

BAB V

PENUTUP

5.1 Pembahasan Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil temuan dalam penelitian gambaran kecenderungan kecanduan *game online mobile legend* pada mahasiswa di Surabaya dari ketiga informan, ditemukan Sembilan aspek yang terpenuhi. Sembilan aspek tersebut adalah *Preoccupation with internet games, withdrawal symptoms, tolerance, unsuccessful attempts, problems, continued excessive, mood modification, conflict,* dan *loss of interest*. Dari data yang didapat dari ketiga informan, terdapat persamaan dari ketiga informan. Persamaan ketiga informan didapat dari data yang sudah diolah peneliti. Persamaan ketiga informan meliputi aspek-aspek kecanduan *game online* dari teori kecanduan *game online* DSM-5 (*American Psychiatric Association, 2013*) dan dua aspek milik Lemmens (2009)

indikator pertama yaitu *preoccupation with internet games* yang merupakan salah satu aspek dari kecanduan *game online*, dimana seseorang akan menjadikan *game online* sebagai aktivitas yang sangat penting dan prioritas yang menggantikan aktivitas lainnya. Pada penelitian ini aspek *preoccupation with internet games* terjadi karena ketiga informan menjadikan *game online mobile legend* sebagai prioritas dengan memanfaatkan waktu luang untuk bermain *game online mobile legend* dibandingkan aktivitas lainnya (*American Psychiatric Association, 2013*). Pada ketiga informan juga terlihat bahwa *game online mobile legend* menjadi lebih penting jika dibandingkan dengan tugas maupun perkuliahan. Ketiga informan bermain *game online* ketika mengikuti kelas perkuliahan jika pelajaran atau dosen yang mengajar kurang disukai, ketiga informan juga lebih mementingkan untuk bermain *game online mobile legend* dari pada mengerjakan tugas. Novrialdy (2019), memperkuat seorang pelajar harusnya memanfaatkan waktu luang dengan belajar atau mengerjakan tugas justru lebih sering untuk menghabiskan waktu untuk bermain *game online*, sehingga daya konsentrasi menurun dan tidak dapat pelajaran yang diberikan dengan baik.

indikator kedua *Problem* memiliki keterikatan dengan aspek pertama, dimana aspek kedua bisa menjadi dampak permasalahan yang muncul akibat menjadikan *game online* sebagai prioritas. Menurut Lemmens (2009), *problems* adalah masalah yang dapat terjadi ketika perilaku bermain *game online* sudah berlebihan sehingga mengganggu aktivitas lainnya, seperti sekolah, belajar, bekerja, dan bersosialisasi. Dalam aspek *problem*, ketiga informan menjelaskan bahwa kegiatan bermain *game online* menimbulkan permasalahan dalam lingkungan, dan kuliah. Ketiga informan menyatakan bahwa aktivitas bermain *game online* membuat hubungan dengan teman-teman yang berada di dunia nyata menjadi kurang baik karena lebih mementingkan bermain *game online*, tidak hanya dengan teman, informan A dan I sempat bertengkar dengan orang tua karena bermain *game online* secara berlebihan. Aktivitas bermain *game online* yang berlebihan ketiga informan juga mengalami masalah pada perkuliahan, dimana ketiga informan mengganggu perkuliahan sehingga informan I dan H kesulitan dalam mengumpulkan tugas tepat waktu. Marcovitz, H. (2012) dan Griffin, K. W., & Botvin, G. J. (2010), mendukung dengan mengatakan bahwa seorang *gamers* akan mengalami penurunan tingkat sosialisasi dengan lingkungan sekitar.

indikator ketiga adalah *withdrawal symptoms* yaitu perasaan cepat marah, cemas, atau sedih saat aktivitas *game online* berhenti secara paksa, tetapi tidak menunjukkan gejala fisik (*American Psychiatric Association*, 2013). Pada penelitian ini, peneliti menemukan munculnya perasaan marah ketika *game online* berhenti secara paksa. Ketiga informan memiliki kesamaan muncul perasaan marah atau kesal yang disebabkan oleh permainan *game online* berhenti secara paksa karena kehilangan jaringan, perasaan ini muncul karena tidak rela jika kehilangan poin.

Indikator keempat adalah *Tolerance* yaitu seseorang mengalami peningkatan dari segi durasi waktu bermain jika dibandingkan dengan saat awal bermain *game online* (*American Psychiatric Association*, 2013). Berdasarkan hasil penelitian ini, ketiga informan mengalami peningkatan dari segi durasi bermain *game online*. Informan A mengalami peningkatan dari 2-3 jam, menjadi

6-10 jam dalam kurun waktu 5 tahun, informan I mengalami peningkatan dari 1-2 jam menjadi 6 jam dalam kurun waktu 5 tahun, sedangkan informan H mengalami peningkatan dari 1-1.5 jam menjadi 4-6 jam dalam kurun waktu 6 tahun. Peningkatan ini disebabkan oleh berbagai hal, informan A dan I mengalami peningkatan karena mengejar *rank* dan menjadikan *game online* sebagai alat untuk menghasilkan uang, sedangkan informan H mengalami peningkatan karena bermain dengan pasangan, menemukan kesenangan, dan mengisi waktu luang. Lemmens (2009) mendukung dengan menyatakan salah satu ciri-ciri seorang mengalami kecanduan *game online* akan mengalami peningkatan dalam waktu yang dihabiskan untuk bermain *game online*

indikator kelima adalah *unsucsessful atemps*, yaitu suatu keadaan dimana pecandu *game online* mengalami kesulitan dalam melakukan kontrol diri dalam mengurangi aktivitas bermain *game online*. Pada indikator ini, peneliti menemukan adanya bentuk kontrol diri yang dilakukan oleh informan A dan I tetapi usaha atau kontrol diri tersebut masih gagal atau kurang maksimal dalam mengurangi intensitas dalam bermain *game online*. Usaha yang dilakukan informan A adalah belajar koding untuk mempersiapkan pelajaran kedepannya, namun usaha tersebut gagal karena adanya pengaruh dari teman, sedangkan informan I memiliki usaha untuk menghapus *game online mobile legend*, namun usaha tersebut gagal karena kemajuan teknologi yang memberikan hiburan dari segi *entertainment* yang menarik, sehingga membuat informan I Kembali tertarik untuk bermain *game online*. Informan H tidak memiliki usaha untuk mengurangi intensitas bermain *game online*, hal ini disebabkan karena informan H menganggap *game online* menjadi aktivitas yang dibutuhkan untuk mengurangi tingkat stres dan menghilangkan rasa bosan. Selain usaha yang tidak berhasil, peneliti juga menemukan usaha informan A dan I yang berhasil untuk mengurangi intensitas bermain *game online*. Informan A berhasil mengurangi intensitas bermain *game online mobile legend* dari 12 jam menjadi 6-10 jam, hal ini disebabkan karena informan A mendapat ajakan dari ayahnya untuk belajar meneruskan usaha potong rambut milik ayahnya. Informan I berhasil mengurangi intensitas bermain *game online mobile legend*

dari 10 jam menjadi 6 jam, hal ini disebabkan karena informan I mulai mengikuti kegiatan-kegiatan seperti konser musik karena sudah banyak kegiatan yang bisa dilakukan semenjak *covid-19* menurun. Informan A dan I memiliki kesamaan dalam usaha mengurangi intensitas bermain *game online*, keduanya berhasil karena dalam usaha untuk mengurangi intensitas bermain *game online* tidak melibatkan peranan teknologi dan melibatkan orang lain.

indikator keenam adalah *continued excessive*, yaitu seorang pecandu *game online* akan terus menghabiskan waktu untuk bermain *game online* meskipun sudah mengetahui bahwa terlalu lama bermain *game online* akan membawa pengaruh negatif baik pada kesehatan fisik, maupun psikologis. Pada penelitian ini, peneliti menemukan dampak fisik dan psikologis yang dialami oleh informan, dampak fisik yang dirasakan ketiga informan antara lain merasa tidak nyaman pada daerah tangan terutama ibu jari karena digerakan secara terus menerus dengan waktu yang lama. Ketiga informan juga merasa tidak nyaman pada daerah mata, rasa tidak nyaman tersebut seperti mata merah, perih, dan terasa lelah. Ketiga informan juga merasa pola tidur menjadi tidak teratur karena bermain *game online* sampai begadang. Informan A dan I merasakan sakit pada daerah punggung yang disebabkan oleh posisi duduk yang lama karena bermain *game online* secara berlebihan. Pola makan informan A dan H juga menjadi kurang teratur karena lebih fokus dalam bermain *game online*. Männikkö, Billieux, & Käätäinen (2015), memperkuat dengan hasil penelitian yang menyatakan bahwa dampak fisik bagi seorang pecandu *game online* akan mengalami penurunan, seseorang yang kecanduan *game online* memiliki ketahanan fisik yang kurang karena jarang melakukan aktivitas, kurang tidur dan terlambat makan.

Ketiga informan juga memiliki kesamaan dalam dampak psikologis yang dirasakan karena bermain *game online* secara berlebihan. Ketiga informan merasa kesulitan dalam mengontrol emosi, sehingga merasa lebih mudah marah karena bermain *game online*, selain itu informan I dan H menjadi mudah berkata-kata kasar karena terpengaruh dari *game online*. Hasil penelitian Petrides & Furnham (2000), memperkuat dengan menyatakan ciri-ciri seorang

yang mengalami gangguan mental akibat pengaruh dari *game online* adalah dengan muncul sifat mudah marah, emosional, dan mudah berkata-kata kasar. Ketiga informan menyadari dampak-dampak yang dirasakan baik secara fisik maupun psikologis, informan A dan H menganggap bahwa *game online* sebenarnya mengganggu baik secara dampak fisik dan psikologis, maupun kehidupan sosial dan perkuliahan, tetapi informan A dan H tetap bermain *game online* karena ingin menghilangkan rasa bosan, jika tidak ada *game online*, tidak ada aktivitas lain yang dapat mengisi waktu luang mereka. Informan A menambahkan alasan tetap bermain meskipun mengetahui dampak-dampaknya karena untuk menghasilkan uang. Informan I menyadari bahwa *game online* memberikan dampak negatif pada dirinya, tetapi menurut informan I, *game online* lebih dominan dalam memberikan dampak positif dalam kehidupannya, hal ini disebabkan karena dengan bermain *game online*, informan I merasa dapat mengurangi stres yang di rasakan, melepas penat, membuat menjadi lebih rileks, dan dapat menambah teman.

Aspek ketujuh adalah *mood modification*, yaitu menjadikan *game online* sebagai tempat untuk pelampiasan atau pelarian saat menghadapi masalah, dengan tujuan untuk melupakan masalah tersebut. Berdasarkan hasil penelitian, peneliti menemukan kesamaan dimana ketiga informan menggunakan *game online mobile legend* sebagai pelarian atau pelampiasan saat menghadapi masalah, karena dengan bermain *game online*, ketiga informan terfokus dengan permainan, sehingga dapat menghindari atau melupakan masalah yang sedang dialami. Young (2007) mendukung dengan menyatakan kecanduan biasanya disebabkan oleh individu yang memiliki rasa trauma atau sedang menghadapi suatu masalah, tetapi bukannya mencoba menyelesaikan, individu cenderung mencari solusi sementara untuk melupakan permasalahan tersebut (*coping semu*). Yee (2007) mendukung dengan mengatakan seorang pemain *game online* akan menggunakan *game online* atau lingkungan *online* untuk lari dari permasalahan yang dialami di kehidupan nyata.

indikator kedelapan *Loss of interest*, yaitu keadaan dimana seseorang yang sudah kecanduan dengan *game online*, akan kehilangan minat dengan hal-

hal yang pernah digemari, misalnya hobi, maupun hubungan dengan teman atau pasangan. Pada penelitian ini, informan A dan H sama-sama kehilangan minat dengan hobi-hobi maupun hubungan dengan teman yang tergantikan oleh *game online*. Berdasarkan hasil penelitian, penyebab kedua informan kehilangan minat dengan hobi disebabkan karena kemudahan akses dari *game online* yang tidak memerlukan biaya dan usaha sebanyak dengan hobi-hobi yang pernah digemari.

indikator kesembilan *conflict*, yaitu pemain *game online* mengalami pertengkaran secara verbal dengan teman atau pemain lainnya. Pada penelitian ini, peneliti menemukan bahwa ketiga informan mengalami pertengkaran secara verbal baik dengan teman ataupun dengan orang lain. Penyebab konflik terjadi berbeda-beda berdasarkan beberapa informan, namun tujuan dari penyebab-penyebab tersebut karena ketiga informan tidak ingin mengalami kekalahan saat bermain *game online mobile legend*.

Selain aspek, peneliti juga menemukan kesamaan dalam faktor-faktor yang mempengaruhi informan untuk bermain *game online*. Faktor ini dibedakan menjadi dua faktor, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Berdasarkan hasil penelitian, ketiga informan mengalami kecanduan *game online* karena adanya rasa penasaran dengan bermain *game online*, setelah rasa penasaran terpenuhi, informan menemukan perasaan menyenangkan dan seru ketika bermain *game online*. Ketiga informan juga condong untuk memanfaatkan waktu luang untuk bermain *game online*, sehingga aktivitas bermain *game online* sudah menjadi kebiasaan yang menyebabkan kontrol diri yang rendah untuk mengurangi intensitas dalam bermain *game online*. Ketiga informan menggunakan *game online* sebagai *coping stress*, sehingga ketika mengalami masalah atau sedang banyak pikiran, ketiga informan akan bermain *game online* untuk mengurangi beban. Informan A dan I juga menggunakan *game online* sebagai tempat untuk mencari uang. Kurnada (2021) mendukung dengan hasil penelitian yang menyatakan bahwa terdapat faktor eksternal dan juga faktor internal yang mempengaruhi seorang untuk bermain *game online*. Faktor Internal yang membuat individu bisa mengalami kecanduan *game online* disebabkan oleh kemauan dalam diri untuk mencoba karena penasaran terhadap suatu *game*

online, setelah mencoba bermain kebanyakan akan merasa seru terhadap *game online* yang sedang dimainkan. *Game online* juga bisa digunakan untuk mengisi waktu yang dimanfaatkan untuk menghilangkan rasa bosan yang dialami.

Informan I dan H juga menggunakan *game online* untuk memenuhi kebutuhan dalam bersosialisasi, kedua informan tersebut menjadikan *game online mobile legend* sebagai tempat untuk mencari teman baru, sedangkan informan A dan H kurang dalam berinteraksi dengan lingkungan sehingga lebih sering untuk menghabiskan waktu bermain *game online*. Sandy dan Hidayat (2019) mendukung dengan menyatakan seorang yang terbiasa hidup di dunia maya, akan kesulitan untuk bersosialisasi dalam kehidupan nyata. Hussain dan Griffiths (2009) mendukung dengan mengatakan seorang pemain *game online* akan mengalami peningkatan sosialisasi secara *online*, namun akan mengalami penurunan sosialisasi dalam kehidupan nyata. Yee (2007) Mendukung dengan mengatakan seorang pemain *game online* memiliki ketertarikan yang kuat untuk berkomunikasi dengan pemain lain dengan tujuan untuk membuat hubungan jangka panjang dengan orang-orang yang bermain *game online*.

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti juga menemukan adanya persamaan pada faktor eksternal yang mempengaruhi untuk bermain *game online*. Informan A dan I bermain *game online* karena mendapatkan ajakan dari teman, teman tidak hanya berpengaruh dengan mengajak, ketiga informan menyatakan bahwa dengan adanya teman, mereka menjadi lebih semangat bermain karena memiliki jiwa kompetitif yang tidak mau kalah dari teman dan orang lain. Yee (2007) mendukung dengan menyatakan seorang pemain *game* akan berusaha untuk menguasai permainan agar dapat bersaing untuk memenangkan kompetisi yang ada.

Kurangnya pengawasan dari orang tua menjadi penyebab informan A dan H cenderung menghabiskan waktu dengan bermain *game online*, karena orang tua jarang bahkan tidak pernah menegur saat aktivitas bermain *game online* dari informan A dan H sudah berlebihan. Kemajuan teknologi juga menjadi salah satu faktor penyebab ketiga informan bermain *game online*. Informan A dan I terpengaruh karena *game online mobile legend* merupakan

game besar yang memiliki iklan dan *entertainment* yang menarik di berbagai macam media sosial, sedangkan informan A dan H bermain *game online* karena memiliki kemudahan akses yang dapat dimainkan dimana saja dan kapan saja dengan biaya yang murah. Kurnada (2021), mendukung melalui hasil penelitian yang menyatakan faktor eksternal disebabkan oleh ajakan dari lingkungan sekitar, baik itu teman, saudara, atau rekan kerja. Orang tua juga menjadi salah satu faktor penyebab kecanduan *game online*, kurangnya pengawasan dari orang tua, dapat menyebabkan anak tidak memiliki Batasan waktu dalam bermain *game online*. King *et al* (2014) mendukung dengan menyatakan bahwa kemudahan akses untuk bermain *game online* menjadi salah satu penyebab seorang mengalami kecanduan dengan *game online*

Pada penelitian ini, peneliti juga menemukan perbedaan yang menjadikan kekhasan pada masing-masing informan. Perbedaan pada informan A terdapat pada indikator *problem*, *has deceived*, dan *continued excessive*. Hubungan informan A dengan kedua orang tua menjadi renggang karena lebih sering menghabiskan waktu dengan bermain *game online*, interaksi yang terjadi pada kedua orang tua hanya sebatas untuk membayar uang kuliah atau saat orang tua mengingatkan untuk makan. Penyebab renggangnya hubungan dengan orang tua ini disebabkan karena adanya kebiasaan yang terbawa sejak SMA, dimana informan A lebih sering menghabiskan waktu untuk bermain *game online*. Peneliti juga menemukan perbedaan dimana informan A berbohong kepada orang tua karena ingin bermain *game online*. Kebohongan yang dilakukan informan A seperti berpura-pura belajar dan berpura-pura tidur ketika mendapat perintah dari orang tua untuk tidur, informan A juga berbohong ketika ingin mengikuti perlombaan. Informan A memiliki dampak psikologis yang menjadi pembeda, dimana informan A merasa cemas ketika tidak bermain *game online*. Perasaan cemas ini disebabkan karena A takut jika peringkatnya dikalahkan oleh temannya, A takut apabila nanti dirinya akan direndahkan oleh temannya. Kurnia (2019) mendukung berdasarkan hasil penelitian yang menyatakan bahwa tingkat kecemasan memiliki hubungan dengan perilaku kecanduan *game online*, semakin tinggi tingkat kecanduan, maka seorang pemain akan mengalami

tingkat kecemasan akan semakin meningkat. Pada penelitian ini, informan A tidak memenuhi indikator *has jeopardized*. Informan A memiliki kurangnya interaksi dengan lingkungan sosial, namun informan A tidak pernah kehilangan hubungan dengan lingkungannya. Indikator ini tidak terpenuhi karena informan A masih memiliki kegiatan-kegiatan yang membutuhkan interaksi dengan teman kuliahnya, seperti saat mengerjakan tugas kelompok atau belajar saat mendekati ujian. Rutinitas perkuliahan informan A menjadi penyebab indikator *has jeopardized* tidak terpenuhi.

Peneliti juga menemukan adanya perbedaan pada informan I, dimana informan I memiliki perbedaan pada indikator *has jeopardized*, *problem*, *has deceived*, *continued excessive*, dan faktor internal. Informan I pernah kehilangan hubungan dengan pasangan yang disebabkan karena tidak menyelesaikan masalah yang ada dengan pasangan, melainkan melupakan masalah tersebut dan memilih untuk bermain *game online*, informan I juga lebih fokus untuk bermain *game online* daripada menghabiskan waktu dengan pasangan. Informan I juga mengalami masalah pada perkuliahan yang disebabkan oleh *game online*, *game online* membuat informan I mengalami penurunan dalam segi akademik. Informan I juga merasa dikucilkan dari lingkungan karena lebih mementingkan bermain *game online* saat sedang berkumpul dengan teman-temannya. Informan I memiliki perbedaan dalam dampak fisik, dimana informan I merasa badan kurang vit dan merasa lemas. Informan I tidak memenuhi indikator *loss of interest*, dimana informan I tidak kehilangan minat dengan hobi-hobi yang dulu digemari karena permainan *game online*. Berbeda dengan dua informan lainnya, informan I mendapat dukungan dari kedua orang tuanya terkait musik yang memang menjadi hobi dari informan I, dukungan dari orang tua ini sudah diterapkan sejak informan I kecil, dimana ayah informan I sangat mendukung bakat musik dari informan I. dua informan lainnya kurang mendapat dukungan dari orang tua terkait dengan hobi yang dulu digemari, sehingga penyebab indikator *loss of interest* tidak terpenuhi karena adanya dukungan dari orang tua.

Peneliti juga menemukan pada informan H, dimana informan H tidak memiliki usaha untuk mengurangi intensitas bermain *game online*, berbeda

dengan kedua informan lainnya yang memiliki usaha untuk mengurangi meskipun masih gagal. Dampak fisik yang dirasakan informan H merasa badan keram yang disebabkan karena terlalu lama bermain dengan posisi tidur.

5.2 Refleksi Penelitian

Proses penelitian yang berjudul “Gambaran Kecenderungan Kecanduan *Game Online Mobile Legend* pada Mahasiswa di Surabaya” ini memerlukan waktu dan proses yang cukup panjang, penelitian ini memberikan pembelajaran dan pengalaman bagi peneliti. Peneliti mendapatkan pembelajaran yang lebih mendalam terkait dengan kecenderungan kecanduan *game online mobile legend* pada mahasiswa khususnya di daerah Surabaya, selain itu peneliti juga mendapatkan pembelajaran terkait dengan *softskill* dan *hardskill* selama proses pengerjaan penelitian ini berlangsung. Proses penelitian kualitatif ini memerlukan waktu dan usaha yang tidak sedikit karena proses yang panjang dan tidak mudah, peneliti juga harus menyesuaikan jadwal dengan informan-informan yang sedang berkuliah, sehingga penelitian ini membutuhkan waktu yang lama, namun dengan keyakinan dan dukungan dari orang-orang sekitar peneliti, peneliti dapat menyelesaikan penelitian ini.

Terkait dengan *softskill* yang didapat, peneliti merupakan pribadi yang sulit untuk berinteraksi dengan orang baru, khususnya dengan dua informan yang memang peneliti belum kenal sejak awal, namun pada penelitian ini peneliti harus melakukan wawancara. Peneliti juga menyadari bahwa kemampuan *microskill* peneliti masih jauh dari kata bagus, peneliti menyadari bahwa kemampuan *microskill* peneliti masih kurang. Pada proses wawancara, terkadang peneliti masih lupa dan terkesan *leading* kepada informan.

Peneliti juga menyadari bahwa penelitian ini masih jauh dari kata sempurna, keterbatasan waktu dari peneliti, dimana saat proses pengerjaan penelitian ini, peneliti masih memiliki kegiatan lain yaitu kuliah yang juga memiliki tugas masing-masing di mata kuliah yang diambil. Peneliti juga merasa kesulitan untuk mengatur waktu dengan informan, karena ketiga informan merupakan mahasiswa semester tengah, sedang banyak kegiatan ataupun tugas-

tugas yang dikerjakan, selain itu peneliti juga menyadari keterbatasan karena masih ada beberapa aspek yang belum terpenuhi

5.3 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa ketiga informan memiliki kecenderungan kecanduan *game online*. Ketiga informan memenuhi kriteria kecenderungan kecanduan *game online* menurut DSM-5 (*American Psychiatric Association, 2013*), dimana seorang yang bermain lebih dari 30 jam dalam seminggu atau memenuhi lima dari kesembilan aspek dapat dikategorisasikan sebagai seorang yang memiliki kecenderungan kecanduan pada *game online*. Ketiga informan juga tergolong kecenderungan kecanduan *game online* tingkat tinggi, karena ketiga informan tidak dapat mengontrol waktu yang dihabiskan untuk bermain *game online*, ingin menghabiskan waktu untuk terus menerus memainkan *game online*, tidak bisa jauh-jauh dari hal yang berkaitan dengan *game online*, tidak melakukan aktivitas penting lainnya karena lebih banyak menghabiskan waktu untuk bermain *game online*, interaksi sosial dengan teman atau lingkungan berkurang karena lebih fokus untuk bermain *game online*, berkurangnya jam tidur yang disebabkan bermain *game online* sepanjang malam. Berdasarkan hasil temuan, dapat disimpulkan ketiga informan memenuhi indikator *preoccupation with internet games*, yaitu menjadikan *game online* sebagai prioritas yang menggantikan aktivitas-aktivitas penting yang seharusnya dilakukan oleh mahasiswa, sehingga dapat menjadikan *game online* lebih penting dibandingkan tugas maupun perkuliahan, dimana ketiga informan mengikuti perkuliahan tetapi diselingi dengan bermain *game online*. Kegiatan *game online* yang menjadi prioritas ini, dapat membrikan masalah. Masalah yang disebabkan ini memenuhi indikator selanjutnya yaitu *problem*. Masalah yang timbul akibat aktivitas bermain *game online* yang berlebihan ini muncul pada lingkungan, perkuliahan, dan aktivitas.

Ketiga informan memenuhi Indikator *tolerance*. Ketiga informan mengalami peningkatan dari segi durasi dalam bermain *game online*, peningkatan ini dibandingkan dengan saat pertama kali bermain. Peningkatan paling banyak dialami oleh informan A, sedangkan informan H mengalami

peningkatan paling sedikit. Informan A dan H memenuhi Indikator selanjutnya yaitu *loss of interest* kehilangan minat dengan hal-hal yang dulu diminati seperti hobi, hal ini disebabkan karena biaya dan usaha yang dibutuhkan untuk bermain *game online* lebih sedikit jika dibandingkan dengan hobi-hobi lainnya. Ketiga informan memenuhi indikator selanjutnya yaitu *withdrawal symptoms*, dimana ketiga informan merasa marah ketika permainan *game online* berhenti secara paksa, penyebab perasaan marah tersebut muncul karena tidak rela kehilangan poin di dalam *game*. Ketiga informan memenuhi indikator *mood modification*, dimana ketiga informan menjadikan *game online* sebagai pelarian atau pelampiasan saat menghadapi masalah. Ketiga memenuhi indikator *conflict*, konflik yang dimaksud adalah ketiga informan mengalami pertengkaran secara verbal, baik dengan teman maupun orang lain ketika sedang bermain *game online*

Ketiga informan memenuhi indikator *continued excessive*, dimana permainan *game online* secara berlebihan menyebabkan dampak pada fisik maupun psikologis bagi ketiga informan. Dampak fisik yang dirasakan adalah sakit pada daerah punggung, sakit pada daerah pergelangan tangan hingga jari-jari, badan terasa sakit, sakit dan perih pada mata, pola makan menjadi tidak teratur, dan tidur menjadi tidak teratur. Dampak psikologis yang dirasakan adalah kesulitan dalam mengontrol emosi, berkata-kata kasar, dan merasa cemas jika tidak bermain *game online*. Ketiga informan memenuhi indikator *unsuccessful attempts*, ketiga informan kesulitan untuk mengurangi intensitas bermain *game online*, sehingga memiliki usaha-usaha yang gagal atau belum maksimal dalam mengurangi intensitas bermain *game online*. Berdasarkan pembahasan di atas, dapat disimpulkan bahwa kegiatan yang dapat mengurangi intensitas bermain *game online* adalah dengan tidak melibatkan teknologi dan adanya orang lain.

Berdasarkan penjabaran temuan di atas, dapat disimpulkan bahwa ketiga informan memiliki dua faktor yang mempengaruhi kecenderungan kecanduan *game online*. Dua faktor tersebut dibedakan menjadi faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yang mempengaruhi ketiga informan untuk bermain

game online adalah karena memiliki rasa penasaran dengan *game online*, menemukan keseruan dan kesenangan ketika bermain *game online*. Kontrol diri yang rendah. Kebutuhan untuk bersosialisasi juga menjadi penyebab informan I dan H kecenderungan kecanduan *game online*, karena mencari teman melalui *game online* jauh lebih mudah dibandingkan di kehidupan nyata. Kurangnya interaksi sosial dengan lingkungan sekitar menyebabkan informan A dan H lebih cenderung menghabiskan waktu untuk bermain *game online*. *Game online* juga di jadikan sebagai *coping stress* ketika sedang mengalami masalah, selain itu informan A dan I juga pernah mengikuti perlombaan dan mendapatkan kebanggaan ketika memenangkan suatu perlombaan.

Faktor eksternal yang dapat menyebabkan ketiga informan mengalami kecenderungan kecanduan *game online* adalah teman dan juga orang tua. Adanya ajakan dari teman untuk bermain, membuat ketiga informan kesulitan untuk menolak sehingga akhirnya merelakan atau melepas pekerjaan yang sedang di kerjakan untuk bermain *game online*. Ketiga informan juga memiliki jiwa kompetitif dengan teman. Informan A dan I mengaku bahwa kurangnya pengawasan dari orang tua juga menjadi salah satu penyebab informan A dan I cenderung menghabiskan waktu untuk bermain *game online*. Selain itu, Kemajuan teknologi terutama di bidang *entertainment* yang berada di sosial media menjadi salah satu daya tarik untuk informan A dan I bermain *game online*, kemajuan teknologi ini juga memberika kemudahan akses bagi ketiga informan, sehingga tidak membutuhkan usaha dan biaya yang besar untuk bermain *game online*. *Game online mobile legend* juga merupakan salah satu *game* besar di dunia, sehingga banyak perlombaan yang menawarkan hadiah yang menarik untuk menarik minat dalam memenangkan hadiah tersebut.

Berdasarkan pembahasan diatas, dapat disimpulkan juga faktor-faktor yang dapa mengurangi intensitas bermain *game online*, salah satunya adalah dukungan dari orang tua, rutinitas yang dapat mengurangi intensitas bermain *game online*, aktivitas yang melibatkan orang lain, dan aktivitas yang tidak menggunakan teknologi

5.4 Saran

Berdasarkan penelitian ini, peneliti dapat memberikan beberapa saran untuk beberapa pihak, diantaranya:

1. Bagi informan penelitian

Informan yang telah bisa mengenali dan mengetahui pola kecenderungan kecanduan *game online* yang sudah dialami, harapannya dalam kehidupan sehari-hari dapat lebih bijak dalam penggunaan *game online* supaya dapat mengurangi intensitas dalam bermain *game online*, supaya *game online* tidak menjadi pengganggu dalam aktivitas yang dijalankan.

2. Bagi orang tua

Pengawasan dari orang tua menjadi salah satu penyebab aktivitas bermain *game online* menjadi berlebihan, sehingga diharapkan orang tua dapat memberikan pengawasan yang cukup pada anak-anaknya dengan memberikan teguran jika aktivitas bermain *game online* sudah terlihat berlebihan dan mengganggu aktivitas lainnya atau memberikan batasan waktu terhadap anak untuk mengurangi intensitas bermain *game online*. Orang tua juga bisa mendampingi anak yang memiliki kesenangan dalam dunia *game* sehingga orang tua dapat memahami dampak positif maupun negatif bermain *game online*

3. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengganti subjek penelitian, karena perkembangan *game online* dan meningkatnya jumlah pemain, pemain *game online* sudah lebih luas dan beragam. *Game online* juga sudah menjadi pekerjaan bagi beberapa orang. Peneliti selanjutnya juga diharapkan dapat menggali lebih dalam terkait dengan aspek-aspek kecanduan *game online*, karena dalam penelitian ini masih ada beberapa aspek yang belum terpenuhi

DAFTAR PUSTAKA

- Adams, Ernest., & Joris, D. (2012) Game mechanics advanced game design. *New Rider Gamer. United state of america*
- Adiningtyas, Sri, W. (2017). Peran guru dalam mengatasi game online. Jurnal KOPASTA. 4(1). 28-40. <https://www.journal.unrika.ac.id/index.php/kopastajournal/article/view/1121/894>
- Alijoyo, A., Wijaya, B., & Jacob, I. (2018). *Structured or semi-structure interviews*. CRMS Indonesia.
- American Psychiatric Association (Ed.). (2013). Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-5 (5. ed). American Psychiatric Publ.
- Armitage, grenville., *et al.* (2006). Networking and online games understanding and engineering multiplayer internet games. *Library of congress catalogin*. Australia.
- Arnett, Jeffrey, J. (2000). Emerging Adulthood: a theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*. 55(5). 469-480.
- Ashafian. (2022). Pengertian, sejarah, dan jenis game online. Penerbit ruangpengetahuan. <https://ruangpengetahuan.co.id/pengertian-game-online/sejarah/jenis>. Diakses pada 25 Oktober 2021.
- Ayu, lestari., dan Sahat, saragih. (2016). Interaksi sosial dan konsep diri dengan kecanduan game online pada dewasa awal. Jurnal psikologi Indonesia. 5(2). 167-173. <http://jurnal.untag-sby.ac.id/index.php/persona/article/view/734>.
- Beitter, R. *et al.* (2015). The prevalence and correlates of depression, anxiety, and stress in a sample of college student. *Journal of affective disorder*. 173. 90-96.
- Burhan, F, A. (2022). Survei: 52 juta orang Indonesia konsisten bermain gim. [https://katadata.co.id/yuliawati/digital/61d5607e7dcfc/survei-52-juta-](https://katadata.co.id/yuliawati/digital/61d5607e7dcfc/survei-52-juta)

orang-indonesia-konsisten-bermain-gim. Diakses pada 17 Desember 2022.

- Chaplin, J. P. (2006). Kamus lengkap psikologi.
- Creswell, J. W. (2009). *Research Design Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods approaches*. New Dehli India: Sage Publication India
- Dewangga, Ignatius. Y. 2021. Hubungan antara stress dengan durasi bermain game online pada remaja di Surabaya. *Skripsi. Fakultas psikologi universitas widya mandala Surabaya*.
- Dhamayanthic, Indah. (2020). Dampak Game Online terhadap Perilaku Mahasiswa AKAMIGAS Balongan. 4(1). 13-15
- Dihni, vika, A. (2022). Jumlah gamers Indonesia terbanyak ketiga di Dunia. Penerbit katada. <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2022/02/16/jumlah-gamers-indonesia-terbanyak-ketiga-di-dunia>. Diakses pada 25 Oktober 2022.
- Erikson, Erik, H. (1977). *Childhood and society*. London: Paladin Grafton Books
- Ermawati, Ely. (2022). Hubungan kecanduan Game online terhadap interaksi sosial pada mahasiswa FKIP Universitas Islam Riau. *Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Riau*.
- Firdaus, R, A., & Dinar, S, E, D. (2021). Efikasi diri dengan kecenderungan kecanduan internet pada remaja dimasa pandemi covid-19. *PSIMPHONI*. 1(2). 67-74.
- Fitryasari, Rizki., *et al.* (2020). Online game addiction and the decline in sleep quality of college student gamers in the online game communities in Surabaya, Indonesia. *International journal of psychosocial rehabilitation*. 24(7). 8987- 8993
- Gozali., P. F. S. (2021). Gambaran psychological well-being pada single mother yang bekerja dengan anak berusia 6-12 tahun. *Skripsi. Fakultas psikologi universitas widya mandala Surabaya*.

- Griffin, K. W., & Botvin, G. J. (2010). Evidence-based intervention for preventing substance use disorders in adolescents. *Child and Adolescent Psychiatric Clinics*, 19(3), 505–526. doi: 10.1016/j.chc.2010.03.005.
- Guno., D, C. (2018). Gambaran kecanduan game online pada anak usia sekolah di wilayah kecamatan Magetan. Skripsi. Surakarta. Universitas Muhammadiyah.
- Harahap, N. (2020) Penelitian kualitatif: wal ashri publishing
- Heriyanto. (2018). Thematic analysis sebagai metode menganalisa data untuk penelitian kualitatif. *Jurnal Universitas Diponegoro*. 2(3). 2598-3040
- Hertedja, S, E. (2016). Dinamika psikologis gamers yang mengalami kecanduan game online pada mahasiswa. Skripsi. *Fakultas psikologi universitas widya mandala Surabaya*.
- Hulukati, Wenny., dan Moh, R, D. (2018). Analisis Tugas Perkembangan Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo. *Jurnal bikotetik*. 02(01). 73-114. <https://journal.unesa.ac.id/index.php/jbk/article/view/1787/pdf>
- Hurlock, Elizabeth, B. (1996). Psikologi perkembangan.
- Jap et al. (2013). The development of indonesiaan online game addicted questionnaire. *Plos One*. 8(4).
- Kamus Besar Bahasa Indonesia. [online]. Tersedia di <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/mahasiswa>. Diakses pada 12 November 2022
- Kamus Besar Bahasa Indonesia. [online]. Tersedia di <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/kecanduan>. Diakses pada 14 November 2022
- Kamus Besar Bahasa Indonesia. [online]. Tersedia di <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/kecenderungan>. Diakses pada 30 November 2022
- Karismawati, A. 2020. Mengintip sejarah terbentuknya MPL ID. <https://exp.itemku.com/sejarah-mpl-id/>. Diakses pada 25 November 2022

- Kiatsakared, Pinyapat., & Kuan Yu Chen. (2022). The effect of flow experience on online games addiction during the COVID-19 Pandemic: the moderating effect of activity passion. *Journal Sustainability*.
- King, D. L., Delfabbro, P. H., Zwaans, T., & Kaptsis, D. (2014). Sleep interference effects of pathological electronic media use during adolescence. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 12(1), 21–35. doi: 10.1007/s11469-013- 9461-2
- Kuncorojati, Cahyandar. (2020). 3 Kota besar Indonesia ini punya pengalaman main game mobile terbaik. <https://www.medcom.id/teknologi/news-teknologi/0KvXjv9b-3-kota-besar-indonesia-ini-punya-pengalaman-main-game-mobile-terbaik>. Diakses pada 2 desember 2022.
- Kurnada, nada., & Rossi, Iskandar. (2021). Analisis tingkat kecanduan bermain game online terhadap siswa sekolah dasar. *Jurnal basicedu*. 5(6). 5660-5670.
- Kurnia, Insan. (2019). Hubungan Kecanduan *Game online* Dengan kecemasan Pada Remaja Di SMK Negeri 1 Kota Padang. SKRIPSI. Fakultas keperawatan universitas Andalas Padang
- Lemmens, S. Jeroen, dkk. (2009). Development and Validation of Game Addiction Scale for Adolescents. The Amsterdam Acholl of Communications Research (ASCoR), University of Amsterdam, Amsterdam, the Netherlands. Version of record firs published:05 March 2009.
- Lenaini, Ika. (2021). Teknik pengambilan sampel purposive dan snowball sampling. *Jurnal kajian, penelitian & pengembangan pendidikan sejarah*. 6(1). 33-39. <https://journal.ummat.ac.id/index.php/historis/article/view/4075/pdf>.
- Lestari, S. (2020). Sikap warga kampung wisata warna-warni (nani) terhadap pandemi covid-19. *Fakultas pendidikan Psikologi Universitas Negeri Malang*.

- Makki, safir. 2020. Pengguna gim online meningkat 75% kala corona. Penerbit CNN INDONESIA.
https://www.cnnindonesia.com/teknologi/20200331_163816-185-488789/pengguna-gim-online-meningkat-75-persen-kala-corona.
 Diakses pada 25 Oktober 2022
- Manek, M, Y. (2020). Hubungan antara kontrol diri dengan intensitas bermain game online pada remaja akhir di Surabaya. Skripsi. *Fakultas psikologi widya mandala Surabaya*
- Männikkö, N., Billieux, J., & Kääriäinen, M. (2015). Problematic digital gaming behavior and its relation to the psychological, social and physical KEKANDUAN GAME ONLINE PADA REMAJA Buletin Psikologi 157 health of Finnish adolescents and young adults. *Journal of Behavioral Addictions*, 4(4), 281–288. doi: 10.1556/2006.4.2015.040
- Marcovitz, H. (2012). *Online gaming and entertainment*. San Diego, CA: Reference Point Press
- Masfiah, Sofi., & Resti, V, P. (2019). Gambaran motivasi belajar siswa yang kecanduan game online. *Jurnal FOKUS*. 2(1). 1-8
- Maxentia, Reyhan., & Amalia, R. 2021. Hubungan antara escapisme dengan kecenderungan kecanduan *game online* pada anggota komunitas esport x Semarang. *Jurnal empati*. 10(5). 334-339
- Muna, R,F., & Tri, P, A. (2014). Hubungan antara kontrol diri dengan kecenderungan kecanduan media sosial pada remaja akhir. *Jurnal UNDIP*.
- Nawani, Ichsan, M., *et al.* (2021). Pengaruh Game Mobile Legend terhadap Minat Belajar Mahasiswa/I Fakultas Sains dan Teknologi UIN Alaudin Makasar.3(1). 46-54
- Nikmah, Aulin. (2019). Gambaran kecenderungan kecanduan game online pada kalangan mahasiswa. Skripsi. *Fakultas psikologi universitas Muhammadiyah Jember*.

- Novrialdy, Eryzal. (2019). Kecanduan Game Online pada Remaja: Dampak dan Pencegahannya. *Jurnal bulletin psikologi*. 27(2). 148-158. <https://journal.ugm.ac.id/buletinpsikologi/article/view/47402/pdf>
- Oginska, Halska., & Janusz Pokorski. (2006) Fatigue and mood correlates of sleep length in three age social group: School children, students, and employees. *The journal of biological and medical thym research*. 23(6)
- PDDikti. (2020). *Higher education statistics* 2020. <https://pddikti.kemdikbud.go.id/publikasi>
- Pratama, R, A., DKK. (2020). Tingkat kecanduan game online pada mahasiswa fakultas keperawatan. *Jurnal JNC*. 3(1). 110-118.
- Purnamasari, N, M, D., dan amaliah, S. 2020. Tinjauan kriminologis terhadap anak pecandu game online khususnya di daerah Balikpapan. *Jurnal de jure*. 2(2).
- Putra, Y, M, P. (2012). Main game online 40 jam, pemuda Taiwan tewas. Penerbit republika. <https://www.republika.co.id/berita/m7d89a/main-game-online-40-jam-pemuda-taiwan-tewas>. Diakses pada 25 oktober 2022.
- Rasyid, shani. 2022. Kecanduan game online jadi penyebab anak nekat lakukan aksi criminal, ini 3 faktanya. Penerbit Merdeka.com. <https://www.merdeka.com/jateng/kecanduan-game-online-jadi-penyebab-anak-nekat-lakukan-aksi-kriminal-ini-3-faktanya.html>. Diakses pada 27 oktober 2022
- Sandy, T. A., & Hidayat, W. N. (2019). *Game mobile learning*. Malang: Multimedia Edukasi
- Saputro, M, I, A. (2022). Ini dia Bedanya Pro Player dengan Gamer biasa. <https://rogcommunity.id/article/ini-dia-bedanya-pro-player-dan-gamer-biasa/>
- Satria, F, M. (2022). Hubungan intensitas bermain game online mobile legend bang bang dengan motivasi belajar mahasiswa di kota madiun. Skripsi. *Fakultas psikologi universitas widya mandala Surabaya kota madiun*.

- Setiawan, G, B. (2021). Perkembangan E-sport hingga saat ini. <https://www.kompasiana.com/gladialdo1308/5ff2218d8ede486c232509a3/perkembangan-e-sport-hingga-saat-ini>
- Sugiyono. (2017). Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan r & d. alfabet, CV
- Sutjipto, Kenny. (2020). Pecahkan 1 Miliar unduhan, kenapa Mobile legend sangat populer?. <https://www.ligagame.tv/mlbb/kenapa-mobile-legends-sangat-populer>. Diakses pada 22 November 2022
- Trisnani, R, P. (2018). Stop Kecanduan Game Online Mengenal Dampak Ketergantungan Pada Game Online Serta Cara Mengurangnya. Madiun:UNIPMApress
- Utama, jeri. (2022). 14 Game MOBA terbaik dan terpopuler di Indonesia 2022. <https://gamebrott.com/game-moba-terbaik-dan-terpopuler-di-indonesia>. Diakses pada 25 November 2022.
- Vera, N, A., & Netrawati. (2019). Addicted to online games among teenager and their implication for counseling service. *Jurnal neo konseling*. 4(1). 1-6.
- World Health Organization. (2019). Including of “gaming disorder” in ICD-11. Geneva: WHO
- Yee, Nick. (2007). Motivation for Playing Game Online. *Cyberpsychology & behavior*. 6(6). 772-775
- Yin, Robert, K. (2011). Qualitative research from start to finish. *The Guilford press*. New York, london
- Young, K. S. (2007). Cognitive-behavioral therapy with Internet addicts: Treatment outcomes and implications, *CyberPsychology & Behavior*, 10(5), 671–679.
- Yuwono., M, R & Stefani, virlia. (2022). Leisure boredom affects gaming disorder on emerging adult smartphone users. *ANIMA Indonesian psychological journal*. 37(1). 1-18. <https://journal.ubaya.ac.id/index.php/jpa/article/view/2324/3554>.