

HUBUNGAN ANTARA *COPING STRESS* DENGAN ADIKSI *GAME ONLINE* PADA *VIRTUAL COMMUNITY* MASA DEWASA AWAL

SKRIPSI

Diajukan Kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Dalam Menyelesaikan Program Strata Satu Psikologi (S.Psi)



Disusun Oleh:

Dian Wisnu Wardana

J71216100

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA

2022

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini

Nama : Dian Wisnu Wardana

NIM : J71216100

Program Studi : S1 Psikologi

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Hubungan Antara *Coping Stress* dengan *Adiksi Game Online* Pada *Virtual Community* Masa Dewasa Awal” adalah hasil karya sendiri dan bukan merupakan hasil jiplaan (plagiat). Diajukan untuk menyelesaikan tugas akhir atau skripsi guna mendapatkan gelar Sarjana Psikologi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 21 Desember 2021

Yang menyatakan,



Dian Wisnu Wardana

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

**HUBUNGAN ANTARA *COPING STRESS* DENGAN ADIKSI *GAME ONLINE*
PADA *VIRTUAL COMMUNITY* MASA DEWASA AWAL**

Oleh :

Dian Wisnu Wardana

J71216100

Telah Disetujui Untuk Diajukan Pada Sidang Ujian Skripsi

Surabaya, 21 Desember 2021

Dosen Pembimbing



DR. H. JAINUDIN, M.Si.
NIP: 196205081991031002

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

"Hubungan Antara Coping Stress Dengan Adiksi Game Online Pada Virtual Community Masa Dewasa Awal"

Yang disusun oleh:
Dian Wisnu Wardana
J71216100

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji
Pada tanggal 04 Februari 2022

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan



Dr. dr. Hj. Siti Nur Asiyah, M.Ag
NIP. 197209271996032002

Susunan Tim Penguji

Penguji I,

Dr. Jainudin, M.Si
196205081991031002

Penguji II,

Prof. Dr. Moh. Sholeh, M.Pd
195912091990021002

Penguji III,

Dr. Suryani, S.Ag., S.Psi., M.Si
197708122005012004

Penguji IV,

Lucky Abrorry, M.Psi
197910012006041005



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN

Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Dian Wisnu Wardana
NIM : J71216100
Fakultas/Jurusan : Psikologi
E-mail address : dianwisnu10@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :

Sekripsi Tesis Desertasi Lain-lain (.....)
yang berjudul :

HUBUNGAN ANTARA *COPING STRESS* DENGAN ADIKSI *GAME ONLINE* PADA

VIRTUAL COMMUNITY MASA DEWASA AWAL

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara **fulltext** untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 27 Agustus 2022

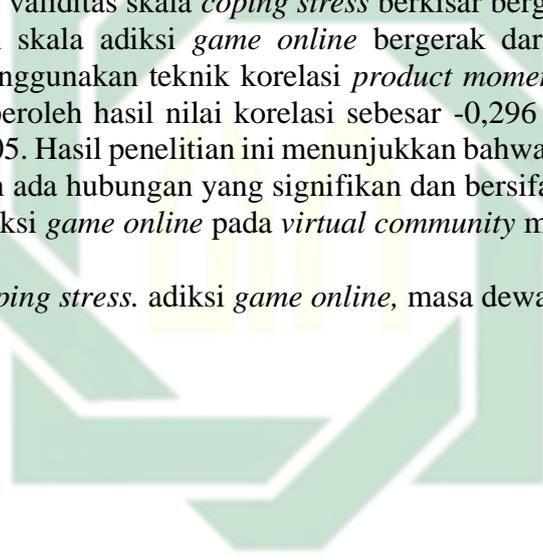
Penulis

(Dian Wisnu Wardana)

INTISARI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *coping stress* dengan adiksi *game online* pada *virtual community* masa dewasa awal. Hipotesis yang diajukan adalah ada hubungan antara *coping stress* dengan adiksi *game online*. Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif. Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *coping stress* sebagai variabel independen dan adiksi *game online* sebagai variabel dependen. Populasi dalam penelitian ini adalah responden berusia dewasa awal dengan kriteria rentang usia 20-30 tahun dan menghabiskan waktu untuk bermain *game* minimal lebih dari 4 jam dalam sehari. Metode pengumpulan data dengan menggunakan skala *coping stress* dan skala adiksi *game online*. Koefisien validitas skala *coping stress* berkisar bergerak dari 0,328 sampai 0,702 sedangkan skala adiksi *game online* bergerak dari 0,341 sampai 0,793. Analisis data menggunakan teknik korelasi *product moment*. Analisis data dalam penelitian ini diperoleh hasil nilai korelasi sebesar -0,296 dengan nilai p sebesar 0,003 atau $p < 0,05$. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hipotesis (H_a) diterima yang menyatakan ada hubungan yang signifikan dan bersifat negatif antara *coping stress* dengan adiksi *game online* pada *virtual community* masa dewasa awal.

Kata Kunci : *coping stress*, adiksi *game online*, masa dewasa awal

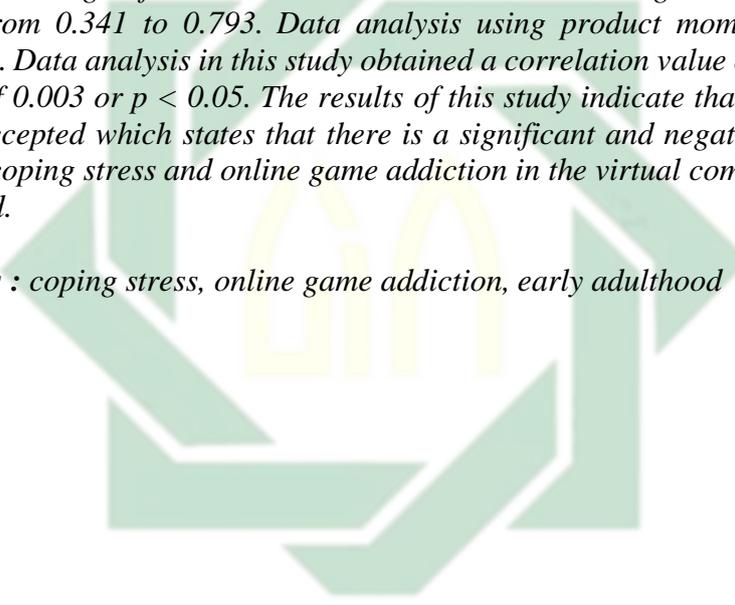


UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between coping stress and online game addiction in the virtual community of early adulthood. The hypothesis proposed is that there is a relationship between coping stress and online game addiction. This research uses quantitative research. The variables used in this study were coping stress as the independent variable and online game addiction as the dependent variable. The population in this study were respondents in early adulthood with criteria ranging from 20-30 years of age and spending time playing games at least 3-4 hours a day. Methods of collecting data using a scale of coping stress and online game addiction scale. The coefficient of validity of the coping stress scale ranged from 0.328 to 0.702 while the online game addiction scale ranged from 0.341 to 0.793. Data analysis using product moment correlation technique. Data analysis in this study obtained a correlation value of -0.296 with a p value of 0.003 or $p < 0.05$. The results of this study indicate that the hypothesis (H_a) is accepted which states that there is a significant and negative relationship between coping stress and online game addiction in the virtual community of early adulthood.

Keywords : *coping stress, online game addiction, early adulthood*



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	3
HALAMAN PENGESAHAN	3
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	2
HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	Error! Bookmark not defined.
KATA PENGANTAR	4
INTISARI	i
ABSTRACT	ii
DAFTAR ISI	iii
DAFTAR TABEL	v
DAFTAR GAMBAR	vi
DAFTAR LAMPIRAN	vii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	11
C. Keaslian Penelitian.....	11
D. Tujuan Penelitian	14
E. Manfaat Penelitian	15
1. Manfaat Teoritis	15
2. Manfaat Praktis.....	15
BAB II KAJIAN PUSTAKA	16
A. Definisi Variabel	16
1. <i>Coping Stress</i>	16
2. <i>Adiksi Game</i>	25
B. Kerangka Teoritis.....	30
C. Hipotesis.....	37
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	38
A. Jenis Penelitian.....	38
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	39
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	39

1. <i>Coping Stress</i>	40
2. <i>Adiksi Game Online</i>	40
D. Subjek Penelitian.....	40
1. Populasi	40
2. Sampel Penelitian	41
3. Teknik <i>Sampling</i>	42
E. Instrumen Penelitian.....	42
1. Skala <i>Coping stress</i>	43
2. Skala <i>Adiksi Game</i>	48
3. Metode Analisis Data	52
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	55
A. Hasil Penelitian	55
1. Persiapan, Penyusunan Instrumen, dan Pelaksanaan Penelitian	55
2. Deskripsi Data Subjek	56
3. Kategorisasi Data Variabel <i>Coping Stress</i> dan <i>Adiksi Game Online</i>	57
4. Data Tabulasi Silang Variabel <i>Coping Stress</i> dan <i>Adiksi Game Online</i>	60
5. Hasil Analisis Data.....	61
B. Pembahasan.....	64
BAB V PENUTUP	68
A. Kesimpulan	68
B. Saran	68
DAFTAR PUSTAKA	70
LAMPIRAN	74

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Skoring Skala Likert	43
Tabel 3.2 Blueprint Skala Coping Stress	44
Tabel 3.3 Hasil Uji Validitas Skala Coping Stress	45
Tabel 3.4 Hasil Uji Reliabilitas Skala Coping Stress.....	48
Tabel 3.5 Blueprint Skala Adiksi Game	49
Tabel 3.6 Hasil Uji Validitas Skala Adiksi Game.....	50
Tabel 3.7 Hasil Uji Reliabilitas Skala Adiksi Game.....	52
Tabel 4.1 Jumlah Subjek Berdasarkan Usia.....	56
Tabel 4.2 Jumlah Subjek Berdasarkan Pekerjaan	57
Tabel 4.3 Pedoman Hasil Pengukuran	57
Tabel 4.4 Kategorisasi Data Variabel Coping Stress	58
Tabel 4.5 Kategorisasi Data Variabel Adiksi Game Online	59
Tabel 4.6 Tabulasi Silang Coping Stress dengan Adiksi Game Online.....	60
Tabel 4.7 Hasil Uji Normalitas	62

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR GAMBAR

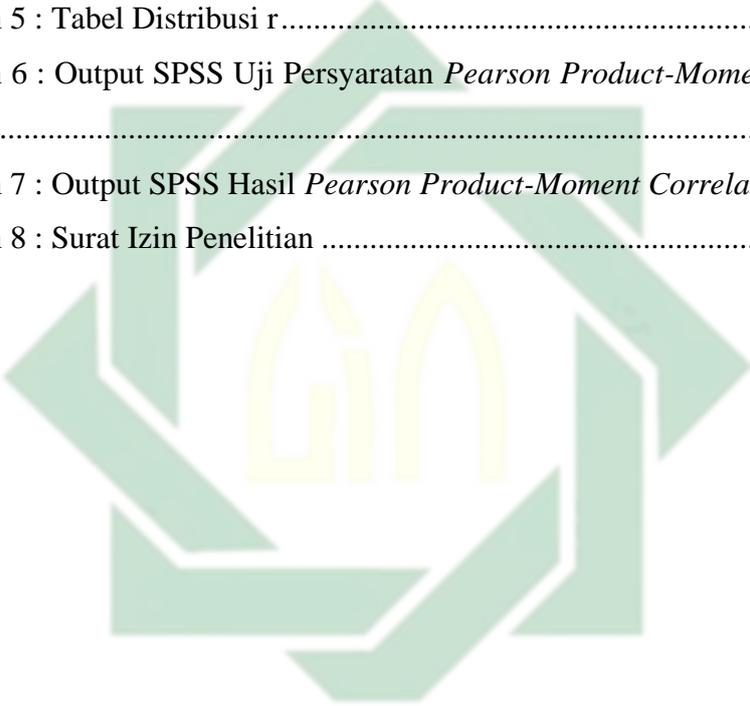
Gambar 2.1 Kerangka Teoritis Hubungan coping stress dengan adiksi game online	36
--	----



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Kuesioner Penelitian.....	74
Lampiran 2 : Hasil Pengolahan Kuesioner dan Responden.....	79
Lampiran 3 : Output SPSS Uji Validitas dan Reliabilitas.....	89
Lampiran 4 : Tabel Output SPSS Tabulasi Silang.....	92
Lampiran 5 : Tabel Distribusi r.....	93
Lampiran 6 : Output SPSS Uji Persyaratan <i>Pearson Product-Moment Correlation</i>	94
Lampiran 7 : Output SPSS Hasil <i>Pearson Product-Moment Correlation</i>	95
Lampiran 8 : Surat Izin Penelitian	96



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Game online adalah situs web yang menawarkan berbagai permainan yang memungkinkan banyak pengguna internet di lokasi yang beragam untuk terlibat satu sama lain pada saat yang sama menggunakan jaringan komunikasi online (Young, 2010). Ini memberi *gamer* kemampuan untuk bermain, terlibat, dan menjelajah bersama di lingkungan virtual, membentuk komunitas mereka sendiri. Keragaman dan kemudahan permainan memungkinkan orang untuk menghabiskan lebih banyak waktu di depan komputer, dan tingkat penggunaan meningkat. Peningkatan bermain dan penggunaan *game online* yang ekstensif ini telah menghasilkan berbagai masalah yang oleh psikolog disebut sebagai "kecanduan game online" (Soetjipto, 2013).

Menurut statistik KOMINFO (2016), salah satu aktivitas yang paling sering dilakukan saat membuka internet adalah bermain game online, yang menempati urutan kelima dari 18 aktivitas dengan tingkat 49 persen. Sementara, dengan proporsi 51 persen, pelajar termasuk dalam tiga besar vokasi yang meluncurkan game online. Sedangkan menurut statistik KPAI (2017), terdapat 15 game online yang menampilkan kekerasan, sehingga tidak aman bagi anak muda dan berpotensi mempengaruhi kodratnya.

Menurut Casmini (2012), kecanduan game online akan berdampak pada kehidupan pemain. Jika kecanduan (kecanduan) *gamer* game online tidak bermain, hidup mereka akan menjadi monoton. Hal ini akan berpengaruh pada

emosi individu itu sendiri. Seseorang yang kecerdasan emosinya tinggi akan mampu mengendalikan emosinya saat bermain ataupun tidak bermain game online dan Perkembangan teknologi yang pesat telah mendorong perubahan bentuk permainan pada gamer di kalangan masa dewasa awal. Individu lain dapat melaksanakan kegiatan permainan tanpa harus bertatap muka melalui bantuan teknologi dengan lawan mainnya. Istilah *game online* lebih dikenal untuk bentuk permainan ini *Game online* adalah permainan komputer yang dimainkan melalui media telekomunikasi seperti koneksi internet (Ying *et al.*, 2012 dalam Fitri *et al.*, 2018). *Game online* memiliki daya tarik bagi anak-anak dan remaja hingga orang dewasa (Vollmer *et al.*, 2014).

Perlunya perhatian khusus mengenai tren bermain *game online* di kalangan masyarakat. Tren bermain *game online* memunculkan potensi risiko bagi seseorang yang berupa adiksi *game online*. *Game online* membuat individu merasa bergairah memainkannya karena memiliki sifat *seductive* (menggairahkan) sehingga menimbulkan perilaku adiksi. Individu dapat memainkan *game online* hingga berjam-jam. *Game online* memacu agar semakin tertantang dan terus menerus memainkannya. Hal tersebut disebabkan karena *game online* dirancang untuk suatu penguatan yang bersifat 'segera' (*reinforcement*) pada setiap tahapan permainan atau *level* permainan *game online*. Hal tersebut mengakibatkan gangguan terhadap penentuan skala prioritas dalam aktivitas sehari-hari (Adiwinata, 2021).

Mengalokasikan mayoritas waktu untuk bermain *game online* mengisyaratkan seolah *game online* sudah menjadi kebutuhan hidup bagi

seseorang. *Game online* dapat mempengaruhi psikososial dan perkembangan remaja secara negatif sehingga akan mempengaruhi tahapan kehidupan selanjutnya. Pernyataan yang diutarakan Smart (2010) bahwa kegemaran seseorang bermain *game online* memunculkan berbagai hipotesis mengenai dampak *game online* terhadap perkembangan remaja. Faktor kesepian, kecemasan maupun *stress* diduga menjadi faktor kebiasaan bermain *game online* yang menjadi permasalahan. Bermain *game online* menjadi pengalihan *stress* maupun masalah yang dihadapi. Kondisi *stress* yang dijelaskan oleh Lazarus dalam Indahtiningrum, (2013) terjadi ketika seseorang mendapatkan keadaan yang menuntut melebihi kemampuannya. *Coping* merupakan respon individu untuk mengatasi keadaan *Stress*.

Kegemaran bermain *game online* memiliki akibat positif dan negatif. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Widiyastuti (2012) di Sleman *game online* mampu menghilangkan *stress* dan meningkatkan kemampuan berbahasa Inggris melalui membaca instruksi dan skenario permainan. Dampak positif *game online* disertai oleh dampak negatif secara bersamaan bagi para pemain. *Game online* mendorong pemain menghabiskan waktu untuk bermain. Pemain *game online* tidak akan pernah bisa menyelesaikan permainan sampai tuntas karena *game online* tidak memiliki batas akhir permainan sehingga permainan tidak pernah berhenti ataupun diberhentikan sementara (Wood *et al.*, 2004). Rollings & Adams (2006) dalam Manalu (2020) membagi *game online* menjadi beberapa genre seperti *action and arcade game*, *strategy game*, *role playing game*, *sport game*, *vehicle simulation*, *construction and simulation games*,

adventure game, dan puzzle game. Setiap *genre* memiliki *roleplay* dan karakter permainan. Hal ini membuat pemain *game online* tidak bosan memainkannya. Variasi *genre* tersebut menyita waktu pemain *game online* lebih banyak. Dari tahun ke tahun pengguna *game* semakin bertambah di Indonesia. Newzoo dalam penelitian Santoso & Purnomo, (2017) memaparkan 100 negara yang memiliki kontribusi besar dalam industri *game*, baik *mobile, console* ataupun PC. Indonesia berada di posisi 20 besar negara yang memiliki kontribusi dalam industri *game* pada saat penelitian tersebut dilaksanakan.

Penggunaan komputer atau *smartphone* secara berlebihan dan bersifat repetitif yang disebabkan kecanduan *game* mengakibatkan munculnya permasalahan pada aspek sosial, emosional, dan pemain *game* kehilangan kendali untuk mengontrol aktivitas bermain *game* (Lemmens *et al.*, 2009). Menurut Young, (2009), kecanduan *game online* merupakan ketertarikan dengan *game*. Pemain *game online* justru membayangkan bermain *game* bahkan saat ia sedang *offline* ketika seharusnya fokus pada hal-hal nyata di luar *game* seperti tanggung jawab perkuliahan, pekerjaan dan sebagainya.

D. Griffiths *et al.*, (2012) memaparkan berbagai penelitian yang membuktikan bahwa kecanduan *game online* menimbulkan berbagai konsekuensi negatif akibat obsesi dengan permainan seperti mengorbankan hubungan, kehilangan hobi positif, dan kurangnya relasi, perhatian, agresi, munculnya permusuhan, *stress*, disfungsi koping, prestasi akademik yang menurun, penurunan kesejahteraan dan kesepian.

Stress adalah suatu kondisi keterbatasan mengatasi suatu masalah yang disebabkan oleh permasalahan yang melebihi kemampuan individu (Lazarus, dalam Lahey, 2012). Santrock (2015) mengatakan *stress* merupakan respon individu terhadap keadaan atau peristiwa disebut *stressor* yang mengancam individu sehingga mengurangi kemampuan individu dalam mengatasi segala bentuk *stressor*. Sedangkan menurut Pervin *et al.* (2010), *stress* adalah hal yang terjadi ketika seseorang menganggap situasi sebagai beban yang melampaui sumber dayanya dan membahayakan kesejahteraan dan kebahagiaan. Kebanyakan orang mengalami *stress* secara berbeda tanpa menyadari sumber dan penyebab dari kondisi *stress* serta bagaimana pengaruhnya terhadap diri atau kehidupan sehari-hari (Manktelow, 2007). Dengan kata lain, setiap individu memiliki respon reaksi yang berbeda-beda terhadap *stress*.

Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi reaksi seseorang terhadap *stress*. Pengalaman sebelumnya dengan *stress*, faktor perkembangan, prediktabilitas dan kontrol, dan dukungan sosial merupakan beberapa faktor yang mempengaruhi reaksi seseorang terhadap *stress* (Lahey, 2012). Setiap individu memiliki reaksi yang berbeda terhadap *stress* karena faktor yang berbeda yang mempengaruhi kondisi *stress*. Pengalaman seseorang menghadapi sumber *stress* biasanya akan dapat membantu mengatasi suatu sumber *stress* dengan baik. Kemampuan seseorang memprediksi *stress* yang akan dialami juga dapat membantu untuk mengatasi *stress*, sehingga mereka akan dapat mengendalikan *stress* yang mereka alami dan mempersiapkan diri agar tidak menimbulkan dampak buruk bagi mereka. Ketika mereka mengalami *stress*,

sebagai makhluk sosial setiap individu memerlukan kehadiran individu lain. Kecenderungan untuk mengalami *stress* akan lebih rendah apabila seseorang mendapatkan dukungan sosial yang baik dari orang terdekat. Namun pada setiap tahap perkembangan reaksi individu terhadap sumber *stress* akan berbeda. Semakin dewasa usia fisik dan mental individu maka pada umumnya akan semakin mampu mengatasi sumber *stress* dengan baik.

Stress terjadi pada awal masa dewasa karena merupakan masa yang sulit ketika transisi dari masa remaja ke masa dewasa untuk mengadopsi gaya hidup baru dan memikul tanggung jawab yang menyertai perkembangan kedewasaan. Awal masa dewasa dikaitkan dengan peristiwa-peristiwa penting seperti lulus SMA, mulai bekerja, meninggalkan rumah, atau masuk perguruan tinggi. (Sadock *et al.*, 2019). Papalia *et al.* (2010) berpendapat bahwa individu sudah mulai mengeksplorasi diri dan lingkungan pada masa dewasa awal, seperti mulai hidup terpisah dari orang tua dan mandiri serta mengembangkan nilai-nilai atau sistem yang terinternalisasi. Ketika orang dewasa mengambil peran baru dan berhasil melakukan tugas perkembangan, seseorang menjadi dewasa dan bijaksana, tetapi tidak semua orang mampu melakukan tugas perkembangan. Orang yang tidak mampu melakukan tugas perkembangan pada masa dewasa awal disebabkan oleh beberapa faktor yang membuat masa dewasa awal menjadi sangat sulit, menurut Jahja (2011) yaitu : (a) individu tidak siap menghadapi peran baru; (b) tidak mampu menyesuaikan diri pada peran baru yang terjadi secara serempak; (c) tidak mendapatkan dukungan dari siapa pun. Sehingga

masa eksplorasi ini disebut juga masa *emerging adulthood* (Wood *et al.*, 2018 dalam Habibie *et al.*, 2019).

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Black (2010) Dalam penelitiannya, ia mengidentifikasi *stressor* yang umum terjadi pada orang berusia 18-29 tahun, dan menjelaskan hasil bahwa respons emosional yang terjadi selama fase *quarter life crisis* yang terjadi pada manusia adalah keraguan, kecemasan, frustrasi, dan kecemasan. Jika reaksi emosional yang muncul pada masa dewasa awal berlangsung lama, dapat berdampak negatif pada kehidupan, seperti *stress* dan depresi. Hal tersebut didukung oleh penelitian Afnan *et al.* (2020) dengan subjek penelitian 125 mahasiswa yang mengalami *quarter life crisis* dari total responden disimpulkan bahwa tingkat *stress* responden dengan skor tinggi sebesar 9,6%, skor sedang sebesar 88,8%, dan skor rendah sebesar 1,6% responden.

Coping stress merupakan tindakan yang semestinya dilakukan oleh seseorang yang merasa *stress*. *Coping stress* merupakan upaya individu untuk mengatasi penyebab *stress* dan mengontrol respon terhadap *stress* yang dialami (Lahey, 2012). Upaya yang dilakukan dapat berdampak positif atau negatif bagi orang yang melakukannya. Ketika penggemar *game online* memilih *coping stress* yang tepat untuk masalah mereka, dampak negatif dari masalah menjadi minimal. Sebaliknya, ketika mahasiswa tersebut malah memilih *coping stress* yang tidak tepat maka akan berdampak semakin kompleks karena masalah tidak dapat terselesaikan secara efektif.

Saat ini sedang terjadi wabah virus *corona* (COVID19) di seluruh dunia, tidak terkecuali Indonesia. Di era pandemi seperti sekarang ini, *game online* semakin menjadi *trend* di kalangan masyarakat, terutama pada masyarakat yang berusia dewasa awal. Peningkatan intensitas bermain *game* dikarenakan berbagai faktor, salah satunya adalah untuk menghilangkan rasa bosan ketika menjalani masa karantina atau PSBB (Pembatasan Sosial Berskala Besar) dan juga untuk mengatasi *stress* karena banyak permasalahan-permasalahan yang muncul di masa pandemi, bahkan hingga kehilangan pekerjaan. Meski prosesnya masih bertahap, pemerintah telah berupaya mengatasi tantangan ekonomi yang dihadapi masyarakat selama pandemi, salah satunya adalah program pra-kerja. Masyarakat dituntut untuk menyesuaikan diri dan menemukan inovasi atau terobosan baru untuk tetap mempertahankan hidup, tidak hanya bergantung pada fasilitas yang diberikan oleh pemerintah, karena keuangan negara paling banyak dianggarkan pada bidang kesehatan.

Untuk mengatasi masalah tersebut, upaya difokuskan tidak hanya pada pemecahan masalah, tetapi juga pada pengurangan perasaan *stress* yang disebabkan oleh masalah yang dihadapi, tak sedikit individu yang memilih menghibur dirinya dengan bermain *game* sebagai *coping stress*. Menurut platform media informasi CNN Indonesia, Verizon mengatakan proporsi pengguna *game online* meningkat signifikan selama pandemi virus *corona* yang menyebabkan COVID-19. Verizon mencatat pengguna *video game* meningkat hingga tujuh puluh lima persen selama jam sibuk yaitu sekitar jam delapan pagi hingga jam empat sore. Oleh karena itu, *game online* menjadikan individu yang

memainkan menjadi tidak produktif karena sedikit melakukan aktivitas karena atensi banyak diberikan kepada layar *handphone* untuk memainkan *game*, dalam hal ini fenomena bermain *game* secara berlebihan dapat menjadi adiksi dan menimbulkan dampak buruk, didukung oleh pendapat Young (2009) menyatakan bahwa konsep dari kecanduan internet berawal dari ketidakmampuan seseorang untuk mengontrol penggunaan teknologi sehingga memberikan kerugian baik secara fisik maupun psikis terhadap penggunanya.

Menurut Radley (2004) Istilah "*coping stress*" dapat didefinisikan sebagai adaptasi kognitif dan perilaku menuju kondisi yang lebih baik sambil bertahan dan mengurangi tuntutan pemicu *stress* yang ada. Lazarus dalam Radley, (2004) mengungkapkan berbagai strategi *coping* untuk mengatasi situasi *stress* dari lingkungan. Mekanisme atau metode *coping* tersebut meliputi kognisi (pola berpikir) dan perilaku (*behaviors*). Dalam jurnal ilmiah penelitian Juli Andriyani tahun 2014 berjudul "*Coping stress* pada wanita karir yang berkeluarga", hasil penelitian menjelaskan *coping stress* merupakan proses pemulihan setelah terpapar pengalaman *stress* atau respons fisik pikiran berupa ketidaknyamanan atau perasaan tertekan yang harus dihadapi. Terdapat dua jenis *coping* yang dapat membantu mengurangi *stress* yaitu *problem focused coping* dan *emotion focused coping*. Individu yang memilih pendekatan *problem focused coping* cenderung secara spontan bertindak untuk mengatasi masalah atau mencari informasi pendukung untuk membantu menyelesaikan masalah.

Jurnal penelitian kedua dilakukan oleh Ani Meiriana pada tahun 2016 dengan judul "*Hubungan Antara Coping stress dan Dukungan Sosial dengan*

Motivasi Belajar pada Remaja yang Orang Tuanya Bercerai”. Hasil penelitian tersebut menjelaskan bahwa *coping stress* berkorelasi secara linier dengan motivasi belajar. Jurnal penelitian selanjutnya dilakukan oleh Luluk Elfina Dwi pada tahun 2018 dengan judul “*Coping stress* pada Mahasiswa Rantau Tingkat Pertama Ditinjau dari Tingkat Religiusitas”. Kesimpulan penelitian tersebut menyatakan bahwa *coping stress* dengan tingkat religiusitas memiliki hubungan yang signifikan pada mahasiswa rantau tingkat pertama.

Kesimpulan dari latar belakang yang telah saya jabarkan adalah seiring berjalannya zaman, semakin bertambah pengguna *game online* dari berbagai usia yang memainkan dengan jangka waktu yang berlebihan. Dalam kasus bermain *game* pada orang dewasa awal hal tersebut bisa menjadi salah satu cara untung mengatasi *stress* yang mereka hadapi. Namun, faktanya *game online* jika dimainkan dalam waktu yang berlebihan dapat menjadi adiksi dan berdampak buruk bagi individu. Safaria & Triantoro (2006) menyatakan bahwa respon terhadap *stress* pada manusia sering berhubungan terhadap reaksi emosi negatif dan respon *coping*. Kecanduan *game online* yang berakibat negatif secara fisik dan psikologis merupakan dampak pengalihan dengan cara bermain *game online* yang tidak dapat dihentikan. Kerugian pada diri sendiri merupakan akibat dari kebiasaan yang tidak terkendali, seperti tidak bisa mengontrol durasi bermain *game online*, menghabiskan banyak waktu jauh dari berbagai kewajiban dan kontak sosial. Dalam beberapa penelitian terdahulu, sudah banyak yang mengangkat topik adiksi *game online*, namun saya belum menemukan penelitian adiksi *game online* yang subjeknya adalah individu yang termasuk dalam usia

dewasa awal. Menurut teori yang diutarakan Erikson (dalam Monks *et al.*, 1984), rentang usia tahap dewasa awal adalah 20 sampai 30 tahun. Dalam hal ini saya mengambil populasi dan sampel dari komunitas *game online* dari komunitas *online* (aplikasi discord, line open chat) 10.373 member.

Dapat disimpulkan bahwa adiksi *game* menjadi aspek penting, selain itu *coping stress* memiliki beberapa faktor utama yang dapat menunjang adiksi *game online* baik dari faktor intrinsik dan ekstrinsik. Sehingga dari latar belakang dan fenomena yang sudah dijelaskan, maka peneliti memiliki ketertarikan untuk meneliti hubungan antara *coping stress* dengan adiksi *game online* pada komunitas discord pada masa dewasa awal bagaimana mengatur diri untuk berdamai dengan sumber *stress* tersebut.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan yang muncul dalam latar belakang pada sub bab sebelumnya, maka rumusan masalah yang dapat dimunculkan dalam penelitian ini adalah : apakah ada hubungan antara *coping stress* dengan adiksi *game online* pada *virtual community* (discord, line open chat).

C. Keaslian Penelitian

Untuk keautentikan penelitian ini, peneliti berusaha untuk membahas penelitian terdahulu yang relevan (relevan) dan mendukung pokok bahasan atau topik yang sedang diteliti :

Pertama, menurut penelitian yang dilakukan oleh Dwi Christina Rahayuningrum (2016) yang berjudul “*Hubungan Motivasi Bermain Game Online Dengan Adiksi Game Online Pada Remaja*” menyatakan bahwa

sebagian besar remaja (66,7%) sangat termotivasi untuk bermain *game online*, lebih dari setengah (64,7%) remaja memiliki tingkat kecanduan *game online* yang tinggi. Hasil pengujian menunjukkan bahwa pada remaja SMPN 13 Padang tahun 2016 terdapat hubungan yang signifikan antara motivasi bermain *game online* dengan adiksi *game online*.

Kedua, menurut penelitian yang dilakukan oleh Novrialdy & Atyarizal (2019) yang berjudul “*Online game addiction in addolescent: What should school counselor do?*” menyatakan bahwa Kecanduan *game online* berdampak negatif pada banyak aspek kehidupan remaja. Remaja yang seharusnya tumbuh dan berkembang dengan cara yang berbeda justru mengalami kecacatan akibat kecanduan *game online*. Untuk itu, *game online* sebagai salah satu bentuk perkembangan teknologi perlu dikembangkan dengan cermat agar tidak berdampak buruk bagi generasi muda.

Ketiga, menurut penelitian Wiguna & Herdiyanto (2018) yang berjudul “*Coping pada Remaja yang Kecanduan Bermain Game Online*” menyatakan bahwa terdapat beberapa solusi yang efektif untuk mengurangi adiksi *game online* salah satunya dengan cara mencari kesibukan. Kemudian membiasakan diri untuk tetap produktif.

Keempat menurut penelitian yang di inisiasi oleh Oktavian *et al.* (2018) yang berjudul “*Pengaruh Durasi Bermain Game Terhadap Adiksi Game Online pada Remaja*”. Dalam kesimpulan penelitian tersebut dapat diperoleh bahwa diferensial antara *game online* dengan *game offline* sangatlah jauh berbeda. *Game online* sangat menarik sehingga bisa membuat adiksi karena

tingkat daya tarik dan kesenangannya yang tinggi. Adiksi *game online* memiliki gejala berupa pemain memainkan *game* secara kontinu hingga mengganggu aktivitas utamanya. Seseorang yang mengalami adiksi terhadap *game online* memiliki anggapan bahwa bermain adalah suatu kebutuhan sarana pemenuhan jati diri dalam masa tumbuh kembang seorang individu, adapun jika kegiatan bermain *game* dibatasi maka perasaan gelisah dan cemas akan muncul kepada mereka yang sudah merasa ter-adiksi oleh bermain *game online*.

Kelima menurut penelitian yang dilakukan oleh Yosephine & Lesmana (2020) dari Fakultas Psikologi UGM yang berjudul “*Pola Asuh Orang Tua dan Kecenderungan Adiksi Online Pada Remaja Akhir di Jakarta*”. Dalam penelitian tersebut membahas korelasi antara pola asuh anak oleh orang tua dalam memperkenalkan dan mendidik suatu hal yang baru terutama dalam pendampingan buah hati dalam bermain *game online*, kesimpulan penelitian menunjukkan terdapat hubungan antara pola asuh orang tua dengan kecenderungan adiksi *online game* pada remaja akhir, hubungan tersebut bernilai positif. Tolak ukur sebuah pemberian afeksi kepada anak dapat meningkatkan hubungan yang solid, aktif dan positif dalam keluarga. Karena kita semua sudah tahu bahwasanya orang tua adalah madrasah pertama bagi tumbuh kembang si anak, anak-anak adalah *the best copier* mereka adalah peniru yang baik sesuai dengan lingkungan sekitar yang ia tinggal.

Berdasarkan penjelasan hasil diatas tentang penelitian yang sudah dilakukan sebelumnya atau penelitian terdahulu, terdapat beberapa

persamaan antara penelitian ini dengan penelitian terdahulu. yaitu terdapat pada variabel Y serta fenomena yang akan dikaji, yaitu tentang adiksi *game* atau kecanduan permainan. Selain persamaan variabel Y yang dibahas, terdapat juga hal yang membedakan antara penelitian sebelumnya dengan penelitian ini, terdapat pada variabel X dan subjek penelitian, dalam penelitian ini menggunakan variabel X, yaitu *coping stress* dengan subjek yang ditujukan adalah masa dewasa awal, sehingga hal ini menunjukkan adanya perbedaan penelitian ini dengan penelitian- penelitian sebelumnya.

D. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian yang dilakukan adalah untuk mengetahui eksistensi hubungan antara *coping stress* dengan adiksi *game* pada *virtual community* (discord)

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

E. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan memberi manfaat dalam bentuk teoritis dan praktis sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Kajian dalam penelitian ini diharapkan memberikan masukan pemikiran dan referensi bagi penelitian selanjutnya, serta menambah pengetahuan dalam bentuk karya ilmiah lapangan dibidang psikologi dalam ranah psikologi sosial yang mana berkaitan dengan variabel *coping stress* dan adiksi *game*.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini dimaksudkan untuk memberikan gambaran tentang faktor-faktor yang mendorong terjadinya adiksi *game* berdasarkan pada *coping stress*.

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Definisi Variabel

1. *Coping Stress*

a) Pengertian *Coping Stress*

Coping adalah proses mengelola tuntutan hubungan antara orang dengan lingkungan yang dinilai menimbulkan *stress* dan emosi oleh individu. *Coping* adalah upaya mengubah pikiran dan perilaku untuk memenuhi tuntutan internal dan eksternal yang dianggap sulit di luar sumber daya pribadi. Menurut Lazarus & Folkman (1984), *Coping* adalah suatu alur tahapan dimana individu berusaha untuk mengelola *gap* yang ada antara berbagai tekanan (tekanan internal individu maupun tekanan eksternal dari lingkungan) dengan berbagai kemampuan yang mereka gunakan dalam mengatasi situasi *stress*.

Coping menurut para tokoh memiliki banyak pengertian. *Coping* adalah suatu usaha atau aktivitas dalam dirinya sendiri, tetapi juga merupakan proses dinamis yang terjadi secara terus menerus dan dalam jangka waktu yang lama. Terlepas dari perbedaannya, ketiga teori tersebut memiliki tujuan yang sama untuk menyelesaikan masalah atau sumber stresor. Akibatnya, *coping* dapat didefinisikan sebagai upaya atau aktivitas yang dilakukan dalam jangka waktu yang lama atau singkat untuk mengatasi suatu masalah atau kondisi. *Stress* adalah suatu kondisi fisik dan psikologis yang dapat membuat Anda merasa tertekan (Chaplin,

2002). Stres menurut Selye (dalam Baqutayan, 2015), adalah suatu keadaan yang menimbulkan ketegangan dan dipengaruhi oleh variabel eksternal. Stres adalah seperangkat emosi dan penyesuaian yang mungkin membuat Anda merasa kehilangan atau tidak nyaman (Musradinur, 2015).

Stres, dalam sudut pandang karakter, mungkin merupakan kondisi yang menyebabkan ketegangan, dan beberapa orang berpikir bahwa stres adalah proses adaptif alami. Meski berbeda pandangan, tokoh-tokoh di atas pada dasarnya memiliki pandangan yang sama. Akibatnya, dapat dikatakan bahwa stres adalah situasi yang dapat menyebabkan ketegangan dan rasa sakit ketika ditangani. Perilaku *coping* bertujuan untuk menyelesaikan tugas atau masalah melalui suatu tingkah laku individu untuk berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya (Chaplin, 2006). Taylor (2018) memberikan pandangan tentang *coping* sebagai gagasan dan tindakan yang digunakan dalam situasi yang menekan untuk mengelola tuntutan internal dan eksternal. *Coping* merupakan berbagai upaya untuk mengelola tuntutan eksternal dan internal dengan cara kognitif maupun perilaku, serta manajemen berbagai konflik yang mempengaruhi individu melampaui kapasitas individu (Lazarus & Folkman, 1984).

Pendekatan karakter dalam menghadapi stres semuanya memiliki mentalitas yang sama, yaitu bahwa menghadapi stres adalah tindakan dan upaya. Untuk mendapatkan hasil yang lebih besar, upaya yang dilakukan

mungkin disadari atau tidak, tergantung pada perilaku kognitif dan perilaku. Berdasarkan keyakinan tersebut di atas, coping stress dapat didefinisikan sebagai suatu proses atau respon yang digunakan individu untuk mengatasi atau mengurangi sumber stres yang dialaminya.

Dampak positif atau negatif dapat timbul dari upaya *coping* yang dilakukan. Ketika seseorang memilih *coping stress* yang tepat dalam mengatasi *stressor* maka dampak negatif dari kecanduan *game online* akan dapat diminimalkan. Sebaliknya, apabila mahasiswa tersebut pemilihan *coping stress* yang tidak tepat dapat berdampak lebih buruk karena masalah tidak dapat teratasi dengan efektif.

Coping yang terfokus secara emosional berfungsi, menurut Folkman dan Lazarus, untuk memoderasi respons emosional terhadap kesulitan. Mengatasi stres sebagian besar terdiri dari proses kognitif yang bertujuan untuk menilai penderitaan emosional, serta solusi seperti :

1. Penghindaran atau pembuatan jarak
2. Perhatian yang selektif
3. Memberikan penilaian yang positif pada kejadian yang negatif

Sedangkan coping yang terfokus pada masalah (*problem focus coping*) berfungsi untuk mengontrol dan memodifikasi sumber stres..

Strategi yang termasuk di dalamnya adalah :

1. Mengidentifikasi masalah
2. Mengumpulkan alternatif pemecahan masalah
3. Mempertimbangkan nilai dan keuntungan alternatif tersebut

4. Memilih alternatif terbaik
5. Mengambil tindakan

Menurut Taylor (1995), mengatasi stres membantu orang mempertahankan keseimbangan emosional, citra diri yang baik, mengurangi tekanan eksternal atau menyesuaikan diri dengan kejadian yang tidak menguntungkan, dan mempertahankan hubungan sosial.

Fungsi mengatasi stres, menurut Pearlin dan Schooler, terdiri dari upaya untuk :

1. Menghilangkan atau mengubah situasi yang menyebabkan masalah
2. Mengendalikan makna dari situasi yang dialami, sehingga situasi tersebut menjadi kurang bermasalah
3. Menerima konsekuensi emosional dalam batas yang dapat diatur

Kesimpulannya adalah bahwa penanganan stres membantu menjaga keseimbangan emosional, mengelola masalah, dan memodifikasinya. Serta menyesuaikan diri dengan kejadian yang negatif serta tetap menjaga interaksi dengan orang lain

b) Aspek *Coping Stress*

Strategi *coping stress* adalah berbagai upaya berupa tindakan kognitif maupun perilaku untuk mengatasi, meredakan dan mentoleransi tekanan internal maupun eksternal. Tekanan didorong oleh interaksi antar individu dengan fenomena yang dianggap dapat memicu *stress* (Lazarus & Folkman, 1984). Lazarus & Folkman (1984)

membagi aspek strategi *coping* menjadi dua yaitu, ***Problem Focused Coping (PFC)*** adalah strategi atau upaya untuk mengurangi tuntutan pada situasi *stress* atau meningkatkan sumber daya untuk mengatasi *stress*. *problem-focused coping* terdiri dari aspek-aspek yang terbagi atas :

1. *Confrontative* (Konfrontasi).

Individu melakukan upaya agresif untuk mengubah situasi *stress* menjadi tingkat kemarahan dan perilaku berisiko yang cukup tinggi. Seseorang yang menggunakan *coping confrontative*, contohnya, akan mengatasi kesulitan dengan melanggar aturan, bahkan jika ini menempatkan mereka dalam bahaya..

2. *Seeking Social Support* (Pencarian Dukungan Sosial).

Diasumsikan bahwa upaya pribadi untuk mendapatkan bantuan dari orang lain dalam bentuk nasihat, pengetahuan, dan dukungan akan membantu dalam penyelesaian kesulitan. Seseorang yang mencari dukungan sosial, misalnya, akan terus-menerus mencoba mengatasi kesulitan dengan meminta bantuan orang-orang di luar keluarga, seperti teman, tetangga, pembuat kebijakan, dan pakar. Bantuan ini dapat berbentuk fisik dan non fisik.

3. *Planfull Problem Solving* (Perencanaan Penyelesaian Masalah).

Orang tersebut menilai situasi untuk menemukan solusi, dan kemudian mengambil tindakan segera untuk menyelesaikan masalah tersebut. Seseorang yang melakukan pemecahan masalah yang terencana, misalnya, akan bekerja dengan penuh fokus dan persiapan yang baik, dan akan berkeinginan untuk menyesuaikan gaya hidupnya sehingga kesulitan yang dihadapinya dapat teratasi secara bertahap.

Emotion Focused Coping (EFC) adalah teknik *Coping* untuk menghadapi reaksi emosional terhadap peristiwa yang membuat stres. Ketika orang tidak mampu atau tidak mau mengubah situasi yang sulit, mereka menggunakan *coping* yang berpusat pada emosi. Aspek *Coping* Berfokus Emosi Lazarus dan Folkman (1984) mengenali berbagai karakteristik dari *Emotion Focused Coping* berdasarkan temuan studi mereka. Beberapa aspek tersebut antara lain adalah :

- a. Mencari dukungan sosial (*Seeking social support*), yaitu usaha untuk mencari informasi yang dapat memberikan bantuan atau dukungan emosional kepada seseorang yang menghadapi masalah yang tidak dapat mereka pecahkan sendiri, orang ini membutuhkan perhatian orang lain, menunjukkan bahwa masalahnya tidak unik untuk diri mereka sendiri.
- b. Mengabaikan (*Distancing*), yaitu percobaan upaya kognitif untuk melepaskan diri dari masalah dengan mencoba untuk tidak

memprioritaskannya seolah-olah peristiwa itu tidak pernah terjadi atau tidak ada sama sekali. Seseorang yang menggunakan strategi koping ini untuk memecahkan kesulitan, misalnya, memiliki sikap tidak peduli dengan masalah yang dihadapi dan bahkan berusaha melupakannya seolah-olah tidak pernah terjadi..

c. Penghindaran (*Escape avoidance*), yaitu Upaya seseorang untuk menghindari masalah atau kondisi yang tidak menyenangkan dengan memvisualisasi atau membayangkan bahwa peristiwa atau masalah yang dihadapinya tidak membawa sesuatu yang buruk, melainkan menimbulkan perasaan yang menyenangkan. Seseorang yang menggunakan strategi koping ini untuk mengatasi kesulitan, misalnya, dapat diidentifikasi dari sikapnya yang menghindari bahkan sering melakukan perilaku yang tidak diinginkan seperti terlalu banyak tidur, menggunakan zat terlarang, dan menolak bersosialisasi dengan orang lain.

d. Pengendalian diri (*Self-control*), yaitu upaya individu untuk terus menghadapi kondisi yang terjadi tanpa mengambil keputusan atau tindakan yang dapat memiliki efek negatif yang berkepanjangan pada individu tersebut. Contohnya, Seseorang yang menggunakan strategi koping ini untuk mengatasi kesulitan, misalnya, dapat diidentifikasi dari sikapnya yang menghindari bahkan sering melakukan perilaku yang tidak diinginkan seperti terlalu banyak

tidur, menggunakan zat terlarang, dan menolak bersosialisasi dengan orang lain.

e. Menerima keadaan (*Accepting responsibility*), yaitu tindakan berusaha untuk terus menghadapi atau menerima situasi atau kondisi masalah sambil mencari solusi sehingga dapat terbebas dari situasi atau kondisi masalah. Contohnya, Seseorang yang bertanggung jawab misalnya, akan menerima semua yang terjadi saat ini sebagaimana dan akan mampu bereaksi terhadap keadaan.

f. Penilaian secara positif (*Positive reappraisal*), dengan menjalankan pengaruh agama dan mendekat pada Sang Pencipta, seseorang menarik pandangan dan kesimpulan positif tentang penyebab masalah dan situasi yang terkadang dihadapinya. Contohnya, Seseorang yang mempraktekkan penilaian kembali yang positif, misalnya, akan selalu berpikir positif dan belajar dari semua yang terjadi, tidak pernah menyalahkan orang lain dan mensyukuri apa yang masih dimilikinya.

c) **Faktor yang Mempengaruhi *Coping Stress***

Terdapat berbagai faktor sumber daya yang mempengaruhi respons *stress*, yaitu sumber daya internal dan sumber daya eksternal. Menurut Taylor (2018) faktor-faktor tersebut diantaranya adalah :

1. Sumber daya internal
 - a. *Personality* (kepribadian)

Ciri-ciri kepribadian yang dimunculkan oleh setiap orang mempengaruhi cara mereka mengalami *stress* atau upaya untuk mengatasi situasi *stress*. Hal tersebut berupa *self esteem*, *self efficacy*, *optimism*, *self regulation* dan *psychological control*.

2. Sumber daya eksternal

a. Dukungan Sosial

Dukungan sosial adalah dukungan material atau sosial yang diterima individu dari orang lain. Seorang kerabat, orang tua, pasangan atau teman dapat memberikan dukungan ini.

b. Materi Substansi materi dapat berupa uang, pekerjaan, rumah, atau transportasi yang dimiliki individu, yang mempengaruhi bagaimana individu tersebut mengatasi *stress* yang mereka hadapi.

c. Tingkat Pendidikan

Perkembangan kognitif erat kaitannya dengan prestasi pendidikan.

Perkembangan kognitif akan lebih baik jika seseorang memiliki tingkat pendidikan yang lebih tinggi. Ini mempengaruhi bagaimana

Anda berperilaku dalam situasi.

2. Adiksi *Game*

a) Pengertian Adiksi *Game*

Clark & Scott menemukan bahwa adiksi *game* adalah permainan *game* yang memberikan rasa gembira kepada pemain karena mereka cenderung membenamkan diri dalam permainan, berbohong tentang penggunaan *game* mereka, terus bermain hingga kehilangan minat pada aktivitas lain untuk bermain dan mengabaikan realitas pribadi. Memainkan *game* sebagai pelarian psikologis dari keluarga dan teman.

Game online adalah *game* di mana mesin pemain terhubung ke Internet dan dapat diakses oleh banyak pemain (Adams & Rollings, 2010). *Game online* adalah aplikasi *game* yang terdiri dari beberapa *genre* dengan aturan dan *level* tertentu. Bermain *game online* meningkatkan minat pemain dalam permainan dengan membangkitkan rasa ingin tahu dan kepuasan psikologis. Yee (2006), mengungkapkan bahwa kecanduan *game online* adalah perilaku seseorang yang ingin terus bermain *game online* dan menghabiskan banyak waktu serta dimungkinkan individu yang bersangkutan tidak mampu mengontrol atau mengendalikannya.

Kecanduan *game online* terkait dengan *game online*, menurut Young (2009). Pemain akan memikirkan *game online* saat mereka tidak memainkannya, dan ketika mereka harus berkonsentrasi pada tugas lain, mereka akan mengabaikannya dan membayangkan diri mereka bermain *game*. Orang yang kecanduan *game online* akan menaruh semua perhatian mereka pada *game* dan mengabaikan yang lainnya. Ini adalah prioritas

utama untuk bermain game online. Sedangkan menurut Charlton dan Danforth (2007), kecanduan game online didefinisikan sebagai penggunaan game yang berlebihan, kompulsif, dan terus-menerus, serta pengalaman masalah umum sebagai akibat dari berpartisipasi dalam aktivitas game.

Istilah *Game Addiction* digunakan untuk merujuk pada kecanduan *game online* (Grant & Kim, 2003). Artinya pemain bersikap berlebihan seolah-olah hanya bermain *game* dan berdampak negatif bagi pemain seolah-olah *game* adalah hidupnya (Weinstein & Lejoyeux, 2010). Kecanduan yang disebabkan oleh teknologi internet berupa kecanduan *game online* merupakan salah satu bentuk *disorder* atau dikenal dengan istilah *internet addictive disorder* (Angela, 2013). Dapat disimpulkan, kecanduan *game online* menunjukkan ketergantungan yang berlebihan pada *game online* karena keinginan untuk terus bermain, yang pada akhirnya berdampak negatif pada keadaan fisik dan psikologis individu

Menurut Pande & Marheni (2015), bermain game online menyebabkan pemain tertarik untuk tetap berada di depan perangkat, menyebabkan mereka lupa untuk belajar, makan, tidur, dan berinteraksi dengan dunia luar. Seseorang yang menghabiskan lebih banyak waktu bermain game online akan menghabiskan lebih sedikit waktu untuk berkomunikasi dan berinteraksi dengan orang lain di wilayahnya. Bermain game biasanya dilakukan sendiri dan dalam jangka waktu yang lama, sehingga memungkinkan untuk menjadi ketagihan (Dewi, 2014).

Seseorang mengalami kepuasan karena dapat mengekspresikan diri yang menurut mereka tidak mungkin terjadi di dunia nyata. Pecandu internet bermain *game* di internet selama lebih dari 4 jam sehari.

b) Faktor Penyebab Adiksi *Game Online*

Faktor-Faktor yang mempengaruhi kecanduan game online Young (2009) berpendapat bahwa secara umum, terdapat 3 faktor yang mempengaruhi kecanduan game online, yaitu: gender, kondisi psikologis, dan jenis game. Adapun penjelasannya adalah sebagai berikut.

1. Gender atau jenis kelamin

Game online mungkin menarik bagi anak laki-laki dan perempuan. Anak laki-laki lebih rentan daripada anak perempuan untuk kecanduan video game dan menghabiskan lebih banyak waktu untuk memainkannya.

2. Kondisi psikologis.

Gamer online sering berfantasi tentang game, karakter, dan latar favorit mereka. Fantasi game ini cukup kuat; itu menarik pemain dan berfungsi sebagai alasan bagi mereka untuk kembali ke sana. Pemain percaya bahwa bermain game itu menyenangkan dan memungkinkan mereka untuk mengekspresikan diri karena mereka bosan dengan kehidupan sehari-hari mereka.

3. Jenis game.

Berbagai bentuk permainan menggelitik minat setiap peserta. Pemain mungkin menjadi terpicat pada permainan baru atau permainan yang sulit dan membangkitkan rasa ingin tahu di dalamnya, memotivasi mereka untuk memainkannya lebih sering.

c) **Aspek Adiksi *Game Online***

Dalam hal kecanduan game online sebenarnya hampir seperti kecanduan lainnya, tetapi kecanduan *game online* tergolong kecanduan psikologis, bukan kecanduan fisik. Ada 7 aspek atau kriteria kecanduan *game online*, yakni *salience*, *tolerance*, *mood modification*, *withdrawal*, *relapse*, *conflict*, dan *problems* (Griffiths & Davies, 2005). Penjelasan masing-masing aspek adiktif dari *game online* adalah sebagai berikut :

1. *Salience* terjadi ketika game menjadi bagian utama dari kehidupan seseorang dan mengambil alih pikiran, perasaan, dan tindakannya.

Pemain game akan selalu memikirkan game online yang mereka mainkan karena itu telah menjadi salah satu hal terpenting mereka, dan mereka akan menghabiskan sebagian besar waktu luang mereka untuk melakukannya.

2. *Tolerance*, Ketika seseorang mulai bermain lebih sering, lamanya waktu yang dibutuhkan untuk bermain bertambah. Mayoritas gamer game online tidak akan berhenti bermain sampai mereka benar-benar bahagia.

3. *Mood modification*, Komponen ini berkaitan dengan kesan subjektif dari kegembiraan atau ketenangan yang dirasakan saat bermain. Ketika dia mulai bermain game online, dia akan melihat perubahan suasana hatinya yang membaik dan tumbuh..
4. *Withdrawal*, adalah perasaan ketidaknyamanan atau efek fisik yang terjadi ketika aktivitas berkurang atau berhenti, seperti tremor, depresi, atau lekas marah. Akibatnya akan semakin sulit bagi para pemain game online untuk menghentikan kebiasaan bermain game online secara berlebihan.
5. *Relapse*, adalah aktivitas permainan yang berulang, kembali ke pola semula (kekambuhan), atau bahkan tren yang lebih buruk. Ketika pemain game online mencoba mengurangi waktu bermain mereka, mereka akan selalu kembali ke kebiasaan lama mereka dan gagal dalam upaya mereka untuk mengurangi jumlah waktu dan intensitas yang mereka habiskan untuk bermain.
6. *Conflict*, Konflik antara gamer dan lingkungan (konflik interpersonal), konflik dengan aktivitas lain (pekerjaan, sekolah, kehidupan sosial, hobi dan minat), atau konflik di dalam diri pemain yang khawatir menghabiskan terlalu banyak waktu bermain game adalah contoh (konflik intrapsikis). Ketika gamer mencapai titik kecanduan, mereka akan menunda kehidupan sosial mereka untuk fokus pada aktivitas game mereka. Akibatnya, ia berselisih dengan orang-orang di sekitarnya.

7. *Problem*, Masalah yang disebabkan oleh penyalahgunaan *game*.

Misalnya, masalah seperti konflik psikologis dan perasaan subjektif kehilangan kendali dapat muncul dengan orang itu sendiri.

Kecanduan game online, juga dikenal sebagai gangguan kecanduan online, adalah bentuk kecanduan yang disebabkan oleh teknologi internet. Kecanduan game komputer adalah salah satu kecanduan yang mungkin ditimbulkan melalui internet (terlalu banyak bermain game). Game online merupakan bagian dari internet yang populer dan sering dikunjungi yang dapat menyebabkan kecanduan jika memiliki intensitas waktu bermain yang tinggi (Ulfa 2017). Remaja ingin bermain game online karena ini adalah pengalaman baru dan menarik bagi mereka. Karena sifat manusia untuk selalu ingin menjadi pemenang dan bahagia ketika Anda lebih ahli dalam sesuatu, termasuk game, skor tertinggi tercantum dalam game online. Ketika jumlah poin dalam game online meningkat, objek yang akan dimainkan menjadi lebih intens, menyebabkan remaja terus berusaha untuk mendapatkan skor terbesar, sehingga meningkatkan intensitas bermain game online untuk remaja sehingga membuat mereka ketagihan. ke mereka.

3. Virtual community (Komunitas Virtual)

Komunitas virtual dapat digambarkan sebagai sekelompok orang yang secara elektronik mengkomunikasikan minat yang sama, berinteraksi secara online, berulang, terus menerus, dan tidak dibatasi oleh elemen fisik dan geografis (Daugherty et al., 2005). Komunitas virtual digambarkan sebagai kumpulan orang yang mendiskusikan pemikiran dan ide melalui

media jaringan, baik secara tatap muka atau tidak, menurut penelitian lain (Rheingold, 2008). Konsep komunitas virtual, menurut Ridings, Gefen, dan Arinze (2002), adalah "sekelompok individu dengan minat dan kebiasaan yang sama yang sering terhubung selama periode waktu tertentu melalui Internet, secara terorganisir melalui tempat atau mekanisme yang sama.

Akademisi semakin banyak melakukan studi tentang jenis komunitas virtual dan fasilitas komunikasi virtual sebagai akibat dari perkembangan komunitas virtual. Harus ditekankan, bagaimanapun, bahwa komunitas virtual mungkin memiliki lebih banyak elemen daripada yang dijelaskan dalam satu jenis komunitas (Buhrmann, 2003). Kami akan membahas secara singkat empat jenis komunitas virtual dalam penelitian ini: komunitas virtual komunitas (Kardaras, 2003), komunitas virtual berdasarkan tujuan (Armstrong & Hagel, dalam Kardaras, 2003), komunitas virtual praktik (*community of practice*), dan konsumen komunitas. (Kyrinin, 2003). Penjelasan jenis komunitas ini sebagai berikut:

1. Komunitas berdasarkan ciri khas keanggotaan (Kardaras, 2003)

Karena anggota komunitas ini diklasifikasikan, subjek yang dibahas di dalamnya juga terfokus pada kategorisasi itu. Komunitas berbasis gender dan usia termasuk dalam komunitas ini.

2. Komunitas berdasarkan tujuan

Menurut Armstrong dan Hagel, setidaknya ada empat jenis komunitas yang merefleksikan kebutuhan anggota atau konsumen, antara lain:

- a. Komunitas transaksi (*communities of transactions*), yang memfasilitasi

keperluan akan pembelian dan penjualan produk atau jasa, atau pertukaran informasi.

b. Komunitas untuk suatu kepentingan (*communities of interest*).

c. Komunitas fantasi (*communities of fantasy*), yang mendukung keperluan akan interaksi interpersonal, *games*, dan pengalaman sosial di dalam lingkungan virtual atau buatan.

d. Komunitas relasi (*communities of relationship*), yang mampu menyatukan orang-orang dengan pengalaman tertentu dan saling mendukung satu sama lain.

Komunitas virtual semakin populer karena kemudahan orang dapat berkomunikasi melalui sumber daya online. Karena kehadiran internet, media-media yang bermunculan, mempermudah manusia nyata membuat suatu komunitas baru yang bertukar informasi dan saling komunikasi di Dunia Maya.

4. Masa Dewasa Awal

Kata dewasa awal berasal dari kata kerja Latin yang berarti "tumbuh menjadi dewasa." Akibatnya, orang dewasa adalah seseorang yang telah mencapai akhir perkembangannya dan siap untuk mengambil tempat dalam masyarakat bersama orang dewasa lainnya (Elizabeth Hurlock, Psikologi Perkembangan, 1991). Dewasa awal adalah masa peralihan dari masa remaja. Masa dewasa awal, menurut Hurlock (1986), dimulai pada usia 18 tahun dan berlangsung sampai sekitar usia 40 tahun. Dewasa awal pada umumnya adalah individu yang berusia antara 20 dan 40 tahun. Menurut

Santrock (1999), remaja mengalami fase transformasi peran fisik, intelektual, dan sosial.

Kesimpulanya perkembangan sosial orang dewasa adalah perkembangan sosial pada dewasa awal. Masa dewasa awal merupakan masa transisi dari pola pikir egosentris ke pola pikir empatik. Pentingnya menentukan tautan saat ini tidak dapat dilebih-lebihkan. Masa dewasa awal adalah masa ketika seseorang pertama kali memiliki hubungan intim dengan seseorang dari lawan jenis. Hurlock (1986) menyebutkan berbagai ciri masa dewasa awal, termasuk masa penyesuaian diri dengan cara hidup baru dan memanfaatkan kemandirian yang baru ditemukan.

Ciri-ciri Masa Dewasa Awal Secara Umum Masa dewasa awal merupakan masa transisi menuju gaya hidup dan norma sosial yang baru. Karena masa dewasa awal merupakan kelanjutan dari masa remaja, maka ciri-cirinya mirip dengan masa remaja. Ciri-ciri masa dewasa awal menurut Hurlock (1986):

1. Masa dewasa awal sebagai usia reproduktif. Masa dewasa awal adalah masa usia reproduktif. Masa ini ditandai dengan membentuk rumah tangga. Ini adalah tahap reproduksi, terutama bagi wanita, sebelum usia 30 tahun, ketika seorang wanita siap untuk melakukan kewajiban keibuan. Organ reproduksi manusia telah mencapai kematangan dan siap untuk berkembang biak pada periode ini.

2. Masa dewasa awal sebagai masa bermasalah. Setiap tahapan kehidupan seseorang pasti mengalami perubahan, menuntut mereka untuk melakukan adaptasi terhadap diri dan lingkungannya. Demikian pula pada masa dewasa awal, seseorang harus terlibat dalam berbagai kegiatan dalam rangka transisi ke kehidupan pernikahan, orang tua, dan kewarganegaraan sebagai warga negara yang dianggap dewasa secara hukum.

3. Masa dewasa awal adalah periode gejolak emosi yang intens. Ketakutan dan kecemasan adalah manifestasi umum dari ketegangan emosional. Ketakutan atau kekhawatiran ini biasanya didasarkan pada modifikasi kesulitan yang sedang dihadapi saat itu, atau pada tingkat keberhasilan atau kegagalan dalam memecahkan masalah.

4. Masa dewasa awal merupakan masa transisi nilai dan ketergantungan. Ketergantungan bisa berarti mengandalkan orang tua, lembaga pendidikan yang memberikan beasiswa, atau pemerintah karena mereka menerima pinjaman untuk membantu membiayai pendidikan mereka. Sementara nilai masa dewasa awal berubah karena berbagai alasan, termasuk keinginan untuk diterima oleh organisasi dewasa, kelompok sosial, dan ekonomi orang dewasa,

Menurut R.J. Havighurst, 1953 (dalam Hurlock, 1986), optimalisasi perkembangan dewasa awal mengacu pada tugas-tugas perkembangan dewasa awal, yaitu sebagai berikut:

1. Memilih teman (sebagai calon istri atau suami)

2. Belajar hidup bersama dengan suami/istri
3. Mulai hidup dalam keluarga atau hidup berkeluarga
4. Mengelola rumah tangga
5. Mulai bekerja dalam suatu jabatan
6. Mulai bertanggung jawab sebagai warga negara

B. Kerangka Teoritis

Grüsser *et al.* (2005) menyatakan bahwa remaja dan *emerging adulthood* lebih mempunyai kecenderungan menjadi seseorang yang mengalami adiksi *game*. Mahasiswa strata-1 merupakan salah satu kelompok populasi yang berada dalam rentang usia tersebut. Mahasiswa memiliki kecenderungan dalam mengalami adiksi *game online*. *Stress* merupakan suatu peristiwa adanya keterbatasan dan melebihi kemampuan individu dalam mengatasi suatu masalah (Lazarus & Folkman, 1984). Santrock (2015) mengatakan *stress* sebagai sebuah respon individu terhadap keadaan dan peristiwa (*stressor*) yang mengancam individu dan mengurangi kemampuan individu dalam mengatasi segala bentuk *stressor*.

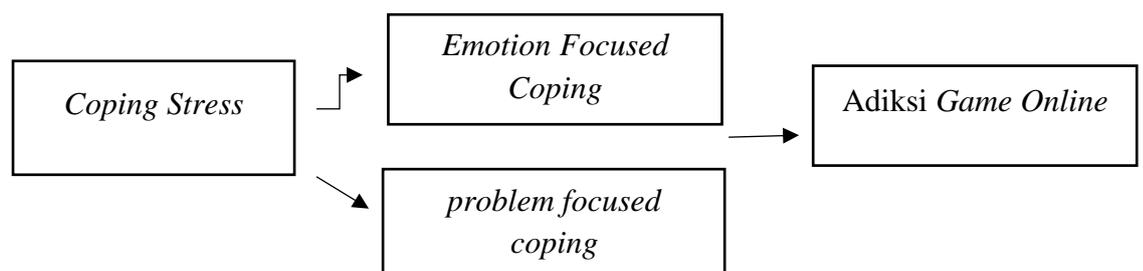
Seseorang yang mengalami *stress* mencoba untuk mengubah lingkungan yang membuat mereka *stress* sehingga mendapatkan tuntutan yang lebih ringan. Lazarus & Folkman (1984) mengatakan bahwa strategi *coping stress* terbagi menjadi dua yaitu *problem focused coping* dan *emotion focused coping*. *Problem focused coping* ialah strategi *coping* dengan mengurangi tuntutan situasi yang penuh tekanan atau memperluas sumber

daya untuk menghadapinya. Sedangkan *emotion focused coping* merupakan strategi *coping* dengan mengendalikan respon emosional terhadap situasi *stress*.

Schneider *et al.* (2017) dalam penelitiannya menyatakan bahwa *game* dapat mempengaruhi strategi *coping* pada remaja. Tantangan dan masalah yang diberikan dapat membuat pemain *game* terjebak dalam *game online* tersebut dan lebih mengutamakan masalah dalam *game* tersebut dibandingkan masalah dunia nyata. Hasil penelitian tersebut menyatakan bahwa remaja yang mengalami adiksi *game* ini kebanyakan menggunakan *denial* dan *behavioural disengagement*. Dari penelitian ini menunjukkan bahwa remaja yang kecanduan *game online* cenderung memilih *emotion focused coping* dan *less useful coping*.

Berdasarkan kerangka teoritis yang telah dipaparkan, maka tujuan penelitian ini ialah untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas yakni *Coping Stress* dengan variabel terikat yakni adiksi *game online*. Berikut bagan yang digunakan untuk menggambarkan kerangka berpikir dalam penelitian ini:

Gambar 2.1 Kerangka Teoritis Hubungan coping stress dengan adiksi game online



C. Hipotesis

Hipotesis yang akan dibuktikan dalam penelitian ini ialah :

H_a : Terdapat hubungan antara *coping stress* dengan adiksi *game online* pada *virtual community* masa dewasa awal.

H_0 : Tidak terdapat hubungan antara *coping stress* dengan adiksi *game online* pada *virtual community* masa dewasa awal.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian yang digunakan dalam skripsi ini adalah jenis penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif yaitu penelitian yang menekankan pada data-data *numerical* (angka) yang diolah dengan metode statistika (Azwar, 2007). Jenis penelitian kuantitatif dipilih karena dapat menjawab hipotesis hubungan antara *coping stress* (X) dengan adiksi *game* (Y). Hal ini dipilih dikarenakan berdasarkan data yang didapat, peningkatan kecanduan *game online* di masa pandemi. Pengukuran dalam penelitian ini nantinya penyebaran kuesioner atau skala dari masing-masing variabel, yaitu *Coping stress* dengan adiksi *game*. Sehingga, peneliti akan menguji dua variabel yang sebelumnya sudah pernah diuji pada subjek dengan kriteria maupun lingkungan yang berbeda dari penelitian sebelumnya. Skala yang akan digunakan dalam penelitian ini berupa *self-assessment*, jadi subjek diberikan kebebasan untuk mengukur dirinya sendiri dan menjawab aitem–aitem yang diberikan dengan sejujur jujurnya.

Langkah–langkah yang akan dilakukan peneliti:

1. Menetapkan kriteria sampel sesuai dengan kebutuhan penelitian, yaitu (1) berada dalam range usia 18-30 tahun (dewasa awal), (2) memainkan setidaknya satu diantara tiga jenis *game online* populer (RPG, FPS, dan atau MOBA), dan terakhir (3) tergabung dalam *virtual community game*

online (Discord untuk mencari teman bermain dan berbagi informasi mengenai *game online* terkait).

2. Peneliti membuat skala terkait variabel *coping stress* dan adiksi *game online* melalui *google form* dan menyebarkan *linknya* pada *virtual community game online*.
3. Peneliti meminta pada anggota *virtual community* untuk mengisi skala yang sudah disebar dan menunggu data penelitian terkumpul sesuai dengan jumlah minimal subjek yang dibutuhkan.
4. Peneliti melakukan *scoring* pada jawaban para subjek dan melakukan analisis data.

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Dalam penelitian itu terdapat dua variabel yang diajukan, yaitu:

Variabel X (*independent* variabel) : *Coping stress*

Variabel Y (*dependent* variabel) : Adiksi *game online*

C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Definisi operasional adalah suatu definisi mengenai variabel yang telah dirumuskan berdasarkan karakteristik variabel yang dapat diamati (Azwar, 2007). Definisi operasional diberikan untuk memberikan batasan arti atau makna suatu variabel serta menghindari adanya perbedaan persepsi dalam menginterpretasikan definisi pada tiap variabel. Maka definisi operasional pada penelitian ini yakni sebagai berikut:

1. *Coping Stress*

Coping adalah suatu proses di mana individu mencoba untuk mengelola jarak yang ada antara tuntutan-tuntutan (baik itu tuntutan yang berasal dari individu maupun tuntutan yang berasal dari lingkungan) dengan sumber-sumber daya yang mereka gunakan dalam menghadapi situasi *stress*.

2. Adiksi *Game Online*

Adiksi *game* adalah permainan *game* yang dapat memberikan perasaan bahagia terhadap *gamer* untuk memiliki kecenderungan terus bermain dan mengabaikan realitas individu menjadi asyik dengan *game*, berbohong tentang penggunaan *game*, kehilangan minat dalam kegiatan lain hanya untuk bermain *game*, menarik diri dari keluarga, teman-teman dan menggunakan *game* sebagai sarana melarikan diri psikologis.

D. Subjek Penelitian

1. Populasi

Menurut Hasan (2010), populasi digambarkan sebagai totalitas dari semua individu dengan karakteristik yang spesifik, jelas dan lengkap, beserta subjek yang perlu dipelajari untuk dijadikan bahan penelitian. Berdasarkan uraian tersebut, maka populasi penelitian ini ditentukan sesuai dengan tujuan dan karakteristik tertentu yang sesuai dengan tujuan penelitian. Karakteristik dari populasi yang peneliti tentukan adalah subjek yang suka bermain *game* dengan durasi lebih dari 4 jam dalam sehari yaitu usia 18-30 tahun.

2. Sampel Penelitian

Menurut Sugiyono (2017) sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Saat menentukan sampel, jika jumlah populasi kurang dari 100, maka semua subjek dalam populasi tersebut harus dipilih. Kemudian menurut Roscoe (dalam Sugiyono (2017) ,sampel yang cocok dan layak untuk studi kuantitatif adalah antara 30 dan 500 individu. Rumus sampel yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan rumus Slovin sebagai berikut :

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

n = jumlah sampel

N = jumlah populasi

e = *Margin of error* yang diinginkan (10%)

$$n = \frac{10373}{1 + 10373 (0.1)^2}$$

$$n = 99 \text{ orang}$$

Perhitungan dari pengolahan data menunjukkan bahwa jumlah sampel minimal yang dibutuhkan adalah 99 sampel dari objek yang bersangkutan. Subyek yang direkrut untuk penelitian ini didasarkan pada kriteria berikut :

1. Pemain *game online* dengan rentang usia 18–30 tahun.
 2. Tergabung dalam *virtual community* (seperti *server discord*)
 3. Memainkan permainan dengan jenis FPS (PUBG, CODM, dsb), MOBA (MLBB, AOV, dsb) dan juga RPG (Genshin Impact, Ragnarok, dsb).
3. Teknik *Sampling*

Teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah *sampling purposive*, yaitu menentukan sampel berdasarkan kriteria atau ciri-ciri tertentu yang telah ditetapkan berdasarkan tujuan penelitian (Sugiyono, 2017).

E. Instrumen Penelitian

Penelitian ini menggunakan instrumen penelitian dengan menggunakan Skala *likert*, skala *likert* adalah skala yang digunakan untuk mengukur sikap, persepsi, dan pendapat individu atau kelompok terhadap fenomena sosial. Skala ini dirancang untuk memperhitungkan aspek variabel yang dijelaskan dalam bentuk aitem. Tanggapan yang diberikan pada skala ini merupakan kombinasi dari tanggapan positif dan negatif baik dalam kata maupun penilaian (Sugiyono, 2017).

Skala *likert* yang dipilih merupakan skala yang lebih akurat yang memungkinkan responden untuk mengisi kuesioner atau kuesioner dengan lebih mudah (Retnawati, 2015). Saat menggunakan skala *likert*, ada norma untuk memilih jawaban. Proporsi dibentuk berdasarkan angka. Tabel berikut menjelaskan skor *likert* :

Tabel 3.1 Skoring Skala Likert

Pilihan Jawaban	Favorable	Unfavorable
Sangat sesuai	4	1
Sesuai	3	2
Tidak sesuai	2	3
Sangat tidak sesuai	1	4

Penggunaan pilihan jawaban yang menyediakan *range* skor 1 – 4 tersebut dikarenakan terdapat beberapa kelemahan model skala likert apabila menggunakan *range* skor 1 – 5. Kelemahan tersebut antara lain memberikan arti ganda pada pilihan jawaban (*Undecided/Multi Interpretable*) dan membuat responden cenderung memilih jawaban di tengah (*Central Tendency Effect*), sehingga mengurangi banyak informasi yang sebenarnya dari responden (Hadi, 2019). Skala yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari dua macam, yaitu skala *coping stress* dan skala *adiksi game*:

1. Skala *Coping stress*

a. Definisi operasional

Coping adalah suatu proses di mana individu mencoba untuk mengelola jarak yang ada antara tuntutan-tuntutan (baik itu tuntutan yang berasal dari individu maupun tuntutan yang berasal dari lingkungan) dengan sumber-sumber daya yang mereka gunakan dalam menghadapi situasi *stress*.

b. Alat ukur

Skala *coping stress* peneliti susun mengacu pada 2 bentuk *coping stress* menurut Lazarus dan Folkman (1984) yaitu *problem focused coping* dan *emotional focused coping*. Kuesioner dalam penelitian ini mengacu pada model skala likert dengan menggunakan 4 pilihan jawaban yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), Sangat Tidak Sesuai (STS).

Dalam penelitian ini tidak memiliki jawaban pilihan (N) netral, karena untuk menghindari adanya jawaban yang menimbulkan subjek cenderung menjawab dengan ragu-ragu dan dapat mempengaruhi hasil penelitian. Agar diperoleh penyusunan penelitian, maka digunakan “*Blueprint instrumen coping stress dengan adiksi game*” yaitu sebagai berikut :

Tabel 3.2 *Blueprint Skala Coping Stress*
Aitem sebaran kuesioner

Dimensi	Indikator	F	UF	Jumlah
<i>Problem Focused Coping</i>	<i>Seeking social support</i> (Mencari dukungan informasi)	1, 2, 3, 4	5	5
	<i>Confrontative coping</i> (Menyelesaikan masalah secara konkrit)	6, 7, 36	8	4
	<i>Planful problem solving</i> (perencanaan pemecahan masalah)	9, 10, 11	12, 13	5
<i>Emotional Focused Coping</i>	<i>Distancing</i> (Upaya kognitif atau membuat harapan positif)	14,15, 16, 17	18	4
	<i>Escape avoidance</i> (berandai-andai atau penghindaraan masalah)	19,20,21	22	4

<i>Self control</i> (Pengendalian emosi atau mengatur perasaan)	23,24,25	26	4
<i>Accepting responsibility</i> (Menerima tanggung jawab)	27, 28, 29	30	4
<i>Positive reaprasial</i> (Menilai masalah dari positif yang bersifat religius)	31,32,33	34, 35	5
Jumlah Aitem	26	10	36

Pada penelitian ini, peneliti memilih dan memilih beberapa aitem untuk mewakili tiap indikator yang akan dicantumkan pada sebaran kuesioner yang digunakan. Dalam instrumen penelitian ini terdapat 36 aitem yang terdiri dari 26 aitem *favorabel* dan 10 aitem *unfavorabel* aitem.

c. Validitas dan Reliabilitas

Validitas didefinisikan sebagai keakuratan suatu instrumen atau alat ukur ketika melakukan fungsi pengukuran (Azwar, 2007). Menurut Arikunto (2006), alat ukur yang tervalidasi dengan baik dapat mengukur dan merepresentasikan data variabel dengan baik. Sebaliknya jika hasil pengukuran tidak relevan dengan tujuan pengukuran, maka alat ukur tersebut tidak valid. Koefisien yang menjadi nilai acuan dalam penelitian ini untuk menentukan kevalidan aitem adalah apabila nilai melebihi $r_{xy} = 0,30$. Namun, jika jumlah aitem yang valid masih belum mencukupi jumlah yang diinginkan maka kriteria koefisien nantinya dapat diturunkan menjadi 0,25 atau 0,20 (Azwar, 2007).

Tabel 1.3 Hasil Uji Validitas Skala *Coping Stress*

No. Item	R Hitung	Sig. (2-tailed)	R Tabel (0,2732)	Rxy (0,25)	Rxy (0,3)	Sig. 0,05
----------	----------	-----------------	------------------	------------	-----------	-----------

1	,354*	0,0118	Valid	Valid	Valid	Valid
2	,757**	0,0000	Valid	Valid	Valid	Valid
3	,336*	0,0171	Valid	Valid	Valid	Valid
4	,571**	0,0000	Valid	Valid	Valid	Valid
5	,336*	0,0171	Valid	Valid	Valid	Valid
6	,637**	0,0000	Valid	Valid	Valid	Valid
7	,431**	0,0018	Valid	Valid	Valid	Valid
8	,479**	0,0004	Valid	Valid	Valid	Valid
9	,581**	0,0000	Valid	Valid	Valid	Valid
10	,438**	0,0015	Valid	Valid	Valid	Valid
11	,456**	0,0009	Valid	Valid	Valid	Valid
12	,437**	0,0015	Valid	Valid	Valid	Valid
13	,779**	0,0000	Valid	Valid	Valid	Valid
14	,386**	0,0056	Valid	Valid	Valid	Valid
15	,408**	0,0032	Valid	Valid	Valid	Valid
16	,438**	0,0015	Valid	Valid	Valid	Valid
17	,437**	0,0015	Valid	Valid	Valid	Valid
18	,507**	0,0002	Valid	Valid	Valid	Valid
19	,479**	0,0004	Valid	Valid	Valid	Valid
20	,702**	0,0000	Valid	Valid	Valid	Valid
21	,478**	0,0004	Valid	Valid	Valid	Valid
22	,652**	0,0000	Valid	Valid	Valid	Valid
23	,603**	0,0000	Valid	Valid	Valid	Valid
24	,652**	0,0000	Valid	Valid	Valid	Valid
25	,424**	0,0022	Valid	Valid	Valid	Valid
26	,447**	0,0012	Valid	Valid	Valid	Valid
27	,478**	0,0004	Valid	Valid	Valid	Valid
28	,505**	0,0002	Valid	Valid	Valid	Valid
29	,549**	0,0000	Valid	Valid	Valid	Valid
30	,478**	0,0004	Valid	Valid	Valid	Valid

31	,328*	0,0200	Valid	Valid	Valid	Valid
32	,565**	0,0000	Valid	Valid	Valid	Valid
33	,580**	0,0000	Valid	Valid	Valid	Valid
34	,640**	0,0000	Valid	Valid	Valid	Valid
35	,509**	0,0002	Valid	Valid	Valid	Valid
36	,481**	0,0004	Valid	Valid	Valid	Valid

Tabel 3.3 diatas menunjukkan dari 36 aitem skala *coping stress* dinyatakan valid berdasarkan nilai $R_{xy} \geq 0,30$ menurut Azwar (2007) dan ditinjau dari nilai $\text{Sig. (2-tailed)} < 0,05$ sehingga dapat digunakan untuk uji pengambilan data penelitian karena mampu mengukur dan mengungkapkan data dari suatu variabel secara tepat.

Setelah uji validitas dilakukan, langkah selanjutnya adalah uji reliabilitas. Reliabilitas merupakan sejauh mana suatu alat ukur dapat dipercaya, dalam arti lain apabila alat ukur tersebut diujikan beberapa kali pada kelompok subjek yang sama maka akan menghasilkan hasil yang sama (Azwar, 2007). Adapun uji reliabilitas alat ukur dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan batasan pendekatan koefisien *Cronbach's Alpha*. Alat ukur dikatakan memiliki reliabilitas yang buruk apabila memiliki koefisien *Cronbach's Alpha* $< 0,6$, sedangkan memiliki reliabilitas yang baik jika ada pada koefisien $> 0,7 - 0,8$, dan sangat baik jika melebihi $> 0,8$.

Berikut hasil uji reliabilitas skala *coping stress* :

Tabel 3.4 Hasil Uji Reliabilitas Skala *Coping Stress*

Koefisien <i>Cronbach's Alpha</i>	Jumlah Item
0,921	36

Tabel 3.4 menunjukkan hasil dari uji reliabilitas skala *coping stress* didapatkan nilai koefisien sebesar 0,921. Berdasarkan hasil interpretasi *Cronbach's Alpha* memiliki kategori sangat baik atau sangat reliabel. Nilai reliabilitas yang tinggi dapat menunjukkan bahwa skala *coping stress* yang digunakan dalam penelitian ini memiliki tingkat perubahan yang kecil dari waktu ke waktu dan dapat diandalkan.

2. Skala Adiksi *Game*

a. Definisi Operasional

Adiksi *game* adalah permainan *game* yang dapat memberikan perasaan bahagia terhadap *gamer* untuk memiliki kecenderungan terus bermain dan mengabaikan realitas individu menjadi asyik dengan *game*, berbohong tentang penggunaan *game*, kehilangan minat dalam kegiatan lain hanya untuk bermain *game*, menarik diri dari keluarga, teman-teman dan menggunakan *game* sebagai sarana melarikan diri psikologis.

b. Alat Ukur

Berikut merupakan perincian sebaran aitem skala adiksi *game*.

Tabel 3.5 *Blueprint* Skala Adiksi Game

Aspek	Indikator Perilaku	F	UF	Jumlah
Perhatian/Keutamaan	Waktu bermain <i>game</i>	1, 2	3	3
	Merasa kecanduan	4	5	2
Toleran	Melebihi waktu awal bermain <i>game</i>	6	7	2
	Menghabiskan waktu yang terus bertambah ketika bermain <i>game</i>	8	9	2
Modifikasi Suasana Hati	Menghilangkan <i>stress</i>	10	11	2
	Merasa lebih baik	12	13, 14	3
Kambuh	Berusaha mengurangi bermain <i>game</i>	15	16, 17	3
	Gagal mengurangi <i>game</i>	18	19, 20	3
Penarikan	Merasa kurang enak jika tidak bermain	21	22	2
	<i>Stress</i> jika tidak bermain <i>game</i>	23	24	2
Konflik	Berkelahi ketika bermain <i>game</i>	25	26	2
	Mengabaikan orang lain	27	28	2
Masalah	Kurang tidur	29	30	2
	Kegiatan lain terabaikan	31	32	2
Jumlah Aitem		15	17	32

Pada penelitian ini, peneliti memilih dan memilah beberapa aitem untuk mewakili tiap indikator yang akan dicantumkan pada sebaran kuesioner yang digunakan. Dalam instrumen penelitian ini terdapat 32 aitem yang terdiri dari 15 aitem favorabel dan 17 aitem unfavorabel aitem.

c. Validitas dan Reliabilitas

Validitas didefinisikan sebagai keakuratan suatu instrumen atau alat ukur dalam melaksanakan fungsi pengukurannya (Azwar,

2007). Menurut Arikunto (2006) apabila suatu alat ukur memiliki tingkat kevalidan yang tinggi, dapat dikatakan bahwa alat ukur tersebut mampu mengukur dan mengungkapkan data dari suatu variabel secara tepat. Sebaliknya, jika hasil dari pengukuran tidak relevan dengan tujuan pengukuran, maka dapat dikatakan bahwa alat ukur tersebut memiliki tingkat validitas yang rendah. Adapun koefisien yang dijadikan batasan dalam penelitian ini untuk menentukan valid tidaknya aitem adalah apabila melebihi $r_{xy} = 0,30$. Sehingga aitem dikatakan valid apabila memiliki $r_{xy} = 0,30$. Namun, jika jumlah aitem yang valid masih belum mencukupi jumlah yang diinginkan maka kriteria koefisien nantinya dapat diturunkan kembali menjadi 0,25 atau 0,20 (Azwar, 2007).

Tabel 3.6 Hasil Uji Validitas Skala Adiksi Game

No. Item	R Hitung	Sig. (2-tailed)	R Tabel (0,2732)	Rxy (0,25)	Rxy (0,3)	Sig. 0,05
1	,793**	0,000	Valid	Valid	Valid	Valid
2	,341*	0,016	Valid	Valid	Valid	Valid
3	,515**	0,000	Valid	Valid	Valid	Valid
4	,341*	0,016	Valid	Valid	Valid	Valid
5	,341*	0,016	Valid	Valid	Valid	Valid
6	,793**	0,000	Valid	Valid	Valid	Valid
7	,786**	0,000	Valid	Valid	Valid	Valid
8	,515**	0,000	Valid	Valid	Valid	Valid
9	,793**	0,000	Valid	Valid	Valid	Valid
10	,515**	0,000	Valid	Valid	Valid	Valid
11	,793**	0,000	Valid	Valid	Valid	Valid
12	,786**	0,000	Valid	Valid	Valid	Valid

13	,716**	0,000	Valid	Valid	Valid	Valid
14	,515**	0,000	Valid	Valid	Valid	Valid
15	,406**	0,003	Valid	Valid	Valid	Valid
16	,786**	0,000	Valid	Valid	Valid	Valid
17	,747**	0,000	Valid	Valid	Valid	Valid
18	,793**	0,000	Valid	Valid	Valid	Valid
19	,685**	0,000	Valid	Valid	Valid	Valid
20	,515**	0,000	Valid	Valid	Valid	Valid
21	,406**	0,003	Valid	Valid	Valid	Valid
22	,515**	0,000	Valid	Valid	Valid	Valid
23	,515**	0,000	Valid	Valid	Valid	Valid
24	,406**	0,003	Valid	Valid	Valid	Valid
25	,784**	0,000	Valid	Valid	Valid	Valid
26	,786**	0,000	Valid	Valid	Valid	Valid
27	,515**	0,000	Valid	Valid	Valid	Valid
28	,341*	0,016	Valid	Valid	Valid	Valid
29	,341*	0,016	Valid	Valid	Valid	Valid
30	,515**	0,000	Valid	Valid	Valid	Valid
31	,747**	0,000	Valid	Valid	Valid	Valid
32	,784**	0,000	Valid	Valid	Valid	Valid

Dari tabel 3.6 menunjukkan bahwa uji validitas skala adiksi *game* dari 32 aitem yang diuji valid dan layak untuk digunakan dalam perhitungan data selanjutnya berdasarkan nilai $R_{xy} \geq 0,30$ menurut Azwar (2007) dan ditinjau dari nilai Sig. (2-tailed) $< 0,05$ sehingga dapat digunakan untuk uji pengambilan data penelitian karena mampu mengukur dan mengungkapkan data dari suatu variabel secara tepat.

Setelah uji validitas dilakukan, langkah selanjutnya adalah uji reliabilitas. Reliabilitas merupakan sejauh mana suatu alat ukur dapat

dipercaya, dalam arti lain apabila alat ukur tersebut diujikan beberapa kali pada kelompok subjek yang sama maka akan menghasilkan hasil yang sama (Azwar, 2007). Adapun uji reliabilitas alat ukur dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan batasan pendekatan koefisien *Cronbach's Alpha*. Alat ukur dikatakan memiliki reliabilitas yang buruk apabila memiliki koefisien *Cronbach's Alpha* $< 0,6$, sedangkan memiliki reliabilitas yang baik jika ada pada koefisien $> 0,7 - 0,8$, dan sangat baik jika melebihi $> 0,8$.

Berikut hasil uji reliabilitas skala adiksi *game*: 7

Tabel 3.7 Hasil Uji Reliabilitas Skala Adiksi Game

Koefisien <i>Cronbach's Alpha</i>	Jumlah Item
0,948	32

Tabel 3.7 menunjukkan hasil dari uji reliabilitas skala adiksi *game* didapatkan nilai koefisien sebesar 0,948. Berdasarkan hasil interpretasi *Cronbach's Alpha* memiliki kategori sangat baik atau sangat reliabel. Nilai reliabilitas yang tinggi dapat menunjukkan bahwa skala adiksi *game* yang digunakan dalam penelitian ini memiliki tingkat perubahan yang kecil dari waktu ke waktu dan dapat diandalkan.

3. Metode Analisis Data

Analisis data merupakan suatu cara yang digunakan untuk menyusun hasil temuan penelitian yang diperoleh sehingga dapat dengan mudah dipahami ketika diinformasikan pada orang lain (Sugiyono, 2017). Dalam penelitian ini, bentuk analisis yang digunakan adalah analisis parametrik dengan uji korelasi *Product Moment*. Teknik analisis

ini dipilih untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara *coping stress* dengan adiksi *game online*. Namun apabila nantinya hasil menunjukkan bahwa data distribusi tidak normal, maka akan menggunakan uji non-parametrik yaitu *Spearman-Rank*. Analisis data akan diproses menggunakan bantuan SPSS (*Statistical Package for Social Science*) dengan taraf signifikansi 0,05.

Sebelum data dianalisis, maka perlu dilakukan uji normalitas dan uji linearitas terlebih dahulu.

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data distribusi sebaran bernilai normal atau tidak (Azwar, 2007). Uji ini menggunakan teknik uji *Kolmogorov Smirnov*. Pengujian dilakukan menggunakan SPSS dengan taraf signifikansi 0,05. Sehingga, apabila hasil menunjukkan lebih dari 0,05 maka data sebaran dapat dikatakan normal.

b. Uji Homogenitas

Uji Homogenitas dilakukan bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan yang homogen antara prediktor dan kriterium, serta untuk mengetahui hubungan yang homogen antara dua variabel penelitian. Suatu hubungan dapat dikatakan memiliki hubungan yang linier dan homogen apabila nilai signifikansi (p) > 0,05.

c. Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui antara variabel satu dengan variabel yang lain memiliki hubungan yang linier atau tidak. Pengujian ini dilakukan dengan teknik *ANOVA* dengan taraf signifikansi sebesar 0,05. Sehingga, apabila hasil menunjukkan lebih dari 0,05 maka dapat dikatakan variabel satu dengan variabel lain bersifat linier.

d. Uji Hipotesis

Uji hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis uji korelasi untuk dapat mengetahui apakah ada hubungan *coping stress* dengan adiksi *game*. Perhitungan dilakukan dengan menggunakan bantuan komputer program *SPSS versi 26*.

Hasil analisis korelasi *product moment* dengan syarat data berdistribusi normal, akan menjelaskan hasil dari uji hipotesis pada skala *coping stress* dan skala adiksi *game* berdasarkan nilai korelasi dan nilai (p), nilai (p) < 0,05 menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kedua variabel penelitian.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Persiapan, Penyusunan Instrumen, dan Pelaksanaan Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa tahap yaitu persiapan, penyusunan instrumen dan pelaksanaan penelitian. Pada saat tahap persiapan awal setelah menemukan fenomena yang akan diteliti, peneliti mulai mengidentifikasi permasalahan dan menentukan tujuan penelitian. Fenomena yang ditemukan peneliti berawal dari banyaknya pengguna *game online* yang diduga disebabkan oleh pencarian *coping stress* dan sangat penting untuk diperhatikan karena diduga dapat mengakibatkan kecanduan atau adiksi. Dari fenomena tersebut penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui hubungan antara *coping stress* dengan adiksi *game online* pada *virtual community* masa dewasa awal.

Selanjutnya, peneliti mulai menentukan subjek penelitian yang sudah ditetapkan dengan kriteria tertentu, subjek yang diambil oleh peneliti adalah subjek yang suka bermain *game* dengan durasi lebih dari 4 jam dalam sehari yaitu usia 20-30 tahun, tergabung dalam *virtual community* dan memainkan permainan dengan jenis FPS. Setelah menentukan subjek penelitian, peneliti melakukan *literature review* dengan mengulas penelitian terdahulu sebagai wawasan dalam melaksanakan penelitian selanjutnya.

Tahap kedua, peneliti mulai menyusun desain dan metode penelitian yang dimulai dari penyusunan alat ukur, pembuatan instrumen dan menentukan metode analisis yang akan dipakai untuk tahap penelitian selanjutnya. Setelah proses ini selesai peneliti mulai mengajukan proposal untuk diujikan pada ujian sidang proposal.

Setelah ujian sidang proposal dilaksanakan, tahap ketiga yang peneliti lakukan adalah mulai menyebar kuesioner dengan menggunakan *Google form* kepada subjek penelitian dengan kriteria yang sudah peneliti tentukan sebanyak 100 orang. Setelah data terkumpul, pada tahap terakhir peneliti mulai memasukkan data dan menganalisis data dengan menggunakan SPSS 26.

2. Deskripsi Data Subjek

Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah subjek dengan kriteria yang sudah peneliti tentukan sebanyak 100 orang. Selanjutnya, terdapat penjelasan gambaran subjek berupa data statistik berdasarkan data demografis yang didapatkan.

a. Deskripsi data berdasarkan usia

Tabel 4.1 Jumlah Subjek Berdasarkan Usia

Usia	Jumlah	Persentase (%)
20 - 25	87	87
26 - 30	13	13
Total	100	100

Berdasarkan tabel 4.1 diatas dapat dilihat responden penelitian ini adalah 87 orang (87%) yang tergolong di usia 20-25 tahun dan 13 orang (13%) yang berusia 26-30 tahun. Dari data demografis tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa subjek dalam penelitian ini tergolong

lebih banyak subjek berusia 20-25 tahun dibandingkan dengan subjek yang berusia 26-30 tahun.

b. Deskripsi data berdasarkan pekerjaan

Tabel 4.2 Jumlah Subjek Berdasarkan Pekerjaan

Status Pekerjaan	Jumlah	Persentase
Kuliah	44	44
Bekerja	38	38
Kuliah dan Bekerja	18	18

Dari tabel 4.2 didapatkan data status pekerjaan subjek yang masih kuliah terdapat 44 orang (44%), yang sudah bekerja sebanyak 38 orang (38%) dan yang kuliah sambil bekerja sebanyak 18 orang (18%).

3. Kategorisasi Data Variabel *Coping Stress* dan *Adiksi Game Online*

Kategorisasi data variabel bertujuan untuk mengetahui persentase jumlah subjek yang tergolong dalam kategori sangat rendah, rendah, sedang, tinggi dan sangat tinggi dari setiap variabel. Untuk setiap hasil perhitungan dari tiap variabel yang ada dan menggunakan rumus perhitungan, dengan pedoman sebagai berikut:

Tabel 4.3 Pedoman Hasil Pengukuran

Rumus	Kategori
$X > M + 1,8.SD$	Sangat Tinggi
$M + 0,6.SD \leq X \leq M + 1,8.SD$	Tinggi
$M - 0,6.SD \leq X \leq M + 0,6.SD$	Sedang
$M - 1,8.SD \leq X \leq M - 0,6.SD$	Rendah
$X < M - 1,8.SD$	Sangat Rendah

Keterangan :

M : Mean

SD : Standar Deviasi

Setelah melakukan perhitungan manual menggunakan rumus pada tabel 4.3, maka didapatkan hasil kategori setiap variabel seperti yang ditunjukkan pada tabel 4.4 dibawah ini, berikut hasil perhitungannya :

Tabel 4.4 Kategorisasi Data Variabel *Coping Stress*

Variabel	Rentang Nilai	Kategori	Jumlah	%
<i>Coping Stress</i>	$X > 115,523$	Sangat Tinggi	4	4
	$107,174 \leq X \leq 115,523$	Tinggi	20	20
	$98,826 \leq X \leq 107,174$	Sedang	52	52
	$90,477 \leq X \leq 98,826$	Rendah	20	20
	$X < 90,477$	Sangat Rendah	4	4
Total			100	100
<i>Coping Stress (Problem Focused Coping)</i>	$X > 47,445$	Sangat Tinggi	3	3
	$42,775 \leq X \leq 47,445$	Tinggi	28	28
	$38,105 \leq X \leq 42,775$	Sedang	41	41
	$33,435 \leq X \leq 38,105$	Rendah	23	23
	$X < 33,435$	Sangat Rendah	5	5
Total			100	100
<i>Coping Stress (Emotion Focused Coping)</i>	$X > 70,9$	Sangat Tinggi	4	4
	$65,340 \leq X \leq 70,9$	Tinggi	19	19
	$59,780 \leq X \leq 65,340$	Sedang	58	58
	$54,220 \leq X \leq 59,780$	Rendah	15	15
	$X < 54,220$	Sangat Rendah	4	4
Total			100	100

Berdasarkan tabel 4.4 menunjukkan bahwa terdapat lima kategori di setiap variabel yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah dan sangat rendah. Pada variabel *coping stress* terdapat subjek dengan jumlah skor sangat tinggi sebesar 4%, 20% memiliki *coping stress* tinggi, 52% tergolong pada kategori sedang, selanjutnya 20% termasuk kategori rendah dan 4% memiliki *coping stress* sangat rendah.

Apabila ditinjau berdasarkan dua aspek *coping stress* yaitu *problem focused coping stress* dan *emotion focused coping stress* terdapat perbedaan antara keduanya. Pada skor sangat tinggi masing-masing berjumlah 3% dan 4%, pada skor tinggi 28% dan 19%, skor sedang sebesar 41% dan 58%, skor rendah 23% dan 15% sedangkan skor rendah berada pada skor 5% dan 4%.

Tabel 4.5 Kategorisasi Data Variabel Adiksi Game Online

Adiksi Game Online	$X > 86,101$	Sangat Tinggi	5	5
	$78,64 \leq X \leq 86,101$	Tinggi	22	22
	$71,18 \leq X \leq 78,64$	Sedang	45	45
	$63,719 \leq X \leq 71,18$	Rendah	25	25
	$X < 63,719$	Sangat Rendah	3	3
	Total		100	100

Berdasarkan tabel 4.5 pada variabel adiksi *game online* terdapat 5% subjek tergolong sangat tinggi, 22% memiliki adiksi tinggi, 45% subjek masuk pada kategori sedang, 25% pada kategori rendah dan 3% subjek tergolong memiliki kategori yang sangat rendah.

4. Data Tabulasi Silang Variabel *Coping Stress* dan Adiksi *Game Online*

Tabulasi silang digunakan untuk menghitung persentase dan frekuensi dengan cara menyilangkan dari dua atau lebih variabel yang berhubungan, dengan tujuan diketahuinya arti dari hubungan antar variabel dan mudah dipahami secara deskriptif. Berikut ini adalah data yang menunjukkan hasil dari tabulasi silang antara *coping stress* dengan adiksi game online.

Tabel 4.6 Tabulasi Silang *Coping Stress* dengan Adiksi Game Online

		Adiksi Game Online					
		SR	R	S	T	ST	Total
<i>Coping Stress</i>	SR	3%	1%				4%
	R		20%				20%
	S		4%	45%	3%		52%
	T				19%	1%	20%
	ST					4%	4%
Total		3%	25%	45%	22%	5%	100%

Tabel 4.6 menunjukkan hasil tabulasi silang dari variabel *coping stress* dan adiksi *game online* yang ditunjukkan dengan lima kategori tingkatan yaitu sangat rendah, rendah, sedang, tinggi dan sangat tinggi. Berdasarkan hasil tabulasi silang menunjukkan bahwa terdapat 3% responden dengan kategori *coping stress* dan adiksi *game online* yang sangat rendah. Kemudian terdapat 1% responden dengan kategori *coping stress* sangat rendah dan adiksi *game online* yang rendah.

Kategori selanjutnya *coping stress* rendah dan adiksi *game online* rendah terdapat 20% responden. Pada kategori *coping stress* sedang dan adiksi game online rendah terdapat 4% responden, kemudian responden *coping stress* sedang dan adiksi *game online* sedang terdapat

45% responden kemudian pada kategori *coping stress* sedang dan adiksi *game online* tinggi terdapat 3% responden.

Kategori *coping stress* tinggi dan adiksi *game online* tinggi terdapat 19% responden. Jumlah responden dengan kategori *coping stress* tinggi dan adiksi *game online* sangat tinggi terdapat 1% responden. Kategori selanjutnya *coping stress* sangat tinggi dan adiksi *game online* sangat tinggi terdapat 4% responden.

5. Hasil Analisis Data

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *coping stress* dengan adiksi *game online* pada *virtual community* masa dewasa awal. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode analisis data kuantitatif. Sebelum dianalisis, peneliti melakukan uji asumsi terlebih dahulu dengan uji normalitas, uji homogenitas dan uji hipotesis (Arikunto, 2013). Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis *korelasi product moment*, semua dilakukan menggunakan program SPSS (*Statistic Product Service Solution*) for windows 26.

a. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk menjelaskan sebaran aitem pada variabel-variabel penelitian bersifat normal. Uji normalitas yang digunakan mengacu pada teknik *Kolmogorov-Smirnov*. Asumsi dasar yang menjadi pedoman yaitu jika nilai $p > 0,05$ maka sebaran data tersebut normal, sedangkan jika nilai $p < 0,05$ maka sebaran data tersebut tidak normal. Dari hasil uji *Kolmogorov-Smirnov* diperoleh

distribusi data yang memenuhi asumsi normalitas karena nilai p ($0,200$) $>$ α ($0,05$), maka sebaran data tersebut bersifat normal. Hasil uji normalitas per variabel juga menunjukkan hasil yang sama. Adapun hasil uji normalitas per variabel yang telah dilakukan dapat dilihat dalam tabel di bawah ini:

Tabel 4.7 Hasil Uji Normalitas

No	Variabel	Rerata	P	Keterangan
1.	<i>Coping Stress</i>	103	0,200	Normal
2.	<i>Adiksi Game Online</i>	74,91	0,200	Normal

Dari output hasil uji normalitas diatas menunjukkan bahwa kedua variabel memiliki nilai signifikansi (p) $>$ $0,05$. Hal tersebut berarti bahwa skala *coping stress* dan skala adiksi *game online* memiliki data residual yang berdistribusi normal.

b. Uji Homogenitas

Uji Homogenitas dilakukan bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan yang homogen antara prediktor dan kriterium, serta untuk mengetahui hubungan yang homogen antara dua variabel penelitian. Suatu hubungan dapat dikatakan memiliki hubungan yang linear apabila nilai signifikansi (p) $>$ $0,05$. Dari hasil uji homogenitas didapatkan nilai $p = 0,360$. Maka kedua variabel memiliki hubungan yang homogen.

c. Uji Linearitas

Mengutip dari penelitian yang dilakukan oleh Nurmaya, (2016) teknik yang dilakukan untuk melihat uji linearitas dalam penelitian adalah *Tes For Linearity* pada program SPSS. Hubungan

dapat dikatakan linear jika signifikansi kurang dari 0.05 ($p < 0,05$), sebaliknya hubungan dikatakan tidak linear jika signifikansi lebih besar dari 0,05 ($p > 0,05$). Jika ditinjau berdasarkan nilai *Deviation from Linearity* maka suatu hubungan dua buah variabel dikatakan linear apabila memenuhi kriteria *Deviation from Linearity sig.* lebih besar 0,05 ($p > 0,05$) dan disimpulkan tidak memiliki hubungan linear apabila *Deviation from Linearity sig.* lebih kecil 0,05 ($p < 0,05$).

Dari hasil uji linearitas didapatkan linearitas dengan nilai $p = 0,002 < 0,05$ dan nilai *Deviation from Linearity* $p = 0,113 > 0,05$. Maka kedua variabel memiliki hubungan yang linear berdasarkan nilai uji linearitas dan nilai *Deviation from Linearity*.

d. Uji Hipotesis

Uji hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis uji korelasi untuk dapat mengetahui apakah ada hubungan *coping stress* dengan adiksi *game online*. Perhitungan dilakukan dengan menggunakan bantuan komputer program *SPSS versi 26*.

Dari hasil analisis *korelasi product moment*, dapat dijelaskan bahwa hasil dari uji hipotesis pada skala *coping stress* dan skala adiksi *game online* menunjukkan nilai korelasi -0,296 dengan p sebesar 0,003 ($p < 0,05$). Hasil ini menunjukkan bahwa $p < 0,05$ dengan nilai korelasi -0,296 maka terdapat hubungan signifikan yang negatif atau bertolak-belakang antara kedua variabel dan hubungan kedua variabel

bersifat lemah karena nilai korelasi (r) berada pada rentang -0.1 sampai -0.3.

B. Pembahasan

Hasil uji hipotesis dengan menggunakan korelasi *product moment* didapatkan nilai sebesar -0,298 dengan nilai signifikansi sebesar 0,003 ($p < 0,05$) yang berarti bahwa adanya hubungan signifikan yang negatif antara *coping stress* dengan adiksi *game online* pada *virtual community* masa dewasa awal. Hasil tersebut membuktikan bahwa hipotesis (H_a) yaitu terdapat hubungan antara *coping stress* dengan adiksi *game online* pada *virtual community* masa dewasa awal dalam penelitian ini dapat diterima.

Hasil dari koefisien (r) = -0,298 menunjukkan bahwa faktor-faktor dari variabel *coping stress* memiliki keterkaitan yang bertolak-belakang terhadap faktor-faktor adiksi *game online*. Hubungan negatif antara variabel *coping stress* dan adiksi *game online* memiliki makna bahwa semakin tinggi kemampuan *coping stress* baik berupa *emotion focused coping* atau *problem focused coping* maka individu akan dapat menghadapi kondisi *stress* dengan baik dan efektif sehingga tidak terlarut dalam masalah yang dihadapi sehingga meminimalkan potensi kondisi gangguan psikologis yang lebih parah seperti gangguan *disorder* yang berupa adiksi *game online*. Sebaliknya apabila kondisi *stress* tidak tertangani dengan baik maka akan dapat memicu *disorder* berupa adiksi *game online*.

Adiksi *game online* sebagai suatu *disorder* atau gangguan mental tercantum dalam ICD-11 (*International Statistical Classification of Diseases*

and Related Health Problems) World Health Organization (WHO) dengan kode 6C51 *Gaming disorder*. Kecanduan game dijelaskan dalam Manual Diagnostik dan Statistik Gangguan Mental (DSM-5) dari *American Psychiatric Association*, DSM-5 mencatat bahwa bermain game dapat menyebabkan gangguan atau penderitaan yang signifikan dalam beberapa aspek kehidupan seseorang.

Hasil dalam penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Pranita *et al.* (2014). Penelitian tersebut mengungkapkan bahwa terdapat hubungan negatif antara *emotion focused coping* dengan *game online addiction* pada remaja di *game centre* bagian Semarang barat dan Selatan. Remaja cenderung memiliki kemampuan *emotion focused coping* yang rendah namun memiliki tingkat *game online addiction* yang tinggi.

Peningkatan frekuensi dan lama bermain *game online* merupakan *emotion focused coping* dalam aspek penghindaran (*escape avoidance*) sesuai dengan teori yang diutarakan oleh Lazarus & Folkman (1984) yaitu upaya seorang individu untuk terlepas dari permasalahan atau kondisi yang tidak menyenangkan dengan memberikan gambaran atau membayangkan bahwa kejadian atau permasalahan yang dihadapinya tidaklah memberikan suatu hal yang buruk atau malah hal itu memberikan perasaan yang menyenangkan. Hal tersebut juga diperkuat oleh penelitian Schneider *et al.* (2017) yang menunjukkan bahwa remaja yang kecanduan *game online* cenderung memilih *emotion focused coping* dan *less useful coping*.

Data demografis yang peneliti dapatkan menunjukkan terdapat 27 subjek dengan rentang usia 20-25 tahun dan 13 subjek di rentang usia 26-30 tahun. Data demografis berdasarkan status pekerjaan menunjukkan terdapat 44 subjek merupakan mahasiswa, 38 subjek memiliki pekerjaan dan 18 subjek berstatus mahasiswa dan memiliki pekerjaan. Pada kategori usia tersebut merupakan masa dewasa awal dengan kemampuan *problem focused coping stress* pada rentang kategori sedang hingga sangat tinggi dengan akumulasi sebesar 72% sedangkan kemampuan *emotion focused coping stress* secara akumulasi pada kriteria sedang hingga sangat tinggi sebesar 81%. Secara simultan kemampuan *coping stress* responden dalam kriteria sedang hingga sangat tinggi adalah sebesar 76%. Sedangkan tingkat adiksi *game online* mayoritas berada pada tingkat rendah hingga sedang sebesar 70%.

Penelitian ini mengungkapkan bahwa berdasarkan wawancara dan data statistik, responden tahap dewasa awal pada *virtual community* memiliki tingkat *coping stress* yang tinggi namun memiliki tingkat adiksi *game online* yang rendah hingga sedang. Kecanduan *game online* yang terjadi pada responden bukan sebagai respon pengalihan *stress* pada fase *quarter life crisis* yang dialami oleh responden masa dewasa awal sesuai dengan teori yang diutarakan oleh Black (2010) dan diperkuat oleh Afnan *et al.* (2020).

Penelitian Allen & Leary (2010) menyatakan bahwa individu yang memiliki kematangan dalam *coping* yang tinggi akan cenderung melakukan pendekatan *problem-focused coping* untuk menghadapi permasalahan.

Sebaliknya individu dengan kematangan *coping* yang relatif rendah akan cenderung menggunakan *emotion-focused coping* dalam menyelesaikan masalah. Umur dan pengalaman dalam menghadapi masalah menjadi suatu kematangan untuk menyelesaikan masalah. Masa dewasa awal yang cenderung memiliki kematangan yang lebih baik dalam mengatasi berbagai permasalahan yang menimbulkan *stress* dibandingkan dengan remaja, memperkuat dugaan bahwa adiksi *game online* pada responden *virtual community* masa dewasa awal merupakan dampak dari kondisi pandemi COVID-19 yang membatasi aktivitas sehari-hari.

Adiksi *game online* yang terjadi merupakan respon dari kondisi pandemi COVID-19 yang sedang terjadi sehingga menimbulkan peningkatan intensitas bermain *game online* dikarenakan berbagai faktor, salah satunya adalah untuk menghilangkan rasa bosan ketika menjalani masa karantina atau PSBB (Pembatasan Sosial Berskala Besar) dan juga untuk mengatasi *stress* karena banyak permasalahan-permasalahan yang muncul di masa pandemi. Permasalahan tersebut merupakan hal yang tidak dapat dihindari sehingga menimbulkan tekanan emosional sehingga penerapan *problem focused coping* lebih sulit untuk dilakukan karena kondisi pandemi yang memicu *stress* merupakan hal yang di luar kendali responden.

Berdasarkan fakta-fakta dan hasil analisis hipotesis maka dapat ditarik kesimpulan bahwa hipotesis dalam penelitian ini dapat diterima.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil uji hipotesis korelasi *product moment*, dapat ditarik kesimpulan bahwa variabel *coping stress* memiliki hubungan yang signifikan dengan adiksi *game online* pada *virtual community* masa dewasa awal. Dengan adanya signifikansi sebesar $0,003 < 0,05$ dan nilai korelasi sebesar $-0,296$ menunjukkan bahwa hipotesis H_a diterima yang berarti terdapat hubungan antara *coping stress* dengan adiksi *game online* pada *virtual community* masa dewasa awal. Mayoritas responden memiliki kemampuan *coping stress* dengan kategori sedang hingga tinggi yaitu sebesar 76% dan adiksi *game online* mayoritas pada tingkat rendah hingga tinggi sebesar 70%. Hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa jika subjek memiliki kemampuan *coping stress* semakin tinggi maka adiksi *game online* subjek semakin rendah.

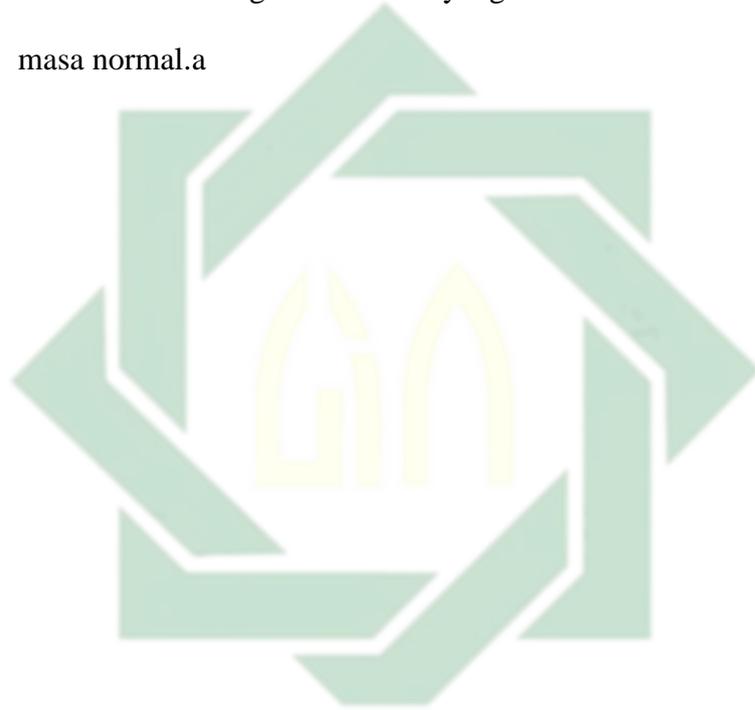
B. Saran

1. Kepada Subjek *virtual community* dewasa awal

Sangat penting untuk menyelesaikan permasalahan dengan menggunakan *coping stress* yang tepat sehingga tidak mengalihkan permasalahan dengan melakukan permainan *game online* secara berlebihan dan mengarah kepada adiksi *game online*.

2. Kepada penelitian selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk mengambil variabel lain yang tidak peneliti bahas agar dapat diketahui secara lebih luas variabel yang dapat mempengaruhi adiksi *game online* pada subjek usia dewasa awal dalam berbagai komunitas yang lebih besar di masa pandemi dan masa normal.a



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR PUSTAKA

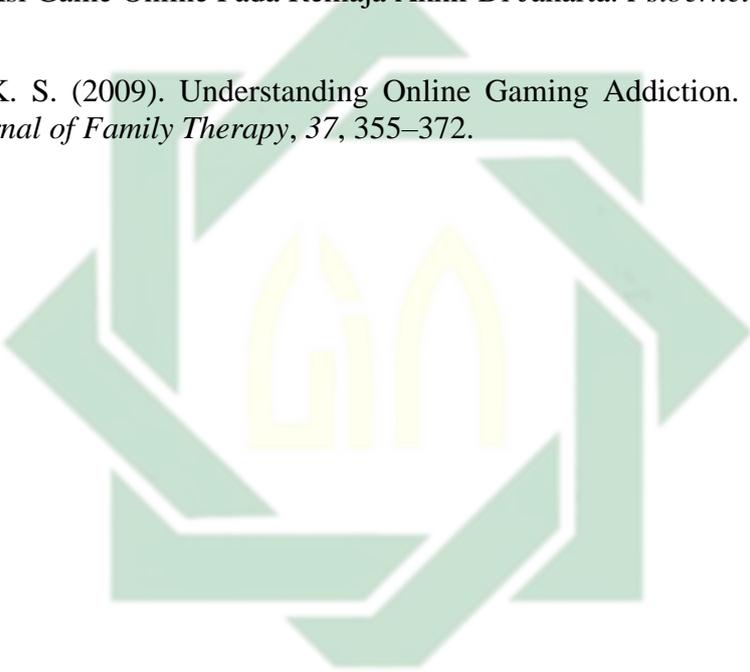
- Adams, E., & Rollings, A. (2010). *Fundamentals of Game Design* (1st ed.). Berkeley: New Riders.
- Adiwinata, A. (2021). *Hubungan Neuroticism Dengan Adiksi Online Games Pada Remaja Akhir*. Pelita Harapan.
- Afnan, A., Fauzia, R., & Tanau, M. U. (2020). Hubungan Efikasi Diri Dengan Stress Pada Mahasiswa Yang Berada Dalam Fase Quarter Life Crisis. *Jurnal Kognisia*, 3(1), 23–29.
- Allen, A. B., & Leary, M. R. (2010). Self-Compassion, Stress, and Coping Ashley. *Soc Personal Psychol Compass*, 4(2), 107–118.
- Andriyani, J., Dakwah, F., & Banda, U. I. N. A. (2014). Coping Stress Pada Wanita Kerier Yang Berkeluarga. *Jurnal Al-Bayan: Media Kajian dan Pengembangan Ilmu Dakwah*, 20(2), 1–10.
- Angela. (2013). Pengaruh Game Online Terhadap Motivasi Belajar Siswa SDN 015 Kelurahan Sidomulyo Kecamatan Samarinda Ilir. *eJournal Ilmu Komunikasi*, 1(2), 532–544.
- Arikunto, S. (2006). *Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Bina Aksara.
- Azwar, S. (2007). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian*. Jakarta: Rieneka Cipta.
- Black, A. S. (2010). “Halfway Between Somewhere and Nothing:” an Exploration of the Quarter-Life Crisis and Life Satisfaction Among Graduate Students. *Thesis for Master Education, University of Arkansas. Proquest Dissertations and Theses (PQDT) UMI 1484631*, 1–11.
- Chaplin, J. P. (2006). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- D. Griffiths, M., J. Kuss, D., & L. King, D. (2012). Video Game Addiction: Past, Present and Future. *Current Psychiatry Reviews*, 8(4), 308–318.
- Fitri, E., Erwinda, L., & Ifdil, I. (2018). Konsep Adiksi Game Online dan Dampaknya terhadap Masalah Mental Emosional Remaja serta Peran Bimbingan dan Konseling. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 6(2), 211–219.
- Grant, J. E., & Kim, S. W. (2003). Dissociative Symptoms in Pathological Gambling. *Psychopathology*, 36(4), 200–203.
- Griffiths, M. D., & Davies, M. N. O. (2005). Videogame addiction: Does it exist. *Handbook of computer game studies*, 359--368.
- Grüsser, S. M., Thalemann, R., Albrecht, U., & Thalemann, C. N. (2005). Excessive Computer Usage in Adolescents - A Psychometric Evaluation. *Wiener Klinische Wochenschrift*, 117(5–6), 188–195.

- Habibie, A., Syakarofath, N. A., & Anwar, Z. (2019). Peran Religiusitas terhadap Quarter-Life Crisis (QLC) pada Mahasiswa. *Gadjah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 5(2), 129.
- Hadi, S. (2019). *Metodologi Riset*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Hasan, A. (2010). *Marketing Dari Mulut ke Mulut: Word of Mouth Marketing*. Jakarta: Media Pressindo (MedPress).
- Indahtiningrum, F. (2013). Hubungan antara Kecanduan Video Game dengan Stres pada Mahasiswa Universitas Surabaya. *Jurnal ilmiah Universitas Surabaya*, 2(1), 1–17.
- Jahja, Y. (2011). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Kencana.
- Lahey, B. (2012). *Psychology: An introduction, Eleventh Edition*. New York: The McGraw Hill Companies, Inc.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer publishing company.
- Lemmens, J. S., Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2009). Development and validation of a game addiction scale for adolescents. *Media Psychology*, 12(1), 77–95.
- Manalu, L. J. (2020). *Gambaran Strategi Coping Stress Pada Mahasiswa Yang Kecanduan Game Online Di Kota Medan*. Universitas Sumatera Utara.
- Manktelow, J. (2007). *Manage Stress*. London: Dorling Kindersley.
- Meiriana, A. (2016). Hubungan Antara Coping Stress Dan Dukungan Sosial Dengan Motivasi Bercerai. *Psikoborneo*, 4(2), 396–406.
- Monks, F. J., Knoers, A. M. P., & Haditono, S. R. (1984). *Psikologi Perkembangan: Pengantar dalam Berbagai Bagiannya*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Novrialdy, E., & Atyarizal, R. (2019). Online Game Addiction in Adolescent: What Should School Counselor Do? *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 7(3), 97.
- Nurmaya, Y. (2016). *Hubungan Antara Komunikasi Yang Efektif dan Kepuasan Perkawinan Pada Istri Suku Jawa*. Universitas Sanata Dharma.
- Oktavian, N., Nurhidayat, S., & Nasriati, R. (2018). Pengaruh Durasi Bermain Terhadap Adiksi Game Online Pada Remaja Di Warung Internet XGC Kecamatan Dolopo Kabupaten Madiun. *Health Sciences Journal*, 2(2), 72.
- Papalia, D. E., Old, S. W., & Feldman, R. D. (2010). *Human Development (Psikologi Perkembangan) : Bag I s/d IV*.
- Pervin, L. A., Cervone, D., & John, O. P. (2010). *Psikologi Kepribadian : Teori dan Penelitian*. (A. K. Anwar, Ed.) (9 ed.). Jakarta: Kencana.

- Pranitika, M., Hendriyani, R., & Mabruri, M. I. (2014). Hubungan Emotion Focused Coping dengan Game Online Addiction pada Remaja di Game Centre Bagian Semarang Barat dan Selatan. *Intuisi : Jurnal Psikologi Ilmiah*, 6(1), 24–27.
- Radley, A. (2004). *Making Sense of Illness: The Social Psychology of Health and Disease*. New York: SAGE Publications Ltd.
- Rahayuningrum, D. C. (2016). Hubungan Motivasi Bermain Game Online Dengan Adiksi Game Online Pada Remaja. *Jurnal Kesehatan Medika Sainatika*, 8(1), 108–113.
- Retnawati, H. (2015). Karakteristik Butir Tes dan Analisisnya. In *Workshop Penyusunan Instrumen Uji Kompetensi Guru* (Vol. 30).
- Sadock, B. J., Ahmad, S., & Sadock, V. A. (2019). *Kaplan & Sadock's Pocket Handbook of Clinical Psychiatry* (6 ed.). New York: Wolters Kluwer.
- Safaria, & Triantoro. (2006). Stres Ditinjau Dari Active Coping, Avoidance Coping, dan Negative Coping. Makalah pada Konferensi Nasional Stres Manajemen dalam Berbagai Setting Kehidupan. *Humanitas: Indonesian Psychological Journal*, 3(2).
- Santoso, Y. R. D., & Purnomo, J. T. (2017). Hubungan Kecanduan Game Online Terhadap Penyesuaian Sosial Pada Remaja. *Humaniora*, 4(1), 27–44.
- Santrock, J. W. (2015). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Kencana.
- Schneider, L. A., King, D. L., & Delfabbro, P. H. (2017). Family Factors in Adolescent Problematic Internet Gaming: A Systematic Review. *Journal of behavioral addictions*, 6(3), 321–333.
- Smart, A. (2010). *Cara Cerdas Mengatasi Anak Kecanduan Game*. Yogyakarta: A+ Books.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Taylor, S. E. (2018). *Health Psychology (Edisi ke-10)* (10th ed.). New York: McGraw-Hill Education.
- Vollmer, C., Randler, C., Horzum, M. B., & Ayas, T. (2014). Computer game addiction in adolescents and its relationship to chronotype and personality. *SAGE Open*, 4(1).
- Weinstein, A., & Lejoyeux, M. (2010). Internet Addiction or Excessive Internet Use. *American Journal of Drug and Alcohol Abuse*, 36(5), 277–283.
- Widiyastuti, F. S. (2012). *Kecanduan Mahasiswa Terhadap Game Online (Studi tentang kebiasaan mahasiswa bermain game online di Seturan Sleman)*.

Universitas Negeri Yogyakarta.

- Wiguna, G. Y., & Herdiyanto, Y. K. (2018). Coping pada Remaja yang Kecanduan Bermain Game Online. *Jurnal Psikologi Udayana*, 5(2), 450.
- Wood, R. T. A., Griffiths, M. D., & Eatough, V. (2004). Online Data Collection From Video Game Players: Methodological Issues. *Cyberpsychology and Behavior*, 7(5), 511–518.
- Yosephine, Y., & Lesmana, T. (2020). Pola Asuh Orangtua Dan Kecenderungan Adiksi Game Online Pada Remaja Akhir Di Jakarta. *Psibernetika*, 13(1), 49–58.
- Young, K. S. (2009). Understanding Online Gaming Addiction. *The American Journal of Family Therapy*, 37, 355–372.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A