

The Influence Of Social Support And Self-Control on Online Game Addiction in Adolsents in the Sidoarjo Region

[Pengaruh Dukungan Sosial dan Kontrol Diri Terhadap Kecanduan Game Online Pada Remaja Di Wilayah Sidoarjo]

Vivit Arini¹⁾, Nurfi Laili ^{*,2)}

¹⁾Program Studi Psikologi, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

²⁾ Program Studi Psikologi, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

*Email Penulis Korespondensi: nurfilaili@umsida.ac.id

Abstract. *This study aims to determine the effect of social support and self-control on online gaming addiction in adolescents in the Sidoarjo region. This study used a quantitative approach with a non-experimental correlational survey method. The sample size was 364 adolescents aged 16-19 years who were active online gamers for 2-3 hours per day, selected using purposive sampling. The research instruments were a social support scale, a self-control scale, and an online gaming addiction scale, each of which had been tested for validity and reliability. In addition, the results of the regression test showed that social support and self-control simultaneously had a significant effect on online gaming addiction with a contribution of 90.2. This study emphasizes the important role of the social environment and self-control abilities in preventing online gaming addiction in adolescents.*

Keywords - social support, self-control, online game addiction, adolescents

Abstrak. *Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial dan kontrol diri terhadap kecanduan game online pada remaja di wilayah Sidoarjo. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei korelasional non-eksperimental. Jumlah sampel penelitian adalah 364 remaja berusia 16-19 tahun yang merupakan gamer online aktif selama 2-3 jam per hari yang dipilih dengan purposive sampling. Instrumen penelitian adalah skala dukungan sosial, skala pengendalian diri, dan skala kecanduan game online yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Selain itu, hasil uji regresi menunjukkan bahwa dukungan sosial dan kontrol diri secara simultan berpengaruh signifikan terhadap Kecanduan bermain game online dengan kontribusi sebesar 90,2%. Penelitian ini menekankan pentingnya peran lingkungan sosial dan kemampuan pengendalian diri dalam mencegah kecanduan game online pada remaja.*

Kata Kunci - dukungan sosial, kontrol diri, kecanduan game online, remaja

I. PENDAHULUAN

Remaja merupakan fase peralihan, di mana seseorang telah keluar dari masa kanak-kanak yang rentan dan tergantung, tetapi belum sepenuhnya memasuki fase dewasa yang kokoh dan bertanggung jawab, baik terhadap diri sendiri maupun komunitas. Seiring dengan perkembangan masyarakat, masa remaja semakin diperpanjang karena individu perlu bersiap-siap untuk beradaptasi dengan masyarakat yang beragam dan kebutuhan yang ada [1]. Remaja didefinisikan sebagai periode transisi perkembangan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa, yang berlangsung antara usia 10-19 tahun (Santrock dalam Laksono dkk) [3]. Remaja melalui fase pertumbuhan dan perkembangan. Tanda-tanda perkembangan pada remaja dapat dilihat dari aspek fisik, mental, dan sosial [4]. Secara fisik, remaja mengalami perubahan tubuh, sementara perkembangan otak mereka masih dalam tahap pertumbuhan. Dari segi mental, terdapat perubahan yang berkaitan dengan motivasi dan pembentukan identitas, serta dari aspek sosial, remaja terlibat dengan lingkungan dan menerima dukungan dari teman-teman sebaya [5].

Berdasarkan informasi dari Badan Pusat Statistik (BPS) serta sejumlah studi lokal, lebih dari 46% anak dan remaja di Indonesia memperlihatkan tanda-tanda ketergantungan pada game online. Jumlah pengguna game aktif di seluruh dunia diperkirakan mencapai 2,95 miliar gamer. Filipina merupakan negara dengan proporsi pengguna internet yang bermain game online tertinggi di dunia yaitu 96,6%. Diikuti oleh Indonesia dengan 94,9% dan Vietnam dengan 93,9%. WHO menggambarkan kecanduan bermain game sebagai pola perilaku bermain yang terulang, baik di platform online maupun offline. Tanda-tanda kecanduan ini dapat terlihat melalui beberapa indikasi seperti ketidakmampuan untuk mengendalikan waktu bermain, mengutamakan permainan di atas kebutuhan hidup lainnya, serta terus bermain meskipun berdampak buruk.. Menurut Lemmens, Valkenburg, dan Peter, kecanduan game online dapat diartikan sebagai penggunaan komputer atau smartphone yang berlebihan dan dilakukan secara terus-menerus, yaitu bermain game online selama 2-3 jam setiap hari [6]. Bermain game secara konsisten dapat mengganggu kehidupan seseorang. Ini terjadi ketika seseorang bermain game sebanyak 1 hingga 3 kali sehari masing-masing sesi berlangsung

selama 4 jam dan mereka sangat fokus pada permainan tersebut [7]. Hal ini mengakibatkan munculnya masalah dalam aspek sosial dan emosional, serta membuat pemain game tidak mampu mengontrol kegiatan bermain game dengan baik [8].

Kecanduan game online menunjukkan sejauh mana seseorang terikat secara berlebihan dengan bermain game online, diukur dengan skala psikologis berdasarkan indikator kecanduan Young atau alat ukur lain yang telah distandarisasi. Kecanduan game online ditunjukkan melalui delapan aspek perilaku khas yang menjadi indikator utama. Pertama *Salience*, Pemain game akan selalu berpikir dengan game online sedang dimainkan karena telah menjadi hal yang cukup penting baginya, sehingga lebih banyak waktu luang yang akan digunakan untuk bermain game online. Individu menunjukkan keinginan yang kuat untuk terus bermain game, menghabiskan waktu yang semakin banyak untuk aktivitas tersebut, serta merasakan adanya kecenderungan perilaku kecanduan. Kedua, *Tolerance* tahap ini ditandai ketika seseorang mulai bermain game secara lebih serius, yang perlahan tapi pasti meningkatkan durasi waktu yang digunakan untuk bermain. Pemain merasakan tantangan untuk berhenti bermain game online, dan cenderung memperpanjang sesi bermain mereka. Seseorang mengalami kendala dalam mengakhiri aktivitas bermain game setelah mereka mulai. Ketiga hilangnya *Mood Modification* yang merupakan ketidakmampuan seseorang untuk mengurangi atau menghentikan kebiasaan bermain game meskipun dia sudah menyadari dampak buruknya. Pemain akan merasakan perubahan suasana hati yang lebih baik dan meningkat saat ia mulai bermain game online. Individu menggunakan aktivitas bermain game sebagai bentuk pelarian untuk menghindari stres atau tekanan yang dirasakan. Keempat *Relapse*, Setelah tidak bermain game untuk beberapa waktu, seseorang memiliki kecenderungan untuk kembali pada pola bermain game sebelumnya. Ketika pemain game online berusaha kurangi waktu bermainnya, di tahap kecanduan pemain akan selalu kembali ke kebiasaan awal dan gagal dalam usaha untuk mengurangi waktu maupun intensitas bermain. Individu merasa tidak berhasil dalam mengurangi durasi waktu bermain game meskipun telah memiliki keinginan atau upaya untuk membatasinya. Kelima *Withdrawal*, Emosi yang tidak menyenangkan dan atau fisik yang terjadi ketika bermain game tiba-tiba berkurang atau dihentikan. Individu merasakan ketidaknyamanan emosional, seperti perasaan tidak enak, mudah marah, dan stres ketika tidak dapat bermain game. Akibatnya, para pemain game online akan menghadapi tantangan yang lebih besar untuk melepaskan diri dari kecanduan bermain game online yang berlarut-larut.. Muncul seperti rasa cemas, gelisah, atau cepat marah saat tidak bermain game. Keenam *Conflict*, Dimana individu lebih banyak menghabiskan waktu di dunia virtual dibandingkan berinteraksi langsung dengan orang di sekitarnya. Individu sering terlibat dalam konflik atau pertengkaran serta menunjukkan kecenderungan mengabaikan orang lain, seperti anggota keluarga maupun teman. Ketujuh *Problems*, Dimana permainan digunakan sebagai alat untuk melupakan atau menghindari masalah pribadi dan tekanan hidup. Individu menunjukkan sikap kurang peduli terhadap aktivitas-aktivitas penting, mengalami kekurangan waktu tidur, serta merasakan kondisi fisik yang tidak nyaman setelah bermain game dalam durasi yang lama [9]. Kecanduan game online dipengaruhi oleh berbagai faktor sosial dan psikologis. Kesepian dan kebutuhan berafiliasi mendorong individu mencari interaksi sosial melalui dunia virtual. Dukungan teman sebaya dapat menjadi pelindung atau justru pendorong kecanduan, tergantung kualitas dukungan yang diberikan. Dukungan keluarga yang kurang atau pola asuh yang salah meningkatkan risiko anak menjadikan game sebagai pelarian. Lingkungan sosial yang memfasilitasi bermain game berlebihan juga berpengaruh. Selain itu, keterampilan sosial yang rendah membuat individu lebih nyaman berinteraksi di dunia virtual, sehingga rentan terhadap kecanduan[10]. Menurut peneliti terdahulu menemukan bahwa kontrol diri memiliki korelasi negatif yang signifikan terhadap kecanduan game online. Menurut King dan Delfabbro (dalam Novrialdy) kecanduan game online dapat memberikan efek buruk pada remaja yang mengalami hal ini baik dari segi kesehatan yaitu memiliki sistem kekebalan yang rendah disebabkan oleh minimnya olahraga, kurangnya jam tidur, dan sering makan di waktu yang tidak tepat [11].

Berdasarkan hasil survei awal yang dilakukan terhadap 20 responden terdapat sebanyak 6 atau 30% responden menunjukkan perilaku memikirkan game sepanjang hari (aspek *salience*), sebanyak 5 atau 25% responden yang menunjukkan perilaku bermain game lebih lama dari waktu yang ditetapkan (aspek *tolerance*) kemudian sebanyak 7 atau 35% responden yang menunjukkan perilaku bermain game untuk menghilangkan stress di kehidupan nyata (aspek *mood modification*), lalu sebanyak 5 atau 25% menunjukkan perilaku seperti merasa gagal saat mencoba untuk mengurangi bermain game (aspek *relapse*), selanjutnya sebanyak 1 atau 5% responden menunjukkan perilaku merasa tertekan ketika tidak dapat bermain game (aspek *withdrawal*), terdapat sebanyak 6 atau 30% responden menunjukkan perilaku seperti bertengkar dan mengabaikan orang lain hanya karena bermain game (aspek *conflict*) , terdapat sebanyak 7 atau 35% responden menunjukkan perilaku seperti mengabaikan aktifitas lainnya misalnya, sekolah hanya untuk bermain game (aspek *problems*). Dapat disimpulkan bahwa masih terdapat responden menunjukkan perilaku kecanduan game online, dan ini sesuai dengan aspek kecanduan game online yang dikemukakan oleh Young [21].

Menurut Taylor, Peplau, dan Sears, dukungan sosial didefinisikan sebagai pertukaran antarindividu yang ditandai dengan perhatian emosional, bantuan praktis, penyediaan informasi, atau bentuk pertolongan lainnya [13]. Dukungan sosial mencakup bantuan langsung, saran, dorongan, persahabatan, dan ungkapan kasih sayang, yang semuanya berkaitan dengan hasil positif bagi mereka yang menghadapi berbagai dilema dan tekanan hidup [14].

Sarafino dan Timothy mendefinisikan apa yang dimaksud dengan dukungan sosial yaitu suatu bentuk rasa nyaman, diperhatikan, dihargai, atau terbantu yang didapatkan dari orang lain maupun suatu kelompok.. Mereka menambahkan bahwa orang-orang yang menerima dukungan sosial memiliki keyakinan bahwa mereka dicintai, bernilai dan merupakan bagian dari kelompok yang dapat menolong mereka disaat membutuhkan bantuan [14]. House mendefinisikan dukungan sosial sebagai penekanan pada peran hubungan sosial, kehadiran significant other dalam mendukung individu saat menghadapi tekanan dapat meredakan dampak dari tekanan yang dihadapi individu tersebut [15]. Dukungan-dukkungan tersebut dapat berupa pemberian dukungan emosional, penilaian, instrumental dan informasi yang dapat membantu individu dalam mengatur pikirannya, perasaannya dan perilakunya yang berguna untuk merespon tekanan yang dihadapinya.

Aspek dukungan sosial menurut Zimmet yaitu, (1) Dukungan keluarga: dukungan ini berasal dari anggota keluarga, seperti orang tua, atau saudara yang memberi rasa aman dan perhatian. Individu merasakan bahwa orang tua benar-benar memberikan bantuan yang berarti, tidak hanya dalam bentuk tindakan nyata tetapi juga dukungan emosional. Ia merasa memiliki sosok yang bersedia mendengarkan setiap keluhan dan perasaannya, sehingga bantuan yang diberikan orang tua dirasakan tulus dan penuh kepedulian.. (2) Dukungan dari teman: dukungan ini berasal dari teman sebaya, sahabat, atau teman dekat. Individu merasakan adanya kebaikan dan bantuan yang diberikan secara sungguh-sungguh oleh teman-temannya. Individu juga memiliki teman yang dapat diandalkan ketika membutuhkan bantuan, serta teman yang bersedia berbagi suka dan duka dan memberikan perhatian dengan mendengarkan keluhan kesah yang disampaikan. (3) Dukungan dari *significant others*: dukungan ini datang dari seseorang yang sangat dekat secara emosional atau dapat dikatakan pasangan, sahabat terbaik, atau seseorang yang dianggap penting. Individu merasa bahwa selalu ada orang yang hadir ketika ia membutuhkan bantuan atau dukungan. Ia juga merasa memiliki seseorang yang dapat diajak berbagi suka dan duka, menjadi sumber penghiburan, serta menunjukkan kepedulian terhadap kehidupan dan perasaannya.

Hal ini sejalan dengan penelitian lainnya, di mana sebagian besar partisipan menunjukkan minat yang rendah untuk bermain permainan game online. Keinginan yang minim untuk bermain game daring dapat menurunkan ketergantungan bermain game daring di kalangan remaja. [16]. Pengurangan niat bermain game online dapat dikendalikan dengan tindakan preventif dengan cara mengurangi dukungan sosial untuk bermain game online. Pengurangan dukungan sosial dapat dilakukan oleh keluarga dengan memberikan perangkat elektronik sesuai kebutuhan dan memberikan uang saku yang cukup. Pengurangan bantuan sosial juga bisa dilaksanakan oleh remaja dengan memilih pertemanan yang positif dan tidak mengarah pada kecanduan bermain game online. Jika remaja sudah terlanjur kecanduan game online, mayoritas akan sulit untuk keluar dari kecanduan tersebut [17]. Di sisi lain dalam studi Laksono meneliti lebih dari 400 termasuk remaja di Yogyakarta. Mereka menemukan hubungan negatif antara kecanduan game online dengan dan dukungan sosial remaja. Semakin tinggi tingkat kecanduan seseorang, semakin rendah kemampuan mereka untuk berinteraksi dan menjalin hubungan dengan orang lain. Hasil ini memperkuat asumsi bahwa dukungan sosial yang lemah menjadikan tingkat kecanduan game pada individu semakin kuat [18]. Temuan itu juga diperkuat oleh penelitian yang dilakukan Putri bahwa melibatkan 112 remaja di Tambun Selatan menunjukkan remaja dengan tingkat dukungan sosial yang rendah memiliki resiko lebih tinggi untuk mengalami kecanduan game online.

Definisi kontrol diri menurut Averill dalam (Damayanti & Ilyas), merupakan kompetensi yang terdapat pada diri setiap remaja guna melakukan modifikasi tingkah laku, kompetensi setiap remaja dalam pengelolaan informasi yang dikehendaknya juga informasi yang tidak diinginkannya, serta kompetensi yang diyakini remaja dalam pemilihan suatu aktivitas sesuai keyakinannya. kontrol diri merupakan suatu kemampuan dengan muncul atas individunya sendiri, selayaknya keadaan fisik, psikologis, juga perilaku dengan penggunaan ketika dapat melakukan pengendalian diri mereka dengan sadar supaya bisa memberikan hasil tingkah laku dengan tak memberikan kerugian diri tiap individu maupun tidak merugikan orang lain yang berada di lingkungan sekitar, serta dapat diterima di lingkungannya [19]. Dalam penelitian Rahmayani dkk, nilai dari determinasi atau R square sebesar 0,235 diketahui bahwa kontrol diri berpengaruh sebesar 23,5% terhadap kecenderungan kecanduan game online pada pemain *free fire* di Jakarta, sisanya sebesar 76,5% dipengaruhi oleh variabel atau faktor lain [16]. Menurut Winda (2021) ada beberapa aspek kontrol diri terdiri dari *Self-Discipline* (Kedisiplinan Diri) individu mampu mengendalikan diri dengan menahan diri dari berbagai hal lain yang dapat mengganggu konsentrasinya. *Deliberate (Non-impulsive)* (Tindakan atau aksi yang tidak *impulsive*) individu mampu mengatur pelaksanaan tindakan dengan mempertimbangkan berbagai aspek secara matang, bersikap hati-hati, serta tidak tergesa-gesa dalam pengambilan keputusan. *Healthy Habits* (Pola Hidup Sehat) individu mampu menilai dan memahami pentingnya penerapan pola hidup sehat dalam kehidupannya. *Work ethic* (etika kerja) individu mampu menerapkan penilaian etis dalam melakukan aktivitas sehari-hari. *Reliability* (Kehandalan) individu mengambil tindakan sesuai dengan pilihan yang dibuatnya, baik yang bersifat positif maupun negatif, sebagai bentuk kebebasan dalam bertindak [20].

Tingkat dukungan sosial merupakan faktor penting yang berkaitan dengan kecanduan game online pada remaja. Dukungan dari orang tua, teman sebaya, dan guru membantu remaja menghadapi tekanan emosi dan tantangan masa perkembangan. Ketika dukungan sosial rendah, remaja cenderung merasa kesepian dan mencari pelarian ke

dunia digital seperti game online. Sebaliknya, remaja yang merasa didukung secara emosional dan sosial cenderung memiliki kontrol diri yang lebih baik, seperti mampu mengatur waktu, menahan dorongan bermain berlebihan, dan mengelola emosi. Dukungan sosial memiliki hubungan yang signifikan dalam membentuk dan memperkuat kontrol diri yang kemudian mampu menghambat terbakarnya kecanduan game online. Oleh karena itu, penelitian tentang dampak dukungan sosial dan kontrol diri terhadap kecanduan game online secara bersama-sama adalah penting [21].

Penelitian ini penting karena, tidak seperti penelitian sebelumnya, mempertimbangkan faktor dukungan sosial dan kontrol diri bersama dalam hal kecanduan game online. Selain itu tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial dan kontrol diri secara simultan terhadap kecanduan game online pada remaja di wilayah sidoarjo. Hipotesis secara simultan dalam penelitian ini ada pengaruh dukungan sosial dan kontrol diri secara simultan terhadap kecanduan game online pada remaja di wilayah sidoarjo. Hipotesis secara parsial dalam penelitian ini ada pengaruh dukungan sosial terhadap memiliki pengaruh negatif yang signifikan terhadap kecanduan game online pada remaja di wilayah sidoarjo.

II. METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional. Penelitian ini bersifat non-eksperimen karena peneliti tidak memberikan perlakuan atau intervensi khusus kepada subjek penelitian, melainkan hanya mengamati dan menganalisis hubungan antara tiga variabel yang terjadi secara alami pada responden. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini yaitu berdasarkan data dari kabupaten angka sidoarjo sebanyak 4.022 lalu peneliti menggunakan sampel sebanyak 364 responden yakni remaja berusia 16–19. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah purposive sampling, yaitu pemilihan sampel berdasarkan kriteria tertentu yang telah ditetapkan. Kriteria tersebut meliputi: remaja berusia 16–19 tahun yang berdomisili di Sidoarjo,, aktif bermain game online selama 1 hingga 3 kali sehari yang berlangsung selama 4 jam. Penentuan jumlah sampel dilakukan menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan sebesar 5%. Teknik pengumpulan data yang digunakan peneliti yaitu kuesioner berupa google formulir yang disebarluaskan secara luas.

Instrumen penelitian yang digunakan berupa kuesioner google formulir yang disusun dalam bentuk skala Likert dengan empat pilihan jawaban, yaitu 1=Sangat Tidak Setuju, 2=Tidak Setuju, 3=Setuju, dan 4=Sangat Setuju. Peneliti mengadopsi 3 skala yang pertama yaitu variabel dukungan sosial dari Ika Roswati (2014) yang berjumlah 12 item dengan pernyataan skala semua item valid. Pada aspek Dukungan Sosial uji validitas item dilakukan menggunakan teknik AVE dengan kriteria nilai koefisien yaitu $\geq 0,623$ yakni lebih dari $>0,06$ dan uji reliabilitas dilakukan menggunakan *Cronbach's Alpha*, dengan kriteria yaitu nilai $\alpha \geq 0,933$ lebih dari $>0,80$, dan dapat dikatakan reliabel hal ini menunjukkan item tersebut reliabel untuk penelitian selanjutnya. Kemudian yang kedua peneliti mengadopsi skala variabel kontrol diri dari Winda yang berjumlah 25 item dan terdapat 10 item yang unfavorable yang telah diuji validitasnya yaitu *Cronbach Alpha* 0,898 $>0,05$ [20]. Terakhir, peneliti mengadopsi skala variabel kecanduan game online dari Ika Roswati dengan 21 item dan telah diuji 0,749 yakni $>0,005$ dan hasil *Cronbach's Alpha* yaitu $>0,80$ dapat dikatakan reliabel digunakan dalam penelitian selanjutnya [12].

Teknik analisis data yang digunakan peneliti yaitu menggunakan analisis regresi linear berganda. Selanjutnya perangkat yang digunakan untuk menganalisis data yaitu SPSS. Kemudian data dianalisis menggunakan uji asumsi klasik regresi linear berganda yang meliputi uji normalitas, uji linearitas, uji multikolinearitas.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif dilakukan untuk memberikan gambaran umum mengenai karakteristik data pada masing-masing variabel penelitian, yaitu dukungan sosial, kontrol diri, dan Kecanduan game online pada remaja. Berdasarkan hasil analisis deskriptif diperoleh skor minimum, maksimum, dan nilai rata-rata pada setiap variabel. Hasil tersebut menunjukkan bahwa secara umum responden memiliki tingkat dukungan sosial dan kontrol diri pada kategori sedang hingga tinggi, sedangkan tingkat kecanduan game online berada pada kategori rendah hingga sedang. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar remaja masih memperoleh dukungan sosial yang memadai dari lingkungan sekitar serta memiliki kemampuan pengendalian diri yang cukup baik dalam mengatur perilaku bermain game online. Temuan ini menunjukkan bahwa meskipun responden aktif bermain game online dengan durasi 2–3 jam per hari, tidak semuanya menunjukkan perilaku adiktif yang berat. Hal tersebut dapat dipengaruhi oleh adanya peran lingkungan sosial dan kemampuan kontrol diri yang berfungsi sebagai faktor protektif terhadap kecanduan game online.

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	rendah	36	9.9	9.9	9.9
	sedang	229	62.9	62.9	72.8
	tinggi	99	27.2	27.2	100.0
	Total	364	100.0	100.0	

Tabel 1. Kategori Terhadap Dukungan Sosial

Berdasarkan tabel 1.1 diketahui bahwa jumlah responden dalam penelitian ini yaitu 364 responden. Hasil menunjukkan bahwa dukungan sosial pada kategori sedang yaitu sebanyak 229 responden (62,9%). Lalu, sebanyak 36 orang (9,9%) berada pada kategori rendah, sedangkan 99 responden (27,2%) termasuk kategori tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa secara umum dukungan sosial yang diterima responden berada pada kategori sedang.

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	rendah	43	11.8	11.8	11.8
	sedang	248	68.1	68.1	79.9
	3.00	73	20.1	20.1	100.0
	Total	364	100.0	100.0	

Tabel 2. Kategori Terhadap Kontrol Diri

Berdasarkan hasil analisis data pada tabel 1.2 diketahui bahwa dari total 364 responden, sebagian besar berada pada kategori kontrol diri sedang. Hal ini ditunjukkan oleh sebanyak 248 responden atau (68,1%) yang memiliki tingkat kontrol diri sedang. Sementara itu, responden dengan kontrol diri rendah berjumlah 43 responden atau sebanyak (11,8%), dan responden dengan kontrol diri tinggi sebanyak 73 responden (20,1%). Hasil tersebut menunjukkan bahwa secara umum tingkat kontrol diri responden berada pada kategori sedang, sehingga dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden memiliki kemampuan kontrol diri yang cukup, namun masih perlu ditingkatkan agar dapat mencapai kategori tinggi.

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	rendah	69	19.0	19.0	19.0
	sedang	229	62.9	62.9	81.9
	tinggi	66	18.1	18.1	100.0
	Total	364	100.0	100.0	

Tabel 3. Kategori Terhadap Kecanduan Game Online

Berdasarkan hasil analisis data pada tabel 1.3 dari total 364 responden, sebagian besar berada pada kategori kecanduan game online sedang, yaitu sebanyak 229 responden (62,9%). Kemudian sebanyak 69 responden (19,0%) termasuk pada kategori rendah, sedangkan 66 responden (18,1%) berada pada kategori tinggi. Hasil ini menunjukkan bahwa secara umum tingkat kecanduan game online responden berada pada kategori sedang.

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Dukungan Sosial (X1)	364	8	20	15.87	2.620
Kontrol Diri (X2)	364	56	87	72.86	4.446
Kecanduan Game Online	364	19	76	43.00	12.551
Valid N (listwise)	364				

Tabel 4. Hasil Uji Statistik Deskriptif

Berdasarkan hasil analisis di atas pada tabel 1.4 mencakup 364 responden, Variabel dukungan sosial (X1) memiliki nilai rata-rata sebesar 15,87 dengan skor minimum 8 dan maksimum 20, serta sebaran data yang relatif stabil

dengan standar deviasi 2,620. Variabel Kontrol Diri (X2) menunjukkan nilai rata-rata 72,86 dengan skor minimum 56 dan maksimum 87, serta standar deviasi 4,446 yang menandakan variasi data cukup rendah. Sementara itu, variabel kecanduan game online memiliki rata-rata 43,00 dengan skor minimum 19 dan maksimum 76, dan standar deviasi 12,551 yang menunjukkan adanya variasi tingkat kecanduan game online di antara responden. Secara umum, hasil ini menggambarkan bahwa data pada ketiga variabel tersebar secara wajar dan dapat digunakan untuk analisis selanjutnya.

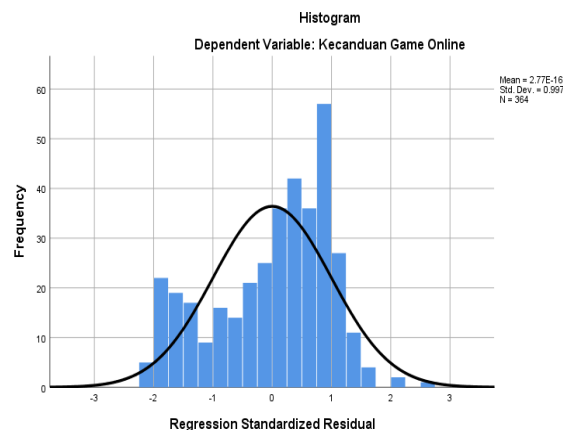
Gender	Frekuensi	Presentase
Laki-laki	137	38
Perempuan	227	62
Total	364	100%

Tabel 5. Frekuensi Gender

Berdasarkan tabel 5. frekuensi gender di atas diketahui bahwa dari total 364 responden sebagian besar berjenis kelamin perempuan, yaitu sebanyak 227 responden (62%). Sementara itu, responden berjenis kelamin berjumlah 137 responden (38%). Hasil ini menunjukkan bahwa responden perempuan lebih dominan dibandingkan responden laki-laki dalam penelitian ini. Perbedaan proporsi tersebut mengindikasikan bahwa data penelitian yang diperoleh lebih banyak perspektifnya ke responden perempuan.

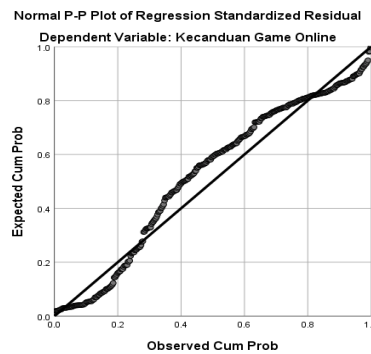
B. UJI ASUMSI KLASIK

1. Uji Normalitas



Gambar 1. Uji Histogram

Berdasarkan uji histogram residual, terlihat dapat bahwa sebaran data membentuk pola lonceng dan relatif simetris di sekitar nilai tengah. Sebagian besar data terkonsentrasi di sekitar nol dan mengikuti arah kurva normal yang ditampilkan. Meskipun terdapat sedikit perbedaan pada beberapa bagian, hal tersebut masih batas wajar mengingat jumlah sampel yang besar ($N = 364$). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa data residual pada model regresi ini berdistribusi normal, sehingga asumsi normalitas terpenuhi.



Gambar 2. Uji Normalitas P-Plot

Berdasarkan dari grafik normal P-Plot terlihat bahwa titik-titik data menyebar di sekitar dan mengikuti garis diagonal. Artinya, antara nilai yang diharapkan dan nilai yang diamati tidak menunjukkan perbedaan yang mencolok. Meskipun terdapat sedikit penyimpangan pada bagian awal pada bagian awal dan akhir grafik, hal tersebut masih tergolong wajar dan tidak menunjukkan pola penyimpangan yang ekstrim. Dapat disimpulkan bahwa data residual pada model regresi ini berdistribusi normal. dan akhir grafik, hal tersebut masih tergolong wajar dan tidak menunjukkan pola penyimpangan yang ekstrim. Dapat disimpulkan bahwa data residual pada model regresi ini berdistribusi normal.

2. Uji Linearitas

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kecanduan Game	Between Groups	(Combined)	1244.630	12	103.719	.651	.798
Online * Dukungan Sosial (X1)		Linearity	.337	1	.337	.002	.963
		Deviation from Linearity	1244.293	11	113.118	.710	.729
	Within Groups		55941.370	351	159.377		
	Total		57186.000	363			

Tabel 6. Dukungan Sosial vs Kecanduan Game Online

Berdasarkan hasil uji linearitas menunjukkan hubungan antara dukungan sosial dan kecanduan game online dikatakan bersifat linear. Hal ini dapat ditunjukkan dengan nilai signifikansi deviation from linearity sebesar $p=0,0729$.

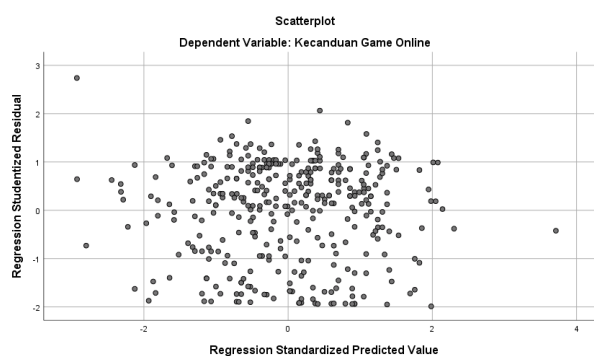
ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kecanduan Game	Between	(Combined)	3358.863	25	134.355	844	684
Online * Kontrol	Groups	Linearity	37.399	1	37.399	.235	.628
Diri (X2)		Deviation from Linearity	3321.464	24	138.394	.869	.645
	Within Groups		53827.137	338	159.252		
	Total		57186.000	363			

Tabel 7. Kontrol Diri vs Kecanduan Game Online

Berdasarkan hasil uji linearitas menunjukkan hubungan antara dukungan sosial dan kecanduan game online dikatakan bersifat linear. Hal ini dapat ditunjukkan dengan nilai signifikansi deviation from linearity sebesar $p = 0,0645$.

3. Uji Heterokedastisitas



Gambar 3 Scatterplot

Berdasarkan hasil uji heteroskedastisitas menggunakan scatterplot terlihat bahwa titik-titik menyebar secara acak dan tidak membentuk pola tertentu. Hal ini menunjukkan bahwa tidak terjadi heteroskedastisitas, sehingga model regresi memenuhi asumsi heteroskedastisitas.

4. Uji Multikolinearitas

Collinearity Statistics	
Tolerance	VIF
.994	1.006
.994	1.006

Tabel 8. Uji Multikolinearitas

Berdasarkan hasil uji multikolinearitas, diperoleh nilai tolerance sebesar 0,094 serta nilai VIF sebesar 1,006. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa model regresi tidak mengalami multikolinearitas.

Uji Hipotesis

C. Uji Regresi Linear Berganda

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	51595.434	2	25797.717	1665.838	.000 ^b
	Residual	5590.566	361	15.486		

Tabel 9. Uji Regresi Linear Berganda Nilai F

Berdasarkan tabel anova diatas, uji ini digunakan untuk menentukan apakah variabel dukungan sosial dan kontrol diri secara bersama-sama berpengaruh terhadap variabel kecanduan game online. Diperoleh nilai F hitung sebesar 1655,838, lalu nilai p-value sebesar 0,000. Dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial dan kontrol diri secara simultan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kecanduan game online.

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	102.086	2.424		42.109	.000
	X1	-1.258	.045	-.681	-28.022	.000
	X2	-.537	.040	-.329	-13.537	.000

a. Dependent Variable: Kecanduan Game Online

Tabel 10. Uji Regresi Linear Berganda Nilai t Parsial

Berdasarkan hasil uji t pada tabel diatas, kedua variabel dukungan sosial dan kontrol diri memiliki pengaruh negatif yang signifikan terhadap kecanduan game online pada remaja di wilayah sidoarjo. Dengan demikian, semakin optimal dukungan sosial yang diterima dan semakin tinggi kontrol diri yang dimiliki responden, maka kecanduan game online akan menurun secara signifikan.

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.950 ^a	.902	.902	3.935

a. Predictors: (Constant), X2, X1

Tabel 11. Koefisien Determinasi

Berdasarkan tabel hasil koefisien determinasi diperoleh nilai R Square sebesar 0,902 menunjukkan bahwa variabel dukungan sosial dan kontrol diri secara simultan memberikan kontribusi sebesar 90,2 % terhadap variabel kecanduan game online. Sisanya sebesar 9,8 % dijelaskan oleh variabel-variabel lain di luar model penelitian ini yang tidak diteliti oleh peneliti (misalnya variabel efikasi diri, pola asuh orang tua, atau lingkungan sekolah) [22].

B. PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk memahami pengaruh dukungan sosial dan kontrol diri terhadap kecanduan game online di kalangan remaja di Sidoarjo. Berdasarkan hasil analisis deskriptif dan inferensial yang telah dilakukan, diperoleh gambaran komprehensif mengenai kondisi psikologis responden dan hubungan antar variabel yang diteliti. Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa mayoritas responden termasuk dalam kategori lingkungan sosial sedang (62,9%). Hal ini menunjukkan bahwa meskipun tidak sepenuhnya optimal remaja dalam penelitian ini umumnya masih menerima perhatian, dukungan, dan dukungan emosional dari lingkungan terdekat mereka seperti keluarga, teman, dan orang-orang terkasih. Dukungan sosial yang ditemukan dalam kategori sedang menunjukkan bahwa remaja masih memiliki banyak sumber daya sosial untuk membantu mereka menghadapi tantangan perkembangan, tetapi mereka juga berpotensi mengalami masalah psikologis apabila dukungan ini memburuk.

Dalam variabel kontrol diri, sebagian responden juga berada dalam kategori menengah (68,1%). Ini mengindikasikan bahwa kalangan remaja memiliki kemampuan mengontrol diri yang cukup baik, seperti menahan dorongan impulsif dan memperbaiki dampak dari perilaku yang mereka lakukan, tetapi kemampuan ini belum sepenuhnya optimal. Situasi ini berkaitan dengan ciri-ciri perkembangan remaja dimana fungsi kontrol diri terutama mencakup aspek kognitif dan emosional. Sementara tingkat kecanduan game online mayoritas responden berada pada kategori sedang sebesar 62.9% atau sebanyak 22 responden. Hal ini berarti bahwa walaupun responden melakukan aktivitas bermain game online selama dua hingga tiga jam dalam sehari, sebagian besar tidak mengalami permasalahan serius dalam hal kecanduannya. Namun, kategori ini perlu menjadi prioritas untuk dilakukan

intervention sebab jika tidak segera ditangani, maka bisa menjadi kategori yang lebih tinggi yakni kategori kecanduan. Hasil uji korelasi Pearson menunjukkan adanya hubungan negatif yang sangat kuat dan signifikan antara dukungan sosial dengan kecanduan game online ($r = -0,923$; $p < 0,05$). Temuan ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diterima remaja, maka semakin rendah tingkat kecanduan game online yang dialami. Secara psikologis, dukungan sosial berfungsi sebagai faktor protektif yang membantu individu mengatasi stres, kesepian, dan tekanan emosional. Remaja yang merasa diperhatikan, dihargai, dan didukung oleh lingkungan sosialnya cenderung tidak menjadikan game online sebagai sarana pelarian utama.

Remaja yang tidak mendapat banyak dukungan sosial seringkali mudah melepaskan diri dari perasaannya karena terlalu sering bermain game online. Hasil dari analisis regresi linear berganda menunjukkan bahwa dukungan sosial dan kontrol diri berperan penting dalam kecanduan game online, dengan nilai F sebesar 1655,838 dan nilai p -value $< 0,05$. Nilai koefisien determinasi (R^2) mencapai sebesar 0,902 menunjukkan bahwa kedua faktor tersebut berkontribusi 90,2% dari kecanduan game online. Hasil ini menunjukkan bahwa remaja menjadi kecanduan game online bukan hanya tentang satu hal, ini lebih tentang bagaimana hal-hal sosial dan pikiran mereka bermain bersama. [23]. Dukungan sosial dari teman dan keluarga dapat membantu remaja pada jalurnya, dan ketika remaja pandai mengontrol diri mereka akan lebih baik dalam menggunakan dukungan tersebut. Kedua faktor ini bersama benar-benar membuat perbedaan besar dalam mengurangi kecanduan game online [24]. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan sosial dan kontrol diri memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan kecanduan game online pada remaja. Temuan ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diterima serta semakin baik kontrol diri yang dimiliki remaja, maka kecenderungan kecanduan game online akan semakin rendah. Temuan ini juga diperkuat oleh Hardianti yang menyatakan bahwa rendahnya dukungan sosial dapat meningkatkan perasaan kesepian, dan kondisi tersebut pada akhirnya memperkuat kecenderungan adiksi game online. Remaja yang merasa diabaikan atau kurang mendapatkan perhatian, serta yang mengalami kekurangan dalam hubungan sosial berarti seringkali berusaha mencari pengganti secara emosional melalui berbagai aktivitas di dunia maya. Salah satu yang paling umum adalah kecanduan bermain game online [17]. Selain dukungan sosial, studi ini juga menunjukkan bahwa kontrol diri berperan penting dan memiliki pengaruh negatif terhadap kecanduan game online. Artinya, remaja yang mampu mengendalikan diri dengan baik cenderung dapat membatasi waktu bermain mereka, menahan dorongan impulsif serta lebih mempertimbangkan konsekuensi negatif dari kebiasaan bermain game yang berlebihan. Jadi kontrol diri itu semacam benteng yang membantu mereka tidak terjebak dalam kecanduan [25]. Dengan demikian, hasil penelitian ini menegaskan bahwa kecanduan game online pada remaja tidak hanya dipengaruhi oleh faktor individu, tetapi juga oleh faktor sosial. Upaya pencegahan kecanduan game online perlu dilakukan secara komprehensif melalui penguatan dukungan sosial dari keluarga dan lingkungan sekitar, serta pengembangan kemampuan kontrol diri pada remaja.

KETERBATASAN PENELITIAN

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan. Desain penelitian yang bersifat korelasional dengan pengambilan data satu kali (*cross-sectional*) hanya menunjukkan adanya hubungan antar variabel, sehingga tidak dapat menjelaskan hubungan sebab-akibat secara langsung. Dengan demikian, dukungan sosial dan kontrol diri tidak dapat disimpulkan sebagai penyebab mutlak menurunnya kecanduan game online. Sampel penelitian yang terbatas pada remaja usia 16-19 tahun di wilayah Sidoarjo dengan teknik *purposive sampling* juga membatasi generalisasi penelitian. Selain itu, penggunaan kuesioner *self-report* berbasis Google Form memungkinkan adanya bias subjektivitas dalam jawaban responden. Meskipun nilai koefisien determinasi menunjukkan kontribusi yang tinggi, masih terdapat kemungkinan faktor lain di luar variabel penelitian ini yang turut mempengaruhi kecanduan game online, namun belum dianalisis dalam penelitian ini. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan menggunakan metode dan cakupan variabel yang lebih luas untuk memperoleh hasil yang lebih komprehensif.

VII. SIMPULAN

Berdasarkan temuan penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan mayoritas remaja di wilayah Sidoarjo memiliki dukungan sosial dan kontrol diri yang berada pada kategori sedang, dan tingkat kecanduan game online juga tergolong sedang. Hal ini mengindikasikan bahwa walaupun remaja sering bermain game online, tidak semua dari mereka menunjukkan perilaku kecanduan yang serius, namun kondisi ini tetap memerlukan perhatian. Hasil analisis memperlihatkan adanya hubungan negative yang signifikan antara dukungan sosial dan kecanduan game online. Artinya, saat dukungan sosial dari keluarga, teman, dan lingkungan meningkat, maka frekuensi bermain game online juga bertambah. Selain itu, kontrol diri menunjukkan hubungan negatif yang signifikan dengan kecanduan game online, yang berarti remaja memiliki kontrol diri yang baik dapat mengatur waktu bermain dan mengelola permainan dengan baik dan efisien. Secara bersamaan, dukungan sosial dan kontrol diri memiliki dampak signifikan pada kecanduan game online dengan kontribusi yang besar. Hal ini menunjukkan kecanduan game online pada remaja dipengaruhi oleh interaksi antara faktor sosial dan faktor psikologis.. Oleh karena itu, untuk pencegahan kecanduan game online perlu dilakukan secara komprehensif melalui penguatan dukungan sosial serta pengembangan kemampuan kontrol diri pada remaja. Berdasarkan hasil survei awal, sebagian responden menunjukkan indikasi kecenderungan kecanduan game online pada beberapa aspek. Aspek yang paling menonjol adalah *mood modification* dan *masalah* dimana masing-masing terdapat 7 responden yang memilih skor tertinggi, masing-masing ditunjukkan oleh 5 responden, diikuti oleh aspek *saliency* dan *konflik* dengan 6 responden. Selain itu, aspek *tolerance* dan *kambuh* masing-masing ditunjukkan oleh 5 responden, sedangkan aspek *penarikan* hanya muncul 1 responden. Temuan ini mengindikasikan bahwa sebagian remaja mulai menunjukkan kecanduan bermain yang berlebihan dan berpotensi pada kecanduan game online.

SARAN

Maka, remaja perlu terus menumbuhkan kemampuan self control untuk mengatur atau mengelola aktivitas bermain game online agar diperbanyak waktu dan intensitas aktivitas yang bersifat akademik, sosialisasi, kegiatan pengembangan diri dan lainnya. Orang tua, keluarga dan lingkungan sosial perlu memberikan dukungan sosial segar atau positif dan membantu menggunakan metode komunikasi efektif, pemberian perhatian emosional serta pengawasan yang seimbang dalam penggunaan device. Institusi pendidikan juga diharapkan berkontribusi dalam pengorganisasian program pendidikan mengenai penggunaan teknologi yang sehat, serta pengembangan keterampilan regulasi diri dan sosial di antara para pelajar. Bagi peneliti di masa depan, disarankan untuk memeriksa variabel lain yang mungkin berkontribusi terhadap kecanduan permainan daring, seperti gaya pengasuhan, efikasi diri, stres akademik, atau lingkungan sekolah, dan mempertimbangkan metodologi penelitian lain, seperti studi kualitatif atau bahkan longitudinal, untuk mendapatkan pemahaman yang lebih dalam mengenai dinamika kecanduan permainan daring di kalangan remaja.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan banyak terimakasih atas semua pihak yang berpartisipasi dalam penyelesaian naskah skripsi ini. Terutama kepada responden dalam penelitian ini saya mengucapkan banyak terimakasih

REFERENSI

- [1] A. Y. Pinasti and R. N. Khoirunnisa, "Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Perilaku Kecenderungan Kecanduan Game Online Selama Pandemi Covid-19 Pada Remaja Di Kota Surabaya," vol. 9, 2022.
- [2] V. Lusiana, "Pengaruh Kecanduan Game Online Terhadap Kesehatan Mental Siswa SMAI NFBS LEMBANG," *Healthy J. Inov. Ris. Ilmu Kesehat.*, vol. 2, no. 1, pp. 29–41, Apr. 2023, doi: 10.51878/healthy.v2i1.2107.
- [3] E. T. Wisudahningsih, H. Aminudin, and I. Ramadhani, "Tahapan Perkembangan Remaja: Perspektif Psikologis dan Implikasi Pendidikan," vol. 3, 2025.
- [4] M. Muliani, I. G. A. Widiyanti, N. Gede Wardana, Y. Yuliana, and M. Karmaya, "Tahap pertumbuhan dan perkembangan tanda-tanda seks sekunder remaja SMPN 4 Bangli, Desa Pengotan, Kecamatan Bangli," *Med. J.*, vol. 48, no. 2, p. 75, Jul. 2017, doi: 10.15562/medicina.v48i2.31.
- [5] H. Halijah, S. Satnawati, and A. Yurni Ulfa, "Dampak Game Online Terhadap Pembelajaran," *J. PTI Pendidik. DAN Teknol. Inf. Fak. Kegur. ILMU Pendidik. Univ. PUTRA Indones. YPTK PADANG*, vol. 10, no. 2, pp. 93–99, Oct. 2023, doi: 10.35134/jpti.v10i1.165.

- [6] N. L. Pasapan and K. A. Sary, "Pengaruh Kecanduan GameOnlineTerhadap Komunikasi Interpersonal Pada Siswa SMA di Kabupaten Berau".
- [7] M. Fajar, M. Masyhuri, and Y. Muda, "Kecanduan Game Online pada Remaja," *J. Educ. Res.*, vol. 5, no. 3, pp. 3995–4001, Aug. 2024, doi: 10.37985/jer.v5i3.1273.
- [8] D. C. Rahayuningrum, Z. Putit, and I. Erwina, "Hubungan Motivasi Bermain Game Online Dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Adiksi Game Online Pada Remaja di SMPN Kota Padang," *J. Kesehat. Med. Saintika*, vol. 10, no. 1, p. 115, Jun. 2019, doi: 10.30633/jkms.v10i1.315.
- [9] R. Hardiyanti, M. Simon, and N. Wahdania, "Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Perilaku Anak Yang Kecanduan Game Online Di Kelurahan Malawei Kota Sorong," 2024.
- [10] A. C. A. S. Putri, A. Matulessy, and N. Pratitis, "Dukungan sosial dan kecenderungan kecanduan media sosial pada Gen Z," *SUKMA J. Penelit. Psikol.*, vol. 4, no. 2, pp. 186–195, Jan. 2024, doi: 10.30996/sukma.v4i2.10176.
- [11] E. Novrialdy, "Kecanduan Game Online pada Remaja: Dampak dan Pencegahannya," *Bul. Psikol.*, vol. 27, no. 2, p. 148, Dec. 2019, doi: 10.22146/buletinpsikologi.47402.
- [12] R. I. Prabowo, "Dampak Perilaku Kecanduan Game Online (MLBB) Mobile Legends: Bang Bang Terhadap Hasil Belajar Kognitif Kimia Kelas X MIA Di SMA Negeri 1 Prati Manokwari," *Arfak Chem Chem. Educ. J.*, vol. 3, no. 2, pp. 248–252, Dec. 2020, doi: 10.30862/accej.v3i2.309.
- [13] Nova Nurannisa and Erikha Shara Putri Sagita, "Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Keputusan Karir pada Mahasiswa Universitas Pamulang," *J. Manag. Creat. Bus.*, vol. 3, no. 1, pp. 208–220, Dec. 2024, doi: 10.30640/jmcbus.v3i1.3606.
- [14] H. Hardianti and S. Wimbarti, "Keseharian Sebagai Mediator Antara Dukungan Sosial dengan Kecenderungan Adiksi Video Game pada Anak," *Psychopolytan J. Psikol.*, vol. 4, no. 2, pp. 130–142, Feb. 2021, doi: 10.36341/psi.v4i2.1537.
- [15] R. Okfrima, E. P. Yola, and H. T. Fikri, "Hubungan Antara Dukungan Sosial Keluarga dengan Kualitas Hidup Pada Lansia Di Nagari Paninjauan Kec. X Koto Diatas Kab. Solok," vol. 14, no. 02, 2021.
- [16] D. N. H. Laksono, H. Subekti, and E. Madyaningrum, "Hubungan antara Kecanduan Game Internet dengan Keterampilan Sosial pada Remaja di Kota Yogyakarta," *J. Keperawatan Klin. Dan Komunitas Clin. Community Nurs. J.*, vol. 6, no. 3, p. 138, Nov. 2022, doi: 10.22146/jkkk.68450.
- [17] N. Damayanti and A. Ilyas, "Self-control profile of students in implementing discipline in school," *JPGI J. Penelit. Guru Indones.*, vol. 3, no. 2, p. 103, Jan. 2019, doi: 10.29210/02276jpgi0005.
- [18] D. K. Rahmayani and Y. A. Rozali, "Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Kecenderungan Kecanduan Game Online Pada Remaja Yang Bermain Free Fire Di Jakarta".
- [19] W. A. Mufidah, "Fakultas Psikologi Unversitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang".
- [20] R. P. Trisnani and S. Y. Wardani, "Tingkat Kecanduan Game Online Pada Siswa Sekolah Meengah Pertama," 2018.
- [21] I. Roswati, "Diajukan Sebagai Salah satu syarat mendapatkan gelar sarjana strata satu dalam bidang Psikologi (S.psi)".
- [22] P. C. Pratiwi, T. R. Andayani, and N. A. Karyanta, "Perilaku Adiksi Game-online Ditinjau dari Efikasi Diri Akademik dan Keterampilan Sosial pada Remaja di Surakarta".
- [23] A. Kaya, N. Türk, H. Batmaz, and M. D. Griffiths, "Online Gaming Addiction and Basic Psychological Needs Among Adolescents: The Mediating Roles of Meaning in Life and Responsibility," *Int. J. Ment. Health Addict.*, vol. 22, no. 4, pp. 2413–2437, Aug. 2024, doi: 10.1007/s11469-022-00994-9.
- [24] C. Meng, L. Quancai, C. Kunjie, X. Yanyu, L. Wencai, and X. Yiwei, "Low self-control, perceived social support and internet gaming addiction: findings from an ethnicity minority region in China," *Front. Psychiatry*, vol. 15, p. 1458626, Sep. 2024, doi: 10.3389/fpsy.2024.1458626.
- [25] O. Koçak, A. Kovan, A. M. A. Alkhalayfi, N. A. Alshehri, M. Demirdöven, and M. Yıldırım, "The relationship between social network addiction, online gaming addiction, and suicide ideation: mediating and moderating role of loneliness," *BMC Psychol.*, vol. 13, no. 1, p. 991, Aug. 2025, doi: 10.1186/s40359-025-02892-w.

Conflict of Interest Statement:

The author declares that the research was conducted in the absence of any commercial or financial relationships that could be construed as a potential conflict of interest.