



---

## EDUKASI PENCEGAHAN BAHAYA KECANDUAN GAME *ONLINE* PADA REMAJA DI SMPN ALOK MAUMERE

Oleh

Sitti Anggraini<sup>1</sup>, Agustinus Rudi Yanto<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu-Ilmu Sosial, Universitas Nusa Nipa

Email: <sup>1</sup>[anggimof@gmail.com](mailto:anggimof@gmail.com), <sup>2</sup>[yrudi2708@gmail.com](mailto:yrudi2708@gmail.com)

---

### Article History:

Received: 06-11-2021

Revised: 14-12-2021

Accepted: 27-12-2021

### Keywords:

Kecanduan, Game Online,  
Remaja

**Abstract:** Kecanduan game online adalah perilaku yang mengakses game online secara berlebihan seakan-akan tidak ada hal yang ingin dikerjakan selain bermain game dan seolah-olah game ini adalah hidupnya. Kecanduan ini dapat muncul karena ketidakmampuan merespon perkembangan teknologi. Tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah mengedukasi remaja di SMPN Alok Maumere untuk mengetahui bahaya dari kecanduan game online pada remaja. Metode yang digunakan adalah metode seminar dengan memberikan materi pengetahuan dan pemahaman tentang bahaya kecanduan game online dan metode eksperimental yaitu memberikan pre test sebelum diadakan seminar dan post tes setelah seminar berakhir. Hasilnya menunjukkan bahwa ada peningkatan pengetahuan tentang kecanduan game online pada remaja, hal ini terlihat dari adanya perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah kegiatan edukasi. Artinya para remaja mengetahui bahaya atau dampak negatif yang terjadi akibat dari kecanduan game online setelah diberikan edukasi pencegahan bahaya game online.

---

## PENDAHULUAN

Evolusi teknologi di era digital ini tidak bisa dipungkiri, sangat cepat. Salah satu produk perkembangan teknologi yang saat ini digemari oleh kalangan remaja adalah *game online*. Remaja dianggap lebih sering dan lebih rentan terhadap kecanduan *game online* daripada orang dewasa. Kegemaran remaja terhadap *game online* ternyata menghadirkan permasalahan yaitu kecanduan *game online*. Masalah kecanduan *game online* tersebut harus dilihat sebagai masalah yang muncul dari ketidakmampuan merespon perkembangan teknologi (Novrialdy & Atyarizal, 2019).

Berdasarkan data yang dirilis pada tahun 2014 oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII), tercatat pengguna internet aktif di Indonesia telah mencapai 24% atau sekitar 10,7 juta orang di tanah air. Pemain *game online* aktif di Indonesia diperkirakan berkisar 10,7 juta orang atau sekitar 10%. Jumlah pengguna internet atau *gamers* di Indonesia berdasarkan gender sebesar 51,43% laki-laki, dan 48,57% perempuan (Erik & Syenshie, 2020). Sementara menurut data yang diungkap Michael (2021) melalui



Merdeka.com, dilihat dari esports (sebuah kompetisi game), sekitar 58% berasal dari anak muda berusia di bawah usia 18 tahun dan sekitar 41% berasal dari kalangan millennial berusia 19-29 tahun.

Remaja saat ini mengalami berbagai perubahan dalam dirinya, baik secara fisik maupun psikologis, secara individu atau dalam peran sosialnya dalam keluarga, sekolah dan masyarakat. Remaja seiring tumbuh dan berkembangnya di era milenial saat ini akan banyak bersentuhan dengan kecanggihan teknologi yang memudahkan untuk memperoleh berbagai informasi yang remaja butuhkan. Remaja yang berada pada masa instabilitas, cenderung lebih mudah mencoba hal-hal baru (Jordan & Andersen, 2016 (dalam Novrialdy, 2019)).

Masa remaja juga melekat pada *stereotype* masa-masa bermasalah (Hurlock, 2010), yang memungkinkan seseorang bereksperimen dengan hal-hal baru dengan resiko menjadi perilaku yang bermasalah. Oleh karena itu, remaja yang kecanduan game online cenderung kurang tertarik pada aktivitas lain, merasa gelisah saat tidak bisa bermain *game online*, penurunan prestasi akademik, relasi sosial, dan kesehatan (Ghuman & Griffiths, 2012). Misalnya, seorang remaja asal Taiwan meninggal setelah bermain *game online* selama 40 jam non stop (Rania, 2018). Di Indonesia sendiri, 10 anak di Banyumas didiagnosis mengalami gangguan mental akibat kecanduan *game online* dan harus mendapat terapi di RSUD Banyumas (Aziz, 2018). Berdasarkan hasil distribusi tingkat kecanduan siswa kelas X MA Plus Al Mujammil, diperoleh tingkat kecanduan *game online* dari tidak kecanduan (38,5%), kecanduan sedang (15,3%), sampai kecanduan berat (46,1%) presentasi tertinggi berada pada kecanduan berat (Ikbal, dkk, 2021).

Survei *Entertainment Software Association* (ESA) menemukan bahwa setiap orang memiliki minimal satu *smartphone* yang bisa difungsikan buat bermain *game*, sementara 32% dari *gamers* adalah anak berusia di bawah 18 tahun dan sekitar 10% dari remaja berusia 10-18 tahun bermain *game online* dengan durasi 1 jam atau lebih perharinya. Bioulac, dkk (2008) mengungkapkan bahwa remaja yang bermain lebih dari 1 jam di internet *game online* mempunyai kemungkinan tanda-tanda gangguan pemusatan perhatian dan hiperaktivitas (GPPH) yang lebih intens daripada mereka yang tidak bermain game. Mereka seperti bisa mempertahankan perhatian mereka lebih lama di depan *game online* daripada permainan tradisional atau belajar.

*Game online* akan berdampak positif bila dimanfaatkan buat hiburan, di mana segala rasa penat dan stres bisa dikurangi dengan bermain *game*. Tetapi yang terjadi saat ini, *game online* banyak dimainkan secara berlebihan dan dipakai sebagai tempat untuk melarikan diri dari kehidupan nyata sehingga yang terjadi adalah kecanduan *game online* (Hussain & Griffiths, 2009). Kecanduan *game online* merupakan salah satu jenis bentuk kecanduan dari teknologi internet atau yang lebih dikenal dengan *internet addictive disorder*, (Young, 2011). Han, Hwang & Renshaw (2010), bermain *game online* bisa dikatakan bermasalah bila dimainkan melebihi 4 jam setiap hari. Ghuman & Griffiths (2012) mengungkapkan dampak dari kecanduan *game online* merupakan kehilangan kontrol atas waktu, menurunnya prestasi akademik, relasi sosial, financial dan kesehatan. Selanjutnya Samuel (dalam Surya, 2014), menyatakan sebagian orang tua menuding *game* menjadi penyebab nilai anak turun, anak tidak sanggup bersosialisasi, dan tindakan kekerasan yang dilakukan anak. Profesor Psikologi Douglas A. Gentile, yang menjalankan media *Research Laboratorium* di Universitas



Lowa State “seorang anak yang sudah kecanduan *game* yang berlebihan sampai-sampai mempengaruhi kejiwaannya misalnya gelisah, depresi, dan fobia sosial akan semakin memburuk dan nilai sekolah akan merosot. Tetapi, bila seorang anak berhenti dari kecanduan maka rasa gelisah, depresi dan fobia sosial akan membaik (Gentile, dkk., 2004). Lebih dari 70% responden laki-laki pada penelitian sebelumnya memperlihatkan bahwa mereka pernah memainkan adegan perkelahian menggunakan senjata maupun tangan kosong dan hampir semuanya menyatakan senang dengan adegan kekerasan yang terdapat di *game online* (Sunarto, dkk., 1998). Dampak negatif lain dari *game online* adalah manajemen waktu yang buruk, acuh tak acuh pada lingkungan, sering mengkhayal untuk bermain *game online*, kurang konsentrasi dalam belajar dan dimarahi orang tua (Fahrudin dalam Surya, 2014). Para peneliti juga berkata bahwa remaja yang bermain *game online* kekerasan untuk waktu relatif lama cenderung agresif, lebih rentan terhadap konfrontasi dan cenderung aktif dalam perkelahian dengan teman-teman mereka dan terjadinya penurunan prestasi belajar (Gentile et al., 2004).

*Game online* merupakan permainan yang bersifat soliter yang dimainkan sendiri tanpa orang lain, dengan tujuan untuk mengurangi jumlah hubungan sosial anak dengan teman sebayanya (Findrianti, 2002), Khan (2007), Kehidupan pemain *game* berdampak tingkat emosional yang tinggi, menyendiri, atau mengalami kesulitan dalam berinteraksi di kehidupan sosial yang nyata daripada berinteraksi di dunia maya. Gentile (2009) berpendapat bahwa semakin banyak waktu yang dihabiskan seorang anak untuk bermain *game online* maka akan semakin besar pula dampak negatif yang akan ditimbulkan seperti tidak peduli dengan lingkungan disekitarnya.

Ada beberapa pendapat mengenai pembagian *tipe game online*, tetapi pada dasarnya, berdasarkan jenis permainan *game online* dibagi menjadi: *action, adventure, compilation, educational, fighting, home, puzzle, racing, role-playing, shooter, simulation, sports, strategy, traditional, dan adult game*, Rendi (dalam Surya, 2014). Ada penelitian lain yang mengklasifikasikan gamer menjadi lebih spesifik yaitu *low frequency* gamer adalah gamer yang bermain kurang dari 1jam perhari, *High frequency* gamer adalah gamer yang bermain lebih dari 7 jam perminggu dan *heavy frequency* gamer adalah gamer yang bermain lebih dari 2 jam sehari atau lebih dari 14 jam seminggu (Griffiths, 2010).

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara di sekolah SMPN Alok Maumere ditemukan sebagian besar siswa/siswi SMP Negeri Alok sudah menjadi pengguna aktif *game online*. Penulis menemukan bahwa remaja bermain *game online* dengan rata-rata waktu yang digunakan 2-8 jam/hari bahkan lebih. Remaja laki-laki biasa bermain 4-8 jam/hari dan remaja perempuan 2-4 jam/hari. *Game online* yang sering dimainkan adalah

*PUBG, Free Fire* dan *Mobile Legends*. Ada juga yang mengatakan bahwa bermain *game* lebih baik ketimbang jalan-jalan, bahkan ada yang sampai mengatakan belajar itu membosankan daripada bermain *game*. Ada beberapa siswa yang tengah bermain *game* saat istirahat hingga topik perbincangan yang diketahui pun cenderung seputar *game online*. Disini kita bisa mengetahui bahwa siswa/siswi yang dimaksud sudah mengalami ketergantungan sehingga menimbulkan dampak yang tidak sesuai harapan diantaranya menurunnya motivasi belajar, menurunnya konsentrasi, dan menurunnya kesiapan belajar.

Kebanyakan remaja di SMPN Alok, mengalami kegagalan dalam beberapa aspek kehidupan, **Pertama** aspek akademik yaitu capaian nilai hasil belajar menurun, karena malas belajar dan malas mengerjakan tugas yang diberikan. **Kedua** aspek kesehatan, yaitu anak



yang kecanduan cenderung terlihat lesuh, tidak bersemangat dalam melakukan aktifitas didalam maupun diluar kelas dan kondisi fisikpun memprihatinkan, seperti mata terlihat cekun kedalam dan berwarna hitam pada kelopak mata serta badan yang kurus. **Ketiga** aspek psikologi, mudah marah, mengekskspresikan emosi cenderung agresif berupa tindakan dan ungkapan juga kasar/kotor. **Keempat** aspek sosial, yaitu kaku dalam berinteraksi/besosialisasi, dan dalam kelas cenderung pasif. Empat aspek ini sebagai diketahui sebagai resiko/dampak dari kecanduan *game online* pada remaja di SMPN Alok.

Kecanduan *game online* dapat memberikan dampak buruk terhadap remaja. Sehingga diperlukan upaya agar remaja dapat terhindar dari kecanduan *game online*. Telah banyak penelitian yang dilakukan tentang kecanduan *game online*. Namun dari banyaknya penelitian tersebut, masih sedikit sekali penelitian yang lebih fokus terhadap upaya pencegahan kecanduan *game online*.

### **Solusi dan Target**

Solusi yang diberikan untuk mengatasi permasalahan kecanduan *game online* yang terjadi pada remaja di SMPN Alok Maumere yaitu dengan memberikan edukasi melalui kegiatan seminar tentang pentingnya upaya pencegahan terhadap kecanduan *game online*.

Target yang ingin dicapai dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah meningkatkan kesadaran dan wawasan remaja sebagai penguatan dalam meminimalisir resiko yang akan terjadi dari kecanduan *game online*.

### **METODE**

Metode yang digunakan dalam pengabdian kepada masyarakat (PKM) adalah metode seminar dengan tema "Pencegahan kecanduan *game online* pada remaja di SMPN Alok Maumere". Sebelum melakukan seminar, tim PKM dari Program Studi Psikologi Universitas Nusa Nipa, melakukan observasi dan wawancara terkait permasalahan yang dihadapi oleh remaja di SMPN Alok Maumere. Setelah menemukan permasalahan tim PKM berkoordinasi dengan guru bimbingan konseling dan kepala sekolah SMPN Alok Maumere untuk melakukan edukasi pencegahan kecanduan *game online* di SMPN Alok Maumere. Setelah itu ditentukan jadwal pelaksanaan edukasi dalam bentuk seminar pada hari Sabtu, tanggal 13 November 2021. Sebelum pelaksanaan seminar, tim PKM melakukan *pre test* untuk mengukur sejauh mana pengetahuan remaja tentang kecanduan *game online*, dan melakukan *post test*, setelah seminar untuk mengetahui apakah terjadi peningkatan pengetahuan setelah diberikan seminar tersebut. Untuk mempermudah pengambilan sampel, peneliti mengambil dengan berpedoman pada observasi dan wawancara melalui kuisioner. Total subjek berjumlah 20 remaja/siswa SMP Negeri Alok, kelas VII, VIII dan IX di ambil secara acak yaitu remaja yang pernah bermain *game online*. Sampel penelitian ini berusia 13-17, karena usia ini merupakan usia dimana remaja memiliki kebutuhan-kebutuhan dasar yang harus dipenuhi dan juga merupakan masa penuh dengan masalah dan pencarian jati diri. Oleh karena itu peneliti melakukan edukasi tentang pencegahan bahaya kecanduan *game online* pada remaja dengan tujuan merubah pemahaman remaja agar remaja mampu menghindari bahaya yang akan terjadi.





**Gambar 1. Pre Test**



**Gambar 2. Seminar  
Pencegahan Bahaya  
Kecanduan Game Online**



**Gambar 3. Post Test**

## HASIL

*Game online* memiliki pengaruh yang besar terhadap perkembangan fisik dan psikologis remaja. Remaja dapat mengalami perubahan pola pikir dan perilaku ketika secara berlebihan mengakses *game online*, mengalami kecanduan bahkan kelumpuhan yang fatal hingga kematian. Remaja yang sering memainkan *game online* ini pastinya menjadi kecanduan yang membuat mereka sampai lupa waktu meskipun terlalu antusias dengan *game online* ini, beberapa remaja melupakan kegiatan yang bermanfaat. Masalah yang timbul dari aktivitas bermain *game online* yang berlebihan tidak sedikit, diantaranya kurang peduli terhadap kegiatan sosial, kehilangan kontrol atas waktu, menurunnya prestasi akademik, relasi sosial, finansial, kesehatan, dan fungsi kehidupan lain yang penting. Bahaya utama yang ditimbulkan akibat kecanduan *game online* adalah investasi waktu ekstrem dalam bermain. Penggunaan waktu yang berlebihan untuk bermain *game online* membuat terganggunya kehidupan sehari-hari. Remaja yang kecanduan *game online* semakin tidak mampu untuk mengatur waktu bermain. Akibatnya, remaja mengabaikan dunia nyata dan peran didalamnya (Novrialdy, 2019).

Hasil pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat di SMP Negeri Alok, Kelurahan Kota Uneng, Kabupaten Sikka dapat dijelaskan sebagai berikut:

- Langkah awal yang dilakukan oleh tim PKM adalah melakukan observasi dan wawancara selama satu minggu kepada anak-anak, dan guru di SMP Negeri Alok terkait kecanduan *game online*. Tujuannya adalah untuk mengali informasi terkait kecanduan *game online*. Setelah itu berkoordinasi dengan guru bimbingan konseling dan kepala sekolah SMPN Alok Maumere, terkait pelaksanaan seminar.
- Jadwal pelaksanaan Seminar Pencegahan Bahaya Kecanduan *Game Online* Pada Remaja dilaksanakan pada hari Sabtu, tanggal 13 November 2021, Pukul 09.00-12.00 wita, bertempat di SMP Negeri Alok, Kelurahan Kota Uneng, Kabupaten Sikka-NTT,



yang dihadiri oleh dua orang tim PKM dari Universitas Nusa Nipa 6 guru SMPN Alok beserta 20 orang siswa peserta seminar.

- c. Sebelum melakukan seminar peneliti menyebarkan kuesioner (*pretest*) untuk mengetahui seberapa dalam pengetahuan siswa/siswi terkait bahaya kecanduan *game online* pada remaja. Kemudian dilanjutkan dengan pelaksanaan seminar oleh tim PKM yang dilakukan dengan metode ceramah (60 menit) kemudian diikuti oleh diskusi/tanya jawab (60 menit). Materi yang diberikan meliputi: 1). Latar belakang masalah, 2). Pengertian *game online*, 3). Jenis-jenis *game online*, 4) Faktor-faktor *game online*, 5) Dampak dari *game online* 6). Pengertian kecanduan *game online* 7). Karakteristik kecanduan *game online*, 8). Faktor-faktor yang mempengaruhi kecanduan *game online*, 9). Dampak kecanduan *game online*, 10). Upaya pencegahan kecanduan *game online*.
- d. Hasil penelitian menunjukkan nilai mean *pre test* (59.1500) dan *post test* (80.9500). Terjadi peningkatan pengetahuan tentang bahaya kecanduan *game online* terhadap remaja hal ini terlihat dari perbedaan hasil *pre test* dan *post-test* yang dihitung sebelum dan sesudah kegiatan seminar.

## DISKUSI

Menurut Rahman, 2019 (dalam Ikbal, dkk, 2021), siswa yang tidak mengalami kecanduan, jika secara terus menerus bermain *game online* dapat menjadi kecanduan *game online*, baik itu pada tingkat ringan ataupun berat karena tubuh bagian limbik akan merangsang mengeluarkan dopamin yang akan menimbulkan rasa kesenangan dan rasa ketagihan untuk mengulangi kesenangan tersebut. Soebastian (2010), menjelaskan individu yang mengalami kecanduan, jika kecanduan itu tidak segera diatasi dengan benar akan menimbulkan tidak terkontrolnya diri karena tidak bisa mengurangi waktu bermain sehingga menyebabkan hubungan sosial menjadi terhambat selain itu menyebabkan terabainya tugas remaja.

Salah satu faktor pencegahan kecanduan *game online* adalah *education* atau pendidikan. Pendidikan dapat ditujukan untuk membangun kognisi yang baik sehingga remaja memiliki pemahaman tentang bahaya kecanduan *game online*. Pencegahan ini penting dilakukan karena pemain *game online* mungkin tidak menyadari potensi konsekuensi negatif dari *game online* sehingga membuatnya menjadi pecandu *game online*. Hal ini diperkuat oleh Lubis, 2018 (dalam Ikbal, dkk, 2021) yang menjelaskan bahwa upaya untuk mengurangi dan mereduksi tingkat kecanduan *game online* yang dialami oleh seseorang yaitu dengan memberikan rekonstruksi kognitif yang dapat dilakukan melalui edukasi dalam bentuk seminar atau adanya pendidikan tentang bahaya kecanduan *game online*.

Hasil penelitian menunjukkan nilai *mean pre test* (59.1500) sedangkan *mean post test* (80.9500). Hasil penelitian menunjukkan terjadi peningkatan pengetahuan tentang kecanduan *game online* pada remaja, hal ini terlihat dari adanya perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah kegiatan seminar. Artinya remaja mengetahui bahaya/dampak negatif dari kecanduan *game online* dengan cara meningkatkan kesadaran dan wawasan remaja sebagai penguatan dalam meminimalisir resiko yang akan terjadi dari kecanduan *game online*. Oleh karena itu sebagai remaja yang cerdas, mereka mampu menggunakan fasilitas teknologi dengan bijak mestinya dimanfaatkan untuk hiburan



sewajarnya agar segala bentuk bahaya bisa dimanimalisir dengan baik.

## KESIMPULAN

Kecanduan *game online* bisa terjadi disebabkan kurangnya kontrol diri dan pengasuhan orang tua, depresi dan stres. Sehingga berdampak pada perilaku remaja diantaranya acuh tak acuh pada kegiatan lain, memunculkan rasa tak tenang, kehilangan kontrol atas waktu, menurunnya prestasi akademik, relasi sosial, finansial dan kesehatan. Dengan demikian remaja yang mengalami kecanduan, perlu mengikuti beberapa cara antara lain yaitu *attention switching* (mengalihkan perhatian), *dissuasion* (pemberian arahan/nasihat), *education* (pendidikan/pengetahuan).

Hasil penelitian menunjukkan nilai *mean pre test* (59.1500) sedangkan *post test* (80.9500). Hasil penelitian menunjukkan terjadi peningkatan pengetahuan tentang kecanduan *game online* pada remaja, hal ini terlihat dari adanya perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah kegiatan seminar. Seminar yang dilakukan guna membuka wawasan/merubah pemahaman berhasil dibuktikan dari hasil tes yaitu *pre test* dan *post test* yang mengalami peningkatan. Oleh karena itu sebagai remaja yang cerdas, mereka mampu menggunakan fasilitas teknologi dengan bijak mestinya dimanfaatkan untuk hiburan sewajarnya agar segala bentuk bahaya bisa dimanimalisir dengan baik.

## DAFTAR REFERENSI

- [1] Aziz, A. Kecanduan game online, 10 anak Banyumas alami gangguan mental. (2018). Diakses 7 November 2021, <https://www.merdeka.com/peristiwa/kecanduan-game-online-10-anak-di-banyumas-alami-gangguan-mental.htm>
- [2] Bioulac, S., Arfi, L., Bouvard, M .P. Attention Deficit/Hyperactivity Disorder and Games: A Comparative Study of Hyperactive and control Children. European psychiatry. Vol.23 No.2. (2008): 134-141. <http://www.cdgr.edu/publications/attention-deficithyperactivity-disorder-and-games-a-comparative-study-of-hyperact> Diakses; 28 Desember 2021.
- [3] Erik, Sinsu & Syenshie, W, Virgini. Hubungan Durasi Bermain Game Online Dengan Kesehatan Mental Pada Remaja Pria. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Jiwa*. Vol.2. No.2. (2020): 69-76.
- [4] Findrianti, L., 2002. Hubungan Frekuensi Bermain Video Games dengan Tingkat Kematangan Sosial pada Anak. Malang: UNIKOM.
- [5] Fitri, Emria., Erwinda, Lira., Ifdil, Ifdil. Konsep Adiksi Game Online dan Dampaknya terhadap Masalah Mental Emosional Remaja Serta Peran Bimbingan Dan Konseling. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*. Vol.4. No.3. (2018): 211-219.
- [6] Gentile, D. A., Lynch PJ, Linder JR, et al. The Effects of Violent Game Habits on Adolescent Hostility, Aggressive Behaviors, and School. Performance. *Journal of Adolescence*. Vol. 27. (2004): 5-22.
- [7] Gentile, D. A., Anderson C. A, Yukawa, S., et al. The Effects of Prosocial Video Games on Prosocial Behaviors: International Evidence from Correlational, Longitudinal, and Experiment, National Institute of Health. Vol.5. No.1. (2009). <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2678173/> Diakses: 28 Desember 2021
- [8] Ghuman, D., & Griffiths, M. D. A Cross-genre Study of Online Gaming: Player Demographics, Motivation for Play and Social Interactions among Players. *International*



- Journal of Cyber Behavior, Psychology and Learning*. Vol.2. No.1. (2012): 13–29.
- [9] Griffiths, M. D. Computer Game Playing and social skills: a Pilot Study. Aloma. Nottingham Trent University. Vol. 27. (2010): 301-310.
- [10] Han, D. H., Wang, J. W. , & Renshaw, P. F. Bupropion Sustained Release Treatment Decreases Craving for Video Games and Cue-induced Brain Activity in Patients with Internet Video Game Addiction. *Experimental and Clinical Psychopharmacology*. Vol. 18. No.4. (2010): 297-304. <https://doi.org/10.1037/a0020023>.
- [11] Hurlock, B. (2010). Psikologi Perkembangan. Jakarta: Airlangga.
- [12] Ikbal, Iik., Wikanengsih., Septian, M., Rezza. Profil Tingkat Kecanduan Game Online Peserta Didik Kelas X Ma Plus Al Mujammil Garut. *Fokus*. Vol.4. No.1. (2021): 56-65
- [13] Irmak, A. Y., Erdogan, S. Digital Game Addiction among Adolescents and Younger Adults: A Current Overview. *Turkish Journal of Psychiatry*, Vol.27 No.2. (2015): 1-10.
- [14] Khan, M. K. Emotional and Behavioral Effects of Video Games and Internet Overuse. USA: Elsevier. Vol.69. No.2. (2007): 508-520. <http://www.gla.ac.uk/schools/education/research/publications/> Diakses: 28 Desember 2021.
- [15] Michael, 2021. Indonesia Disebut Jadi Pendorong Utama Pertumbuhan Esports Asia Tenggara. Merdeka.com. <https://www.merdeka.com/teknologi/indonesia-disebut-jadi-pendorong-utama-pertumbuhan-esports-asia-tenggara.html> diakses 24 Oktober 2021
- [16] Novrialdy, Eryzal & Atyarizal, Rozi. Online Game Addiction in Addolescent: What should School Counselor do? *Jurnal Konseling dan Pendidikan*. Vol.7. No. 3. (2019): 97-103.
- [17] Novrialdy, Eryzal. 2019. *Kecanduan Game Online pada Remaja: Dampak dan Pencegahannya*. Prodi S2 Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang. Vol.27. No.2 (2019): 148-158.
- [18] Pemerintahan Jambi, Dinas Pendidikan. 2021. <http://disdik.jambikota.go.id/berita/detail/edukasi-adalah-pendidikan-ketahui-jenis-jenis-dan-manfaatnya> diakses 24 November 2021
- [19] Rania, D. 2018. 7 kematian tragis gara-gara kecanduan game online. Mirisnya kejadian seperti ini makin sering terjadi. <https://www.hipwee.com/feature/7-kematian-tragis-gara-gara-kecanduan-game-mirisnya-kejadian-seperti-ini-makin-sering-terjadi/> diakses 22 November 2021
- [20] Soebastian, C. O. 2010. Dampak Psikologis Negatif Kecanduan Permainan Online Pada Mahasiswa. *Doktoral Dissertation*, Prodi Psikologi UNIKA Soegijapranata
- [21] Young, K. S. CBT-IA: The First Treatment Model for Internet Addiction. *Journal of Cognitive Psychotherapy*. Vol.25. No.4. (2011): 304-312. <https://doi.org/10.1891/0889-8391.25.4.304>.