

PENGARUH TEKNIK SELF CONTROL UNTUK MENGURANGI KECANDUAN GAME ONLINE PESERTA DIDIK

Siti Aisa Nikmatu Sholihah

Universitas PGRI Adibuana Surabaya – Surabaya, Jawa Timur Indonesia
Aisanikma125@gmail.com

Abstract: The purpose of this study was to determine the effect of self-control techniques to reduce students' online game addiction. This study uses a research design One Group Pre-Test Post-Test Design, a population of 62 class XI students as research samples taken by purposive sampling. The use of this self-control technique reduces the level of online game addiction from 10 students by showing that there is an increase in the mean (mean) of the online game addiction variable (Pre-Test) before being given treatment by 83.50 with a standard deviation of 5.523 while the mean game addiction variable online after being given Post-Test treatment of 61.50 with a standard deviation of 11,198. Based on calculations using SPSS version 25 statistical Wilxonon Non-Parametric Tests which showed Negative Ranks results from online game addiction for Pre Test and Post Test, the value of N 10a, Mean Rank 5.50 and Sum Rank 55.00 showed a decrease in online game addiction in students. Based on the results of the Test Statistics, it is known that Asymp.Sig (2-tailed) is worth 0.005. Because the value is $0.005 < 0.05$. So it can be concluded that there is an effect of self-control techniques to reduce online game addiction for students of class XI IPA SMA Negeri 1 Krian.

Keywords: Online Game Addiction, Self Control Techniques, Students.

Abstrak: Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh teknik pengendalian diri terhadap penurunan kecanduan game online siswa. Penelitian ini menggunakan desain penelitian One Group Pre-Test Post-Test Design, populasi 62 siswa kelas XI sebagai sampel penelitian yang diambil secara purposive sampling. Penggunaan teknik pengendalian diri ini menurunkan tingkat kecanduan game online dari 10 siswa dengan menunjukkan adanya peningkatan mean (mean) variabel kecanduan game online (Pre-Test) sebelum diberikan perlakuan sebesar 83,50 dengan standar deviasi sebesar 5,523 sedangkan rerata variabel kecanduan game online setelah diberikan perlakuan Post-Test sebesar 61,50 dengan standar deviasi sebesar 11.198. Berdasarkan perhitungan menggunakan SPSS versi 25 statistik Wilxonon Non-Parametric Tests yang menunjukkan hasil Negatif Ranks dari kecanduan game online untuk Pre Test dan Post Test, nilai N 10a, Mean Rank 5,50 dan Sum Rank 55,00 menunjukkan penurunan kecanduan game online pada siswa. Berdasarkan hasil Uji Statistik diketahui bahwa Asymp.Sig (2-tailed) bernilai 0,005. Karena nilainya $0,005 < 0,05$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh teknik pengendalian diri terhadap penurunan adiksi game online pada siswa kelas XI IPA SMA Negeri 1 Krian.

Kata kunci: Kecanduan Game Online, Teknik self Control, Peserta Didik.

PENDAHULUAN

Pada tanggal 31 Desember 2019 awal mula terjadi kasus wabah virus corona atau disebut COVID-19, virus corona pertama kali muncul di Wuhan, China (Lee, 2020). Wabah korona datang masuk ke Indonesia sejak awal maret hingga saat ini 12 Mei 2020. Dikarenakan

wabah corona tersebut pemerintah memiliki kebijakan social distancing guna mengurangi angka penyebaran COVID-19 Pada saat masa pandemi COVID-19 saat ini sekolah maupun pemerintah menganjurkan dalam proses pembelajaran dilakukan secara jarak jauh (daring) guna memutus rantai penyebaran virus

COVID-19. Media pembelajaran yang digunakan dengan menggunakan internet. Prasarana yang membantu pembelajaran daring yaitu melalui beberapa ruang diskusi seperti Whatsapp, Google Classroom, Zoom, Google Meet dan lain sebagainya (Herliandry & Suban, 2020).

Perubahan metode pembelajaran yang diterapkan pada instansi pendidikan yang semula mengadopsi sistem luring dan digantikan dengan sistem daring, memunculkan beragam persoalan baru baik dari sisi pendidik maupun dari sisi peserta didik. Para pendidik pada berbagai tatanan dipaksa untuk mengadopsi sistem pembelajaran baru guna memastikan proses belajar mengajar terlaksana dengan baik. Di lain pihak, peserta didik juga harus belajar untuk memanfaatkan berbagai teknologi yang mampu mendukung proses pembelajaran yang dilakukan secara daring. Perubahan proses pembelajaran ini secara tidak langsung berpengaruh terhadap perilaku interaksi sosial terutama pada peserta didik. Pergeseran perilaku mulai terjadi sejak adanya proses pembelajaran online akibat adanya pandemi covid-19. Peserta didik mulai merasa bergantung kepada internet dan teknologi agar dapat mengikuti setiap pembelajaran. Hal ini juga berpengaruh terhadap perilaku yang dimiliki oleh peserta didik. Beberapa penelitian yang telah dilakukan menunjukkan adanya pergeseran perilaku pada peserta didik yaitu mulai adanya ketergantungan dan intensitas

tinggi terhadap internet (Herliandry & Suban, 2020).

Sesuai dengan perkembangan teknologi internet saat ini di butuhkan di berbagai aspek terutama pada komunikasi dan teknologi. Internet memberi manfaat yang besar di berbagai bidang pada saat ini. Internet memberikan peluang remaja untuk mendapatkan informasi secara terjangkau, cepat dan tepat sesuai dengan yang di inginkan. Penggunaan internet ini dapat mencakup dari usia anak-anak, remaja hingga orang dewasa. Internet menyediakan berbagai situs jejaringan seperti Whatshapp, Line, Facebook, Twitter dan juga Game Online. Tetapi apabila dalam penggunaan internet yang berlebihan juga dapat menimbulkan dampak negatif bagi penggunanya (Hakam et al., 2020). Berdasarkan penelitian yang dilakukan Asosiasi Penyelenggara Komunikasi (APJII) juga Pusat Kajian Komunikasi (Puskakom) yaitu masyarakat di Indonesia yang berkopetensi menggunakan internet tahun 2004, sejumlah 88,1juta, angka tersebut di sesuaikan menurut data Badan Pusat Statistik (BPS). Pengguna internet di Indonesia usia 18-25 tahun sejumlah 49% salah satunya hanya untuk bersenang-senang dan hiburan semata dengan jumlah sebesar 32,6% sedangkan tingkat bermain Game Online sejumlah 10,1% (Kristiyono, 2015).

Dampak negatif bagi pengguna internet yaitu ingin selalu mengakses internet hingga menghabiskan banyak waktu hanya untuk mengakses internet guna mencapai kepuasan

sehingga mengalami kecanduan. Kecanduan merupakan suatu kegiatan atau aktivitas seseorang yang dilakukan terus menerus yang memberi pengaruh negatif. Seseorang yang mengalami kecanduan ini dalam penggunaannya bisa memakan waktu berjam-jam, mereka tidak akan merasa bosan dengan kegiatan rutinitas yang mereka lakukan sehari-hari dengan mengakses internet. Seseorang bisa disebut kecanduan jika waktu pemakaiannya bisa lebih dari 30 menit dalam sehari (Sari et al., 2018). Penggunaan internet dalam waktu lama secara terus menerus akan memberikan dampak bagi penggunanya, baik dampak positif maupun negatif di masa depan. Jika tidak dikelola dengan bijak, metode pembelajaran tersebut dapat memposisikan para remaja untuk selalu menggunakan internet di sebagian besar waktu kesehariannya. Selain efek positif yang diharapkan oleh komunitas pendidik, timbulnya efek katalitik negatif yang tidak diinginkan bagi para remaja ini juga perlu dikenali, diidentifikasi, dan ditanggulangi secara serius (Triwibowo et al., 2022).

Ketergantungan internet sendiri adalah penggunaan internet yang eksemif (berlebihan) yang menyebabkan gangguan pada fungsi kehidupan sehari-hari. Penggunaan internet yang melewati batas wajar juga dapat ditandai dengan timbulnya berbagai konflik dengan orangtua, mengasingkan diri dari teman, mengabaikan sekolah, dan tidak mementingkan makan. Di masa pandemi covid-19 ini tidak semua

peserta didik yang main internet itu ketergantungan. Interaksi sosial yang diajarkan sejak kecil membuat manusia mengetahui cara hidup bermasyarakat, belajar akan peran yang akan menjadi identifikasi dirinya, dan juga memperoleh berbagai informasi. Saat ini setiap orang dapat melakukan kontak sosial maupun komunikasi melalui media internet seperti computer, laptop, tab, dan smartphone. Masa seperti ini memaksa semua kalangan untuk merubah pola interaksi yang pada awalnya secara langsung namun berubah menjadi daring atau secara online. Pergeseran ini memaksa semua orang untuk lebih sering menggunakan internet dalam melakukan interaksi (Triwibowo et al., 2022).

Fenomena kecanduan game online ditemukan di sekolah oleh peneliti melalui pengamatan oleh guru bk di sekolah yang memberikan informasi bahwa kebanyakan siswa mengalami kecanduan game online karena pembelajaran yang dilakukan secara daring. Memang dirasa oleh setiap individu, apalagi saat ini dunia sedang dilanda pandemi COVID-19 yang menyebabkan semakin meningkat waktu penggunaan gadget setiap individu. Akibat pembelajaran yang dilakukan tidak secara tatap muka para peserta didik banyak menghabiskan waktu mereka di rumah, ketika peserta didik bosan dengan pembelajaran secara daring mereka meluapkan rasa bosan mereka dengan bermain game online.

Game online merupakan suatu permainan yang banyak digemari termasuk di kalangan remaja, game online merupakan sebuah

permainan berbasis video bisa dijalankan dalam suatu perangkat yang harus terhubung dengan jaringan internet. Jika seseorang ingin bermainia harus memiliki data internet agar bisa bermain game online. Menurut hasil peneliti melakukan observasi beberapa jenis game online terdiri atas PUBG, Mobile Leggends, Domino Qiu-Qiu dan masih banyak lagi. Para peneliti mengungkapkan kebanyakan remaja kecanduan memainkan game Mobile Leggends permainan tersebut sangat menyenangkan bisa dimaikan secara ramai-ramai (Mabar) mereka juga dapat berinteraksi langsung dan dapat mendengar suara teman sepermainan maupun lawan mainnya. Tetapi apabila dalam bermain game online secara berlebihan akan menyebabkan kecanduan karena game online sendiri mengandung adiksi (Ismi Zakiah & Ritanti, 2021). Adiksi merupakan suatu perilaku yang dilakukan berulang ulang, perilaku adiksi juga memiliki karakteristik selalu ingin mengulang perbuatan. Adiksi merupakan perilaku yang merugikan diri sendiri yang dapat mempengaruhi keadaan psikis, fisik, kerusakan otak, frustasi juga bisa membuat seseorang mengalami setres. Ada beberapa aspek adiksi game online, yaitu; 1) Dorongan atau Komplusif untuk melakukan secara terus menerus, dorongan ini bersumber dari diri sendiri untuk bermain game online. 2) Toleransi, seseorang memahami diri sendiri jika tidak bisa berhenti bermain game online. 3) Masalah hubungan interpersonal dengan kesehatan, tidak menghiraukan hubungan interpersonal karena sibuk memainkan game

online, menghiraukan kesehatan akibat terlalu mementingkan bermain game online. 4) Penarikan diri, karena terlalu sibuk bermain game online secara tidak sadar menjauhkan diri dari lingkungan sekitar (Reza et al., 2016).

Kecanduan game online dimana kondisi seseorang memuaskan diri pada permainan yang dimainkan di depan komputer, handpone dan berbagai macam elektronik lainnya. Seseorang bisa dikatakan kecanduan game online apabila waktu bermain lebih dari 3 jam bermain ataupun bisa seharian menghabiskan waktunya untuk bermain game online. Secara tidak sadar dapat merugikan diri sendiri dalam kehidupan sehari-hari, dampak negatif dari seseorang yang kecanduan game online mereka akan sulit berbaur di lingkungannya, mereka asik dengan dunianya sendiri karena komunikasi mereka di dalam game yang merekamainkan, dan mereka akan bersikap acuh tak acuh kepada keluarga. Jadi seseorang yang sedang dalam keadaan kecanduan game online mereka sulit untuk mengendalikan dirinya a atau mengontrol dalam mengurangi waktu bermain game online (Nija, 2020).

Menurut Nija, (2020) bermain game online memberikan dampak secara mental atau psikologis anak yaitu para gemers dalam waktu sehari-hari mereka tidak akan memikirkan hal lain selain memikirkan game yang sering merekamainkan, mereka berfikiran bagaimana caranya game tersebut bisa cepat naik level. Oleh karena itu akibatnya mereka sering lupa atas kewajiban menjadi seorang murid, jadi pemalas, tidak pernah belajar dan juga tidak

pernah mengerjakan PR sekolah. Hal tersebut bisa terjadi akibat tidak adanya kontrol diri peserta didik. Dalam mengatasi masalah dampak negatif dari kecanduan game online, diperlukan bimbingan dan konseling di sekolah. Bimbingan dan konseling menyediakan berbagai sarana dan prasarana khusus untuk peserta didik yang kecanduan game online diantaranya menggunakan fungsi pemahaman, fungsi pencegahan, fungsi pengentasan, dan juga fungsi pengawasan.

Dalam bimbingan dan konseling memiliki berbagai teknik konseling termasuk pendekatan behavior teknik self control. Teknik self control ini merupakan teknik yang cocok dalam menangani permasalahan peserta didik yang kecanduan game online agar masalah tersebut tidak berkepanjangan, dengan problem mereka yang tidak bisa mengontrol diri saat bermain game online. Mengimplementasikan teknik self control ini mendorong siswa mengontrol dirinya sendiri peserta didik termotivasi untuk memperbaiki perilaku menjadi lebih baik dari sebelumnya. Dengan memberikan teknik self control dapat mengubah perilaku peserta didik sehingga peserta didik dapat mengarahkan perilaku kearah positif juga memberikan dampak positif bagi peserta didik yang kecanduan game online. Seseorang mempunyai kemampuan mengontrol diri dalam tingkat kecanduan game online. Seorang peserta didik juga mempunyai kontrol diri baik kemampuan mengendalikan dalam bermain game online, sehingga peserta didik dapat memainkan game online sesuai kebutuhan saja dan juga dapat

mengatur waktu bermain game online, mereka akan bermain game online sesuai kebutuhan saja juga sebagai hiburan semata. Semakin besar kemampuan kontrol diri peserta didik dalam bermain game online semakin rendah tingkat kecanduan game online, juga sebaliknya semakin kecil kontrol diri semakin besar tingkat kecanduan game online pada peserta didik (Ismi Zakiah & Ritanti, 2021).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada bulan Desember 2021 didapatkan SMA Negeri 1 Krian didapatkan 10 responden mengatakan bahwa intensitas bermain game online lebih dari 8 jam sehari, lupa waktu belajar saat menggunakan internet, selalu bermain game online setiap hari. Jarang berkomunikasi dengan orang tua ,teman dan masyarakat karena selalu smatrphone, lebih suka melakukan kegiatan sendiri, tidak pernah mengikuti kegiatan masyarakat dan sering menghabiskan waktu bermain game online maupun sosial media, sering bertukar pendapat dengan orang tua, teman maupun masyarakat dan lebih suka bersosialisasi dengan lingkungan sekitar.

Berdasarkan uraian dari latar belakang masalah diatas menunjukkan bahwa intensitas penggunaan game online dapat mengurangi self control (kontrol diri) peserta didik. Diketahui, semakin lama intensitas peserta didik bermain game online, semakin berkurang self control pada diri peserta didik. Peserta didik lebih banyak sendiri dan jarang bergaul bersama teman yang

lainnya karena bermain gadget. Pecandu game online kebanyakan memiliki interaksi sosial yang kurang bahkan cenderung penyendiri dan pendiam. Mereka sulit berinteraksi dengan sekitarnya sehingga jarang memiliki teman dan dipandang negative oleh masyarakat sekitarnya.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif, pengumpulan data menggunakan instrument penelitian, analisis data yang bersifat kuantitatif atau statistik. pre-eksperimental design dengan bentuk one-grup pretest-posttest design. Dengan demikian pada pada design ini pretest merupakan suatu hasil yang dapat dilihat sebelum diberi perlakuan dan posttest memberikan hasil yang akurat setelah mendapatkan perlakuan. Berikut digambarkan desain one-grup pretest-posttest design.

Teknik pengambilan sampel yang akan digunakan adalah purposive sampling yaitu adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2012). Peneliti mengambil sampel sejumlah kelas XI dengan jumlah peserta didik 62 dari seluruh peserta didik kelas XI di SMA Negeri 1 Krian yang memiliki kategori kecanduan game online yang tinggi.

HASIL

Pada penelitian ini peneliti dalam pemberian treatment self control di sampel yang terpilih sebesar 10 orang peserta didik dengan memberikan treatment sebesar 6 kali pertemuan dalam waktu 6 minggu dengan memberikan bahwa terjadi peningkatan rata-

rata (mean) variabel kecanduan game online (pre-test) sebelum diberikan treatment sebesar 83,50 sedangkan mean variabel kecanduan game online sesudah diberikan treatment hasil post-test sebanyak 61,50. Hal tersebut memberikan penurunan sebelum serta sesudah dilakukan treatment, dengan demikian terjadi penurunan kecanduan permainan game online memakai layanan konseling kelompok menggunakan teknik self control. Selanjutnya statistik deskriptif pada uraian di tabel 1

Tabel I Analisis Deskriptif Pre-Test Dan Post-Test Kecanduan Game Online

Statistics			
		Pre-Test	Post-Test
N	Valid	10	10
	Missing	0	0
Mean		83.50	61.50
Std. Deviation		5.523	11.198
Minimum		75	44
Maximum		90	79

PEMBAHASAN

Pembahasan ini bertujuan mengetahui pengaruh teknik self control dalam konseling kelompok terhadap kecanduan game online peserta didik kelas XI. Berdasarkan deskripsi penelitian yang telah dibahas sebelumnya, setelah siswa yang diteliti diberikan treatment dengan teknik self control dalam konseling kelompok, maka dapat diketahui perubahan siswa dengan melihat perbedaan hasil pre-test dan post-test. Perubahan yang terjadi ialah karena telah diberi treatment 10 siswa mengalami penurunan dalam tingkat kecanduan game online mereka, dari skor tinggi dalam pre-test menjadi sedang dalam post-test, artinya ada

pengaruh teknik self control yang digunakan dalam konseling kelompok terhadap kecanduan game online siswa. Penggunaan teknik self control ini membuat penurunan tingkat kecanduan game online dari 10 siswa dengan menunjukkan bahwa terjadi peningkatan rata-rata (mean) variabel kecanduan game online (Pre-Test) sebelum diberikan treatment sebesar 83,50 dengan standar deviasinya 5.523 sedangkan mean variabel kecanduan game online setelah diberikan treatment Post-Test sebesar 61,50 dengan standar deviasinya 11.198.

Berdasarkan hasil pre-test dan post-test tersebut selanjutnya peneliti melakukan analisis data. Analisis data dilakukan dengan bantuan SPSS versi 26.0 dengan memilih teknik analisis Non Parametrik dengan cara Uji Wilcoxon. Peneliti memilih Uji Wilcoxon karena penelitian ini akan menganalisis hasil-hasil dari pengamatan dua data, apakah mengalami perubahan atau tidak. Manfaat tes dalam penelitian ini adalah mengetahui pengaruh yang ditimbulkan sebelum dan sesudah diberikan treatment.

Hasil analisis Uji Wilcoxon diketahui bahwa nilai negative ranks sebanyak 10 antara hasil pre-test dan post-test, hasil positif ranks menunjukkan antara pre-test dan post-test mengalami penurunan sikap kecanduan game online karena hasil menunjukkan 0, selanjutnya ties disini berarti tidak ada nilai yang sama antara pre-test dan post-test. Hasil Uji Wilcoxon menemukan nilai $Z = -2.805$ dan Sig (P) = 0,005 yang berarti Sig (P) < 0,05, karena nilai 0,005 lebih kecil dari 0,05, maka dapat

dikatakan bahwa ada pengaruh atau penurunan yang signifikan antar kondisi awal siswa sebelum diberikan treatment dan kondisi akhir sesudah diberikan treatment.

hasil analisis hipotesis menunjukkan signifikan karena terjadi penurunan secara statistik. pada penelitian ini ada beberapa hambatan dalam penyampaian materi treatment yg bisa dikatakan masih jauh dari maksimal. Sejumlah faktor menjadi penyebab kurangnya penyampaian materi terutama dalam hal konseling kelompok dan menerapkan teknik self control relative kurang maksimal. Sepenuhnya diungkapkan pada anggota kelompoknya sebagai akibatnya isu yang diperoleh kurang optimal dan belum menerapkan program perlakuan yg maksimal keterbukaan serta kekompakan anggota grup merupakan faktor krusial. hambatan utama dalam penelitian ini peneliti sudah berusaha untuk mengatasi problem ini sebelum melakukan treatment peneliti selalu melakukan ice reaking agar membangun kekompakan serta mencairkan suasana. namun upaya tersebut belum mencapai maksimal . Peneliti beranggapan bahwa hal tersebut berasal dari kurangnya motivasi sampel untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Selain itu faktor kurang maksimal pada saat penyampaian materi treatment bagi peserta didik juga dari asal peneliti. Peneliti ialah penasihat pemula sehingga sulit untuk mengambil sampel dari pengalaman yang tersaji yg terkadang menghasilkan mereka tidak dapat membuka pendapat atau masalah mereka. Keterbatasan

saat peneliti perlu ditingkatkan supaya peneliti lebih berpengalaman melayani peserta didik. Keterbatasan saat peneliti pula menjadi hambatan bagi peneliti pada proses penelitian. Oleh karena itu, treatment yang dilakukan kurang efektif dan belum maksimal (Nija, 2020)

SIMPULAN

Sesuai dengan perhitungan memakai SPSS versi 26 statistik rata-rata (mean) variabel kecanduan game online (Pre-Test) sebelum diberikan treatment sebanyak 83,50 dengan baku deviasinya 5.523 sedangkan mean variabel kecanduan game online sehabis diberikan treatment Post-Test sebesar 61,50 menggunakan baku deviasinya 11.198. Uji Wilxoson Non-Parametric Tests yang memberikan akibat Negative Ranks hasil kecanduan game online untuk Pre Test dan Post Test nilai N 10a , Mean Rank 5.50 serta Sum Rank 55.00 membagikan adanya penurunan kecanduan game online di siswa

Sesuai dengan Test Statistics diketahui Asymp.Sig (dua-tailed) bernilai 0,005. karena nilai $0,005 < 0,05$ maka dapat disimpulkan Hipotesis diterima. adalah terdapat perbedaan antara hasil kecanduan game online buat Pre Test dan Post Test. sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh teknik self control buat mengurangi kecanduan game online peserta didik. berasal hasil hipotesis pada atas, bisa disimpulkan bahwa teknik self control dalam konseling gerombolan berpengaruh mengurangi kecanduan game online peserta didik kelas XI IPA SMA Negeri 1 Krian.

DAFTAR RUJUKAN

- Hakam, M. T., Levani, Y., & Utama, M. R. (2020). *Hang tuah medical journal*. 17, 102–115.
- Herliandry, L. D., & Suban, M. E. (2020). *Jurnal Teknologi Pendidikan Pembelajaran Pada Masa Pandemi Covid-19*. 22(1), 65–70.
- Ismi Zakiah & Ritanti. (2021). *Kecanduan Game Online Pada Remaja Dan Penanganannya* (Rianto R. Rerung (ed.)). Media Sains Indonesia. www.penerbit.medsan.co.id
- Kristiyono, J. (2015). *BUDAYA INTERNET : PERKEMBANGAN TEKNOLOGI INFORMASI DAN KOMUNIKASI DALAM Mendukung Penggunaan Media Di*. 5(1), 23–30. <https://doi.org/10.9744/scriptura.5.1.23-30>
- Lee, A. (2020). Wuhan novel coronavirus (COVID-19): why global control is challenging ? *Public Health*, 179, A1–A2. <https://doi.org/10.1016/j.puhe.2020.02.001>
- Nija, Y. I. (2020). *Bimbingan kelompok teknik self control efektif mengurangi kecanduan game online siswa SMA Sejahtera Surabaya*. 4(2), 154–160. <https://doi.org/10.26539/teraputik-42428>
- Reza, M., Adnyana, I. S., Ayu, I. G., & Windiani, T. (2016). *Masalah Adiksi Game Online pada Anak*. 43(4), 262–265.
- Sari, A. P., Ilyas, A., & Ifdil, I. (2018). *Tingkat Kecanduan Internet pada Remaja Awal*. 3, 110–117.
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif Dan R&D*. Alfabeta. www.cvalfabeta.com
- Triwibowo, H., Keperawatan, P. S., Kebidanan, P. S., & Keperawatan, P. S. (2022). © 2022 *Jurnal Keperawatan*. 43–51.