

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

By Fadilman Telaumbanua

14

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

SKRIPSI



Oleh :
Fadilman Telaumbanua
NIM : 202102003

4

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

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Game online membuat internet lebih menarik. Pemain harus mengalahkan pemain dari seluruh dunia untuk naik ke jenjang permainan yang lebih tinggi. Oleh karena itu, sangat sulit bagi pemain untuk lepas dari internet jika mereka ingin terus menang (Elia, 2009).

Salah satu masalah kesehatan mental yang belakangan ini banyak terjadi baik pada anak-anak maupun orang dewasa adalah kecanduan game online, yang dapat memengaruhi banyak aspek kehidupan seseorang, seperti perawatan diri, hubungan keluarga, sekolah, dan pekerjaan.

Menurut Morrison dan Gore (2010), penggunaan internet yang berlebihan meningkatkan risiko depresi. Pecandu internet berisiko menderita penyakit jiwa. Mereka bermain game online sebagai cara untuk menghubungkan mereka dengan masalah di dunia nyata. Hubungan sosial yang buruk

Game online adalah permainan yang dimainkan melalui internet dan melibatkan pemain dari berbagai lokasi untuk berinteraksi satu sama lain. Permainan ini beragam dari yang sederhana hingga yang rumit dengan grafis yang luar biasa dan dunia virtual yang luas. Game online dapat dimainkan melalui berbagai platform, seperti komputer, ponsel, konsol game, dan perangkat mobile.

Game online unik karena memungkinkan pemain dari seluruh dunia berinteraksi satu sama lain dalam lingkungan permainan yang sama, memungkinkan interaksi sosial yang luas, baik dalam bentuk persaingan maupun kolaborasi. Beberapa game online memungkinkan pemain berkomunikasi langsung melalui obrolan suara atau teks, sementara yang lain memungkinkan pemain bermain dalam tim atau melawan satu sama lain dalam lingkungan permainan online.

Ketika seseorang kehilangan kendali atas aktivitas bermain game onlinenya, sehingga mengganggu kehidupan sehari-hari, kesehatan fisik, emosi, dan hubungan sosialnya, disebut kecanduan game online. Jika Anda melihat tanda-tanda kecanduan game, penting untuk mendapatkan bantuan untuk mengatasi masalah Anda. Kecanduan game online adalah masalah serius yang

dapat mempengaruhi berbagai aspek kehidupan seseorang. Seseorang mungkin kehilangan kendali atas waktu dan energi yang mereka habiskan untuk bermain game, yang dapat mengganggu keseimbangan hidup mereka.

Selain itu, game online sering memiliki komponen sosial dan ekonomi yang kompleks, seperti pembentukan komunitas, perdagangan barang virtual, dan bahkan ekonomi virtual yang berkembang. Selain itu, mereka memiliki kemampuan untuk memastikan pengalaman bermain yang terus berkembang melalui pembaruan rutin, konten tambahan, dan peristiwa yang terjadi dalam permainan. Game online telah menjadi bagian penting dari budaya gaming kontemporer karena popularitasnya yang terus meningkat. Game ini memberikan hiburan dan tantangan yang membuat seseorang ingin terus bermain.

Kecanduan game online berdampak pada hubungan sosial dan keluarga seseorang. Seseorang yang kecanduan game dapat menghindari keluarga, teman-teman, dan tanggung jawabnya, dan juga dapat menyebabkan konflik dan ketegangan dalam hubungan interpersonal. Mencari bantuan profesional seperti konselor atau terapis, meminta dukungan dari teman dan keluarga, dan mengambil tindakan nyata untuk mengurangi waktu yang dihabiskan untuk bermain game online adalah upaya penting untuk mengatasi kecanduan game online. Langkah pertama yang penting menuju pemulihan dan keseimbangan hidup yang lebih baik adalah kesadaran akan kecanduan game online dan komitmen untuk mengatasinya.

Lokasi UPTD SMP Negeri 4 Gunungsitoli adalah di Jl. Maena No. 10 Gunungsitoli, ILIR, Kec. Gunungsitoli, Kota Gunungsitoli, Sumatera Utara. Hasil observasi menunjukkan bahwa beberapa siswa kecanduan bermain game online. Kecanduan ini dapat menyebabkan beberapa efek negatif, seperti siswa merasa sulit untuk melepaskan diri dari permainan dan merasa gelisah atau stres jika mereka tidak dapat bermain. Selain itu, karena begadang untuk bermain game online, siswa sering mengantuk di kelas dan menghabiskan lebih banyak waktu untuk bermain game online.

Siswa UPTD SMPN 4 Gunungsitoli menunjukkan beberapa gejala kecanduan game online, seperti: menghabiskan waktu berjam-jam hanya untuk bermain game online dan ingin terus bermain game, merasakan tidak senang atau

gelisah jika tidak bermain game online, lebih memprioritaskan bermain game online daripada melakukan tugas sekolah dan pekerjaan rumah, dan juga cepat marah atau kesal apabila diminta berhenti bermain saat mereka lagi asyik bermain.

⁹ Penting untuk melakukan penelitian yang cermat untuk memahami hubungan antara kecanduan bermain game online dan depresi pada siswa karena tanpa penanganan yang tepat, siswa mungkin tidak mendapatkan bantuan yang mereka butuhkan untuk mengatasi depresi dan kecanduan mereka. Selain itu, penting untuk mengembangkan strategi pencegahan dan intervensi yang berguna untuk membantu siswa yang berisiko atau yang telah terpengaruh.

Mereka yang kecanduan game online mungkin memiliki keinginan untuk bermain game setiap waktu, mengalami gangguan tidur, merasa lelah (sindrom kelelahan), kaku di leher dan otot, hingga karpal Turner Syndrome, dan mengalami kekurangan air, berat badan, atau bahkan obesitas. Oleh karena itu, penting untuk mengawasi dan mengontrol kebiasaan bermain game online siswa untuk menghindari dampak buruknya terhadap kesehatan mental mereka. Pecandu game online yang tidak memiliki hubungan sosial dengan keluarga dan teman ² sering terisolasi dari masyarakat dan rentan mengalami gangguan psikiatri, salah satunya depresi.

Siswa didorong untuk mengembangkan keterampilan belajar yang lebih efektif melalui pengalaman belajar yang baik. Mereka akan belajar membuat catatan, mengatur waktu, dan belajar dengan lebih terstruktur. Siswa lebih termotivasi untuk belajar lebih banyak dan mengeksplorasi lebih banyak informasi setelah mencapai keberhasilan akademik. Mereka akan lebih tertarik untuk belajar hal baru dan memperluas pengetahuan mereka. Namun, siswa lebih memprioritaskan bermain game online daripada belajar.

⁹ Sangat penting untuk melakukan penelitian tentang hubungan antara kecanduan bermain game online dan depresi pada siswa karena dapat berdampak signifikan. Salah satu dampak yang mungkin terjadi adalah sebagai berikut:

- a) sangat penting untuk memantau dan mengelola pola bermain game online siswa untuk mencegah dampak negatifnya terhadap kesehatan mental

mereka; juga penting untuk mengetahui bahwa kecanduan bermain game online dapat meningkatkan risiko depresi pada siswa.

- b) Peningkatan Risiko Depresi: Kecanduan bermain game online dapat menjadi faktor risiko depresi pada siswa. Keterlibatan yang berlebihan dalam permainan dapat menyebabkan isolasi sosial, ketidakmampuan untuk menangani stres, dan perasaan rendah diri, yang merupakan ciri-ciri depresi.
- c) Penurunan Kesejahteraan Mental: Kegiatan sosial yang sehat, keseimbangan emosi, dan pola tidur dapat terganggu oleh kecanduan game online. Semua ini merupakan komponen penting dari kesejahteraan mental. Hal ini berpotensi memperburuk
- d) Gangguan Hubungan Sosial: Siswa yang kecanduan game online dapat merusak hubungan mereka dengan teman sebaya, guru, dan keluarga mereka. Salah satu faktor risiko depresi adalah kurangnya interaksi sosial yang sehat, yang dapat menyebabkan Anda merasa kesepian dan terisolasi.

Di atas, jelas bahwa salah satu faktor yang menyebabkan depresi pada siswa adalah kecanduan game online. Oleh karena itu, penulis ingin melakukan penelitian dengan judul "Hubungan Kecanduan Bermain Game Online Dengan Depresi Pada Siswa Kelas VIII UPTD SMPN 4 Gunungsitoli."

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Game Online

istilah "game" berasal dari kata "play" dalam bahasa Inggris. Setiap game memiliki peraturan yang berbeda untuk memulai permainannya, yang menyebabkan berbagai jenis game.

Game dalam kamus Bahasa Indonesia berarti permainan. Permainan adalah kegiatan ¹rekreasi yang melibatkan satu atau lebih pemainnya. Game adalah pertandingan ¹di mana dua atau lebih pemain bersaing untuk mencapai tujuan tertentu. Game ini diatur oleh beberapa peraturan dan tujuan yang harus dicapai oleh pemain.

Menurut Akbar (2013), ¹²game online adalah jenis permainan komputer yang menggunakan jaringan komputer, seperti LAN atau internet, sebagai medianya. Permainan game online biasanya tersedia sebagai bagian dari layanan yang ditawarkan oleh perusahaan penyedia layanan internet, atau mereka dapat diakses secara langsung melalui sistem yang disediakan oleh perusahaan yang menyediakan permainan tersebut

Menurut Kim et al. (dalam Azis, 2011:13), game online dapat didefinisikan sebagai permainan, dimana banyak orang dapat bermain secara bersamaan dengan menggunakan jaringan komunikasi online.

Jika game online digunakan sebagai hiburan, itu akan bermanfaat (Adams, 2013), karena bermain game dapat mengurangi stres dan penat (⁵Russoniello, O'Brien, dan Parks, 2009). Namun, saat ini, game online banyak dimainkan dan digunakan secara berlebihan sebagai cara untuk melarikan diri dari realitas kehidupan, menyebabkan ⁵kecanduan game online (Hussain & Griffiths, 2009).

¹³Menurut penelitian Piyeke, P. J., Bidjuni, dan Wowling (2014), mayoritas remaja yang bermain game adalah laki-laki. Karena bermain game online ²mengaktifkan bagian otak laki-laki yang terkait dengan rasa dihargai dan kecanduan, laki-laki cenderung lebih menyukainya daripada perempuan (Antara, 2008)

Gamer yang bermain game online dapat menghabiskan banyak waktu dan uang. Momson, CM, dan Gore, H. (2010) menemukan bahwa menggunakan internet secara berlebihan meningkatkan risiko depresi.

Pecandu internet cenderung menderita penyakit jiwa karena mereka menggunakan game online sebagai cara untuk menghubungkan diri mereka dengan masalah dunia nyata (Hussain, Z., & Griffiths, M. D., 2008).

Dua macam gejala adiksi game online adalah fisik dan psikologis, menurut Rini (2011:28).

- a) Gejala fisik termasuk sindrom carpal tunnel mata kering, sakit kepala dan punggung, makan menjadi tidak teratur, tidak peduli dengan kebersihan diri, dan gangguan tidur.
- b) Gejala psikologis termasuk mencoba berhenti bermain dan merasa tertekan ketika tidak berhadapan dengan komputer. tanpa berinteraksi dengan teman sebaya (kelompok) dan berbohong kepada orang tua dan guru sekolah tentang aktivitasnya.

Menurut Mark Griffith, pakar adiksi video game dari Nowingham Trent University, hampir sepertiganya dari anak-anak usia belasan tahun bermain game online setiap hari, "yang lebih mengkhawatirkan sekitar 7%-nya bermain paling sedikit 30 jam per minggu." Dampak jangka panjang dari kegiatan yang menghabiskan lebih dari 30 jam waktu luang per minggu sangat signifikan pada perkembangan pendidikan, kesehatan, dan aspek sosial remaja (Rini, 2011:28).

Saat ini, kemajuan teknologi dan ilmu pengetahuan sangat merajalela di masyarakat, terutama di kalangan remaja. Remaja sering menggunakan teknologi informasi seperti ponsel, video call, media sosial, dan berbagai situs penghubung, seperti Facebook. Teknologi multifungsi ini membantu karena mereka banyak menggunakannya secara positif maupun negatif (Ma'rifatul Laili & Nuryono, 2015).

Setelah menguraikan pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa definisi game online adalah permainan yang dimainkan melalui internet dan memungkinkan untuk bermain dengan teman atau orang lain. Selain itu, game ini sangat seru dan memiliki hadiah untuk menyelesaikan misi yang diberikan. Selain itu, bermain game ini dapat memiliki efek positif.

2.1.2 pengertian kecanduan

Kecanduan, juga dikenal sebagai "kecanduan" dalam bahasa Inggris, adalah kondisi di mana seseorang tidak dapat mengendalikan keinginan mereka terhadap sesuatu, aktivitas, atau perilaku tertentu. Ini menghasilkan ketergantungan yang berlebihan, yang berdampak negatif pada kehidupan seseorang. Kecanduan adalah konstruksi sosial yang dikaitkan dengan "motivasi sistem" yang menyebabkan kebiasaan atau perilaku yang tidak terkendali (West, 2006).

Kardefelt-Winther (2017) menjelaskan bahwa pada awalnya, kecanduan hanya terkait dengan zat adiktif (seperti obat-obatan terlarang, tembakau, dan alkohol) yang masuk ke dalam darah dan dapat mempengaruhi bahan kimia otak. Namun, pengertian kecanduan telah berkembang seiring perkembangan masyarakat, sehingga istilah ini dapat mengacu pada hal-hal yang dapat menyebabkan ketergantungan secara fisik atau psikologis, seperti obat-obatan (Alexander, 2010; Peele, 2004).

2.1.3 Klasifikasi kecanduan:

a) Kecanduan zat:

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

B) Kecanduan Perilaku:

1. Kecanduan judi: Ini adalah ketika seseorang tidak dapat mengontrol keinginan mereka untuk berjudi; ini dapat menyebabkan masalah keuangan, masalah hubungan, dan bahkan bunuh diri.

2. Kecanduan internet: Ini adalah ketika seseorang menghabiskan terlalu banyak waktu di internet, yang dapat menyebabkan masalah hubungan, masalah pekerjaan, dan masalah kesehatan.
3. Kecanduan pornografi: Ketika seseorang tidak dapat mengontrol keinginan mereka untuk menonton pornografi, hal ini dapat menyebabkan masalah dalam hubungan, pekerjaan, dan bahkan kecanduan seks.
4. Kecanduan belanja: Ketika seseorang berbelanja terlalu banyak, hal ini dapat menyebabkan masalah keuangan, masalah dalam hubungan, dan bahkan pencurian.
5. Kecanduan game: Ini adalah ketika seseorang menghabiskan terlalu banyak waktu bermain game. Ini dapat menyebabkan masalah dalam hubungan, pekerjaan, dan 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)

⁵ 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

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (2018), kecanduan game online adalah gangguan mental yang termasuk dalam International Classification of Diseases (ICD-11). Ini ditandai dengan gangguan kontrol atas game karena game menjadi lebih penting daripada kegiatan lain. Walaupun memiliki dampak negatif pada dirinya, perilaku tersebut tetap dilakukan. Sebuah penelitian menunjukkan bahwa anak-anak muda lebih cenderung mengalami kecanduan game online (Brand, Todhunter, & Jervis, 2017).

¹ Banyak anak menghabiskan uang dan waktu untuk bermain game internet. Tidak jarang siswa kehilangan waktu untuk belajar dan bersosialisasi dengan teman sebaya, atau bahkan mereka sama sekali tidak memiliki waktu untuk belajar. Sebenarnya, game online tidak akan berdampak negatif pada anak-anak jika mereka tidak kecanduan; namun, jika mereka sudah kecanduan, kecanduan tersebut akan fatal dan memiliki efek negatif. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa seseorang kecanduan game online karena menikmati kegiatan yang menyenangkan saat bermain game online, yang memicu keinginan untuk mengulangi pengalaman menyenangkan tersebut.

Dari uraian pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa kecanduan bermain game online adalah ketika seseorang terus menghabiskan waktunya untuk bermain game online dan sulit untuk membagi waktu untuk bermain game dan kegiatan sehari-harinya. Akibatnya, kecanduan bermain game online dapat menyebabkan seseorang mengabaikan lingkungan sosialnya, menurunkan prestasi belajarnya, dan melemahkan hubungan keluarganya.

2.1.4 Kriteria Tingkah Laku Kecanduan Bermain Game Online

1. Ada beberapa kriteria kecanduan bermain game online, menurut Detria (2013):16: 1. Saliense: menunjukkan dominasi aktivitas bermain game dalam pikiran dan tingkah laku;
2. Euphoria: menikmati aktivitas bermain game; dan
3. Konflik pertentangan yang muncul antara orang yang kecanduan dengan orang-orang di sekitarnya (external conflict) dan dengan dirinya sendiri (internal conflict).
4. Toleransi: ¹ aktivitas bermain game online harus meningkat secara bertahap selama rentang waktu untuk mendapatkan kepuasan.
4. Pengunduran diri: perasaan tidak menyenangkan saat tidak bermain game.
5. Relapse and Reinstatement: kecenderungan untuk kembali ke pola-pola awal tingkah laku kecanduan.
6. Kembali ke kebiasaan: kecenderungan untuk kembali ke pola-pola awal tingkah laku kecanduan.

Menurut Griffith (2000), ada empat kriteria tingkah laku kecanduan: 1. Salience: Game adalah hal yang paling penting dalam hidup seseorang. 2. Mood Modification: Bermain game untuk mengubah suasana hati, seperti menghilangkan stres atau kebosanan. 3. Tolerance: **Membutuhkan waktu bermain yang lebih lama untuk mencapai tingkat kepuasan yang sama.** 4. Withdrawal: Mengalami gejala penarikan, seperti kecemasan, marah, dan depresi saat berhenti bermain.

2.1.5 Faktor-Faktor Kecanduan

Menurut Detria (2013:22), ada faktor internal dan eksternal yang dapat menyebabkan kecanduan game online pada anak.

a. Faktor internal termasuk:

1. Keinginan yang kuat dari remaja untuk memperoleh nilai yang tinggi dalam game online, karena game online dirancang untuk menarik penasaran dan keinginan untuk memperoleh nilai yang lebih tinggi. Faktor lain yang menyebabkan kecanduan terhadap game online termasuk **ketidakmampuan untuk mengatur prioritas untuk mengerjakan aktivitas penting lainnya, serta rasa bosan yang dirasakan remaja ketika berada di rumah atau di sekolah.**

b. Faktor luar

1. **Lingkungan yang tidak terkontrol, seperti melihat teman-temannya bermain game online, dan**
2. **Kurang hubungan sosial, sehingga siswa memilih bermain game sebagai aktivitas yang menyenangkan.**
3. **harapan orang tua yang terlalu tinggi terhadap anaknya untuk mengikuti kegiatan seperti kelas atau kursus sehingga mereka mengabaikan kebutuhan dasar anak seperti bermain bersama keluarga dan bersosialisasi.** Dalam uraian ini, dapat disimpulkan bahwa jika anak-anak menjadi kecanduan game online, mereka pasti akan menghabiskan banyak waktu **untuk bermain game online, menghilangkan waktu untuk melakukan hal lain. Hal ini dapat mempengaruhi karakter anak dalam jangka panjang.**

2.1.6 Jenis-jenis game online:

- a) Mobile Legends: Mobile Legends adalah game MOBA yang sangat populer di Indonesia dan Asia Tenggara. Meskipun mudah dipelajari, mekanisme permainannya masih sangat kompleks dan dalam.
- b) PUBG Mobile: PUBG Mobile adalah game battle royale yang terkenal dengan grafisnya yang realistis. Pemain harus mencari senjata, perlengkapan, dan cara bertahan hidup di wilayah permainan yang semakin kecil.
- c) Free Fire adalah game battle royale yang cepat dan dinamis. Ada banyak mode permainan yang seru dan menegangkan.
- d) Fortnite: Fortnite adalah game battle royale yang terkenal karena dunianya yang penuh warna dan kejutan. Fortnite memiliki mode permainan kreatif selain mode battle royale, di mana pemain dapat membangun struktur dan memainkan mini-game.

2.2.1 Pengertian depresi

Istilah "depresi" sekarang sangat umum di masyarakat, termasuk orang yang awam dalam bidang kedokteran dan psikologi. Depresi adalah kondisi psikologis yang umum dan serius yang dapat berdampak negatif pada cara Anda berpikir, merasa, dan bertindak. Ini dapat menyebabkan masalah fisik dan emosional, serta mengurangi kemampuan Anda untuk berfungsi baik di tempat kerja maupun di rumah.

Depresi adalah gangguan mental yang sering terjadi di masyarakat yang berawal dari stres yang tidak teratasi, yang memungkinkan seseorang jatuh ke fase depresi. Penyakit ini sering diabaikan karena dianggap bisa hilang sendiri tanpa pengobatan. Perasaan putus asa, kurang percaya diri dan rasa layak diri, pemikiran negatif, distorsi-distorsi kognitif, memandang dan memusatkan perhatian pada hal-hal negatif, kebimbangan, dan pikiran bunuh diri adalah gejala depresi psikologis yang umum.

Kecanduan bermain game online dapat menyebabkan atau memperburuk depresi. Gangguan suasana hati yang serius yang ditandai oleh perasaan sedih yang berkepanjangan, kehilangan minat atau kepuasan dalam aktivitas sehari-hari

dikenal sebagai depresi. Beberapa faktor yang dapat menyebabkan depresi yang terkait dengan kecanduan game online termasuk isolasi sosial, kegagalan dalam kehidupan nyata, dan ketidakberdayaan yang berlebihan.

¹⁰ Menurut Atkinson (1991), depresi adalah suatu gangguan mood yang dicirikan dengan tak ada harapan dan patah hati, ketidakberdayaan yang berlebihan, ketidakmampuan untuk mengambil keputusan, dan ketidakmampuan untuk memulai perbaikan.

Depresi adalah kondisi yang menyebabkan stres sehingga mempengaruhi perasaan, cara berpikir, dan aktivitas sehari-hari seperti tidur, makan, dan bekerja (National Institute of Mental Health, 2015). Pada tahun 2015, Organisasi Kesehatan Dunia menyatakan bahwa depresi adalah salah satu penyebab utama disabilitas fungsional di seluruh dunia. Sekitar 322 juta orang di seluruh dunia mengalami depresi, dengan 9 juta orang di Indonesia di antaranya. Sekitar 6% dari kelompok usia 15 tahun ke atas di Indonesia mengalami gangguan mental emosional seperti depresi, menurut data Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2018.

Menurut Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder, Fifth Edition (DSM-V), seseorang dikatakan depresi jika mereka mengalami minimal lima dari masa-masa kekacauan emosi selama setidaknya dua minggu (Hall, dalam Santrock, 2003). Karena sensitivitas mereka yang tinggi, mereka cenderung mudah terkena stres dan memiliki toleransi stres yang rendah. Oleh karena itu, masa remaja juga disebut sebagai Storm and Stress Time karena kekacauan emosi mereka yang meningkat

⁸ Faktor genetik, biologi, lingkungan, dan psikologis dapat menyebabkan depresi. Peneliti sebelumnya menemukan bahwa depresi melankolis, gangguan bipolar, dan depresi postpartum terkait dengan peningkatan sitokin bersama dengan penurunan sensitivitas kortisol. Namun, penelitian tambahan menunjukkan bahwa beberapa bahan kimia otak tertentu bukan satu-satunya penyebab depresi. ⁸ Ganggunya fungsi otak yang berkaitan dengan regulasi suasana hati, kerentanan genetik, peristiwa kehidupan yang penuh stres, penggunaan obat-obatan, dan perawatan medis adalah beberapa alasan potensial

untuk depresi. Dipercaya bahwa kombinasi faktor-faktor ini menyebabkan depresi (Harvard Health Publication, 2009).

Menurut Maramis (2005), depresi adalah gangguan yang mencakup perasaan dan emosi. Menurut Nuhriawangsa (2009), efek adalah suasana perasaan emosional yang terkait dengan objek, gagasan, atau pikiran, termasuk yang dirasakan dalam hati dan dimanifestasikan (diucapkan). Sementara itu, emosi adalah keadaan sadar yang ditentukan oleh perasaan-perasaan subjektif yang sering disertai dengan perasaan fisiologis yang mendorong tindakan.

Rathus (1991) menyatakan bahwa kondisi emosi, motivasi, fungsional, dan tingkah laku, serta kognisi adalah karakteristik umum dari individu yang mengalami depresi. Sejumlah gejala depresi mempengaruhi tindakan, perasaan, pikiran, dan fungsi tubuh.

Setelah membaca pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa depresi adalah seseorang yang mengalami perasaan sedih yang berlebihan dan terus memikirkannya, yang dapat mempengaruhi kesehatan mental anak. Selain itu, seseorang yang mengalami kecanduan game online dapat mengalami depresi karena mereka menghabiskan waktu secara terus menerus bermain game online, menyebabkan mereka terisolasi dari lingkungan sosialnya.

2.2.2 Jenis Depresi

- a) Depresi mayor adalah yang paling umum. Ini ditandai dengan episode parah keputusasaan, kesedihan, dan penurunan minat atau kesenangan dalam hal-hal yang dulunya disukai.
- b) Dysthymia adalah jenis depresi kronis yang gejalanya bertahan selama dua tahun atau lebih. Gejalanya tidak sebanding dengan depresi mayor, tetapi mereka dapat bertahan 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.
- d) Depresi psikotik adalah jenis depresi mayor yang disertai dengan gejala psikotik, seperti delusi atau halusinasi.

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

2.3 Penelitian Relevan

- a) Zaelani, A. F., Setiawati, O. R., dan Lestari, S. M. P. (2019). Hubungan antara kecanduan bermain game online dan depresi pada siswa sekolah menengah perguruan tinggi. Studi ini adalah jenis penelitian kuantitatif dan menggunakan pendekatan analitik cross-sectional (Notoadmodjo, S., 2010). Penelitian ini menggunakan cluster sampling, dengan 546 responden laki-laki dari 19 sekolah SMP di setiap kecamatan Kota Bandar Lampung (Piyeki, P. J., Bidjuni, H., & Wowiling, F. 2014). Studi ini dilakukan dari Desember 2018 hingga Februari 2019. Sebuah penelitian yang dilakukan pada tahun 2019 menemukan hubungan antara kecanduan bermain game online dan depresi pada siswa SMP di Kota Bandar Lampung. Hasilnya ditunjukkan oleh 546 orang yang mengikuti penelitian. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada korelasi positif yang signifikan antara kecanduan bermain game online dan depresi pada siswa SMP. Korelasi positif ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kecanduan bermain game online, semakin tinggi depresi pada siswa tersebut.
- b) Welly, W., tahun 2018. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kecanduan game online dengan tingkat depresi remaja di SMP Adabiah Padang tahun 2017. Studi analitik dengan pendekatan cross-sectional digunakan. Penelitian dilakukan dari 17–20 Mei 2017. Sampel penelitian ini berjumlah 59 remaja. Metode pengambilan sampel secara kebetulan. Sebagai hasil dari penelitian ini, 56,5% remaja mengalami kecanduan game online ringan dan 47,8% mengalami depresi ringan.
- c) Manora, H., M. Ramadhani Firmansyah, Helsy Desvitasari, Latifah, Abdul Syafei, dan Rahmalia Apriyani. (2022). Tujuan penelitian ini adalah untuk

mengetahui apakah ada hubungan antara kecanduan game online dan tingkat depresi siswa di kelas X dan XI di SMK Arinda Palembang pada tahun 2022. Penelitian ini melakukan analisis deskriptif menggunakan pendekatan cross-sectional. Penelitian ini melibatkan total 80 siswa dari kelas X dan XI SMK Arinda Palembang tahun akademik 2021–2022. 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

2.5 Hipotesis:

1. Ho: Tidak ada korelasi antara kecanduan bermain game online dan depresi siswa
2. Ha: Ada korelasi antara kecanduan bermain game online dan depresi siswa

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif. Filsafat positivisme adalah dasar metode penelitian kuantitatif. Dengan instrumen penelitian, populasi atau sampel tertentu dipelajari. Untuk menguji hipotesis, analisis kuantitatif dan statistik dilakukan (Sugiyono 2020). Studi ini menggunakan metode koresional. Penelitian menggunakan pendekatan korelasional untuk menemukan dan mengukur hubungan antara dua variabel atau lebih. Menurut Sukardi (2009), penelitian ini melibatkan pengumpulan data untuk memastikan apakah ada hubungan antar variabel dan tingkat hubungannya. Jonathan Sarwono (2011) menambahkan bahwa ini adalah metode analisis yang melihat hubungan antar variabel dalam statistik bivariat.

3.2 Variabel Penelitian:

Setiap penelitian harus memiliki variabel. Tanpa variabel, penelitian tidak dapat dianggap sebagai penelitian. Menurut peneliti, jbaran variabel adalah sebagai berikut:

- a) Variabel bebas (X) adalah variabel yang menyebabkan perubahan atau munculnya variabel terikat dalam penelitian ini, dan
- b) Variabel terikat (Y) adalah variabel yang dipengaruhi atau disebabkan oleh adanya variabel bebas. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah Depresi. Penjelasan tentang subbagian variabel: a) Kecanduan bermain game online

3.3 Populasi dan Sampel

a. Populasi

penelitian terdiri dari 112 siswa kelas VIII UPTD SMPN 4 Gunungsitoli, yang terdiri dari 112:

b. Sampel

Penarikan sampel dilakukan dengan probabilitas sampel untuk mewakili populasi dalam upaya generalisasi. Sebagai ciri khas dari penelitian kuantitatif, saya menggunakan teknik stratified random sampling, yang didefinisikan sebagai teknik pengambilan sampel stratifikasi. Menurut Sugiyono (2018), metode ini digunakan dalam situasi di mana populasi tidak homogen dan untuk memastikan representasi yang lebih baik dari seluruh populasi dalam sampel acak stratifikasi. Ukuran sampel di setiap strata harus proporsional dengan populasi strata, yang dikenal sebagai proporsional sampel acak stratifikasi. Berdasarkan evaluasi di atas, lima siswa dari setiap strata kelas Di VIII UPTD SMPN 4 GUNUNGSITOLI diidentifikasi sebagai kecanduan game online, sehingga total sampelnya adalah 40 orang.

3.3 Alat Penelitian

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan kuesioner angket:

- a. Kuesioner Kecanduan Game Online
- b. Kuesioner Depresi

3.1 Teknik pengumpulan data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

1. Teknik kuesioner (angket): Kuesioner adalah metode pengumpulan data yang menggunakan seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk meminta tanggapan mereka. Jika peneliti mengetahui dengan pasti variabel yang akan diukur dan mengetahui apa yang diharapkan dari responden, kuesioner adalah metode pengumpulan data yang efektif. Karena kuesioner memiliki keunggulan jika dibuat dengan teliti, mereka adalah alat pengumpul yang paling umum dalam penelitian kuantitatif. Peneliti menggunakan metode kuesioner karena efektif dan efisien. Jika jumlah responden cukup besar dan tersebar di seluruh wilayah, kuesioner ini juga cocok digunakan. Selain itu, kuesioner ini dapat berupa pernyataan atau pertanyaan tertutup atau

terbuka, dan dapat disampaikan kepada responden secara langsung atau melalui pos atau internet.

2. Wawancara: Metode pengumpulan data ini digunakan apabila peneliti ingin melakukan studi pendahuluan untuk menentukan masalah yang akan diteliti dan ingin mengetahui jumlah responden yang sedikit atau kecil.
3. Observasi: Pengambilan data dengan pengamatan dan catatan tentang keadaan atau perilaku objek sasaran disebut observasi.

3.6 Teknik Analisis Data

Berdasarkan tujuan penelitian ini, teknik analisis data yang digunakan adalah sebagai berikut:

- a) Uji Validitas dan Reabilitas: Uji validitas dan reabilitas dilakukan untuk mengevaluasi apakah kuesioner yang digunakan dalam penelitian layak untuk digunakan.
- b) Uji Validitas: Analisis validitas digunakan untuk menentukan validitas data. Jika alat mengukur apa yang harus diukur, pengukuran dikatakan valid. Kegiatan berikut dilakukan untuk menguji validitas data kuesioner: Validasi ahli adalah proses penilaian hasil penelitian atau produk oleh para ahli dalam bidang mereka. Tujuan validasi ahli adalah untuk mengetahui apakah produk atau hasil penelitian telah memenuhi persyaratan isi, konstruksi, dan bahasa. Proses validasi ahli biasanya dilakukan dengan memberikan angket atau kuesioner kepada para ahli yang berhubungan dengan aspek yang akan dinilai. Validasi empiris adalah proses menguji instrumen peserta tes atau hasil penelitian dengan menggunakan data empiris. Data empiris adalah data yang diperoleh dari pengamatan atau eksperimen. Ada beberapa cara untuk melakukan validasi empiris, seperti:
 - c) Uji coba produk: produk atau hasil penelitian diuji cobakan kepada pengguna atau responden untuk mengetahui apakah mereka memenuhi kebutuhan mereka.
2. Analisis statistik: metode statistik digunakan untuk menentukan validitas produk atau hasil penelitian. Jika pernyataan atau

pertanyaan kuesioner dapat mengungkapkan apa yang diukur olehnya, kuesioner tersebut dinyatakan valid. Metode Korelasi Moment Produk Individu—atau korelasi antara skor item pernyataan dan skor total—digunakan untuk mengetahui apakah angket atau kuesioner yang tidak valid. Dalam penelitian ini, perhitungan validitas item dinilai dengan menggunakan program komputer SPSS 21.0. Hasil perhitungan ini akan dibandingkan dengan nilai kritis nilai r , yang memiliki taraf signifikan 5% atau 0,05, dan jumlah sampel yang ada. Instrumen ini dinyatakan valid jika hasil perhitungan korelasi produk moment lebih besar dari nilai kritis; sebaliknya, jika skor item kurang dari nilai kritis, instrumen ini dinyatakan tidak valid.

- d) Uji Realibilitas: Uji realibilitas adalah pengukuran instrumen terhadap ketepatan (konsisten). Ini mengukur seberapa sering suatu gejala diukur pada waktu yang berbeda dan menghasilkan hasil yang sama. Untuk mendapatkan data yang sesuai dengan tujuan pengukuran, instrumen harus realistis.
- e) Uji koefisien korelasi: Ini digunakan untuk menentukan kekuatan dan arah hubungan antara dua variabel atau lebih. Hubungan positif dan negatif menunjukkan arah, dan besarnya koefisien korelasi menunjukkan kekuatan hubungan (Sugiyono, 2018:). Koefisien korelasi (r) menunjukkan seberapa erat variabel independen dan variabel dependen berkorelasi satu sama lain. Nilai koefisien korelasi harus berada di antara -1 dan +1 ($-1 < r \leq +1$), yang menghasilkan beberapa kemungkinan, antara lain sebagai berikut: - Tanda positif menunjukkan adanya korelasi positif antara variabel yang diuji, yang berarti setiap kenaikan dan penurunan nilai-nilai X akan dikaitkan dengan kenaikan dan penurunan nilai-nilai Y. - Jika $r = +1$ atau mendekati 1 maka menunjukkan adanya pengaruh positif yang kuat antara varia
- f) Uji koefisien determinasi: Analisis determinasi (R^2) adalah ukuran seberapa baik model dapat menjelaskan variasi variabel dependen. Nilai R^2 antara 0 dan 1 tergantung pada seberapa kecil nilainya, yang menunjukkan bahwa kemampuan variabel-variabel dependen sangat terbatas, dan nilai R^2 yang lebih besar menunjukkan bahwa variabel-

variabel independen memberikan hampir semua informasi yang diperlukan untuk memprediksi variasi variabel dependen (Ghozali, 2018:97). Dalam Penelitian ini menggunakan rumus berikut untuk menghitung nilai koefisien determinasi Dengan kata lain, $KD = r^2 \cdot 100\%$ (3.3). Keterangan: KD adalah koefisien derminasi, dan r^2 adalah koefisien korelasi ganda.

3.7 Lokasi dan waktu penelitian

Penelitian ini dilakukan di UPTD SMP Negeri 4 Gunungsitoli, yang terletak di Jl. Maena No. 10 Gunungsitoli, ILIR, Kecamatan Gunungsitoli, Kota Gunungsitoli, Sumatera Utara. Penelitian ini dilakukan dari bulan 6 hingga 7.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Penelitian

Penelitian ini dilakukan di UPTD SMP Negeri 4 Gunungsitoli di Kelas VIII. Sekolah tersebut terletak di Jl. Maena No. 10 Gunungsitoli, ILIR, Kecamatan Gunungsitoli, Kota Gunungsitoli, Sumatera Utara. Penelitian dilakukan dari bulan April hingga Mei. Data penelitian dikumpulkan melalui kuesioner tentang Hubungan Kecanduan Bermain Game Online Dengan Depresi Pada Siswa kelas VIII UPTD SMPN 4 GUNUNGSITOLI. Hasil dari penyebaran instrumen akan digunakan untuk menganalisis data untuk mengetahui hubungannya. Metode pengambilan sampel stratified random digunakan untuk mengambil sampel dari 40 siswa dalam penelitian ini.

Untuk menguji validitasnya, kuesioner dibagikan kepada 40 individu di luar sampel; untuk kuesioner Kecanduan Bermain Game Online terdapat 21 pernyataan, dan untuk kuesioner Depresi terdapat 12 pernyataan. Pengujian validitas dilakukan dengan menghitung bagaimana skor item instrumen dan skor total berkorelasi satu sama lain. Analisis korelasi item total yang dibetulkan digunakan untuk menghitung nilai koefisien korelasi antara skor setiap item dengan skor total. Sebuah alat dinyatakan valid apabila koefisien korelasi r hitung lebih besar dari koefisien korelasi r tabel pada taraf signifikansi 5%. Hasil uji validitas adalah sebagai berikut: Nilai R hitung dan R tabel digunakan untuk menentukan validitas item. Jika R hitung lebih besar dari R tabel, item tersebut dinyatakan valid, tetapi jika R hitung kurang dari R tabel, item tersebut dinyatakan tidak valid. Tabel uji validitas menunjukkan bahwa ada 21 Nilai R hitung dan R tabel digunakan untuk menentukan validitas item. Jika R hitung lebih besar dari R tabel, item tersebut dinyatakan valid, tetapi jika R hitung kurang dari R tabel, item tersebut dinyatakan tidak valid. Tabel uji validitas menunjukkan bahwa dua belas item pernyataan variabel Y valid untuk digunakan sebagai pengukur variabel karena nilai R hitungnya lebih besar dari R tabel.

4.2.2 Uji Reliabilitas: Kuesioner yang merupakan indikator variabel digunakan untuk menilai reliabilitasnya. Dengan menggunakan statistik Cronbach Alpha(α),

3
suatu variabel dianggap reliabel jika Cronbach Alphanya lebih besar dari 0,6. Hasil uji reliabilitas instrumen dengan bantuan program SPSS v.25. Tabel berikut menunjukkan hasil output:

7
Sebagai hasil dari tabel tersebut, dapat disimpulkan bahwa variabel atau kuesioner yang digunakan, yaitu variabel kecanduan bermain game online dan depresi, dapat dianggap memiliki nilai cronbach's alpha yang lebih besar dari 0,60.

4.3 Kolerasi

Hasil analisis menunjukkan bahwa 40 responden menghasilkan nilai kolerasi 0,891. Selain itu, perlu menghitung nilai signifikansi. Nilai signifikansi kurang dari 0,05 menunjukkan bahwa variabel X memiliki pengaruh signifikan terhadap variabel Y, sedangkan nilai signifikansi lebih dari 0,05 menunjukkan bahwa tidak ada hubungan signifikan antara variabel X dan variabel Y. Hasil pengujian menunjukkan bahwa nilai signifikansi 0.00 kurang dari 0,05 menunjukkan bahwa ada hubungan signifikan antara kecanduan bermain game online dan depresi. Untuk menginterpretasikan kekuatan hubungan antara dua variabel, angka koefisien kolerasi hasil perhitungan dihitung dengan menggunakan interpretasi nilai r adalah 1. Korelasi Nilai korelasi sebesar 0,891 ditemukan berdasarkan hasil ouput dan dasar interpretasi nilai. Ini menunjukkan bahwa ada nilai kolerasi yang kuat antara variabel Kecanduan bermain game online (X) dan variabel Depresi (Y).

4.4 Uji Hipotesis

Hasil penghitungan koefisien regresi sederhana sebelumnya menunjukkan bahwa koefisien konstanta adalah -0,739 dan koefisien variabel bebas adalah 0,491. Seperti yang ditunjukkan oleh nilai positif (0,576) pada koefisien regresi variabel X (kecanduan bermain game online), hubungan antara variabel X (kecanduan bermain game online) dan variabel Y (depresi) adalah searah, dengan peningkatan satuan variabel X (antara kecanduan bermain game online) mengikuti peningkatan variabel Y (depresi). a) Hipotesis: H0: Tidak ada korelasi positif dan signifikan antara kecanduan bermain game online dan depresi peserta didik kelas

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

b) Penetapan Kriteria: Dua hal yang perlu diketahui dalam penetapan kriteria adalah perbandingan antara t hitung dan t tabel serta nilai signifikansi. Jika nilai t hitung lebih besar dari nilai t tabel, maka H_0 ditolak dan H_a diterima, dan sebaliknya jika nilai tabel lebih kecil dari t hitung. Dalam hal nilai signifikansi, nilai yang kurang dari 0,05 menunjukkan bahwa variabel X memiliki pengaruh yang signifikan terhadap variabel Y; nilai yang lebih besar dari 0,05 menunjukkan bahwa variabel X tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap variabel Y.

4.4.5 Pembahasan: Hasil penelitian dibahas lebih lanjut di bagian ini setelah menguraikan hasil yang disebutkan di atas. Permasalahan utama penelitian ini adalah kecanduan bermain game online dan depresi siswa di kelas VIII UPTD SMP Negeri 4 Gunungsitoli. Selain itu, angket penelitian diberikan kepada siswa untuk pengumpulan data. Hasilnya menunjukkan bahwa masalah utama adalah bahwa kecanduan bermain game online berkorelasi positif dengan depresi siswa. Dengan demikian, hipotesis H_a diterima dan H_0 ditolak pada taraf signifikansi 0,05%.

4.5.2 Analisis dan interpretasi hasil penelitian

Hasil analisis data menunjukkan bahwa ada hubungan antara kecanduan bermain game online dan depresi siswa; kontribusi variabel X terhadap Y sebesar 89,1% menunjukkan hubungan antara kecanduan bermain game online dan depresi siswa kelas VIII di UPTD SMP Negeri 4 Gunungsitoli; dan 10,9% terakhir menunjukkan hubungan antara kecanduan bermain game online dan depresi.

4.5.3 Perbandingan antara hasil dari kedua variabel dan teori yang ada hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kecanduan bermain game online terhadap depresi siswa VIII di UPTD SMP Negeri 4 Gunungsitoli ada dan positif. Selain itu, jika dibandingkan dengan teori yang mengatakan bahwa kecanduan bermain game online dapat menyebabkan depresi yang parah bagi siswa, hasilnya

menunjukkan bahwa ²pecandu internet memiliki kemungkinan lebih besar untuk menderita ²penyakit jiwa. Mereka menggunakan game online sebagai cara untuk menghubungkan diri dengan masalah ²dunia nyata (Hussain, Z. & Griffiths, M. D., ⁵2008). Menurut Lemmens, Valkenburg, dan Peter (2009), kecanduan game online didefinisikan sebagai penggunaan komputer atau smartphone yang berlebihan dan terus menerus, yang menyebabkan masalah sosial dan emosional, dan pemain tidak dapat mengendalikan tingkat ketergantungan mereka pada permainan.

¹¹Berdasarkan teori di atas, serta sesuai dengan temuan penelitian ini, siswa kelas VIII di UPTD SMP Negeri 4 Gunungsitoli menunjukkan adanya dan positif hubungan antara kecanduan bermain game online dan depresi. Dengan menghabiskan waktu yang berlebihan dan terus-menerus bermain game online, kecanduan bermain game online dapat berdampak negatif pada karakter dan prestasi belajar remaja. Dengan kata lain, siswa mengalami depresi saat bermain game terlalu banyak.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa depresi siswa kelas VIII di UPTD SMP Negeri 4 Gunungsitoli terkait dengan kecanduan bermain game online. Ada nilai kolerasi 0,891 dan taraf signifikansi 0.000 yang menunjukkan hubungan yang kuat antara variabel depresi (Y) dan variabel kecanduan bermain game online (X).

Berdasarkan kriteria di atas, nilai t hitung adalah 12.093 dan nilai t tabel adalah 1.684, jadi nilai t hitung dan nilai t tabel menunjukkan H_a diterima dan H_0 ditolak. Berdasarkan nilai signifikansi $0,00 < 0,05$, dapat disimpulkan bahwa untuk pengujian kedua variabel, H_a diterima dan H_0 ditolak. Di atas, kesimpulan dibuat bahwa variabel kecanduan bermain game online (X) dan variabel depresi (Y) kelas VIII di UPTD SMP Negeri 4 Gunungsitoli memiliki hubungan yang positif dan signifikan.

Seperti yang ditunjukkan oleh output data SPSS, ada korelasi positif antara kecanduan bermain game online dan tingkat depresi peserta didik. Peserta didik kelas VIII di UPTD SMP Negeri 4 Gunungsitoli memiliki kemungkinan mengalami depresi yang parah yang dapat mengganggu karakter mereka, prestasi akademik mereka, dan masa depan mereka.

5.2 Saran

5.2.1 Untuk Peserta Didik

Peserta didik yang belum memahami dampak kecanduan bermain game online dan depresi harus belajar lebih banyak tentang hal itu agar mereka dapat membatasi diri dan mengatasi depresi, yang dapat memberikan kerugian atau dampak buruk pada prestasi akademik mereka di masa depan.

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

18%

SIMILARITY INDEX

PRIMARY SOURCES

1	www.journal.unrika.ac.id Internet	166 words — 3%
2	123dok.com Internet	128 words — 2%
3	ejournal.indo-intellectual.id Internet	125 words — 2%
4	Kristina Laia, Justin Foera-era Lase, Hosianna Rodearni Damanik, Elizama Zebua. "Pengaruh Kesehatan Mental Terhadap Hasil Belajar Peserta Didik Di SMK Negeri 3 Gunungsitoli", Journal on Education, 2024 Crossref	83 words — 1%
5	repository.usd.ac.id Internet	83 words — 1%
6	repository.uin-suska.ac.id Internet	78 words — 1%
7	repository.radenintan.ac.id Internet	69 words — 1%
8	www.researchgate.net Internet	64 words — 1%

9	ojs.ekasakti.org Internet	62 words — 1%
10	3lib.net Internet	48 words — 1%
11	jer.or.id Internet	48 words — 1%
12	amadakr.blogspot.com Internet	35 words — 1%
13	Ahmad Fikri Zaelani, Octa Reni Setiawati, Sri Maria Puji Lestari. "Hubungan Kecanduan Bermain Game Online Dengan Depresi Pada Siswa SMP", Jurnal Psikologi Malahayati, 2019 Crossref	33 words — 1%
14	jurnal.peneliti.net Internet	33 words — 1%
15	jurnal.iicet.org Internet	32 words — 1%

EXCLUDE QUOTES ON
EXCLUDE BIBLIOGRAPHY ON

EXCLUDE SOURCES < 1%
EXCLUDE MATCHES OFF