makassar.” *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)* 4, no. 1 (14 Januari 2021): 110–15. <https://doi.org/10.56338/mppki.v4i1.1395>.

Lemmens, Jeroen, Patti Valkenburg, dan Jochen Peter. “Development and Validation of a Game Addiction Scale for Adolescents.” *Media Psychology - MEDIA PSYCHOL* 12 (5 Maret 2009): 77–95. <https://doi.org/10.1080/15213260802669458>.

Mujidin, Mujidin, Husnul Khotimah Rustam, dan Raja Adelia Patriani. “Kecanduan Game Online Pada Agresivitas Mahasiswa Ditinjau Dari Konsep Diri Dan Penyesuaian Sosial.” *Jurnal Psikologi : Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan* 10, no. 1 (8 Maret 2023): 89–105. <https://doi.org/10.35891/jip.v10i1.2953>.

- Novrialdy, Eryzal. "Kecanduan Game Online pada Remaja: Dampak dan Pencegahannya." *Buletin Psikologi* 27, no. 2 (5 Desember 2019): 148–58. <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.47402>.
- . "Kecanduan Game Online pada Remaja: Dampak dan Pencegahannya." *Buletin Psikologi* 27, no. 2 (5 Desember 2019): 148–58. <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.47402>.
- Nur Rosyid, Caesar, dan M. Dr. Lisnawati Ruhaena S. Spsi. "Makna Hidup Pada Remaja Dengan Kecanduan Game." S1, Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2021. <https://doi.org/10/LAMPIRAN.pdf>.
- Nurmawadah, Sheni Oktriacita, dan Mochammad Sa'id. "Problematika Perilaku Merokok Pada Remaja: Perspektif Psikologi Sosial." *Flourishing Journal* 1, no. 6 (30 Juni 2021): 488–97. <https://doi.org/10.17977/um070v1i62021p488-497>.
- Pamungkas, Pandu Dwi, Sayang Ajeng Mardhiyah, dan Maya Puspasari. "Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Kecanduan Game Online Pada Pemain Game Mmorpg." *Insight: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi* 15, no. 1 (30 April 2019): 60–70. <https://doi.org/10.32528/ins.v15i1.1643>.
- Pembronia Nona Fembi, Yosefina Nelisti. "Kecanduan Bermain Game Online Smartphone Dengan Kualitas Tidur Siswa-Siswi di SMPK Hewerbura Watublapi Kabupaten Sikka," 29 September 2022. <https://doi.org/10.5281/ZENODO.7124153>.

Primayoga Arya, Putu Aditya. “Revitalisasi Permainan Tradisional Bali Sebagai Bagian Dari Atraksi Wisata Budaya Di Kota Denpasar.” *Jurnal Master Pariwisata (JUMPA)*, 1 Juni 2015.
<https://doi.org/10.24843/JUMPA.2015.v01.i02.p07>.

“Psikologi komunikasi / penulis, Jalaluddin Rakhmat ; editor, Tjun Surjaman | OPAC Perpustakaan Nasional RI.” Diakses 4 Mei 2023.
<https://opac.perpusnas.go.id/DetailOpac.aspx?id=681738>.

“Psikologi sebagai akar ilmu komunikasi / Nina W. Syam ; editor, Rema Karyanti Soenendar | OPAC Perpustakaan Nasional RI.” Diakses 4 Mei 2023.
<https://opac.perpusnas.go.id/DetailOpac.aspx?id=211703>.

Rahman, Irpan Ali, Dini Ariani, dan Nurul Ulfa. “Tingkat Kecanduan Game Online Pada Remaja.” *JURNAL MUTIARA NERS* 5, no. 2 (29 Juli 2022): 85–90. <https://doi.org/10.51544/jmn.v5i2.2438>.

Rahmi, Nadia, Syahril Syahril, dan Adlin Adlin. “Game Online Dan Produktivitas Pada Remaja Desa Gunong Kleng Kecamatan Meureubo.” *Jurnal Sosial Teknologi* 1, no. 10 (15 Oktober 2021): 1.234-1.243.
<https://doi.org/10.59188/jurnalsostech.v1i10.213>.

Renaldy, Renaldy. “Konsep Diri Siswa Pecandu Game Online Dalam Mempertahankan Motivasi Belajar.” Other, Univeristas Komputer Indonesia, 2022.
https://doi.org/10/UNIKOM_41817005_RENALDY_BAB%20IV.pdf.

- “Research design : qualitative, quantitative, and mixed methods approaches / John W. Creswell | OPAC Perpustakaan Nasional RI.” Diakses 28 Maret 2023.
<https://opac.perpusnas.go.id/DetailOpac.aspx?id=908773>.
- Rezeki, Muhammad, Siswanto Rawali, dan Muhammad Muthahari Ramadhani.
 “Motivasi Dan Perilaku Komunikasi Interpersonal Pecandu Game Online Mobile Legends: Bang Bang Di Kota Banjarmasin.” *KAGANGA KOMUNIKA: Journal of Communication Science* 3, no. 2 (2021): 148–58.
<https://doi.org/10.36761/kagangakomunika.v3i2.1521>.
- Sari, Rida Hartika, Budiyanto Budiyanto, dan Najlatun Naqiyah. “Penerapan Konseling Behavioristik Dengan Teknik Self Management Untuk Mereduksi Perilaku Adiksi Sosial Pengguna Gadget Pada Peserta Didik.” *MODELING: Jurnal Program Studi PGMI* 8, no. 1 (31 Maret 2021): 131–39. <https://doi.org/10.36835/modeling.v8i1.773>.
- Sidqi, Raja Awan, Ali Izah Robbani, Akhmad Zaky Agustin, dan Muhammad Khaerul Muttaqien. “Sosialisasi Dampak Kecanduan Game Online Terhadap Kesehatan Pada Siswa Kelas 7-I Sekolah Menengah Pertama Muhammadiyah 19 Sawangan,” t.t.
- Simanjuntak, Johannes Daniel. “Pengaruh Kecenderungan Kecanduan Media Sosial Terhadap Konsep Diri Di Kota Medan,” 8 Maret 2023.
<https://repository.uhn.ac.id/handle/123456789/8372>.
- Siregar, Elna Yუსlaini. “Penerapan Cognitive Behavior Therapy (CBT) Terhadap Pengurangan Durasi Bermain Games Pada Individu Yang Mengalami

Games Addiction.” *Jurnal Psikologi* 9, no. 1 (1 Juni 2013): 17–24.
<https://doi.org/10.24014/jp.v9i1.136>.

Surbakti, Krista. “Pengaruh Game Online terhadap Remaja.” *JURNAL CURERE* 1, no. 1 (17 Oktober 2017). <https://doi.org/10.36764/jc.v1i1.20>.

Trijaya Kusumah, Reza. “Konsep Diri Pecandu Game Online (Studi Deskripsi Tentang Konsep Diri Pecandu Game Online Di Kota Bandung).” Diploma, Universitas Komputer Indonesia, 2011.
<http://elib.unikom.ac.id/gdl.php?mod=browse&op=read&id=jbptunikomp-p-gdl-rezatrijay-26377>.

Widyastuti, Nurprapti Wahyu. “Perilaku Komunikasi Interpersonal Pecandu Game Online.” *MAARIF* 17, no. 1 (30 Juni 2022): 95–111.
<https://doi.org/10.47651/mrf.v17i1.157>.

Zelika, Silva, Masturi Masturi, dan Santoso Santoso. “Mengatasi Kebiasaan Bermain Game Online Melalui Konseling Behavioristik Dengan Teknik Self Management.” *Jurnal Muria Research Guidance and Counseling (MRGC)* 1, no. 1 (29 Agustus 2022): 103–12.
<https://doi.org/10.24176/mrgc.v1i1.8598>.