

HUBUNGAN KECANDUAN BERMAIN GAME ONLINE DENGAN DEPRESI PADA SISWA KELAS VIII DI UPTD SMP NEGERI 4 GUNUNGSITOLI

By Fadilman Telaumbanua

23

**HUBUNGAN KECANDUAN BERMAIN GAME ONLINE DENGAN
DEPRESI PADA SISWA KELAS VIII DI UPTD SMP NEGERI 4
GUNUNGSITOLI**

SKRIPSI



Oleh :

Fadilman Telaumbanua

NIM : 202102003

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NIAS
2024**

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Keberadaan online game membuat internet menjadi lebih menarik. Selain perlu naik ke jenjang permainan yang lebih tinggi, pemain juga harus mengalahkan pemain lain yang berasal dari berbagai belahan dunia. Oleh sebab itu pemain menjadi sulit lepas dari internet demi terus bertahan dan selalu menang (Elia, 2009).

Kecanduan **game online** merupakan salah satu masalah kesehatan mental yang belakangan banyak terjadi baik pada anak-anak maupun orang dewasa. kecanduan game online dapat menyebabkan beberapa dampak negatif pada kehidupan seseorang termasuk perawatan diri, hubungan keluarga, sekolah, dan pekerjaan.

Morrison, C. M., & Gore, H (2010) menemukan bahwa terlalu banyak menggunakan internet menambah resiko depresi. Para pecandu internet memiliki kemungkinan besar untuk terkena penyakit jiwa. Mereka menggunakan game online sebagai bentuk koping terhadap permasalahan di dunia nyata. Buruknya hubungan sosial dengan keluarga dan teman menyebabkan pecandu game online sering terisolasi dari masyarakat dan rentan mengalami gangguan psikiatri, salah satunya adalah depresi.

Game online adalah permainan yang dimainkan melalui internet dengan melibatkan interaksi antara pemain dari lokasi yang berbeda. Mereka dapat beragam dari permainan sederhana hingga permainan kompleks dengan grafis yang menakjubkan dan dunia virtual yang luas. Game online dapat dimainkan melalui berbagai platform, termasuk komputer, Handphone, konsol game, dan perangkat mobile.

Keunikan game online adalah kemampuannya untuk menghubungkan pemain dari seluruh dunia dalam satu lingkungan permainan. Ini memungkinkan interaksi sosial yang luas, baik dalam bentuk kolaborasi maupun persaingan. Beberapa game online memungkinkan pemain untuk berkomunikasi langsung melalui obrolan suara atau teks, sementara yang lain

memungkinkan mereka untuk bermain bersama dalam tim atau melawan satu sama lain dalam lingkungan online.

Kecanduan game online adalah kondisi di mana seseorang kehilangan kendali atas kegiatan bermain game secara online sehingga hal itu mengganggu kehidupan sehari-hari, kesehatan fisik, emosional, dan hubungan sosialnya. Penting untuk mengenali tanda-tanda kecanduan game dan mencari bantuan jika dibutuhkan untuk mengatasi masalah tersebut. Kecanduan game online merupakan masalah serius yang dapat mempengaruhi berbagai aspek kehidupan seseorang, ketika seseorang mengalami kecanduan game online, mereka cenderung kehilangan kendali atas waktu dan energi yang dihabiskan hanya untuk bermain game yang dapat mengganggu keseimbangan kehidupan mereka

Selain itu, game online seringkali memiliki elemen sosial dan ekonomi yang kompleks, termasuk pembentukan komunitas, perdagangan barang virtual, dan bahkan ekonomi virtual yang berkembang. Mereka juga dapat menyediakan pengalaman bermain yang terus berkembang melalui pembaruan reguler, konten tambahan, dan peristiwa dalam permainan. Dengan popularitas yang terus meningkat, game online telah menjadi bagian integral dari budaya gaming modern, menyediakan hiburan, tantangan yang membuat seseorang ingin terus bermain

Dampak kecanduan game online tidak hanya dirasakan oleh individu yang terlibat, tetapi juga oleh hubungan sosial dan keluarganya. Kecanduan game dapat memisahkan seseorang dari keluarga, teman-teman, dan tanggung jawabnya, serta menyebabkan konflik dan ketegangan dalam hubungan interpersonal. Penting untuk mengambil langkah-langkah untuk mengatasi kecanduan game online, termasuk mencari bantuan profesional seperti konselor atau terapis, mencari dukungan dari keluarga dan teman-teman, serta mengambil langkah-langkah praktis untuk mengurangi waktu yang dihabiskan untuk bermain game. Kesadaran akan kecanduan game online dan komitmen untuk mengatasinya merupakan langkah pertama yang penting menuju pemulihan dan keseimbangan hidup yang lebih baik.

UPTD SMP Negeri 4 Gunungsitoli, yang berlokasi Jl. Maena No. 10 Gunungsitoli, ILIR, Kec. Gunungsitoli, Kota Gunungsitoli, Sumatera Utara. Berdasarkan hasil observasi ditemukan ada beberapa siswa yang mengalami kecanduan bermain game online kondisi ini menyebabkan beberapa fenomena yang berpotensi merugikan, antara lain: Dimana siswa merasa sulit untuk melepaskan diri dari permainan dan merasa gelisah atau stres jika mereka tidak dapat bermain, Selain itu siswa sering mengantuk di dalam kelas disebabkan karena begadang untuk bermain game online dan juga Lebih banyak menghabiskan waktu untuk bermain game online Sehingga mempengaruhi prestasi belajarnya

Ciri-ciri kecanduan game online yang dialami oleh siswa UPTD SMPN 4 Gunungsitoli yaitu: menghabiskan waktu berjam-jam hanya untuk bermain game online dan ingin terus bermain game, merasakan perasaan tidak senang-senang atau gelisah jika tidak bermain game online, lebih mementikan bermain game online dari pada melakukan pekerjaan rumah dan tugas disekolah dan juga cepat marah atau kesal apabila disuruh berhenti bermain game padaa saat lagi asyik bermain

Selain itu, tanpa penanganan yang tepat, siswa mungkin tidak mendapatkan bantuan yang mereka perlukan untuk mengatasi masalah depresi dan kecanduan mereka. Oleh karena itu, penting untuk melakukan penelitian yang cermat untuk memahami hubungan antara kecanduan bermain game online dan depresi pada siswa serta mengembangkan strategi pencegahan dan intervensi yang efektif untuk membantu siswa yang berisiko atau yang telah terpengaruh.

Gejala yang mungkin dialami oleh seseorang yang mengalami kecanduan game online: memiliki keinginan bermain game setiap waktu, mengalami gangguan tidur, merasa lelah (fatigue syndrome), kaku leher dan otot, hingga karpal Turner Syndrome dan mengalami dehidrasi, kurus, atau bahkan obesitas. oleh karena itu, penting untuk memantau dan mengelola pola bermain game online siswa untuk mencegah dampak negatifnya terhadap kesehatan mental. Buruknya hubungan sosial dengan keluarga dan teman

menyebabkan pecandu game online sering terisolasi dari masyarakat dan rentan mengalami gangguan psikiatri, salah satunya adalah depresi.

Prestasi belajar yang baik mendorong siswa untuk mengembangkan keterampilan belajar yang lebih efektif. Mereka akan belajar bagaimana mengatur waktu, membuat catatan, dan belajar dengan cara yang lebih terstruktur. Keberhasilan dalam belajar meningkatkan motivasi siswa untuk terus belajar dan mengeksplorasi pengetahuan. Mereka akan lebih tertarik untuk mempelajari hal-hal baru dan memperluas wawasan mereka. Tapi faktanya siswa lebih mengutamakan dan menghabiskan waktunya hanya untuk bermain game online dibandingkan belajar

Pentingnya untuk diteliti hubungan antara kecanduan bermain game online dan depresi pada siswa dapat memiliki dampak yang serius. Beberapa potensi dampaknya termasuk:

- a) penting untuk memantau dan mengelola pola bermain game online siswa untuk mencegah dampak negatifnya terhadap kesehatan mental. penting untuk memahami bahwa kecanduan game online dapat menjadi faktor risiko depresi pada siswa.
- b) Peningkatan Risiko Depresi: Kecanduan bermain game online dapat menjadi faktor risiko untuk perkembangan depresi pada siswa. Keterlibatan yang berlebihan dalam permainan dapat mengarah pada isolasi sosial, ketidakmampuan untuk menangani stres, dan perasaan rendah diri, yang semuanya merupakan karakteristik depresi.
- c) Penurunan Kesejahteraan Mental: Kecanduan game online dapat mengganggu pola tidur, keseimbangan emosi, dan kegiatan sosial yang sehat, yang semuanya merupakan faktor penting dalam menjaga kesejahteraan mental. Hal ini dapat memperburuk gejala depresi atau memicu kondisi depresi yang lebih parah.
- d) Pengaruh Akademis: Keterlibatan yang berlebihan dalam bermain game online dapat mengganggu konsentrasi, motivasi belajar, dan kinerja akademis siswa. Ini dapat menyebabkan penurunan prestasi akademis yang dapat memperburuk perasaan depresi dan menciptakan lingkaran setan.

- e) Gangguan Hubungan Sosial: Kecanduan game online dapat merusak hubungan interpersonal siswa dengan keluarga, teman sebaya, dan guru. Kurangnya interaksi sosial yang sehat dapat meningkatkan risiko isolasi dan perasaan kesepian, yang merupakan faktor risiko untuk depresi.

Berdasarkan hal tersebut di atas terlihat jelas bahwa kecanduan game online salah satu faktor yang menyebabkan risiko depresi pada siswa, berdasarkan hal tersebut maka penulis tertarik melakukan penelitian dengan judul: **"Hubungan Kecanduan Bermain Game Online Dengan Depresi Pada Siswa Kelas VIII UPTD SMPN 4 Gunungsitoli.**

1.2 Identifikasi Masalah

1. Siswa lebih memilih bermain game online dibandingkan belajar
2. Kurangnya pemahaman siswa memahami bahwa kecanduan game online dapat menjadi faktor risiko depresi
3. Prestasi belajar menurun disebabkan lebih mengutamakan bermain game online

1.3 Batasan Masalah

Agar penelitian ini dapat dilakukan lebih fokus maka penulis memandang penelitian yang diangkat perlu dibatasi tidak meneliti pengaruh faktor lain seperti faktor keluarga atau sosial terhadap depresi. Adapun batasan masalah antara lain :

- a. siswa masih di dapati memilih game online dibandingkan belajar
- b. diduga siswa tidak akan mengalami depresi jika tidak menggunakan game online

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas maka dirumuskan masalah sebagai berikut : Adakah hubungan kecanduan bermain game online dengan depresi siswa?

1.5 Tujuan Penelitian

Setiap penelitian yang dilakukan tentunya mempunyai tujuan tertentu, maka secara umum tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui antara kecanduan bermain game online dengan depresi pada siswa

1.6 Manfaat penelitian

a) Manfaat teoritis

1. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tentang adanya hubungan kecanduan game online dengan depresi siswa serta dapat mengurangi kecanduan bermain game online
2. Hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai bahan rujukan pada penelitian yang relevan.

b) Manfaat Praktis

1. Bagi siswa, dapat menyadarkan siswa adanya bahaya kecanduan game online dengan kesehatan mentalnya sehingga mengurangi siswa dalam bermain game online yang berlebihan
2. Bagi orangtua, dengan penelitian ini diharapkan orangtua dapat mengontrol anaknya agar terhindar dari kecanduan game online
3. Bagi kepala sekolah, penelitian ini dapat memberikan dasar bukti yang kuat dalam mengambil keputusan terkait strategi bimbingan yang diterapkan di sekolah, memberikan pijakan lebih kokoh untuk pengambilan keputusan.
4. Bagi Penulis lain dapat dijadikan bahan untuk membuat karya tulis dengan masalah yang sama

1.7 Defenisi Operasional :

- a) Kecanduan bermain game online yang dimaksud dalam penelitian ini adalah kecanduan game online sebagai sebuah keadaan dimana seseorang tidak lagi mampu mengendalikan keinginannya untuk bermain game online, hal ini mengakibatkan mereka terus bermain meskipun telah menyadari adanya dampak negatif yang timbul dalam kehidupan mereka
- b) Depresi yang dimaksud dalam penelitian ini adalah gangguan kesehatan mental atau perubahan suasana hati yang umum dan serius yang dapat memengaruhi cara anda berpikir, merasa, dan bertindak

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Game Online

2.1.1 Pengertian game online

Game berasal dari bahasa Inggris yang berarti permainan. Dalam setiap game terdapat peraturan yang berbeda-beda untuk memulai permainannya sehingga membuat jenis game semakin bervariasi.

Dalam kamus Bahasa Indonesia "Game" adalah permainan. Permainan merupakan aktivitas yang bersifat rekreasi yang mengikutsertakan satu atau lebih pemainnya. Game melibatkan kompetisi di antara dua atau lebih pemain, Game bisa dijelaskan sebagai: sebuah tujuan yang harus dicapai oleh pemain dan beberapa perangkat peraturan yang menentukan apa yang harus dilakukan oleh pemain.

Akbar (2013) menyatakan bahwa game online adalah jenis permainan komputer yang memanfaatkan jaringan komputer (LAN atau internet), sebagai medianya. Biasanya permainan game online disediakan sebagai tambahan layanan perusahaan penyedia jasa online, atau dapat diakses langsung melalui sistem yang disediakan dari perusahaan yang menyediakan permainan tersebut.

Game online menurut Kim dkk (dalam Azis, 2011:13) adalah game atau permainan. Dimana banyak orang yang dapat bermain pada waktu yang sama dengan melalui jaringan komunikasi online.

Game online akan berdampak positif apabila dimanfaatkan untuk hiburan (Adams, 2013), dimana segala rasa penat dan stres dapat dikurangi dengan bermain game (Russoniello, O'Brien dan Parks, 2009). Namun yang terjadi saat ini, game online banyak dimainkan secara berlebihan dan digunakan secara berlebihan dan digunakan sebagai tempat untuk melarikan diri dari realitas kehidupan sehingga yang terjadi adalah kecanduan game online (Hussain & Griffiths, 2009)

¹ Remaja yang bermain game kebanyakan adalah berjenis kelamin laki-laki, hal ini sejalan dalam penelitian dari Piyeke, P. J., Bidjuni, H., & Wowling, F. (2014). Laki-laki cenderung lebih menyukai bermain game online dibanding perempuan karena game akan mengaktifkan bagian otak bagian laki-laki yang berkaitan dengan rasa dihargai dan kecanduan (Antara, 2008)

Gamers bisa menghabiskan waktu lama dan menghabiskan banyak uang untuk bermain game online. Momson, C. M., & Gore, H (2010) menemukan bahwa terlalu banyak menggunakan internet menambah resiko depresi.

Para pecandu internet memiliki kemungkinan besar untuk terkena penyakit jiwa. Mereka menggunakan game online sebagai bentuk koping terhadap permasalahan di dunia nyata (Hussain, Z., & Griffiths, M. D. 2008).

² Menurut Rini (2011:28) terdapat dua macam gejala adiksi game online yaitu fisik dan psikologis:

- a) Gejala fisik ialah sindrom carpal tunnel mata menjadi kering, mengalami sakit kepala dan punggung, makan menjadi tidak teratur, tidak peduli dengan kebersihan diri, dan gangguan tidur.
- b) Gejala psikologis adalah mengalami kesulitan berhenti bermain, merasa tertekan ketika tidak berhadapan dengan komputer, berbohong kepada orang tua dan guru di sekolah mengenai aktivitasnya dan tanpa adanya interaksi dengan teman sebaya (kelompok).

Menurut Mark Griffiths pakar adiksi video game di Amerika dari Nottingham Trent University mengungkapkan penelitian yang dilakukannya pada tahun 2008, pada anak usia awal belasan tahun menemukan hampir sepertiganya bermain game online setiap hari, "yang lebih mengkhawatirkan sekitar 7%-nya bermain paling sedikit selama 30 jam per minggu". Betapa besar dampak jangka panjang dari kegiatan yang menghabiskan waktu luang lebih dari 30 jam per minggu,

yaitu pada perkembangan aspek pendidikan, kesehatan dan sosial remaja (Rini, 2011:28).

16 Kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi saat ini sangat merajalela di kalangan masyarakat terutama di kalangan remaja. Teknologi informasi yang sering digunakan oleh remaja seperti telepon seluler, video call, media sosial dan berbagai situs penghubung seperti facebook yang sangat membantu sebagai alat multifungsi, karena multifungsi tersebut remaja banyak menggunakan teknologi secara positif maupun negatif (Ma'rifatul Laili & Nuryono, 2015).

20 Dalam uraian pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa pengertian game online permainan yang dimainkan secara online serta dapat bermain bersama teman atau bisa bermain bersama orang yang tidak dikenal, itu salah satu yang membuat game online ini banyak disukai oleh kebanyakan remaja selain permainannya yang seru-seru ada juga event-event hadiah dengan menyelesaikan misi-misi yang diberikan dalam game tersebut, sebenarnya juga game dapat berdampak positif apabila dimainkan hanya sekedar untuk hiburan atau refreking tetapi jika dimainkan secara berlebihan akan membuat pemain tersebut akan kecanduan dalam game.

2.1.2 Pengertian kecanduan game online

Kecanduan, atau dalam bahasa Inggris disebut "addiction", adalah kondisi di mana seseorang tidak dapat mengendalikan keinginannya terhadap suatu zat, aktivitas, atau perilaku tertentu. Hal ini menyebabkan ketergantungan yang berlebihan dan berdampak negatif pada kehidupan individu tersebut.

11 Kecanduan adalah konstruksi sosial yang berhubungan dengan 'motivational system' yang kemudian mengakibatkan perilaku atau kebiasaan menjadi tak terkendali (West, 2006).

12 Kardefelt-Winther (2017) menjelaskan. bahwa pada awalnya kecanduan hanya berkaitan dengan zat adiktif (contohnya alkohol, tembakau, dan obat-obatan terlarang) yang masuk melewati darah. dan

menuju ke otak dan dapat merubah komposisi kimia otak. Namun, saat ini konsep kecanduan telah berkembang (Alexander, 2010; Peele, 2004) Istilah kecanduan berkembang seiring dengan perkembangan kehidupan masyarakat, sehingga istilah kecanduan tidak hanya melekat pada obat-obatan tetapi dapat juga melekat pada kegiatan atau suatu hal tertentu yang dapat membuat seseorang ketergantungan, baik secara fisik atau psikologis.

Dari uraian pendapat diatas disimpulkan bahwa kecanduan merupakan kondisi perilaku individu yang memiliki kebiasaan ketergantungan dan sulit untuk melepaskan kebiasaan tersebut dan juga kecanduan bukan hanya kecanduan obat-obatan tetapi kecanduan juga bisa meliputi kecanduan dalam bermain game

2.1.3 Jenis-jenis kecanduan:

a) Kecanduan zat:

1. Kecanduan alkohol adalah salah satu jenis kecanduan yang paling umum di dunia. Hal ini dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan, termasuk kerusakan hati, kanker, dan penyakit jantung.
2. Kecanduan nikotin: Nikotin adalah zat adiktif yang ditemukan dalam tembakau. Ini dapat menyebabkan kanker paru- paru, penyakit jantung, dan stroke.
3. Kecanduan narkoba: Narkoba adalah zat yang dapat mengubah cara kerja pikiran dan tubuh Anda. Mereka dapat sangat adiktif dan dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan, termasuk overdosis dan kematian
4. Kecanduan obat-obatan terlarang: Obat-obatan terlarang adalah obat- obatan yang tidak disetujui untuk penggunaan medis. Mereka dapat sangat adiktif dan dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan, termasuk overdosis dan kematian

b) Kecanduan Perilaku:

1. Kecanduan judi: Ini adalah kondisi di mana seseorang tidak dapat mengendalikan keinginannya untuk berjudi. Ini dapat menyebabkan masalah keuangan, masalah hubungan, dan bahkan bunuh diri
2. Kecanduan internet: Ini adalah kondisi di mana seseorang menghabiskan terlalu banyak waktu di internet. Hal ini dapat menyebabkan masalah hubungan, masalah pekerjaan, dan masalah kesehatan.
3. Kecanduan pornografi: Ini adalah kondisi di mana seseorang tidak dapat mengendalikan keinginannya untuk menonton pornografi. Hal ini dapat menyebabkan masalah hubungan, masalah pekerjaan, dan bahkan kecanduan seks
4. Kecanduan belanja: Ini adalah kondisi di mana seseorang menghabiskan terlalu banyak uang untuk berbelanja. Hal ini dapat menyebabkan masalah keuangan, masalah hubungan, dan bahkan pencurian.
5. Kecanduan game: Ini adalah kondisi di mana seseorang menghabiskan terlalu banyak waktu untuk bermain game. Hal ini dapat menyebabkan masalah hubungan, masalah pekerjaan, dan masalah kesehatan

Kecanduan game online, atau yang disebut juga kecanduan game, adalah kondisi di mana seseorang bermain game secara berlebihan dan tidak terkontrol hingga mengganggu kehidupan sehari-harinya.

Kecanduan game online dapat menyebabkan perilaku agresif, perubahan emosional, dan kurangnya perhatian penuh terhadap hal-hal lain (Saputra, 2020)

⁸ Menurut Lemmens, Valkenburg, dan Peter (2009) mendefinisikan kecanduan game online sebagai penggunaan komputer atau smartphone secara berlebihan dan terus menerus yang menimbulkan permasalahan pada aspek sosial, emosional, dan pemain tidak bisa mengendalikan permainan game secara berlebihan

⁸ World Health Organization (2018) mendefinisikan kecanduan game online sebagai gangguan mental yang dimasukkan ke dalam International Classification of Diseases (ICD-11). Hal ini ditandai dengan gangguan kontrol atas game dengan meningkatnya prioritas yang diberikan pada game lebih dari kegiatan lain. Perilaku tersebut terus dilanjutkan walaupun memberikan konsekuensi negatif pada dirinya. Sebuah studi menunjukkan bahwa kecanduan game online lebih sering terjadi pada remaja (Brand, Todhunter, & Jervis, 2017).

² Banyak anak yang menghabiskan waktu dan uangnya untuk bermain internet game online. Tidak jarang waktu belajar dan bersosialisasi dengan teman sebaya menjadi berkurang atau bahkan siswa sama sekali tidak mempunyai waktu untuk belajar dan. Game online sebenarnya tidak akan berdampak negatif jika anak tidak sampai pada kecanduan, akan tetapi jika sudah kecanduan akan berakibat fatal dan menimbulkan dampak negatif. Maka dari itu dapat disimpulkan seseorang kecanduan game online karena adanya kesenangan saat bermain game yang memberikan rasa kepuasan tersendiri sehingga ada perasaan untuk mengulang lagi kegiatan menyenangkan yang ditawarkan ketika bermain game online.

Dari uraian pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa kecanduan bermain game online merupakan kondisi dimana seseorang terus menerus menghabiskan waktunya hanya untuk bermain game online serta sulit untuk membagi waktu bermain dan kegiatan sehari-harinya, terlalu berlebihan bermain akan berdampak bagi seseorang tersebut salah satunya kecenderuaan seseorang mengabaikan lingkungan sosialnya, menurunnya prestasi belajar dan hubungan keluarganya kurang dekat

2.1.4 Kriteria Tingkah Laku Kecanduan bermain game online

Menurut (Detria, 2013:16). Kriteria tingkah laku kecanduan sebagai berikut:

1. Salience: menunjukkan dominasi aktivitas bermain game dalam pikiran dan tingkah laku:
2. Euphoria: mendapatkan kesenangan dalam aktivitas bermain game.
3. Conflict pertentangan yang muncul antara orang yang kecanduan dengan orang-orang yang ada di sekitarnya (external conflict) dan juga dengan dirinya sendiri (internal conflict) tentang tingkat dari tingkah laku yang berlebihan.
4. Tolerance: aktivitas bermain game online mengalami peningkatan secara progresif selama rentang periode untuk mendapatkan efek kepuasan.
5. Withdrawl: perasaan tidak menyenangkan pada saat tidak melakukan aktivitas bermain game.
6. Relapse and Reinstatement: kecenderungan untuk melakukan pengulangan terhadap pola-pola awal tingkah laku kecanduan

Menurut Griffiths (2000) kriteria tingkah laku kecanduan sebagai berikut :

1. Salience: Game menjadi hal yang paling penting dalam hidup seseorang.
2. Mood Modification: Bermain game untuk mengubah suasana hati, seperti untuk menghilangkan stres atau kebosanan.
3. Tolerance: Membutuhkan waktu bermain yang semakin lama untuk mencapai tingkat kepuasan yang sama.
4. Withdrawal: Mengalami gejala penarikan seperti kecemasan, mudah marah, dan depresi saat berhenti bermain.
5. Conflict: Mengalami konflik dengan keluarga, teman, atau orang lain akibat bermain game.
6. Relapse: Kembali bermain game setelah sebelumnya mencoba untuk berhenti.

2.1.5 Faktor-Faktor Penyebab Kecanduan Game Online

Menurut Detria (2013:22) terdapat faktor internal dan faktor eksternal yang menyebabkan terjadinya kecanduan game online pada anak sbb

a) Faktor internal :

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

b) Faktor eksternal:.

1. Lingkungan yang kurang terkontrol, karena melihat teman-temannya yang lain banyak yang bermain game online.
2. Kurang memiliki hubungan sosial yang baik, sehingga siswa memilih alternatif bermain game sebagai aktivitas yang menyenangkan.
3. Harapan orang tua yang melambung terhadap anaknya untuk mengikuti berbagai kegiatan seperti kursus atau les, sehingga kebutuhan primer anak, seperti kebersamaan, bermain dengan keluarga menjadi terlupakan.

Dalam uraian ini dapat disimpulkan jika anak-anak menjadi kecanduan game online sudah dapat dipastikan waktu. mereka akan banyak dihabiskan untuk bermain game online sehingga waktu untuk melakukan hal-hal lain tidak ada. Hal ini lama kelamaan dapat mempengaruhi kepribadian anak.

2.1.6 Jenis-jenis game online

a) Mobile Legends

Mobile Legends Merupakan game MOBA yang sangat populer di Indonesia dan Asia Tenggara. Permainannya mudah dipelajari namun tetap memiliki mekanisme permainan yang kompleks dan dalam.

b) PUBG Mobile

PUBG mobile merupakan game battle royale yang terkenal akan realistismenya. Pemain harus mencari senjata, perlengkapan, dan bertahan hidup di dalam area permainan yang semakin mengecil

c) Free Fire

Free Fire merupakan game battle royale yang memiliki gameplay yang cepat dan dinamis. Menawarkan berbagai mode permainan yang seru dan menegangkan.

d) Fortnite

Fortnite merupakan game battle royale yang terkenal dengan dunianya yang penuh warna dan penuh kejutan. Selain mode battle royale, Fortnite juga menawarkan mode permainan kreatif dimana pemain dapat membangun struktur dan memainkan mini-game.

e) Genshin Impact

Genshin Impact merupakan game MMORPG open world dengan grafis anime yang memukau. Pemain dapat menjelajahi dunia Tempat yang luas, mengumpulkan karakter, dan bertarung melawan monster.

2.2 Depresi

14

2.2.1 Pengertian depresi

Istilah depresi sudah begitu populer dalam masyarakat dan semua orang mengetahuinya, termasuk orang yang awam dalam bidang kedokteran dan psikologi. Depresi adalah gangguan suasana hati yang umum dan serius yang dapat secara negatif mempengaruhi cara Anda

berpikir, merasa, dan bertindak. Ini dapat menyebabkan berbagai masalah emosional dan fisik dan dapat menurunkan kemampuan Anda untuk berfungsi di tempat kerja dan di rumah.

¹⁴ Depresi merupakan gangguan mental yang sering terjadi di tengah masyarakat, berawal dari stres yang tidak diatasi, maka seseorang bisa jatuh ke fase depresi. Penyakit ini kerap diabaikan karena dianggap bisa hilang sendiri tanpa pengobatan. ¹⁸ Gejala-gejala yang umumnya dikaitkan dengan depresi psikologis termasuk: perasaan-perasaan putus asa, kurang percaya diri dan layak diri, pemikiran negatif, distorsi-distorsi kognitif, memandang dan memusatkan perhatian pada hal-hal yang negatif, kebimbangan dan pikiran-pikiran bunuh diri.

Depresi yang terjadi pada seseorang yang kecanduan bermain game online adalah kondisi depresi yang dipicu atau diperparah oleh perilaku kecanduan tersebut. Depresi adalah gangguan suasana hati yang serius yang ditandai oleh perasaan sedih yang berkepanjangan, ¹⁸ kehilangan minat atau kesenangan dalam aktivitas sehari-hari. Ketika seseorang kecanduan bermain game online, perilaku ini dapat memperburuk gejala depresi yang sudah ada atau memicu timbulnya depresi baru. Beberapa faktor yang dapat menyebabkan depresi yang terkait dengan kecanduan game online termasuk isolasi sosial, kegagalan dalam kehidupan nyata

Menurut Atkinson (1991) depresi sebagai suatu gangguan mood yang dicirikan tak ada harapan dan patah hati, ketidakberdayaan yang berlebihan, tak mampu mengambil keputusan memulai suatu kegiatan, tak mampu konsentrasi, tak punya semangat hidup, selalu tegang, dan mencoba bunuh diri.

¹³ Depresi adalah gangguan yang akan menjadikan distress sehingga mempengaruhi perasaan, cara berfikir, dan mengganggu aktivitas sehari-hari seperti tidur, makan serta pekerjaan (National Institute of Mental Health, 2015).

Menurut WHO pada tahun 2015, depresi adalah salah satu penyebab utama disabilitas fungsional di dunia. Secara global terdapat sekitar 322

juta jiwa yang mengalami depresi, dengan 9 juta jiwa diantaranya merupakan penduduk Indonesia. Menurut data Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) di Indonesia tahun 2018, terdapat sekitar 6% dari kelompok usia 15 tahun keatas yang mengalami gangguan mental emosional seperti depresi.

⁶ Berdasarkan Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder, Fifth Edition (DSM-V), seseorang dikatakan depresi jika setidaknya selama dua minggu mengalami minimal lima dari masa-masa yang mengalami kekacauan emosi (Hall, dalam Santrock, 2003) Mereka memiliki sensitivitas yang tinggi sehingga mudah menjadi stres dan cenderung memiliki toleransi stres yang rendah. Oleh karena itulah masa remaja juga disebut masa Storm and Stress karena kondisi emosi mereka yang naik dan turun secara drastis, mudah bergolak dan sangat rentan terhadap konflik.

Depresi disebabkan oleh beberapa faktor baik faktor genetik, biologi, lingkungan, dan faktor psikologis. Para peneliti terdahulu menemukan bahwa depresi melankolis, gangguan bipolar, dan depresi postpartum, berkaitan dengan peningkatan kadar sitokin yang berkombinasi dengan penurunan sensitivitas kortisol (Brogan, 2014). Sedangkan penelitian lainnya menemukan bahwa depresi tidak hanya dikarenakan oleh terlalu sedikit atau banyaknya bahan kimia tertentu di otak. Banyak kemungkinan penyebab dari depresi termasuk terganggunya fungsi otak terkait dengan regulasi suasana hati, kerentanan genetik, peristiwa kehidupan yang penuh stres, obat-obatan, dan adanya indikasi medis. Diyakini bahwa interaksi faktor- faktor inilah yang menyebabkan terjadinya depresi (Harvard Health Publication, 2009).

¹¹ Maramis (2005) menggolongkan depresi sebagai gangguan afek dan emosi. Afek ialah suasana perasaan emosional yang terkait pada objek, gagasan, atau pikiran, termasuk yang dirasakan dalam hati dan dimanifestasikan keluar (diekspresikan), sedangkan emosi merupakan keadaan sadar yang ditentukan oleh perasaan-perasaan subjektif yang

sering disertai perasaan fisiologis yang mendorong untuk bertindak (Nuhriawangsa, 2009).

Rathus (1991) menyatakan orang yang mengalami depresi umumnya mengalami gangguan yang meliputi keadaan emosi, motivasi, fungsional, dan gerakan tingkah laku serta kognisi. Depresi mempunyai sejumlah gejala yang berdampak pada tindakan-tindakan, perasaan-perasaan, pikiran-pikiran, dan proses tubuh.

Dalam uraian pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa depresi merupakan seseorang yang mengalami contohnya perasaan sedih yang berlebihan dan terus memikirkannya yang dapat mempengaruhi mental anak tersebut dan juga depresi juga bisa disebabkan karena kecanduan game online yang dimana seseorang yang mengalami kecanduan game online akan menghabiskan terus menerus waktunya bermain game online sehingga anak tersebut terisolasi dilingkungan sosialnya yang menyebabkan si anak nantinya akan merasakan kesepiaan.

2.2.2 jenis-jenis Depresi

- a) Depresi mayor adalah jenis depresi yang paling umum. Ini ditandai dengan episode parah dari kesedihan, putus asa, dan kehilangan minat atau kesenangan dalam aktivitas yang dulunya disukai.
- b) Dysthymia adalah jenis depresi kronis yang berlangsung selama dua tahun atau lebih. Gejala dysthymia tidak separah depresi mayor, tetapi dapat berlangsung lebih lama dan dapat menyebabkan penurunan kualitas hidup yang signifikan.
- c) Depresi atipikal adalah jenis depresi yang ditandai dengan gejala yang tidak biasa, seperti peningkatan nafsu makan, tidur berlebihan, dan sensitivitas terhadap penolakan interpersonal.
- d) Depresi psikotik adalah jenis depresi mayor yang disertai dengan gejala psikotik, seperti delusi atau halusinasi.
- e) Depresi postpartum adalah jenis depresi yang dapat terjadi pada wanita setelah melahirkan. Gejala depresi postpartum dapat berkisar dari ringan hingga berat dan dapat mengganggu

kemampuan seorang wanita untuk merawat dirinya sendiri dan bayinya.

- f) Depresi musiman, juga dikenal sebagai gangguan afektif musiman (SAD), adalah jenis depresi yang terjadi pada waktu tertentu dalam setahun, biasanya selama musim dingin.
- g) Depresi bipolar adalah gangguan suasana hati yang menyebabkan perubahan ekstrem dalam suasana hati, dari mania (perasaan tinggi dan energik) hingga depresi (perasaan sedih dan putus asa).

2.3 Penelitian Relevan

- a) Zaelani, A. F., Setiawati, O. R., & Lestari, S. M. P. (2019). ¹ Hubungan Kecanduan bermain game online dengan depresi pada siswa smp. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dan metode penelitian analitik dengan pendekatan cross sectional (Notoadmodjo, S., 2010). Metode pengambilan sampel yang dipakai dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan Cluster Sampling yaitu dengan jumlah sampel adalah 546 responden dari 19 sekolah SMP di setiap kecamatan yang ada di Kota bandar Lampung dengan responden laki-laki (Piyeki, P. J., Bidjuni, H., & Wowiling, F. 2014). Penelitian ini dilakukan pada bulan Desember 2018 Februari 2019. Berdasarkan hasil penelitian ¹ hubungan Kecanduan Bermain Game Online dengan Depresi Pada Siswa SMP di Kota Bandar Lampung Tahun 2019. Dalam hasil penelitian ini dari 546 responden. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara kecanduan bermain game online dengan depresi pada siswa SMP. Korelasi positif tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi kecanduan bermain game online maka semakin tinggi tingkat depresi pada
- b) Welly, W. (2018). Hubungan antara kecanduan game online dengan tingkat depresi pada remaja di SMP Adabiah Padang Tahun 2017. ²⁴ ^{juan} penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara kecanduan game online dengan tingkat depresi pada remaja di SMP Adabiah Padang Tahun 2017. Jenis penelitian yang digunakan adalah studi analitik dengan metode

pendekatan cross sectional. Waktu penelitian dilaksanakan pada tanggal 17 sampai 20 Mei 2017. Jumlah sampel dari penelitian ini adalah 59 remaja. Teknik pengambilan sampel secara Random Sampling. Berdasarkan hasil penelitian ini, 56,5% remaja memiliki kecanduan game online ringan, 47,8% remaja mengalami tingkat depresi ringan.

- c) Manora, H. ., M. Ramadhani Firmansyah, Helsy Desvitasari, Latifah, Abdul Syafei, & Rahmalia Apriyani. (2023). Hubungan kecanduan game online dengan tingkat depresi pada siswa. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kecanduan game online dengan tingkat depresi pada siswa kelas X dan XI di SMK Arinda Palembang tahun 2022. Metode penelitian menggunakan metode deskriptif analitik dengan pendekatan cross sectional. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X dan XI SMK Arinda Palembang tahun ajaran 2021-2022 berjumlah 80 orang. Pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan total sampling dengan jumlah sampel sebanyak 80 responden. Analisa data menggunakan analisa univariat dan bivariat dengan menggunakan uji chi square. Hasil penelitian didapatkan distribusi frekuensi responden yang mengalami depresi minimal sebanyak 64 responden (80%), responden yang tidak mengalami kecanduan game online sebanyak 51 responden (63,8%). Hasil uji statistik diketahui diperoleh nilai p value sebesar $0,001 < \alpha 0,05$. Kesimpulan menunjukkan ada hubungan kecanduan game online dengan tingkat depresi pada siswa kelas X dan XI di SMK Arinda Palembang tahun 2022.

2.4 Kerangka berpikir



2.5 Hipotesis

1. Ho: Tidak ada hubungan Kecanduan bermain game online dengan depresi pada siswa
2. Ha: Ada hubungan Kecanduan bermain game online dengan depresi pada siswa

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian Kuantitatif. Metode penelitian kuantitatif didasarkan pada filsafat positivisme. Digunakan untuk meneliti populasi atau sampel tertentu dengan instrumen penelitian. Analisis datanya bersifat kuantitatif/statistik untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono 2020).

Penelitian ini menggunakan pendekatan korelasional. Pendekatan korelasional adalah metode penelitian yang bertujuan untuk mengidentifikasi dan mengukur hubungan antara dua variabel atau lebih. Menurut sukardi (2009), penelitian ini melibatkan pengumpulan data untuk menentukan ada atau tidaknya hubungan serta tingkat hubungan antar variabel. Jonathan sarwono (2011) menambahkan bahwa ini merupakan teknik analisis yang mengukur asosiasi antara variabel dalam konteks statistik bivariat.

3.2 Variabel Penelitian

Setiap penelitian tentu memiliki variabel. Jika tanpa variabel maka tidak ada penelitian. Jabaran variabel menurut peneliti ialah :

- a) Variabel bebas (X) adalah variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel terikat. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah Kecanduan bermain game online
- b) Variabel terikat (Y) adalah variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah Depresi.

Penjabaran sub-bab variabel:

- a) Kecanduan bermain game online : aktivitas bermain game dalam pikiran dan tingkah laku, kesenangan, perasaan tidak menyenangkan jika tidak bermain dan game menjadi hal penting dalam hidup

- b) Depresi : isolasi diri, perasaan sedih, gangguan suasana hati, kurang fokus dan kurang tidur

3.3 Populasi dan Sampel

a. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah kelas VIII UPTD SMPN 4 GUNUNGSITOLI yang berjumlah 112 siswa yang terdiri dari:

b. Sampel

Penarikan sampel dalam penelitian ini adalah menggunakan probability sampling agar dapat mewakili populasi dalam upaya melakukan generalisasi sebagai ciri khas dari penelitian kuantitatif teknik yang saya gunakan adalah stratified random sampling. Pengertian stratified random sampling adalah teknik pengambilan sampel dimana populasi dibagi menjadi kelompok-kelompok (strata) berdasarkan karakteristik tertentu, dan kemudian sampel acak diambil dari setiap strata. Menurut Sugiyono (2018), metode ini digunakan ketika populasi tidak homogen untuk memastikan representasi yang lebih baik dari seluruh populasi dalam *stratified random sampling*, ukuran sampel di setiap strata dapat proporsional dengan ukuran strata dalam populasi, yang dikenal sebagai *proportionate stratified random sampling*. Diidentifikasi 5 orang yang kecanduan dalam game online berdasarkan penilaian di atas maka peneliti menentukan 5 orang siswa dari setiap strata kelas Di VIII UPTD SMPN 4 GUNUNGSITOLI sehingga ditentukan jumlah sampel 40 orang.

3.4 Instrumen Penelitian

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan instrumen penelitian berupa kuesioner dengan alat angket

- a. Kuesioner Kecanduan Game Online
b. Kuesioner Depresi

3.5 Teknik pengumpulan data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

1. Teknik kuesioner (Angket)

Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk jawabnya. Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang efisien bila peneliti tahu dengan pasti variabel yang akan diukur dan tahu apa yang bisa diharapkan dari responden. Dalam penelitian kuantitatif, penggunaan kuesioner adalah yang paling sering ditemui karena jika dibuat secara intesif dan teliti, kuesioner mempunyai keunggulan jika dibanding dengan alat pengumpul lainnya.

Alasan peneliti menggunakan teknik kuesioner karena efisien dan efektif. Kuesioner ini juga cocok digunakan bila jumlah responden cukup besar dan tersebar di wilayah yang luas. Kuesioner ini juga bisa berupa pertanyaan/pernyataan tertutup atau terbuka, dapat diberikan kepada responden secara langsung atau dikirim melalui pos, atau internet.

2. Wawancara

Wawancara digunakan sebagai teknik pengumpulan data apabila peneliti ingin melakukan studi pendahuluan untuk menemukan permasalahan yang harus diteliti, dan juga apabila peneliti ingin mengetahui respondennya sedikit/kecil.

3. Observasi

Observasi diartikan sebagai pengambilan data yang dilakukan melalui suatu pengamatan, dengan disertai pencatatan-pencatatan terhadap keadaan atau perilaku objek sasaran.

3.6 Teknik Analisis Data

5 Berdasarkan tujuan penelitian tersebut, maka teknik analisis data sebagai berikut:

1. Uji Validitas dan Reabilitas

Uji validitas dan reabilitas dilakukan untuk menguji kuesioner layak untuk digunakan sebagai instrumen penelitian.

a. Uji Validitas

Analisis Validitas yaitu analisis untuk mengukur valid atau tidaknya suatu data. Suatu pengukuran dikatakan valid, jika alat itu mengukur apa yang harus diukur alat itu. Untuk menguji kevalidan suatu data maka dilakukan uji validitas terhadap butir-butir kuesioner dengan kegiatan sebagai berikut:

- Validasi ahli adalah proses penilaian terhadap suatu produk atau hasil penelitian oleh para ahli di bidangnya. Tujuan validasi ahli adalah untuk menentukan apakah produk atau hasil penelitian tersebut sudah memenuhi kriteria yang ditetapkan, baik dari segi isi, konstruksi, maupun bahasa. Proses validasi ahli biasanya dilakukan dengan cara memberikan angket atau kuesioner kepada para ahli. Angket atau kuesioner tersebut berisi pertanyaan-pertanyaan yang berkaitan dengan spek-aspek yang akan dinilai.
- Validasi empiris adalah proses pengujian instrument kepada peserta tes atau hasil penelitian dengan menggunakan data empiris. Data empiris adalah data yang diperoleh dari pengamatan atau eksperimen. Validasi empiris dapat dilakukan dengan berbagai metode, antara lain:
 1. Uji coba produk: produk atau hasil penelitian di uji cobakan kepada pengguna atau responden untuk mengetahui apakah hasil penelitian tersebut dapat memenuhi kebutuhan mereka.
 2. Analisis statistik: data empiris yang diperoleh dianalisis menggunakan metode statistik untuk mengetahui apakah produk atau hasil penelitian tersebut memiliki validitas yang tinggi.

5 Kuesioner dinyatakan valid jika pernyataan atau pertanyaan pada kuesioner mampu mengungkapkan sesuatu yang diukur oleh kuesioner tersebut. Tinggi 5 rendah validitas suatu angket atau kuesioner dihitung dengan menggunakan metode Person's Product Moment Correlation, yaitu dengan menghitung korelasi antara skor item pernyataan dengan skor total. Dalam penelitian ini perhitungan validitas item dianalisis menggunakan komputer program SPSS 21.0 Hasil perhitungan ini akan dibandingkan dengan critical value nilai r dengan taraf signifikan 5% atau (0,05) dan jumlah sampel yang ada. Apabila hasil perhitungan korelasi produk moment lebih besar dari critical value, maka instrumen ini dinyatakan valid. Sebaliknya apabila skor item kurang dari critical value, maka instrumen ini dinyatakan tidak valid.

Rumus Uji Validitas

$$r_{tabel} = \frac{t_{tabel}}{\sqrt{df + t_{tabel}^2}}$$

keterangan :

df = Degree of freedom ($v = n - 2$)

n = Banyaknya sampel

ttabel = Nilai quartile

Dasar pengambilan keputusan dalam uji validitas adalah:

1. Jika nilai r hitung > rtabel, maka item pernyataan di dalam kuesioner dinyatakan valid.

2. Jika nilai r hitung < rtabel, maka item pernyataan di dalam kuesioner dinyatakan tidak valid. Langkah yang dilakukannya adalah:

- 5 - Mengganti pernyataan tersebut dengan pernyataan baru, lalu sebarkan kepada responden kembali, kemudian uji validitas ulang.
- Membuang item pernyataan yang tidak valid.

b. Uji realibilitas

Reabilitas ialah mengukur instrumen terhadap ketepatan (konsisten). Uji realibilitas adalah suatu alat pengukur dalam mengukur suatu gejala pada waktu yang beralainan senantiasa menunjukkan hasil yang sama. Realibilitas instrumen diperlukan untuk mendapatkan data sesuai dengan tujuan pengukuran.

c. Uji koefisien korelasi

Analisis koefisien korelasi digunakan untuk mengetahui arah dan kuatnya hubungan antar dua variabel atau lebih. Arah dinyatakan dalam bentuk hubungan positif dan negatif, sedangkan kuat atau lemahnya hubungan dinyatakan dalam besarnya koefisien korelasi (Sugiyono, 2018:). Koefisien korelasi (r) menunjukkan derajat korelasi antara variabel independen dan variabel dependen. Nilai koefisien korelasi harus terdapat dalam batas-batas -1 hingga $+1$ ($-1 < r \leq +1$) yang menghasilkan beberapa kemungkinan, antara lain sebagai berikut:

- Tanda positif menunjukkan adanya korelasi positif dalam variabel-variabel yang diuji, yang berarti setiap kenaikan dan penurunan nilai-nilai X akan diikuti dengan kenaikan dan penurunan Y . Jika $r = +1$ atau mendekati 1 maka menunjukkan adanya pengaruh positif antara variabel-variabel yang diuji sangat kuat.

- Tanda negatif menunjukkan adanya korelasi negatif antara variabel-variabel yang diuji, berarti setiap kenaikan nilai-nilai X akan diikuti dengan penurunan nilai Y dan sebaliknya. Jika $r = -1$ atau mendekati -1 maka menunjukkan adanya pengaruh negatif dan korelasi variabel-variabel yang diuji lemah.

- Jika $r = 0$ atau mendekati 0 maka menunjukkan korelasi yang lemah atau tidak ada korelasi sama sekali antara variabel-variabel yang diteliti dan diuji.

d. Uji koefisien determinasi

Analisis determinasi (R^2) adalah mengukur seberapa jauh kemampuan model dalam menerangkan variasi variabel dependen. Nilai koefisien determinasi adalah 0 dan 1 . Nilai R^2 yang kecil berarti

kemampuan variabel-variabel dependen sangat terbatas. Nilai yang mendekati 1 berarti variabel-variabel independen memberikan hampir semua informasi yang dibutuhkan untuk memprediksi variasi variabel dependen (Ghozali, 2018:97). Dalam penelitian ini, analisis determinasi digunakan untuk mengetahui seberapa besar kemampuan variabel independen menerangkan variasi variabel dependen. Untuk mengetahui nilai dari koefisien determinasi, maka dalam penelitian ini menggunakan rumus sebagai berikut:

$$KD = r^2 \cdot 100\% \quad (3.3)$$

Keterangan:

KD : Koefisien Derminasi

r 2 : Koefisien korelasi ganda

3.7 Lokasi dan Jadwal penelitian

Penelitian ini dilakukan di UPTD SMP Negeri 4 Gunungsitoli, yang berlokasi Jl. Maena No. 10 Gunungsitoli, ILIR, Kec. Gunungsitoli, Kota Gunungsitoli, Sumatera Utara. Jadwal Penelitian ini di laksanakan pada bulan 6 sampai bulan 7.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Penelitian

Penelitian ini telah dilaksanakan di Kelas VIII di UPTD SMP Negeri 4 Gunungsitoli, yang berlokasi Jl. Maena No. 10 Gunungsitoli, ILIR, Kec. Gunungsitoli, Kota Gunungsitoli, Sumatera Utara. Penelitian ini dilaksanakan dari bulan April sampai Mei sesuai dengan jadwal yang disepakati. Dalam penelitian, data diperoleh melalui pengumpulan data-data menggunakan kuesioner mengenai Hubungan Kecanduan Bermain Game Online Dengan Depresi Pada Siswa kelas VIII UPTD SMPN 4 GUNUNGSITOLI. Hasil penyebaran instrumen akan dijadikan sebagai analisis data untuk mengetahui Hubungan Kecanduan Bermain Game Online Dengan Depresi Pada Siswa kelas VIII UPTD SMPN 4 GUNUNGSITOLI. Adapun sampel dalam penelitian ini sebanyak 40 peserta didik yang diambil dengan cara pengambilan sampel menggunakan teknik *stratified random sampling*.

4.2 Analisis data

4.2.1 Uji Validitas

Uji validitas dilakukan dengan membagi kuesioner kepada 40 orang diluar sampel, untuk kuesioner Kecanduan Bermain Game Online terdapat 21 pernyataan dan kuesioner Depresi terdapat 12 pernyataan. Pengujian validitas dilakukan dengan menghitung korelasi antara skor item instrumen dengan skor total. Nilai koefisien korelasi antara skor setiap item dengan skor total dihitung dengan analisis corrected item total correlation. Suatu instrumen dinyatakan valid apabila koefisien korelasi r hitung lebih besar dibandingkan koefisien korelasi r tabel pada taraf signifikansi 5%. Adapun hasil uji validitas sebagai berikut:

Untuk menentukan valid atau tidaknya masing-masing item berdasarkan nilai R hitung dan R tabel, bila R hitung $>$ R tabel maka item tersebut dinyatakan valid, namun apabila R hitung $<$ R tabel maka item

tersebut dinyatakan tidak valid. Berdasarkan tabel uji validitas terdapat 21 item pernyataan variabel X yang memiliki nilai R hitung $>$ R tabel sehingga item pernyataan tersebut dinyatakan valid untuk digunakan sebagai alat ukur variabel.

Untuk menentukan valid atau tidaknya masing-masing item berdasarkan nilai R hitung dan R tabel, bila R hitung $>$ R tabel maka item tersebut dinyatakan valid, namun apabila R hitung $<$ R tabel maka item tersebut dinyatakan tidak valid. Berdasarkan tabel uji validitas terdapat 12 item pernyataan variabel Y yang memiliki nilai R hitung $>$ R tabel sehingga item pernyataan tersebut dinyatakan valid untuk digunakan sebagai alat ukur variabel.

4.2.2 Uji Reabilitas

Uji reliabilitas digunakan untuk mengukur suatu kuesioner yang merupakan indikator dari variabel. Untuk mengukur reliabilitas dengan menggunakan statistic Cronbach Alpha(α). Suatu variabel dikatakan reliabel jika memiliki Cronbach Alpha $>$ 0,6. Hasil pengujian reliabilitas instrumen menggunakan alat bantu oleh program SPSS v.25. Adapun hasil output dapat dilihat dalam tabel sebagai berikut:

Berdasarkan tabel tersebut terlihat bahwa nilai cronbach's alpha semua variabel lebih dari 0,60 sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel atau kuesioner yang digunakan yaitu variabel kecanduan bermain game online dan depresi dapat dipercaya sebagai alat ukur variabel.

4.3 Kolerasi

Dari analisa diketahui bahwa responden sebanyak 40 dihasilkan nilai kolerasi sebesar 0,891. Serta penentuan nilai signifikan yaitu jika nilai signifikansi $<$ 0,05 maka terdapat pengaruh signifikan variabel X terhadap variabel Y, jika nilai $>$ 0,05 maka tidak terdapat pengaruh signifikan variabel X terhadap variabel Y, maka dari hasil pengujian diketahui nilai sig. 0.00 $<$ 0,05

artinya terdapat hubungan yang signifikan antara kecanduan bermain game online dengan depresi. Untuk melakukan interpretasi kekuatan hubungan antara dua variabel dilakukan dengan melihat angka koefisien korelasi hasil perhitungan dengan menggunakan interpretasi nilai r adalah sebagai berikut :

0 : tidak ada korelasi

$>0-0,25$: korelasi sangat lemah

$>0,25 - 0,5$: korelasi cukup

$>0,5-0,75$: korelasi kuat

$>0,75-0,99$: korelasi sangat kuat

1 : korelasi sempurna

Berdasarkan hasil output dan dasar penginterpretasi nilai tersebut maka nilai korelasi sebesar 0,891 sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa antara variabel Kecanduan bermain game online (X) dengan variabel Depresi (Y) mempunyai nilai hubungan atau korelasi sangat kuat.

4.4 Uji Hipotesis

Hasil penghitungan koefisien regresi sederhana diatas memperlihatkan nilai koefisien konstanta adalah sebesar $-0,739$ koefisien variabel bebas adalah sebesar $0,491$. Dalam arti nilai positif ($0,576$) yang terdapat pada koefisien regresi variabel X (kecanduan bermain game online) menggambarkan bahwa arah hubungan antara variabel X (kecanduan bermain game online) dengan variabel Y (Depresi) adalah searah, dimana setiap kenaikan satuan variabel X (antara kecanduan bermain game online) akan menyebabkan kenaikan pada variabel Y (depresi).

a) Perumusan Hipotesis

H_0 : Tidak ada hubungan positif dan signifikan antara kecanduan bermain game online dengan depresi peserta didik kelas VIII di UPTD SMP Negeri 4 Gunungsitoli.

Ha : Ada hubungan positif dan signifikan antara kecanduan bermain game online dengan depresi peserta didik kelas VIII di UPTD SMP Negeri 4 Gunungsitoli.

b) Penetapan kriteria

Dalam penetapan kriteria ada dua yang harus diketahui yaitu perbandingan antara t hitung dengan t tabel dan nilai signifikansi. Jika nilai t hitung lebih besar dari nilai t tabel maka H_0 ditolak dan H_a diterima dan begitu juga sebaliknya jika nilai tabel lebih besar dari t hitung maka H_0 diterima dan H_a ditolak. Dalam penentuan nilai signifikan, jika nilai signifikansi $<0,05$ maka terdapat pengaruh signifikan variabel X terhadap variabel Y, jika nilai $>0,05$ maka tidak terdapat pengaruh signifikan variabel X terhadap variabel Y.

c) Pengambilan keputusan

Berdasarkan penetapan kriteria diatas maka didapati nilai t hitung yaitu 12.093 sedangkan nilai t tabel ialah 1.684 maka dinyatakan secara t hitung dan t tabel H_a diterima dan H_0 ditolak. Berdasarkan nilai signifikansi yang diperoleh ialah $0,00 < 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa H_a diterima dan H_0 ditolak untuk pengujian kedua variabel. Sehingga dapat diambil kesimpulan diatas bahwa ada hubungan yang positif dan signifikan antara variabel X (kecanduan bermain game online) dengan variabel Y (depresi) kelas VIII di UPTD SMP Negeri 4 Gunungsitoli.

4.5 Pembahasan

Menindak lanjuti dari hasil penelitian yang telah dikemukakan diatas maka dalam bagian ini dilakukan pembahasan tentang temuan penelitian sebagai berikut:

4.5.1 jawaban umum atas permasalahan pokok penelitian

Permasalahan pokok dalam penelitian ini adalah kecanduan bermain game online terhadap depresi siswa kelas VIII di UPTD SMP Negeri 4 Gunungsitoli. Serta melakukan pengumpulan data dengan mengadakan angket kepada siswa. Berdasarkan hasil angket penelitian maka diberikan

jawaban umum atas permasalahan pokok yaitu semakin baik kecanduan bermain game online maka semakin baik juga depresi siswa $t_{hitung} = 12.093 > t_{tabel} 1.684$ maka dapat dinyatakan bahwa hipotesis H_a diterima dan H_0 ditolak pada taraf signifikansi 0,05%.

4.5.2 Analisis dan interpretasi temuan penelitian.

berdasarkan analisa data, diketahui hasil analisis data penelitian yang ditegaskan bahwa terdapat hubungan kecanduan bermain game online dengan depresi siswa dan kontribusi variabel X terhadap Y yaitu sebesar 89,1% artinya Hubungan kecanduan bermain game online dengan depresi siswa kelas VIII di UPTD SMP Negeri 4 Gunungsitoli dan selebihnya 10,9% merupakan pokok yang hubungan kecanduan bermain game online dan depresi yang tidak termasuk dalam penelitian yang diteliti.

4.5.3 Kontras temuan antara kedua variabel dengan teori yang ada.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa, kecanduan bermain game online terhadap depresi siswa VIII di UPTD SMP Negeri 4 Gunungsitoli dinyatakan terdapat dan positif serta jika dikontraskan dengan teori yang dikemukakan kecanduan bermain game online dapat menimbulkan depresi yang berat bagi para peserta didik, untuk memperkembangkan sisi-sisi positif dari karakter Para pecandu internet memiliki kemungkinan besar untuk terkena penyakit jiwa. Mereka menggunakan game online sebagai bentuk koping terhadap permasalahan di dunia nyata (Hussain, Z., & Griffiths, M. D. 2008) Menurut Lemmens, Valkenburg, dan Peter (2009) mendefinisikan kecanduan game online sebagai penggunaan komputer atau smartphone secara berlebihan dan terus menerus yang menimbulkan permasalahan pada aspek sosial, emosional, dan pemain tidak bisa mengendalikan permainan game secara berlebihan.

Berdasarkan teori tersebut diatas, serta sesuai dengan temuan hasil dari penelitian ini bahwa terdapat hubungan kecanduan bermain game online dapat menimbulkan depresi siswa kelas VIII di UPTD SMP Negeri 4 Gunungsitoli dinyatakan terdapat dan positif. Dapat disimpulkan bahwa kecanduan bermain game online sangat berdampak buruk bagi remaja saat ini

dikarenakan waktu mereka sangat berlebihan dan terus-menerus sehingga berdampak buruk juga bagi karakter dan prestasi belajar mereka atau dengan kata lain siswa mengalami depresi saat bermain game berlebihan.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, peneliti menyatakan bahwa ada hubungan kecanduan bermain game online dengan depresi siswa kelas VIII di UPTD SMP Negeri 4 Gunungsitoli. Dari pernyataan diatas dapat kita amati pada nilai kolerasi yaitu 0,891 dengan taraf signifikansi ialah 0.000. serta bahwa antara variabel kecanduan bermain game online (X) dengan variabel depresi (Y) mempunyai nilai hubungan atau kolerasi sangat kuat.

Berdasarkan penetapan kriteria diatas maka didapati nilai t hitung yaitu 12.093 sedangkan nilai t tabel ialah 1.684 maka dinyatakan secara t hitung dan t tabel H_a diterima dan H_0 ditolak. Berdasarkan nilai signifikansi yang diperoleh ialah $0,00 < 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa H_a diterima dan H_0 ditolak untk pengujian kedua variabel. Sehingga dapat diambil kesimpulan diatas bahwa ada hubungan yang positif dan signifikansi antara variabel kecanduan bermain game online (X) dengan variabel depresi (Y) kelas VIII di UPTD SMP Negeri 4 Gunungsitoli.

Dari hasil output data SPSS dapat kita amati bahwa semakin baik atau semakin berkurang kecanduan bermain game online pada peserta didik maka semakin baik atau menurun tingkat depresi peserta didik sebaliknya, jika siswa terlalu kecanduan bermain game online maka siswa kan mengalami depresi yang berat dan dapat merusak karakter, prestasi belajar dan masa depan peserta didik kelas VIII di UPTD SMP Negeri 4 Gunungsitoli.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi peserta didik

Kepada peserta didik yang masih belum memahami dampak kecanduan bermain game online dan depresi, diperuntukkan untuk lebih belajar memahami dan mengenal dampak kecanduan bermain game online sehingga dapat membatasi diri dan mengatasi depresi yang dapat memberikan kerugian atau dampak buruk bagi prestasi belajar dan masa depan.

5.2.2 Bagi guru

³ Kepada guru supaya lebih mampu membimbing dan memperhatikan peserta didik yang masih melakukan kecanduan bermain game online serta mampu memelihara dan mencegah siswa agar tidak mengalami depresi yang sangat berat akibat bermain game online.

5.2.3 Bagi peneliti

Teruntuk peneliti selanjutnya, supaya bisa memberi mengembangkan pemahaman tentang dampak kecanduan bermain game online ⁴ dengan memberikan treatment seperti training motivasi dan pengarahan untuk meningkatkan pemahaman peserta didik tentang hubungan kecanduan bermain game online dan depresi.

DAFTAR PUSTAKA

Daftar jurnal:

- Adiningtias, S. W. (2017). Peran guru dalam mengatasi kecanduan game online. *KOPASTA: Journal of the Counseling Guidance Study Program*, 4(1).
- Agesti, L. P., Fitryasari, R., Armini, N. K. A., & Yusuf, A. (2019). Hubungan smartphone addiction dan Self-efficacy dengan prestasi akademik pada remaja. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 1(1), 1-6.
- Ariani, S. (2012). Hubungan Kecanduan Online Game Dengan Depresi Pada Remaja Laki-Laki Pengunjung Game Centre Di Kelurahan Jebres.
- Dianovinina, K. (2018). Depresi pada remaja: gejala dan permasalahannya. *Journal Psikogenesis*, 6(1), 69-78.
- Fitriani, D. D., Kasumawati, F., LESTARI, R. T. R., & HERAWANTI, A. (2022). CORRELATION BETWEEN PARENTAL INTERACTIONS WITH ONLINE GAME ADDICTED ADOLESCENTS. *NURSING ANALYSIS: Journal of Nursing Research*, 2(2), 144-153.
- Hadi, I., Fitriwijayati, R. D., & Rosyanti, L. (2017). Gangguan Depresi Mayor (Mayor Depressive Disorder) Mini Review. *populasi*, 9(1).
- Hidayanto, D. K., Rosid, R., Ajijah, A. H. N., & Khoerunnisa, Y. (2021). Pengaruh Kecanduan Telpon Pintar (Smartphone) pada Remaja (Literature Review). *Jurnal Publisitas*, 8(1), 73-79.
- Irawan, S. (2021). Faktor-faktor yang mempengaruhi kecanduan game online peserta didik. *Jurnal Konseling Gusjigang*, 7(1).
- Manora, H., Firmansyah, M. R., Desvitasari, H., Syafei, A., & Apriyani, R. (2023). Hubungan Kecanduan Game Online Dengan Tingkat Depresi Pada Siswa. *Jurnal Riset Media Keperawatan*, 6(2), 101-106.
- Mulyani, R. D. (2018). Hubungan antara depresi dan kecanduan online game pada mahasiswa di Yogyakarta
- Niken Sophia, A. (2023). REGULASI DIRI REMAJA DALAM MENCEGAH KECANDUAN GAME ONLINE DI DESA KALIBEJI KECAMATAN

SEMPOR KABUPATEN KEBUMEN (Doctoral dissertation, UIN Prof. KH Saifuddin Zuhri).

- Novianty, R., Elvyra, R., & Amtarina, R. (2023). Seminar Kesehatan Mental dan Kaitannya terhadap Adiksi dan Dopamin. *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat Nusantara*, 4(4), 4500-4506.
- Novrialdy, E. (2019). Kecanduan game online pada remaja: Dampak dan pencegahannya. *Buletin psikologi*, 27(2), 148-158.
- Pamungkas, B. A., & Kamalah, A. D. (2021, December). Gambaran tingkat depresi pada remaja: Literature review. In *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan (Vol. 1, pp. 1332-1341)*.
- Piyeke, P. J., Bidjuni, H., & Wowiling, F. (2014). Hubungan tingkat stres dengan durasi waktu bermain game online pada remaja di manado. *Jurnal keperawatan*, 2(2).
- Prasetya, A. Y., & Kholilurrohman, K. (2022). Gambaran Self Control Remaja Yang Mengalami Kecanduan Game Online Mobile Legends Di Desa Grobogan (Doctoral dissertation, UIN Raden Mas Said).
- Santoso, Y. R. D. (2016). Hubungan kecanduan game online Dota 2 terhadap penyesuaian sosial pada remaja (Doctoral dissertation, Program Studi Psikologi FPSI-UKSW).
- Susilaningsih, C. Y., & Rahayu, D. S. (2019, December). Faktor penyebab rendahnya minat siswa SLTA kota madiun terhadap jurusan Bimbingan dan Konseling. In *Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling (Vol. 3, No. 1, pp. 18-23)*.
- Syahidah, A. Y. (2021). Hubungan Pola Asuh Orang tua terhadap Tingkat Depresi Remaja di MAN 1 Kota Cirebon (Doctoral dissertation, IAIN Syekh Nurjati Cirebon).
- Trisnani, R. P., & Wardani, S. Y. (2018). STOP KECANDUAN GAME ONLINE Mengenal Dampak Ketergantungan pada Game Online serta Cara Mengurangnya.
- Welly, W. (2018). Hubungan antara kecanduan game online dengan tingkat depresi pada remaja di SMP Adabiah Padang Tahun 2017. *UNES Journal of Social And Economics Research*, 3(2), 196-202.

Zaelani, A. F., Setiawati, O. R., & Lestari, S. M. P. (2019). Hubungan Kecanduan Bermain Game Online Dengan Depresi Pada Siswa SMP. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 1(2), 35-41.

Zaelani, A. F., Setiawati, O. R., & Lestari, S. M. P. (2019). Hubungan Kecanduan Bermain Game Online Dengan Depresi Pada Siswa SMP. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 1(2), 35-41.

Zakariah, M. A., Afriani, V., & Zakariah, K. M. (2020). *METODOLOGI PENELITIAN KUALITATIF, KUANTITATIF, ACTION RESEARCH, RESEARCH AND DEVELOPMENT (R n D)*. Yayasan Pondok Pesantren Al Mawaddah Warrahmah Kolaka.

HUBUNGAN KECANDUAN BERMAIN GAME ONLINE DENGAN DEPRESI PADA SISWA KELAS VIII DI UPTD SMP NEGERI 4 GUNUNGSITOLI

ORIGINALITY REPORT

42%

SIMILARITY INDEX

PRIMARY SOURCES

1	123dok.com Internet	386 words — 5%
2	www.journal.unrika.ac.id Internet	362 words — 5%
3	ejournal.indo-intellectual.id Internet	327 words — 4%
4	repository.radenintan.ac.id Internet	305 words — 4%
5	repo.uinsatu.ac.id Internet	291 words — 4%
6	www.researchgate.net Internet	265 words — 3%
7	repository-feb.unpak.ac.id Internet	186 words — 2%
8	repository.ar-raniry.ac.id Internet	128 words — 2%
9	jip.polinema.ac.id Internet	101 words — 1%

10	text-id.123dok.com Internet	89 words — 1%
11	digilib.uns.ac.id Internet	85 words — 1%
12	eprints.iain-surakarta.ac.id Internet	82 words — 1%
13	repository.upnvj.ac.id Internet	82 words — 1%
14	repository.metrouniv.ac.id Internet	60 words — 1%
15	repository.ulb.ac.id Internet	58 words — 1%
16	repository.unair.ac.id Internet	58 words — 1%
17	repository.iainpalopo.ac.id Internet	54 words — 1%
18	depresi.net Internet	52 words — 1%
19	repository.unhas.ac.id Internet	46 words — 1%
20	repository.stikosa-aws.ac.id Internet	45 words — 1%
21	www.educativo.marospub.com Internet	44 words — 1%

22	eprints.uny.ac.id Internet	43 words — 1%
23	dspace.umkt.ac.id Internet	41 words — 1%
24	ojs.ekasakti.org Internet	41 words — 1%
25	repository.wima.ac.id Internet	40 words — 1%

EXCLUDE QUOTES ON

EXCLUDE BIBLIOGRAPHY ON

EXCLUDE SOURCES

EXCLUDE MATCHES

< 1%

OFF