

Manajemen Diri dan Kontrol Diri Siswa Terhadap Perilaku Adiksi Game Online

Ogy Yan Hesta¹, Oktafiana Kiranida², Arif Sahin³

Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan dan Pengetahuan Sosial, Universitas Indraprasta PGRI, Indonesia

Ogy.yanhesta@unindra.ac.id¹

Kata Kunci:

Adiksi, Game Online, Kontrol Diri, Manajemen Diri.

Abstrak

Game internet memberikan kehalusan lain di mana hubungan sosial dengan orang lain meningkat, yang disertai dengan kesenangan bermain-main. Kecanduan game online psikologis menyebabkan gejala klinis seperti perasaan sedih, mudah tersinggung, dan gelisah. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh manajemen diri dan kontrol diri siswa terhadap perilaku adiksi game online. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SMP N 3 Pulosari dengan jumlah 338 siswa. Sampling yang digunakan menggunakan strategi Slovin. Sehingga sampel dalam penelitian sebanyak 183 siswa. Hasil analisis menegaskan bahwa (1) Terdapat pengaruh manajemen diri siswa terhadap perilaku adiksi game online (2) Terdapat pengaruh kontrol diri siswa terhadap perilaku adiksi game online (3) Terdapat pengaruh manajemen diri dan kontrol diri terhadap game online. Implikasi lebih lanjut dikaji dalam bab hasil dan pembahasan.

Key Word:

Addiction, Online Games, Self-Control, Self-Management.

Abstract

Internet gaming provides another subtlety where social relationships with other people are enhanced, which is accompanied by the fun of playing around. Online game addiction causes clinical symptoms such as feelings of sadness, irritability, and discomfort. The aim of this research is to determine the influence of students' self-management and self-control on online game addiction behavior. The population in this study were all students of SMP N 3 Pulosari with a total of 338 students. The sampling used uses the Slovin strategy. So the sample in the research was 183 students. The results of the analysis state that (1) There is an influence of student self-management on online game addiction behavior (2) There is an influence of student self-control on online game addiction behavior (3) There is an influence of self-management and self-control on online games. Further implications are examined in the results and discussion chapters.

Copyright © 2024 Ogy Yan Hesta, Oktafiana Kiranida, Arif Sahin

This work is licensed under a **Attribution-ShareAlike 4.0 International (CC BY-SA 4.0)**

PENDAHULUAN

Memasuki era globalisasi dewasa ini membawa perubahan bagi kehidupan manusia, di era ini juga manusia seakan-akan memberi ruang sebebas-bebasnya terhadap derasny gelombang arus globalisasi yang masuk melalui teknologi dan informasi yang kian mudah (Kurniawaty et al., 2022). Dari berbagai kemudahan tersebut, akibatnya manusia cenderung laai dalam memilih informasi tersebut, nalar kritis manusia “ditumpulkan” oleh segala macam kemudahan yang ditawarkan oleh internet (Zaini & Ramlan, 2019). Dalam sebuah survey yang di lakukan oleh oleh US Federal Networking Council, dalam kurun waktu 20 tahun, sejak pertama kali penggunaan internet dibuka untuk umum, kini pengguna internet didunia mencapai lebih dari 1,4 miliar atau sekitar 21% dari total penduduk dunia. Di benua Asia, peringkat pertama negara dengan jumlah pengguna internet terbanyak adalah China dengan total 253 juta orang pengguna atau sekitar 19% dari total penduduk China, sedangkan pengguna internet di Indonesia kurang lebih mencapai 73.7 % dari total populasi, angka ini merupakan hasil survey yang dilakukan oleh APJII (Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia) periode 2019-2020 (Gunawan et al., 2021).

Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) akhir-akhir ini menyampaikan laporan "Profil Pengguna Internet 2022". Dalam laporannya, APJII mengungkapkan bahwa web entry Indonesia akan mencapai 77,02% pada 2021-2022. Dilihat cukup tua, pintu masuk web yang paling tinggi adalah pada kelompok usia 13-18 tahun. Hampir semua (99,16%) dari kelompok usia ini terkait dengan web, seperti yang diungkapkan oleh Beard (dalam Young, 2017), bahwa salah satu kelompok yang sangat tertarik dengan manfaat yang diberikan oleh web adalah remaja. Telah terjadi peningkatan aktivitas bermain game online sebanyak 75%

pada remaja di Indonesia selama pandemi Covid-19 berlangsung terhitung sejak Maret 2020 (King et al., 2020). Peningkatan ini terjadi karena remaja merasa bosan, sehingga membuat para remaja secara aktif untuk bermain game online setiap harinya dan mengakibatkan kecanduan dalam penggunaan internet (LEVANI et al., 2020). Internet addiction adalah masalah mental yang digambarkan oleh gangguan yang ekstrim atau tidak terkendali dengan mengakses web yang menyebabkan pengaruh atau rasa sakit yang meresahkan (Young, 2017). Salah satunya adalah bermain-main di web atau sering disebut game internet. Game berbasis web ini merupakan game yang ketika dimainkan ada kesulitan yang jelas kesulitan dalam permainan dapat membuat pemain bergantung untuk terus memainkannya, ini bisa berubah menjadi kecenderungan yang lain waktu ketika tergantung dan berubah menjadi kecenderungan itu. akan menantang untuk berhenti sejenak dan menyebabkan pemain gagal mengingat waktu dan kondisi sekitarnya (Paremeswara & Lestari, 2021)

Game internet memberikan kehalusan lain di mana hubungan sosial dengan orang lain meningkat, yang disertai dengan kesenangan bermain-main. Menurut Kusuandari (2015:156) hal yang menarik dan sangat menarik di media web adalah game berbasis web. Keunikan munculnya game berbasis web juga dapat dilihat dengan berkembangnya web bistro (warnet) yang melengkapi kantor game internet di setiap PC yang diberikan. Eksklusif dengan membayar biaya yang cukup murah, yaitu Rp. 2.000 orang setiap jam merasa nyaman menjalani jam-jam sibuk dengan kesenangan bermain game berbasis web (Nurjannah & Santosa, 2022). Peningkatan permainan internet juga dapat dilihat dari aksesibilitas berbagai jenis permainan berbasis web yang dapat diunduh di berbagai jenis gadget (Pratomo & Magetsari, 2018). Remaja yang telah candu bermain game secara online juga banyak mengalami gangguan seperti pada gangguan kesehatan mata yang gejalanya mata terasa gatal dan panas akibat bermain gadget (HP) dalam waktu yang sudah berlebihan dan akibatnya mengalami penurunan kesehatan pada mata akibat terkena radiasi dari gadget(HP).(Paremeswara & Lestari, 2021). Menurut Khairiah et al., 2019:38 bahwa seseorang yang telah mengalami candu akibat game yang dimainkan secara online yaitu perilaku dan sifat selalu ingin bermain game ,tidak mau bekerja , kehilangan pengontrol diri, waktu dan intensitas banyak digunakan untuk bermain game. (Menurut Lee) indikator yang menandakan seseorang disebut kecanduan tersebut ada 4 karakteristiknya yaitu penggunaannya telah berlebihan (excessive use), Menarik di keperilakuaanya (withdrawal symptom), penggunaan toleransi waktu yang kurang (tolerance) dan banyaknya muncul dampak negative ke pengguna (negative repercussion) (Suplig, 2017).

Kecanduan game online psikologis menyebabkan gejala klinis seperti perasaan sedih, mudah tersinggung, dan gelisah. Kecanduan game online secara sosial memiliki gejala klinis seperti berbohong kepada anggota keluarga dan kehilangan hubungan, pekerjaan, pendidikan, dan karir karena game online (Wichstrøm et al., 2019; Zaini & Ramlan, 2019). Gejala klinis adiksi game online secara spiritual, seperti remaja lebih asyik bermain game online sehingga meninggalkan ibadahnya (Bhayana & Ahuja, 2018). Dapat disimpulkan bahwa seorang(individu) yang telah candu(kecanduan) game secara online banyak memiliki efek buruk yaitu baik secara psikis(fisik), psikologis dan secara spiritual dan munculnya Masalah-masalah berkaitan dengan manajemen diri dan control diri yang tidak mampu dihadapi oleh remaja. Game berbasis web sendiri sangat berpengaruh positif jika digunakan untuk hiburan karena dapat mengurangi rasa lelah dan mengurangi tekanan, hal ini diungkapkan oleh penelitian (Novrialdy, 2019). Hal ini sesuai dengan penegasan (Putra et al., 2019) bahwa salah satu dampak positif dari main-main adalah cenderung menjadi gerakan yang menyegarkan untuk melibatkan diri. Bermain-main juga bisa berdampak baik dan buruk. Efek positif dari bermain-main seperti yang ditunjukkan oleh laporan Miranda (2018) antara lain memperluas kapasitas untuk memfasilitasi antara otak, tangan dan mata serta mempersiapkan kapasitas dan kecepatan masing-masing organ ini, memperluas kemampuan bahasa dan pemahaman, dan dapat digunakan untuk membantu perkembangan anak-anak dengan ketidakseimbangan kimia. Tridhonanto juga mengacu pada perluasan kemampuan metodologi dan kemampuan dialek yang tidak diketahui sebagai efek positif dari main-main (Rahma dan Lestari, 2018). Tentu saja, efek positif bisa didapat jika game berbasis web dimainkan dengan benar.

Rata rata usia remaja tersebut masih rentan dan mudah untuk terpengaruh oleh lingkungan sekitar. Siswa di SMP Negeri 3 Pulosari menyukai permainan game online yaitu Mobile Legend(ML), PUBG Mobile, Free Fire, DOTA 2, Point Blank (Kintoko, 2021). Waktu yang digunakan siswa untuk bermain game online dari 3-5 jam, lebih dari 5 jam karena game ini konstan sehingga diharapkan pemain selalu ingin bermain. Namun, tidak semua siswa juga menyukai game berbasis web meskipun jumlahnya sedikit jika dibandingkan dengan mereka yang menyukai game online.

Game online ini memiliki pengaruh kepada remaja sehingga menimbulkan daya tarik untuk memainkannya daripada belajar sehingga aktifitas tersebut sudah menjadi suatu kebiasaan atau rutinitas anak apalagi pada masa pandemik ini (Subagyo, 2019). Hasil penelitian (Ariantoro, 2016) mengungkapkan adiksi online game menyebabkan remaja bolos dari sekolah dan waktunya dihabiskan didepan computer ketimbang

membuka buku ,dan menyebabkan terjadinya penurunan prestasi belajar remaja dan aktivitas sekolahnya terganggu. Akibat adiksi game online dengan kemudahan akses dan tersedia di game center, pemanfaatan waktu belajar remaja di rumah relatif sedikit dibandingkan penggunaan gadget setiap harinya (Johan, 2019).

Hal tersebut didukung lagi dengan maraknya modeling yang dibuat oleh para gamers atau yang akrab disebut sebagai pro player game online yang sering melakukan live streaming di berbagai platform sosial media yang mudah diakses oleh anak remaja. Merujuk dari hasil observasi siswa-siswi yang bermain game online ingin menjadi seorang pro player game online. Berdasarkan jurnal yang ditulis oleh (Kurniawan, 2020) yang berjudul electronic sport (E-Sport) pada fenomena kekinian olahraga disebutkan bahwa electronic Sport (e-Sport) masuk kedalam salah satu cabang olahraga yang ditandingkan dalam ajang Asian Games 2018..E-sport (electronic Sport) adalah sebuah digital olahraga dengan terorganisir untuk pelatihan yang khusus seperti atlet profesional lainnya yaitu sepak bola, bulu tangkis dan basket. Hal tersebut membuat para peserta didik semakin termotivasi untuk bisa memainkan game secara online karena mereka bisa untuk menjadi seorang atlet profesional.

Oleh karena itu, adanya kebutuhan akan manajemen diri dan kontrol diri siswa tersebut berguna untuk mereduksi perilaku adiksi game online peserta didik SMP 3 Pulosari Pemplang, yang sejatinya dapat memberikan kemudahan bagi guru Bimbingan dan Konseling dalam memberikan layanan terkait dengan permasalahan perilaku adiksi game online.

METODE

Metode Teknik pemeriksaan yang digunakan dalam eksplorasi ini adalah dengan menggunakan strategi kuantitatif. Pendekatan pemeriksaan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan penelitian ex post facto. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SMP N 3 Pulosari dengan jumlah 338 siswa. Dalam ulasan ini, pencipta membatasi populasi, khususnya jumlah siswa yang habis-habisan hingga 338 siswa dengan menghitung ukuran contoh menggunakan strategi Slovin. Sampel dalam penelitian sebanyak 183 siswa.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik regresi berganda atau multiple regression untuk menguji pengaruh manajemen diri dan kontrol diri terhadap perilaku adiksi game online. Regresi Linier berganda digunakan untuk memodelkan pengaruh antara variabel dependen dan variabel independen, dengan jumlah variabel independen lebih dari satu. Pengolahan data dilakukan dengan menggunakan program Software Product and Service Solution (SPSS) 24 for Windows.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah semua uji asumsi klasik terpenuhi selanjutnya dilakukan analisis regresi linier berganda. Analisis regresi linear berganda digunakan untuk mengetahui pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen baik secara parsial (uji t) maupun secara bersama-sama (uji F). Maka dari itu, metode regresi linear berganda dipilih karena penelitian ini akan menganalisis pengaruh yang ada antara manajemen diri dan kontrol diri yang digunakan sebagai variabel bebas terhadap adiksi game online variabel terikat secara linear.

Persamaan regresi linear berganda digunakan untuk merumuskan persamaan regresi dan untuk mengetahui nilai peningkatan atau penurunan variabel Y atas perubahan variabel X . Bentuk umum persamaan regresi linear berganda dengan dua variabel independen adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil Analisis Regresi

Model	Unstandardized Coefficients	
	B	Std. Error
1		
(Constant)	36.846	10.928
Manajemen Diri	.209	.095
Kontrol Diri	.166	.077

Berdasarkan Tabel 1 maka persamaan regresi yang dapat dibentuk dari model ini adalah sebagai berikut:

$$Y = \alpha + b_1 X_1 + b_2 X_2 \quad Y = 36,846 + 0.209 X_1 + 0,166 X_2$$

Dari hasil analisis regresi tersebut dapat diketahui persamaan regresi linier berganda maka dapat dianalisis sebagai berikut: a) Nilai konstanta $\alpha = 36,846$ (positif) maka menunjukkan pengaruh positif terhadap variabel independen (X_1 dan X_2); b) 0,209 (X_1) merupakan nilai koefisien regresi manajemen diri terhadap adiksi game online. Artinya manajemen diri memiliki pengaruh positif terhadap perilaku adiksi game online sebesar 0,209 atau 20,9 %. Ini dapat diartikan bahwa setiap peningkatan satu skor nilai manajemen diri maka akan berpengaruh terhadap perilaku adiksi game online; c) 0,166 (X_2) merupakan nilai koefisien regresi kontrol diri terhadap adiksi game online. Artinya kontrol diri memiliki pengaruh positif terhadap perilaku

adiksi game online sebesar 0,166 atau 16,6 %. Ini dapat diartikan bahwa setiap peningkatan satu skor nilai kontrol diri maka akan berpengaruh pada perilaku adiksi game online

Uji T dilakukan menunjukkan pengaruh secara individu variabel bebas yang ada terhadap variabel terikat. Hal ini dimaksudkan untuk mengetahui seberapa jauh pengaruh satu variabel bebas dalam menjelaskan variabel terikat. Apabila nilai sig. < (0,05) atau thitung > ttabel, maka Ha diterima dan Ho ditolak. Sehingga dapat dikatakan terdapat pengaruh secara parsial antara variabel independen dengan variabel dependen, dan sebaliknya. Berikut adalah hasil pengujian statistic t, yang dapat dilihat pada tabel 2 di bawah ini:

Tabel 2. Uji statistik t

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	36.846	10.928		3.372	.001
Manajemen Diri	.209	.095	.160	2.199	.029
Kontrol Diri	.166	.077	.157	2.154	.033

Berdasarkan pada tabel 2 diatas, hasil uji T parsial dapat di simpulkan sebagai berikut: a) Pengaruh manajemen diri siswa (X1) terhadap perilaku adiksi game online (Y) Nilai sig 0,029 < 0,05 atau thitung 2,199 > ttabel 1,973; b) Pengaruh kontrol diri siswa (X1) terhadap perilaku adiksi game online (Y) Nilai sig 0,033 < 0,05 atau thitung 2,154 > ttabel 1,973. Maka hipotesis kedua berbunyi “Terdapat pengaruh yang positif dan signifikan manajemen diri dan kontrol diri siswa terhadap perilaku adiksi game online pada siswa di SMP Negeri 3 Pulosari Pemalang.”

Uji stastistik F pada dasarnya menunjukkan seberapa jauh pengaruh variabel independen secara simultan dalam menerangkan variabel dependen. Uji simultan ini dilakukan dengan membandingkan nilai α (alpha) nilai sig. < (0,05) atau Fhitung > Ftabel, maka Ha diterima dan Ho ditolak. Sehingga dapat dikatakan terdapat pengaruh secara simultan antara variabel independen dengan variabel dependen, dan sebaliknya. Jika sig. < (0,05) atau Fhitung < Ftabel Ho diterima Ha ditolak yang artinya tidak terdapat pengaruh antara variabel independen terhadap variabel dependen secara simultan. Berikut adalah hasil pengujian statistic F, yang dapat dilihat pada tabel 3 di bawah ini:

Tabel 3. Uji Statistik F

Model	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1 Regression	805.761	2	402.881	4.571	.012b
Residual	15864.971	180	88.13	9	
Total	16670.732	182			

Berdasarkan pada tabel 3 diatas, hasil perhitungan uji parsial (uji F) tersebut dapat dinyatakan nilai sig 0,012 < 0,05 atau Fhitung 4,571 > Ftabel 3,05, Ha diterima dan Ho ditolak. Maka dapat disimpulkan bahwa variabel manajemen diri dan variabel kontrol diri secara bersama-sama berpengaruh terhadap perilaku adiksi game online. Nilai R2 digunakan untuk mengukur seberapa jauh kemampuan variabel independen dalam menerangkan variabel dependen. Pada penelitian ini akan menggunakan rasio koefisien determinasi rata-rata (Adjusted R2) Maka hipotesis kedua berbunyi “Terdapat pengaruh yang positif dan signifikan manajemen diri dan kontrol diri siswa terhadap perilaku adiksi game online pada siswa di SMP Negeri 3 Pulosari Pemalang.”

Uji stastistik F pada dasarnya menunjukkan seberapa jauh pengaruh variabel independen secara simultan dalam menerangkan variabel dependen. Uji simultan ini dilakukan dengan membandingkan nilai α (alpha) nilai sig. < (0,05) atau Fhitung > Ftabel, maka Ha diterima dan Ho ditolak. Sehingga dapat dikatakan terdapat pengaruh secara simultan antara variabel independen dengan variabel dependen, dan sebaliknya. Jika sig. < (0,05) atau Fhitung < Ftabel Ho diterima Ha ditolak yang artinya tidak terdapat pengaruh antara variabel independen terhadap variabel dependen secara simultan. Berikut adalah hasil pengujian statistic F, yang dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 4. Uji statistik F

Model	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1 Regression	805.761	2	402.881	4.571	.012b
Residual	15864.971	180	88.13	9	
Total	16670.732	182			

Berdasarkan pada tabel diatas, hasil perhitungan uji parsial (uji F) tersebut dapat dinyatakan nilai sig 0,012 < 0,05 atau Fhitung 4,571 > Ftabel 3,05, Ha diterima dan Ho ditolak. Maka dapat disimpulkan bahwa variabel manajemen diri dan variabel kontrol diri secara bersama-sama berpengaruh terhadap perilaku adiksi game online. Nilai R2 digunakan untuk mengukur seberapa jauh kemampuan variabel independen dalam menerangkan variabel dependen. Pada penelitian ini akan menggunakan rasio koefisien determinasi rata-rata

(Adjusted R²) Besarnya Adjusted R² berkisar antara nol sampai dengan satu (0 –1). Semakin kecil nilai Adjusted R² berarti kemampuan variabel-variabel independen dalam menjelaskan variabel dependen sangat terbatas dan sebaliknya (Ghozali, 2011). Hasil uji Adjusted R² dapat dilihat pada tabel bawah ini:

Tabel 5. Uji Adjusted R²

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std.Error of the Estimate	Durbin Watson
1	.220a	.048	.038	9.38822	1.988

Berdasarkan tabel di atas, menunjukkan bahwa besarnya koefisien determinasi (Adj. R²) sebesar 0,038. maka model regresi ini variabel manajemen diri dan kontrol diri dapat menjelaskan perilaku adiksi game online sebesar 38%. Sedangkan sisahnya sebesar 62% di jelaskan oleh sebab-sebab lain di luar model penelitian ini.

Dari hasil penelitian terlihat bahwa manajemen diri mempunyai pengaruh terhadap adiksi game online. Menurut Widarti (dalam Anuryatin & Purwoko, 2016) individu yang mempunyai Self Management kurang baik maka kemampuan untuk mengendalikan diri juga kurang, sehingga berlebihan dalam bermain Game Online yang menyebabkan Kecanduan. Semakin tinggi Self Management seseorang maka semakin rendah Kecanduan Game Onlinenya, sebaliknya semakin rendah Self Management semakin tinggi Kecanduan Game Onlinenya. Hal ini didukung oleh hasil penelitian Nurhidayatullah Dahlan (2017:121) di SMP Negeri 17 Makasar, menyebutkan bahwa teknik Self Management efektif untuk mengatasi Kecanduan Game Online.

(Fitriani, D. D. Pandini, J. K. R. Chasani, 2021) Mengemukakan Self Management adalah sebuah proses perubahan bagi individu yang mengarahkan pada perubahan perilaku mereka sendiri. Sehingga Self Management membantu individu dalam mengelola pemikiran, perasaan, dan perbuatan sesuai sasaran yang diinginkan. Self Management pada individu sangat penting karena dengan Self Management, akan membantu seseorang untuk mengendalikan perilakunya. Melalui Self Management juga siswa dapat membentuk 4 aspek perbuatan yaitu Pendorongan diri (*Self-motivation*), Pengendalian diri (*Self-control*), Penyusunan diri (*Self-organization*), Pengembangan diri (*Selfdevelopment*).

Selanjutnya Kontrol diri mempunyai pengaruh terhadap adiksi game online. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Rudianto et al., 2020) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan online game. Artinya, semakin rendah kontrol diri maka semakin tinggi pula kemungkinan kecanduan online game. Salah satu faktor penyebab dari kecanduan online game memang lack of control atau ketidakmampuan mengontrol diri yang kemudian akan menyebabkan banyaknya waktu yang digunakan untuk bermain online game. Remaja menjadi tidak dapat mengatur waktu maupun intensitas bermain online game dan tentu akan memberikan dampak buruk terhadap kehidupannya.

Kemudian hasil penelitian selanjutnya Manajemen diri siswa dan kontrol diri siswa mempunyai pengaruh terhadap adiksi game online. Berdasarkan pemaparan yang telah disampaikan, dapat di simpulkan bahwa tidak hanya variabel manajemen diri dan kontrol diri siswa yang mempengaruhi perilaku adiksi game online. Banyak faktor-faktor lain yang tidak di jelaskan di penelitian ini dikarenakan keterbatasan peneliti yang memfokuskan pada variable manajemen diri dan kontrol diri siswa saja, faktor-faktor lain yang di luar peneliti sebesar 62% yaitu dapat berupa faktor peran orang tua dan faktor guru Bimbingan dan Konseling dalam meminimalisir perilaku adiksi game online.

KESIMPULAN

Berdasarkan data yang sudah diperoleh dari hasil penelitian, maka kesimpulan yang dapat dikemukakan dalam penel itian ini adalah (1)Terdapat pengaruh manajemen diri siswa terhadap perilaku adiksi game online di SMP Negeri 3 Pulosari Pemalang (2) Terdapat pengaruh kontrol diri siswa terhadap perilaku adiksi game online di SMP Negeri 3 Pulosari Pemalang (3) Terdapat pengaruh manajemen diri dan kontrol diri terhadap game online di SMP Negeri 3 Pulosari Pemalang. Implikasi bimbingan dan konseling diharapkan untuk meningkatkan menejemen diri dan kontrol diri siswa dengan bidang layanan Pribadi dan seting layanan baik Layanan Konseling Kelompok atau Layanan Kelompok Individu

DAFTAR REFERENSI

- Anuryatin, P. A. S., & Purwoko, B. (2016). Penerapan Teknik Self Control Untuk Mengurangi Kecanduan Game Online Siswa Kelas Xi Smk Negeri 1 Driyorejo. *Bimbingan Dan Konseling*, 3(5), 22–37. <https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/15042/13616>
- Ariantoro, T. R. (2016). Dampak game online terhadap prestasi belajar pelajar. *JUTIM (Jurnal Teknik Informatika Musirawas)*, 1(1).
- Bhayana, T. K., & Ahuja, S. (2018). *Impact of Internet Addiction on Spiritual Wellbeing and Conscientiousness*. 08(5), 272–278.

- Fitriani, D. D. Pandini, J. K. R. Chasani, S. (2021). Korelasi Kontrol Diri Dengan Kecanduan Online Game Pada Remaja. *Nursing Analysis: Journal Of Nursing Reasearch*, 1(1), 1–8.
- Gunawan, R., Aulia, S., Supeno, H., Wijanarko, A., Uwiringiyimana, J. P., & Mahayana, D. (2021). Adiksi media sosial dan gadget bagi pengguna internet di indonesia. *Techno-Socio Ekonomika*, 14(1), 1–14.
- King, D. L., Delfabbro, P. H., Billieux, J., & Potenza, M. N. (2020). Problematic online gaming and the COVID-19 pandemic. *Journal of Behavioral Addictions*, 9(2), 184–186.
- Kurniawan, F. (2020). E-Sport dalam Fenomena Olahraga Kekinian. *Jorpres (Jurnal Olahraga Prestasi)*, 15(2), 61–66. <https://doi.org/10.21831/jorpres.v15i2.29509>
- Kurniawaty, I., Hadian, V. A., & Faiz, A. (2022). Membangun Nalar Kritis di Era Digital. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 4(3), 3683–3690. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v4i3.2715>
- LEVANI, Y., HAKAM, M., & Utama, M. R. (2020). Potensi Adiksi Penggunaan Internet pada Remaja Indonesia di Periode Awal Pandemi Covid 19. *Hang Tuah Medical Journal*, 17, 102. <https://doi.org/10.30649/htmj.v17i2.437>
- Novrialdy, E. (2019). Kecanduan Game Online pada Remaja: Dampak dan Pencegahannya. *Buletin Psikologi*, 27(2), 148. <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.47402>
- Nurjannah, N., & Santosa, B. (2022). Perilaku kecanduan game online pada remaja di Jorong Sungai Cubadak Kabupaten Agam. *Orien: Cakrawala Ilmiah Mahasiswa*, 1(3), 257–266. <https://doi.org/10.30998/ocim.v1i3.6292>
- Paremeswara, M. C., & Lestari, T. (2021). Pengaruh Game Online Terhadap Perkembangan Emosi dan Sosial Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5(Pengaruh Game Online), 1473–1481.
- Pratomo, L. A., & Magetsari, O. N. N. (2018). Online Brand Experience: Drivers and Consequences. *Jurnal Dinamika Manajemen*, 9(2), 218–227. <https://doi.org/10.15294/jdm.v9i2.15192>
- Putra, F. F., Rozak, A., Perdana, G. V., & Maesharoh, I. (2019). Dampak Game Online Terhadap Perubahan Perilaku Sosial Mahasiswa Telkom University. *Jurnal Politikom Indonesiana*, 4(2), 98–103. <https://doi.org/10.35706/jpi.v4i2.3236>
- Rudianto, N. P., Aspin, A., & Pambudhi, Y. A. (2020). Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Kecanduan Game Online Pada Dewasa Awal Di Desa Mondokey. *Jurnal Sublimapsi*, 1(1). <https://doi.org/10.36709/sublimapsi.v1i1.10733>
- Subagyo, A. (2019). Media Sosial Dalam Hubungan Internasional Agus Subagyo. *Ejournal FISIP Unjani*, 1–21.
- Suplig, A. (2017). Pengaruh Kecanduan Game Online Siswa SMA Kelas X Terhadap Kecerdasan Sosial Sekolah Kristen Swasta Di Makassar. *Jurnal Jaffray*, 15, 177. <https://doi.org/10.25278/jj71.v15i2.261>
- Wichstrøm, L., Stenseng, F., Belsky, J., von Soest, T., & Hygen, B. W. (2019). Symptoms of Internet Gaming Disorder in Youth: Predictors and Comorbidity. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 47(1), 71–83. <https://doi.org/10.1007/s10802-018-0422-x>
- Young, K. (2017). The evolution of internet addiction disorder. *Internet Addiction: Neuroscientific Approaches and Therapeutical Implications Including Smartphone Addiction*, 3–18.
- Zaini, Z., & Ramlan, R. (2019). Penguatan Pendidikan Aqidah Anak dari Penyimpangan Budaya Online. *TADRIS: Jurnal Pendidikan Islam*, 14(2), 201–214.