

**PENGARUH *EMOTIONAL FOCUSED COPING* DAN KONFORMITAS TEMAN  
SEBAYA TERHADAP KECENDERUNGAN ADIKSI *GAME ONLINE* PADA  
REMAJA DI INDONESIA**

**SKRIPSI**

Diajukan Sebagai Pemenuhan Syarat

Untuk Meraih Gelar Sarjana Strata Satu (S1) Psikologi



Muhammad Zubair

2007016154

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO  
SEMARANG**

**2024**

## **PERNYATAAN KEASLIAN**

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Muhammad Zubair

Nim : 2007016154

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul:

### **PENGARUH *EMOTIONAL FOCUSED COPING* DAN KONFORMITAS TEMAN SEBAYA TERHADAP KECENDERUNGAN ADIKSI *GAME ONLINE* PADA REMAJA DI INDONESIA**

Secara keseluruhan adalah hasil penelitian karya sendiri, kecuali pada bagian tertentu yang dirujuk sumbernya.

Semarang, 30 Desember 2024



Muhammad Zubair

# LEMBAR PENGESAHAN



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO  
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN  
JURUSAN PSIKOLOGI

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

## PENGESAHAN

Judul : **PENGARUH *EMOTIONAL FOCUSED COPING* DAN  
KONFORMITAS TEMAN SEBAYA TERHADAP  
KECENDERUNGAN ADIKSI *GAME ONLINE* PADA  
REMAJA DI INDONESIA**

Penulis : Muhammad Zubair  
NIM : 2007016154  
Jurusan : Psikologi

Telah diujikan dalam sidang *munaqosah* oleh Dewan Penguji Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo dan dapat diterima sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana dalam ilmu Psikologi.

Semarang, 24 Desember 2024

## DEWAN PENGUJI

Penguji I

Nadiatus Salamah, M. Si., Ph. D.  
NIP 197806112008012016

Penguji II

Dr. Nikmah Rochmawati, M. Si.  
NIP 198002202016012901

Penguji III

Wening Wihartati, S. Psi., M. Si.  
NIP 197711022006042004

Penguji IV

Nadya Ariyani Hasanah N., M. Psi.  
Psikolog. NIP 199201172019032019

Pembimbing I

Dr. Nikmah Rochmawati, M. Si.  
NIP 198002202016012901

Pembimbing II

Lainatul Mudzkiyyah, S. Psi, M. Psi.  
Psikolog. NIP 198805032016012901

## NOTA PEMBIMBING 1



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO  
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN  
JURUSAN PSIKOLOGI

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

### PERSETUJUAN PEMBIMBING

Yth.  
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan  
UIN Walisongo Semarang  
Di Semarang

*Assalamu'alaikum. wr. wb.*

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah skripsi dengan judul sebagai berikut.

Judul : Pengaruh *Emotional Focused Coping* dan Konformitas Teman Sebaya Terhadap Kecenderungan Adiksi *Game Online* Pada Remaja di Indonesia

Nama : Muhammad Zubair

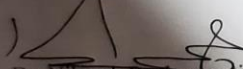
NIM : 2007016154

Jurusan : Psikologi

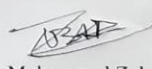
Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Ujian Munaqosah.

*Wassalamu'alaikum. wr. wb.*

Mengetahui  
Pembimbing I,

  
Dr. Nikmah Rochmawati, M. Si  
NIP 198002202016012901

Semarang, 11 Desember 2024  
Yang bersangkutan

  
Muhammad Zubair  
2007016154

## NOTA PEMBIMBING 2



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO  
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN  
JURUSAN PSIKOLOGI

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

### PERSETUJUAN PEMBIMBING

Yth.  
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan  
UIN Walisongo Semarang  
Di Semarang

*Assalamu'alaikum. wr. wb.*

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah skripsi dengan judul sebagai berikut.

Judul : Pengaruh *Emotional Focused Coping* dan Konformitas Teman Sebaya Terhadap Kecenderungan Adiksi *Game Online* Pada Remaja di Indonesia

Nama : Muhammad Zubair

NIM : 2007016154

Jurusan : Psikologi

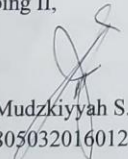
Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Ujian Munaqosah.


*Wassalamu'alaikum. wr. wb.*

Mengetahui  
Pembimbing II,

Semarang, 10 Desember 2024

Yang bersangkutan

  
Lainatul Mudzkiyyah S.Psi., M.Psi., Psikolog  
NIP. 198805032016012901

  
Muhammad Zubair  
2007016154

## KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT atas segala rahmat, karunia, dan pertolongan-Nya kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan maksimal. Sholawat serta salam selalu terucapkan kepada baginda agung, Nabi Muhammad SAW yang kami nantikan syafaatnya di hari akhir nanti.

Skripsi dengan judul “Pengaruh *Emotional Focused Coping* dan Konformitas Teman Sebaya Terhadap Kecenderungan Adiksi *Game Online* Pada Remaja di Indonesia” ini disusun untuk memenuhi syarat kelulusan mendapatkan gelar Sarjana (S1) dalam ilmu Psikologi (S.Psi) Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.

Proses penelitian ini tentu tidak mudah. Terdapat beberapa kendala dan hambatan selama penyusunannya. Namun, penulis akhirnya bisa menyelesaikan penelitian ini dengan baik. Oleh karenanya, dengan kerendahan hati dan penuh rasa hormat penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Nizar Ali., M. Ag, selaku Rektor Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang.
2. Prof. Dr. Baidi Bukhori, S. Ag., M. Si., selaku Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang.
3. Ibu Dewi Khurun Aini, M.A, selaku Ketua Jurusan Psikologi Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang.
4. Ibu Dr. Nikmah Rochmawati, M.Si., selaku dosen pembimbing I sekaligus wali dosen yang terus mendukung penulis untuk menyelesaikan skripsi.
5. Ibu Lainatul Mudzkiyyah, S. Psi., M. Psi., Psikolog, selaku dosen pembimbing II yang telah melihat potensi dan membimbing penulis terkait skripsi.
6. Seluruh dosen dan civitas akademik Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang yang telah membersamai penulis.
7. Seluruh responden yang telah bersedia untuk ikut andil dalam penelitian ini dengan mengisi kuesioner penelitian.

Terakhir, penulis mengharapkan agar penelitian ini dapat bermanfaat bagi siapapun yang membacanya.

Semarang, 13 Desember 2024

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'M. Zubair', written in a cursive style with a horizontal line underneath.

Muhammad Zubair

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan gembira, skripsi ini saya persembahkan kepada:

1. Kedua orang tua yang telah senantiasa membesarkan penulis sampai saat ini. Terima kasih atas doa, dukungan, dan kasih sayang yang tiada henti.
2. Nenek Warsiah yang kerap dipanggil Mbah oleh penulis yang juga turut mendoakan dan memberikan dukungan untuk penulis, baik itu dukungan emosional ataupun material.
3. Abang (Haris dan Sahal) serta adik saya (Wildan, Maryam, Ibrahim) selaku saudara kandung yang telah memberikan segala dukungan, semangat serta nasihat untuk penulis.
4. Pak Muchlis dan abang saya Haris Abdurrahman yang telah memberikan dukungan secara material dan juga ilmu yang tidak didapat di lingkup perkuliahan sehingga penulis bisa sampai pada tahap ini.
5. Om Edi yang telah berbaik hati untuk meminjamkan laptopnya kepada penulis sehingga skripsi ini dapat diselesaikan.
6. Ust Herland dan Ust Usep yang menjadi mentor halaqah/liqo yang telah memberikan banyak materi seputar kehidupan dari perspektif Islam sehingga senantiasa menjadi pengingat penulis untuk terus berada di jalan yang benar.
7. Teman-teman saya yaitu Irfan Nur Fajri, Fahrezi Akbar, Arya Fatahillah, Hilman Suyuti, Refangga Rayyan, Naufal Abdullah, Muhammad Ageel, Muhammad Ar Razi Adam, dan Zul Ham Fahmi yang telah mengisi hari-hari penulis selama proses perkuliahan berlangsung hingga selesai dengan canda tawa dan juga suka duka.
8. Rismalinda selaku rekan penulis yang menemani dan juga berkontribusi dalam memacu semangat penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.
9. Seluruh pihak yang telah terlibat dalam memberikan bantuan kepada penulis perihal penyusunan skripsi ini yang namanya belum disebutkan satu persatu.

Semarang, 13 Desember 2024



Muhammad Zubair

## **MOTTO**

*“Meskipun semua yang telah ditakdirkan akan selalu menemukan caranya untuk datang,  
bukan berarti kita tidak perlu berjuang.”*

Zubair

## DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN .....	i
LEMBAR PENGESAHAN .....	ii
NOTA PEMBIMBING 1 .....	iii
NOTA PEMBIMBING 2 .....	iv
KATA PENGANTAR .....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	vii
MOTTO .....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR .....	xiv
ABSTRACT.....	xv
ABSTRAK.....	xvi
BAB I.....	1
PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian .....	6
D. Manfaat Penelitian .....	6
E. Keaslian Penelitian.....	7
BAB II.....	9
KAJIAN PUSTAKA.....	9
A. Konseptualisasi Adiksi <i>Game online</i> .....	9
1. Pengertian Adiksi <i>Game online</i> .....	9
2. Aspek Adiksi <i>Game online</i> .....	11
3. Faktor Penyebab Adiksi <i>Game online</i> .....	13
4. Adiksi <i>Game online</i> Dalam Perspektif Islam.....	14
B. Konseptualisasi Variabel <i>Emotional focused coping</i> .....	15
1. Pengertian Coping Stress .....	15
2. Jenis Strategi <i>Coping Stress</i> .....	16
3. Emotional focused coping Dalam Perspektif Islam .....	18
C. Konseptualisasi Konformitas Teman Sebaya .....	19
1. Pengertian Konformitas Teman Sebaya.....	19

2.	Aspek Konformitas Teman Sebaya.....	21
3.	Konformitas Teman Sebaya dalam perspektif Islam .....	22
D.	Pengaruh <i>Emotional focused coping</i> dan Konformitas Teman Sebaya Terhadap Kecenderungan Adiksi <i>Game online</i> Pada Remaja di Indonesia.....	23
BAB III	.....	26
METODE PENELITIAN	.....	26
A.	Jenis dan Pendekatan Penelitian .....	26
B.	Variabel Penelitian dan Definisi Operasional.....	26
1.	Variabel Penelitian .....	26
2.	Definisi Operasional.....	27
C.	Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling .....	28
1.	Populasi .....	28
2.	Sampel.....	28
3.	Teknik Sampling .....	28
D.	Tempat dan Waktu Penelitian.....	29
1.	Tempat Penelitian.....	29
2.	Waktu Penelitian .....	29
E.	Teknik Pengumpulan Data.....	29
1.	Skala <i>Emotional focused coping</i> .....	29
2.	Skala Konformitas Teman Sebaya .....	30
3.	Skala Adiksi <i>Game online</i> .....	31
F.	Validitas dan Reliabilitas Data.....	31
1.	Validitas .....	31
2.	Daya Beda Item.....	32
3.	Reliabilitas.....	32
G.	Hasil Uji Coba Skala.....	33
1.	Hasil Validitas .....	33
2.	Hasil Uji Reliabilitas .....	37
H.	Analisis Data .....	40
1.	Uji Asumsi.....	40
2.	Uji Hipotesis.....	41
BAB IV	.....	42
HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN	.....	42
A.	Hasil Penelitian .....	42
1.	Deskripsi Subjek .....	42

2. Deskripsi Data Penelitian .....	44
B. Hasil Analisis Data .....	47
1. Uji Asumsi Klasik .....	47
2. Uji Hipotesis.....	52
C. Pembahasan.....	54
BAB V .....	63
KESIMPULAN DAN SARAN.....	63
A. Kesimpulan .....	63
B. Saran .....	63
DAFTAR PUSTAKA .....	65

## DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 .....	30
Tabel 3. 2 .....	30
Tabel 3. 3 .....	31
Tabel 3. 4 .....	33
Tabel 3. 5 .....	34
Tabel 3. 6 .....	35
Tabel 3. 7 .....	35
Tabel 3. 8 .....	36
Tabel 3. 9 .....	37
Tabel 3. 10 .....	38
Tabel 3. 11 .....	38
Tabel 3. 12 .....	38
Tabel 3. 13 .....	39
Tabel 3. 14 .....	39
Tabel 3. 15 .....	39
Tabel 4. 1 .....	42
Tabel 4. 2 .....	43
Tabel 4. 3 .....	43
Tabel 4. 4 .....	44
Tabel 4. 5 .....	44
Tabel 4. 6 .....	45
Tabel 4. 7 .....	45
Tabel 4. 8 .....	46
Tabel 4. 9 .....	46
Tabel 4. 10 .....	47
Tabel 4. 11 .....	48
Tabel 4. 12 .....	49
Tabel 4. 13 .....	50
Tabel 4. 14 .....	51
Tabel 4. 15 .....	52
Tabel 4. 16 .....	52
Tabel 4. 17 .....	54

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1.....	25
------------------	----

**THE INFLUENCE OF EMOTIONAL FOCUSED COPING AND PEER  
CONFORMITY TOWARDS ONLINE GAME ADDICTION TENDENCIES ON  
ADOLESCENT IN INDONESIA**

Muhammad Zubair

**ABSTRACT**

***Abstract:** Online games are visual electronic-based games that utilize the internet network so that players are connected to each other even though they are in different locations. Online games are one of the entertainment media that is much sought after by teenagers. However, online games also have negative impacts such as addiction if they are not handled well. This research aims to empirically test the influence of emotional focused coping and peer conformity on the tendency to become addicted to online games among teenagers in Indonesia. This research uses quantitative methods with accidental sampling techniques. The sample in this study was 272 teenagers in Indonesia. This research has three measuring tools including emotional focused coping, peer conformity, and online game addiction. The data analysis method used in this research is the multiple linear regression test. The results of this research show that there is an influence of emotional focused coping and peer conformity on the tendency of online game addiction among teenagers in Indonesia with a significance value of 0.000 ( $p < 0.05$ ) and an effective contribution of 58.3%, which means that there is a simultaneous influence of emotional focused coping and peer conformity on the tendency. online game addiction among teenagers in Indonesia. The higher the emotional focused coping, the lower the online game addiction, and the higher the peer conformity, the higher the online game addiction.*

**Keywords:** Emotional focused coping, peer conformity, online game addiction

**PENGARUH *EMOTIONAL FOCUSED COPING* DAN KONFORMITAS TEMAN  
SEBAYA TERHADAP KECENDERUNGAN ADIKSI *GAME ONLINE* PADA  
REMAJA DI INDONESIA**

Muhammad Zubair

**ABSTRAK**

**Abstrak:** *Game online* merupakan permainan berbasis elektronik visual yang memanfaatkan jaringan internet agar pemain saling terhubung meskipun berbeda lokasi. *Game online* merupakan salah satu media hiburan yang banyak diminati oleh para remaja, Namun, *game online* juga memiliki dampak negatif seperti adiksi jika tidak disikapi dengan baik. Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris pengaruh *emotional focused coping* dan konformitas teman sebaya terhadap kecenderungan adiksi *game online* pada remaja di Indonesia. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan teknik sampling *accidental sampling*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 272 remaja di Indonesia. Penelitian ini memiliki tiga alat ukur meliputi *emotional focused coping*, konformitas teman sebaya, dan adiksi *game online*. Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji regresi linier berganda. Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat pengaruh *emotional focused coping* dan konformitas teman sebaya terhadap kecenderungan adiksi *game online* pada remaja di Indonesia dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ( $p < 0.05$ ) dan sumbangan efektif sebesar 58,3% yang artinya terdapat pengaruh secara simultan *emotional focused coping* dan konformitas teman sebaya terhadap kecenderungan adiksi *game online* pada remaja di Indonesia. Semakin tinggi *emotional focused coping* maka akan semakin rendah adiksi *game online*, dan semakin tinggi konformitas teman sebaya maka akan semakin tinggi adiksi *game online*.

**Kata Kunci:** *Emotional focused coping*, konformitas teman sebaya, adiksi *game online*

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

*Game online* merupakan permainan berbasis elektronik visual yang memanfaatkan jaringan internet untuk bisa menghubungkan sesama pemain game agar dapat bermain bersama-sama meskipun berbeda lokasi. Pasca *covid 19*, *game online* menjadi hobi yang berkembang pesat bagi berbagai kalangan, yang mana jenis *Massively Multiplayer Game online* (MMO) merupakan salah satu jenis paling populer dengan jutaan pemainnya diseluruh penjuru. Karena kepopulerannya ini, *game* MMO telah menjadi topik hangat bagi kalangan peneliti untuk meneliti seputar adiksi *game online* atau *internet gaming disorder*. Hasil penelitian terdahulu menunjukkan bahwa remaja merupakan kelompok usia terbanyak yang mengalami permasalahan terhadap adiksi *game online* dengan penggunaan teknologi, seperti *smartphone*, *internet*, hingga *game online* (Cha & Seo, 2018:6, Hussain dkk 2012:363, Kuss dkk 2013:1991, Tsitsika dkk 2014:531).

Griffiths & Meredith (2009:247) mengartikan adiksi *game online* merupakan suatu perilaku dalam bermain *game online* secara berlebihan yang dapat mengganggu kehidupan individu sehari-hari. Hal ini sering kali berkaitan dengan penyalahgunaan waktu, ketidakmampuan untuk mengontrol penggunaan *game*, dan dampak negatif pada fungsi sosial, emosional, dan akademis. Ghuman & Griffiths (2012:17) menjelaskan ada masalah yang timbul dari aktivitas bermain *game online* yang berlebihan, di antaranya kurang peduli terhadap kegiatan sosial, kehilangan kontrol atas waktu akibat kontrol diri yang rendah, menurunnya prestasi akademik, relasi sosial, finansial, kesehatan, dan fungsi kehidupan lain yang penting. Adiksi *game online* juga dapat memberikan dampak negatif bagi remaja yang mengalaminya, dampak tersebut meliputi empat aspek yang diantaranya adalah aspek psikologis, akademik, sosial, dan aspek kesehatan (King & Delfabbro, 2018:24).

WHO atau *World Health Organization* mengklasifikasikan adiksi *game online* kedalam ICD-11 atau *International Classification of Diases* sehingga tergolong sebagai gangguan mental karena ditandai dengan gangguan kontrol atas game dengan

meningkatnya prioritas bermain melebihi aktivitas lainnya sehingga perilaku tersebut dilakukan secara terus menerus meskipun berdampak negatif bagi dirinya. Penelitian yang dilakukan oleh Griffiths dkk (2004:90) menunjukkan bahwa pemain *game online* remaja lebih mendominasi dari pada pemain *game online* dewasa. Selain itu penelitian lain yang dilakukan oleh Ng & Wiemer-Hastings (2005:112) mengungkap bahwa 88% pengguna internet adalah laki-laki dimana 44% nya adalah pelajar dengan lama waktu yang dihabiskan untuk bermain adalah 21-40 jam per minggu.

Selain itu, Badan Pusat Statistik (BPS) mengeluarkan data bahwa remaja dengan usia 15-24 tahun berjumlah sebanyak 44.410.414 jiwa pada tahun 2024. Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) mengumumkan jumlah pengguna internet Indonesia pada tahun 2024 mencapai 221.563.479 jiwa dari total populasi 278.696.200 jiwa penduduk tahun 2023. Pengguna internet tersebut didominasi oleh Gen Z (kelahiran 1997-2012) yaitu sebanyak 34,40% remaja yang berkisar 15-19 tahun dan 54,13% diantaranya memanfaatkan internet sebagai media hiburan seperti bermain *game online*. Koo dkk (2011:392) dalam penelitiannya mengemukakan data bahwa dari 384 responden penelitiannya secara keseluruhan, dan 706 siswa dengan persentase kasus adiksi *game online* masing-masing sebesar 73,4% dan 83,6%. Adapun penelitian yang dilakukan oleh Andrita dkk (2019:3) ditemukan data gambaran adiksi terhadap *game online* bahwa dari 78 responden siswa yang diteliti, sebagian besar memiliki adiksi *game online* yang tidak terkontrol sebesar 76,9% dan 57,7% diantaranya berperilaku agresif.

Seperti berita yang dikutip oleh Pradana (2021) di media detiknews, dalam berita tersebut terdapat dua siswa yang harus berhenti sekolah selama satu tahun lamanya karena harus menjalani perawatan dan pemulihan kesehatan jiwa akibat dari kecanduan *game online*. Pada awalnya, dua siswa tersebut tidak muncul saat pembelajaran jarak jauh (PJJ) dan setelah ditelusuri ternyata didapati fakta bahwa mereka kedapatan adiksi terhadap *game online*. Dampak dari adiksi ini mengubah pola tidurnya, mereka bermain *game* dari malam sampai subuh dan waktu belajar dipakai untuk tidur. Hal yang sama juga diberitakan dari media detiknews yang dikutip oleh Mulyono (2019) bahwa terdapat lima anak yang mana sedang menjalani perawatan kejiwaan akibat *game online*. Kelima anak tersebut mengalami perubahan sikap dan perilaku yang diyakini akibat dari adiksi *game* yang dimainkan, yaitu *game online Player Unknown*

*Battlegrounds* (PUBG). Mereka seakan-akan ingin menjadi tokoh di dalam *game* tersebut hingga sering melakukan kekerasan terhadap orang disekitarnya.

Dalam *game* MMO, fitur *reward* atau hadiah seringkali menjadi penyebab untuk individu dalam bermain *game online* dalam jangka waktu yang lama dan seterusnya hingga intensitas bermain meningkat (Young & De Abreu 2011). Hal ini divalidasi oleh peneliti lain bahwa skema penerapan *reward* sebagai penguat bagi individu agar terus bermain hingga waktu yang lama (Charlton & Danforth, 2007; Hsu dkk., 2009; D. L. King & Delfabbro, 2009). Penerapan *reward* tidak mengandung paksaan bagi setiap pemain, melainkan menjadi motivasi bagi individu untuk terus bermain *game online*. Selain itu, Yee, (2006a:773) dalam penelitiannya mengukur orientasi pemain *game online* dalam kaitannya dengan tiga motivasi secara luas, yaitu *achievement*, *social interaction*, dan *immersion*. Ketiga orientasi tersebut telah dikaji melalui berbagai penelitian terkait adiksi *game online* dan memperoleh hasil bahwa motivasi tertentu, khususnya pelarian dari kehidupan nyata dapat memperkuat perilaku seseorang yang bermain secara berlebihan hingga berdampak negatif pada kehidupannya (Caplan, dkk 2009; Kardefelt-Winther, 2014; Kuss, dkk 2012).

Untuk menunjukkan urgensi, pada tanggal 2 April 2024 peneliti melakukan wawancara terhadap 8 orang remaja laki-laki berusia 16-18 tahun, dan 3 orang remaja perempuan berusia 17-20 tahun yang aktif bermain *game* dengan pertanyaan yang berdasar pada aspek adiksi *game online* yang dikemukakan oleh Lemmens, yaitu *sailence*, *tolerance*, *mood modification*, *relapse*, *conflict*, *withdrawal*, dan *problem*. Pada aspek *sailence*, dari total subjek, sebanyak 7 subjek memiliki pandangan yang sama bahwa *game online* merupakan hiburan penting bagi anak muda seperti mereka dan dapat menghabiskan waktu sekitar 4-6 jam perhari bahkan bisa lebih dari itu. Selain itu subjek mengatakan jika tidak ada kegiatan mereka dapat menghabiskan waktu untuk bermain *game* bersama teman-temannya lebih lama hingga mengganggu jam istirahat. Pada aspek *tolerance*, semua subjek mengiyakan bahwasanya mereka merasa terdapat peningkatan waktu bermain *game* sejak pertama kali mengenal *game* sampai saat ini. Bahkan, diantaranya sengaja menambah waktu bermain *game* untuk menngasah kemampuan demi mengejar ranking dalam *game* yang dimainkan agar bisa mendapatkan *rank* diatas temannya.

Pada aspek *mood modification*, subjek perempuan pernah sampai menangis karena mengalami kekalahan terus menerus. Sedangkan subjek laki-laki menjadikan *game* sebagai pelampiasannya ketika sedang mengalami jenuh, stress akibat akademik. Jika mengalami kekalahan mereka juga mengalami perubahan suasana hati menjadi buruk. Pada aspek *relapse*, semua subjek juga pernah berusaha mengurangi atau berhenti bermain *game* karena menyadari bermain *game* berlebihan akan berdampak buruk seperti adiksi, tapi upaya yang dilakukan hanya bertahan sebentar saja dan kembali bermain *game online* dalam jangka waktu yang panjang. Pada aspek *conflict*, 10 subjek merasa sedikit emosi ketika merasa diganggu saat sedang bermain *game online* dan ketika mengalami kekalahan. Semua subjek laki-laki diantaranya melampiaskan emosinya dengan menyalahkan dan memaki rekan setimnya. Pada aspek *withdrawal*, subjek mengatakan mereka akan bingung jika tidak bisa menjangkau *game* dalam waktu yang lama, karena mereka lebih memilih bermain *game* daripada bermain di luar rumah bersama teman. Pada aspek *problem*, semua subjek menyatakan sama-sama mengalami gangguan jam tidur. Malam yang seharusnya menjadi jam istirahat dipakai untuk bermain *game*, bahkan rela bermain hingga dini hari yang menyebabkan terganggunya kegiatan akademik seperti sekolah.

Berdasarkan temuan dalam penelitian yang dilakukan oleh Yanti dkk., (2019) individu bermain *game online* untuk pelarian dari stress yang dialaminya. Menurut Sarafino & Smith (2014:74) stress terjadi akibat dari ketidakseimbangan antara tuntutan atas realita dengan kemampuan seseorang. Ketika mengalami stress individu biasanya akan melakukan strategi *coping* untuk mengatasi stress yang dialaminya, salah satunya adalah dengan strategi *emotional focused coping*. Lazarus (1984:150) mengatakan *emotional focused coping* sebagai strategi dalam mengatasi masalah dengan cara mengalihkan emosi sementara dari situasi penyebab stress. Schneider dkk (2018:910) mengungkapkan bahaya dari strategi *emotional focused coping* dengan cara bermain *game online* akan berisiko lebih besar untuk terpapar adiksi *game online*. Individu yang memiliki tingkat impulsif akibat sulitnya mengontrol emosinya juga mempunyai kecenderungan lebih tinggi untuk menderita adiksi ((Lokita et al., 2021:201).

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Pranitika dkk (2014:26) yang mendapatkan hasil bahwa Individu yang memiliki *emotional focused coping* yang

rendah akan lebih berpotensi mengalami adiksi terhadap *game online*, hal ini dikarenakan individu yang tidak dapat menyelesaikan masalah atau stress yang dialaminya akan terus lari dari masalah yang sedang dihadapinya dengan pengalihan bermain *game online*.

Selain itu, lingkungan sosial juga dapat mempengaruhi individu untuk bermain *game online* seperti halnya teman sebaya (Suargani, 2019). Baron & Bryne (2005:53) mengatakan perilaku konformitas teman sebaya sebagai suatu jenis pengaruh sosial dimana individu mengubah sikap dan tingkah laku mereka agar sesuai dengan norma sosial yang ada. Konformitas dapat muncul ketika individu meniru sikap dan tingkah laku orang lain karena adanya tekanan atau pengaruh dari lingkungan sekitarnya (Santrock, 2003:221). Salmivalli (2010:116) mengatakan bahwa pemilihan teman sebaya selain dapat berdampak positif juga bisa berdampak pada perilaku negatif. Individu yang memiliki teman sebaya di dunia nyata lebih berisiko terhadap adiksi internet (Rahardjo & Mulyani, 2020:34). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Januardi (2017:408) yang mengungkapkan bahwa sebagian besar remaja yang melakukan bolos sekolah untuk bermain *game online* merupakan akibat pengaruh dari teman sebayanya.

Sejalan dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Pranitika dkk (2014:26) yang menunjukkan adanya hubungan antara strategi *emotional focused coping* dengan *game online addiction* pada remaja. Artinya semakin rendah *emotional focused coping* maka akan semakin tinggi tingkat adiksi *game online* pada remaja, sebaliknya jika semakin tinggi *emotional focused coping* maka akan semakin rendah pula tingkat adiksi *game online* pada remaja. Selain itu penelitian yang dilakukan oleh Hazanah dkk (2024:52) terhadap hubungan antara konformitas teman sebaya dengan adiksi *game online* juga memperoleh hasil adanya hubungan yang positif antara kedua variabel. Artinya semakin tinggi konformitas teman sebaya maka akan semakin tinggi tingkat adiksi *game online* nya, sebaliknya semakin rendah konformitas teman sebaya maka akan semakin rendah pula tingkat adiksi *game online* yang terjadi.

Berdasarkan fenomena serta permasalahan yang dijabarkan diatas, maka peneliti tertarik untuk mengangkat tema penelitian lebih lanjut mengenai pengaruh antara *emotional focused coping* dan konformitas teman sebaya terhadap adiksi *game online* pada remaja.

## **B. Rumusan Masalah**

1. Apakah terdapat pengaruh yang signifikan antara *emotional focused coping* terhadap kecenderungan adiksi *game online* pada remaja di Indonesia?
2. Apakah terdapat pengaruh yang signifikan antara konformitas teman sebaya terhadap kecenderungan adiksi *game online* pada remaja di Indonesia?
3. Apakah terdapat pengaruh yang signifikan antara *emotional focused coping* dan konformitas teman sebaya terhadap kecenderungan adiksi *game online* pada remaja di Indonesia?

## **C. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini memiliki tujuan yaitu sebagai berikut:

1. Untuk menguji secara empiris pengaruh antara *emotional focused coping* terhadap adiksi *game online* pada remaja di Indonesia.
2. Untuk menguji secara empiris pengaruh antara konformitas teman sebaya terhadap adiksi *game online* pada remaja di Indonesia.
3. Untuk menguji secara empiris pengaruh antara *emotional focused coping* dan konformitas teman sebaya terhadap adiksi *game online* pada remaja di Indonesia.

## **D. Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat yang dapat diperoleh dari penelitian ini antara lain:

### **1. Manfaat teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi di lingkup keilmuan khususnya pada bidang psikologi sosial dan psikologi perkembangan dalam pengembangan teori-teori sehingga dapat memecahkan masalah pemecahan masalah mengenai adiksi *game online* pada remaja

### **2. Manfaat praktis**

- a. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar atau pijakan bagi penelitian selanjutnya yang ingin menggali lebih dalam lagi mengenai pengaruh *emotional focused coping* dan konformitas teman sebaya terhadap kecenderungan adiksi *game online* pada remaja.
- b. Hasil dari penelitian ini diharapkan bagi para remaja untuk dapat mengontrol waktu bermain *game online* dengan memilih strategi *emotional focused coping*

serta teman sebaya yang baik sehingga kegiatan bermain *game online* tetap menjadi media hiburan dan tidak menimbulkan adiksi.

- c. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sebuah pertimbangan bagi orang tua dalam memberikan contoh kepada anaknya untuk melakukan kegiatan yang lebih bermanfaat selain bermain *game online*.

#### **E. Keaslian Penelitian**

Penelitian yang dilakukan oleh Medya Pranitika, Rulita Hendriyani, dan Moh Iqbal Mabruhi (2014) yang berjudul “Hubungan *Emotional focused coping* Dengan *Game online Addiction* Pada Remaja di *Game Center* Bagian Semarang Barat dan Selatan”. Penelitian ini mendapatkan hasil adanya hubungan antara *emotional focused coping* dengan adiksi *game online* pada remaja. Persamaan pada penelitian ini adalah sama-sama meneliti mengenai *Emotional focused coping* terhadap adiksi *game online*. Selain persamaan, terdapat juga perbedaan yang terletak pada teknik yang digunakan pada penelitian sebelumnya menggunakan teknik korelasi, sedangkan penelitian ini akan menguji pengaruh menggunakan Teknik regresi dan juga populasinya dalam penelitian ini mencakup satu Indonesia.

Penelitian yang dilakukan oleh Fitriza Hazanah (2024) yang berjudul “Hubungan Antara Konformitas Teman Sebaya dan Pola Asuh Otoriter Dengan Kecanduan *Game online* Pada Siswa SMK Kota Bengkulu”. Penelitian ini memperoleh hasil bahwa terdapat hubungan antara konformitas teman sebaya dengan adiksi *game online* pada remaja. Persamaan pada penelitian ini adalah sama-sama meneliti mengenai konformitas teman sebaya terhadap adiksi *game online*. Namun, terdapat juga perbedaan dalam penelitian ini yaitu pada Teknik yang akan digunakan. Pada penelitian sebelumnya menggunakan Teknik korelasi untuk menguji hubungan antar variabel, sedangkan penelitian ini akan menggunakan Teknik regresi untuk menguji pengaruh. Dalam penelitian tersebut juga hanya berlokasi pada siswa di SMK Kota Bengkulu saja, sedangkan dalam penelitian ini peneliti mencakup seluruh remaja di Indonesia.

Penelitian yang dilakukan oleh Sri Ratna Dani Parwati Herlen Kartini (2018) yang berjudul “Pengaruh konformitas teman sebaya, depresi, dan *trait* kepribadian terhadap kecanduan *game online* pada remaja”. Penelitian ini memperoleh hasil terdapat hubungan antara konformitas teman sebaya dengan adiksi *game online* pada remaja, sedangkan perbedaannya terletak pada skala konformitas yang digunakan. Pada

penelitian terdahulu menggunakan skala Myers, sedangkan peneliti akan menggunakan skala milik Baron dan Bryne.

Penelitian yang dilakukan oleh Anggarasih (2023) yang berjudul “Hubungan Konformitas Teman Sebaya dan Kecanduan *Mobile Legends Bang Bang* Pada Remaja Laki-Laki”. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara konformitas teman sebaya dengan kecanduan *game online* pada remaja. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi konformitas teman sebaya, maka akan semakin tinggi kecanduan *game online* pada siswa. Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian ini adalah sama-sama meneliti mengenai konformitas teman sebaya dengan adiksi *game online*. Adapun perbedaannya adalah dalam penelitian tersebut hanya fokus pada satu game saja yaitu mobile legends, sedangkan penelitian ini akan mencakup seluruh jenis *game online*.

Berdasarkan penelitian yang disebutkan diatas, sampai saat ini belum ditemukan penelitian yang membahas tentang ketiga variabel yaitu *Emotional focused coping*, Konformitas Teman Sebaya, dan Adiksi *Game online*. Pada penelitian yang disebutkan diatas juga hanya mencakup dua variabel yang berkaitan dengan penelitian ini, sehingga terdapat perbedaan pada variabel yang diteliti. Selain itu perbedaan terdapat pada subjek, lokasi penelitian, dan terdapat beberapa perbedaan dalam skala yang digunakan seperti skala myers. Selain itu, dalam penelitian ini juga memiliki jumlah populasi, subjek, dan lokasi yang berbeda dari penelitian-penelitian sebelumnya yang disebutkan.

## BAB II

### KAJIAN PUSTAKA

#### A. Konseptualisasi Adiksi *Game online*

##### 1. Pengertian Adiksi *Game online*

Kata adiksi/*addiction* merujuk pada sebuah perilaku yang menggambarkan ketergantungan dan kompulsif terhadap suatu hal seperti zat aktif, teknologi, dan lain sebagainya. Pada awalnya, Kardefelt-Winther (2017:460) mengatakan adiksi saling berkaitan dengan zat adiktif seperti obat-obatan terlarang, alkohol, dan sebagainya yang masuk melewati darah dan menuju ke otak sehingga dapat mengganggu fungsi pada otak. Menurut Cooper (2013) adiksi merupakan suatu perilaku ketergantungan pada hal yang disenangi. Selain itu Sussman & Sussman, (2011:4025) mengartikan adiksi merupakan suatu keadaan individu yang mengalami ketergantungan terhadap hal-hal tertentu yang dapat menimbulkan perubahan perilaku bagi orang yang mengalaminya. Namun, saat ini konsep adiksi telah berkembang tidak hanya mencakup zat adiktif saja, tetapi adiksi juga dapat terjadi pada perilaku tertentu seperti bermain gadget, internet, pornografi, hingga *game online* (Fahrizal et al., 2024:201).

Syahran (2015:85) menjelaskan bahwa *game online* merupakan permainan yang didukung dengan koneksi internet yang bisa dimainkan secara bersamaan (*multiplayer*) tanpa harus berada di lokasi yang sama. Permainan ini terdiri dari berbagai macam *genre* yang menyajikan berbagai pengalaman menarik seperti penggunaan audiovisual serta misi yang membuat pemainnya tertantang untuk terus menyelesaikan dan mengalahkan lawan main sehingga memberikan kesenangan dan rasa kepuasan tersendiri (Adiningtiyas, 2017:33). Hal ini tentunya dapat membuat nyaman seorang pemain *game online* untuk terus bermain dengan waktu yang lama hingga dapat menimbulkan indikasi adiksi terhadap *game online*.

Mengenai adiksi *game online*, Lemmens dkk (2009:78) mengartikannya sebagai sebuah perilaku berlebihan dalam bermain *game online* yang tidak dapat dikontrol sehingga menimbulkan masalah sosial dan emosional yang dapat mengganggu kehidupan sehari-hari. Adiksi *game online* merupakan suatu perilaku ingin bermain *game* secara terus-menerus akibat dari ketidakmampuan individu

dalam mengontrol atau mengendalikan dirinya (Başol & Kaya, 2018:226). Menurut Hasan (2018:223) adiksi *game online* adalah suatu penggunaan game secara kompulsif yang berhubungan dengan gangguan fungsi dalam kehidupan sehari-hari, termasuk didalamnya penurunan prestasi akademis, gangguan sosial, hingga gangguan emosional. Sejalan dengan yang dikemukakan oleh Ann Liebert & Young (1998:238) bahwa adiksi *game online* merupakan perilaku seseorang yang menunjukkan pola penggunaan *game online* yang berlebihan, kompulsif, dan sulit untuk dikendalikan yang menyebabkan gangguan dalam kehidupan sehari-hari, ini juga merupakan bagian dari adiksi internet.

Adiksi *game online* menurut Wardhana & Nuryono (2020:787) adalah sebuah gangguan kontrol impuls pada diri seseorang yang menjadi sangat terfokus pada *game online* sehingga mengganggu aktivitas dan mengabaikan tanggung jawab hingga menyebabkan gangguan dalam hubungan sosialnya. Menurut M. Griffiths (2010:36) adiksi *game online* merujuk pada kondisi di mana individu terus-menerus bermain *game online*, yang berdampak negatif bagi diri mereka sendiri. Hal ini sejalan dengan pernyataan Chen & Chang (2008:46) yang menyebutkan bahwa kecanduan *game online* adalah bermain *game* secara berlebihan, yang dapat menimbulkan masalah pribadi dan sosial bagi pemainnya. Pemain *game online* yang telah bermain selama setidaknya enam bulan sejak pertama kali bermain dan memenuhi kriteria adiksi dapat dianggap mengalami perilaku adiksi (Lemmens dkk 2009:84). Menurut Jap dkk (2013:3) bermain *game online* selama tiga jam atau lebih per hari dapat menunjukkan adanya perilaku adiksi. Individu yang mengalami adiksi *game online* cenderung fokus pada pencapaian dalam permainan, sering mengisolasi diri dari lingkungan sosial, dan mengabaikan aktivitas lain karena banyaknya waktu yang dihabiskan untuk bermain serta merasa sulit untuk berhenti (Weinstein, 2010:269).

Berdasarkan pemaparan definisi diatas, maka peneliti dapat menyimpulkan bahwasanya adiksi *game online* merupakan suatu keadaan dimana seseorang terikat pada kebiasaan yang kuat dan sulit untuk lepas dalam bermain *game online* serta memiliki ketergantungan untuk bermain secara terus menerus dengan mengabaikan hal-hal lain yang dapat menimbulkan masalah emosional dan sosial.

## 2. Aspek Adiksi *Game online*

Lemmens dkk (2009:79) mengungkapkan terdapat 7 aspek dari adiksi *game online*, antara lain sebagai berikut:

### a. *Salience* (arti)

Pada aspek ini, individu menjadikan kegiatan bermain *game online* sebagai kegiatan yang penting dalam mengisi aktivitas sehari-hari hingga mendominasi pikirannya (keasyikan), perasaan, dan perilaku (penggunaan yang berlebihan). Ann Liebert & Orzack (1999:467) dalam penelitiannya mengungkapkan penggunaan internet atau game dapat menjadi begitu penting bagi individu sehingga mereka mengabaikan kewajiban dan aktivitas lainnya sehingga sebagian besar waktu luangnya akan digunakan untuk bermain game. Individu akan mengalami penurunan prestasi akademis dan juga masalah dalam hubungan sosial jika seseorang menganggap *game online* adalah yang terpenting (Gentile, 2009:598).

### b. *Tolerance* (Toleransi)

Toleran biasanya terkait dengan adanya penambahan terhadap batas waktu yang sudah ditentukan untuk melakukan kegiatan yang dalam hal ini adalah bermain game. Toleransi terjadi Ketika individu secara terus menerus meningkatkan frekuensi atau intensitasnya dalam bermain *game online* untuk mencapai kepuasan yang diinginkan (Shaffer & Hall, 2001:170). Brenner (1997:80) mengungkapkan bagaimana individu yang bermain *game online* membutuhkan waktu yang semakin lama untuk mencapai tingkat kesenangan saat atau setelah bermain *game online*.

### c. *Mood Modification* (Modifikasi Mood)

Dimensi ini identik juga dengan euphoria atau suasana hati. Pemain *game online* akan merasakan suatu perubahan mood yang meningkat dan membaik ketika ia mulai bermain game. Dalam penelitian Greenfield (2022:102) mengungkapkan individu yang adiksi terhadap *game online* adalah individu yang sering melibatkan *game online* sebagai solusi untuk memperbaiki suasana hati yang sedang buruk.

### d. *Relapse* (Pengulangan)

Dalam hal ini, kecenderungan pemain untuk berulang kali kembali ke pola awal dari bermain game. Kondisi ini mengacu pada kembalinya perilaku adiktif setelah periode pemulihan atau pengendalian. Ini berarti bahwa meskipun seseorang telah berhasil mengurangi atau menghentikan perilaku adiktif untuk sementara waktu, mereka kembali terlibat dalam perilaku tersebut, sering kali karena dorongan kuat, stres, atau faktor-faktor pemicu lain (M. Griffiths, 2005:195).

e. *Withdrawal* (Pendarikan)

Aspek ini berkaitan dengan adanya emosi tidak menyenangkan dan-atau efek fisik yang terjadi ketika bermain game yang sudah menjadi kebiasaan tiba-tiba berkurang atau dihentikan. Kondisi ini melibatkan ketidaknyamanan fisik atau emosional yang dapat menyebabkan seseorang kembali ke perilaku adiktif untuk menghindari gejala-gejala tersebut (M. Griffiths, 2005:194).

f. *Conflict* (Konflik)

Aspek ini mengacu pada semua konflik antar pribadi dihasilkan dari bermain game yang berlebihan. Konflik terjadi antara pemain dan orang-orang di sekitarnya. Perilaku adiksi dapat menyebabkan ketegangan dan menimbulkan masalah dari berbagai aspek kehidupan individu, seperti kesejahteraan psikologis yang menurun hingga isolasi sosial (Müller dkk, 2015:572).

g. *Problem* (Masalah)

Mengacu pada masalah yang disebabkan karena bermain game berlebihan. Masalah dengan lingkungan sosial, maupun yang timbul dalam diri individu, seperti konflik intrapsikis dan perasaan subjektif dari hilangnya kontrol. Individu yang terpapar adiksi *game online* akan mengalami masalah seperti masalah kesehatan, fungsional, hingga sosial (M. Griffiths, 2005:195). Perilaku adiksi seringkali menjadi penyebab dasar dari timbulnya berbagai masalah mental yang dialami seperti depresi berat dan lainnya (Van Rooij dkk, 2011:210).

Berdasarkan pemaparan aspek diatas, maka dapat ditentukan bahwa aspek yang terdiri dari adiksi *game online* antara lain: *Saliency, Tolerance, Mood modification, Relapse, Withdrawal, conflict,* dan *problem*. Selain itu terdapat

juga aspek lain yang tidak disebutkan oleh Lemmens yakni perilaku kompulsif dan management waktu. Namun, pada penelitian ini hanya akan fokus menggunakan tujuh aspek menurut Lemmens sebagai acuan dalam penyusunan alat ukur.

### 3. Faktor Penyebab Adiksi *Game online*

Menurut Yee (2006a:773) terdapat beberapa faktor yang menyebabkan seseorang adiksi terhadap *game online*, yaitu sebagai berikut:

- a. *Social*. Faktor ini didasari atas keinginan untuk berinteraksi dan membantu sesama pemain, adanya kemauan individu untuk menciptakan hubungan pertemanan atau *relationship* yang tidak bisa didapat di *real life* nya, hingga untuk mendapatkan kepuasan yang didapat dari keberadaannya dalam suatu kelompok. Sesuai dengan teori Turner & Oakes (1986:242) yang menyatakan bahwa perilaku konformitas sering kali terlihat dalam cara pemain mengikuti suatu aturan kelompok game seperti guild atau komunitas agar dapat diterima di dalamnya.
- b. *Immersion*. Faktor ini didasari oleh pemain yang merasa mendapatkan kepuasan tersendiri akibat dari karakter dan jalan cerita yang terdapat di dalam game yang sedang dimainkan sehingga menjadi tempat pelarian ketika sedang mengalami masalah di kehidupan nyata. Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Hussain & Griffiths (2009:569) bahwa *game online* banyak dimainkan secara berlebihan dan digunakan sebagai tempat untuk melarikan diri dari realitas kehidupan seperti tekanan emosional sehingga yang terjadi adalah adiksi. *Emotional focused coping* yang berlebihan melalui *game online* dapat memperkuat siklus adiksi, di mana individu menjadi lebih terisolasi dan semakin bergantung pada game untuk meregulasi tekanan emosional yang dialaminya (Kuss & Griffiths, 2012:15).
- c. *Achievement*. Faktor ini didasari oleh keinginan untuk meraih suatu pencapaian. Perasaan ketika meraih level tertinggi atau menyelesaikan tantangan yang sulit akan meningkatkan kepuasan pada pemainnya sehingga mereka akan terus bermain untuk mencapai target yang tidak ada habis-habisnya sehingga yang timbul adalah perilaku adiksi (Ryan dan Deci, 2000:73).

Sedangkan K. S. Young (2009) mengemukakan bahwa terdapat faktor lain terkait emosional yang menjadi penyebab seseorang mengalami adiksi dengan *game online*, hal tersebut adalah rendahnya *self-esteem*.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa adiksi game online dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya adalah yang dikemukakan oleh Yee (2006a:773) yaitu *social*, *immersion*, dan *achievement*. Selain itu rendahnya *self-esteem* juga dapat menjadi faktor terjadinya adiksi game online (K. S. Young, 2009). Namun pada penelitian ini, peneliti menggunakan faktor yang dikemukakan oleh Yee, yaitu *social*, *immersion*, dan *achievement* karena lebih berhubungan dengan variabel yang akan diteliti.

#### **4. Adiksi *Game online* Dalam Perspektif Islam**

Dalam perspektif Islam, adiksi *game online* termasuk juga perilaku israf, yang jika dibahasa Indonesiakan artinya adalah berlebih-lebihan. Israf berasal dari kata sarafa yang artinya menyimpang atau melewati batas dari hal yang seharusnya. Ayat yang menunjukkan israf dilarang salah satunya tertuang dalam QS. Al-A'raf ayat 31 yang berbunyi sebagai berikut:

Artinya: “*Wahai anak-anak Adam! Pakailah pakaianmu yang indah pada setiap (memasuki) masjid, makan dan minumlah, tetapi jangan berlebihan. Sungguh, Allah tidak menyukai orang yang berlebih-lebihan.*”

ayat ini mengajak kita untuk senantiasa memakai pakaian yang indah dan minimal menutupi aurat, karena dengan membukanya itu merupakan hal yang buruk. Lakukan itu di setiap memasuki dan berada di masjid, serta makan lah makanan halal yang enak dan bermanfaat atau berdampak baik, serta minumlah apa saja yang disukai selama tidak bersifat memabukkan dan juga tidak mengganggu kesehatan dirimu. Janganlah berlebih-lebihan dalam suatu hal, baik itu beribadah maupun kegiatan lainnya karena Allah tidak menyukai dakan akan melimpahkan rahmat dan ganjaran bagi orang-orang yang berlebih-lebihan dalam hal apa pun (Shihab, 2002:75).

Perintah makan dan minum, lagi tidak berlebih-lebihan, yakni tidak melampaui batas, merupakan tuntunan yang harus disesuaikan dengan kondisi setiap orang dan bisa diterapkan pada aktivitas sehari-hari, seperti bermain *game online*. Ini karena

kadar tertentu yang dinilai cukup untuk seseorang boleh jadi telah dinilai melampaui batas atau belum cukup buat orang lain. Atas dasar itu, penggalan ayat tersebut mengajarkan kepada kita akan sikap proporsional dalam melakukan suatu aktivitas karena sesungguhnya Allah tidak menyukai orang yang berlebih-lebihan (Shihab, 2002:76).

Selain itu, dalam islam juga dilarang bermain *game online* yang dimainkan secara terus menerus hingga mengganggu aktivitas sehari-hari yang membuat individu menjadi lalai akan kewajiban yang seharusnya dilakukan Ketika waktunya tiba seperti ibadah, istirahat, dan lain sebagainya. Seperti halnya Ketika seseorang sudah mendengar adzan yang menandakan waktu sholat telah tiba tetapi memilih untuk melanjutkan kesenangan duniawi seperti bermain *game online*. Islam sendiri mengajarkan kita agar senantiasa mengingat Allah SWT.

## **B. Konseptualisasi Variabel *Emotional focused coping***

### **1. Pengertian Coping Stress**

Santrock (2003:557) menjelaskan bahwa stress merupakan suatu respons individu terhadap stresor, yaitu keadaan dan kejadian yang bersifat mengancam. Lazarus (1984:21) mengatakan bahwa stress merupakan keadaan psikologis individu yang berkaitan dengan lingkungan sekitarnya yang dirasa memberikan tekanan melebihi kapasitas individu tersebut sehingga dapat mengganggu kesejahteraannya. Selain itu Myers (2010:9) mengatakan hormon stress terjadi karena adanya stimulus dan respons yang dapat memengaruhi perasaan dan tindakan individu. Stress merupakan suatu kejadian yang normal yang dialami oleh setiap individu selama masa hidupnya. Namun, jika stress tidak dapat ditangani dengan baik oleh individu itu sendiri dapat mengganggu dan mempengaruhi keadaan fisik ataupun psikologis seperti kelelahan fungsi otak yang dapat memicu sakit, perubahan suasana hati, dan lain sebagainya. Oleh karena itu, setiap individu harus selalu siap untuk melakukan upaya nya dalam mengatasi stress yang tidak pasti kapan akan datang atau yang dikenal sebagai istilah *coping stress*.

*Coping stress* merupakan suatu upaya kognitif melalui perilaku untuk bisa mengelola tekanan baik itu yang berasal dari dalam diri ataupun dari lingkungan sekitar yang dinilai telah melewati kemampuan individu itu sendiri (Folkman & Lazarus, 1988:467). Ghufroon dkk (2024:24) juga ikut berpendapat tentang *coping stress* sebagai

suatu upaya dalam diri individu untuk bisa mengontrol dan memahami suatu tekanan yang dialami sebagai penyebab stress sehingga tidak mengganggu pikiran. Setiap individu harus selalu siap untuk melakukan upaya nya dalam mengatasi situasi stress atau yang disebut juga sebagai *coping stress mechanism* yang tidak diketahui pasti kapan akan datang untuk menghindari keadaan semakin buruk. Ismail dkk (2021:173) mendefinisikan *coping stress* sebagai cara individu dalam menghadapi dan mencegah situasi yang menekan secara fisik maupun psikologis. Strategi tersebut bertujuan untuk menentukan sejauh mana tindakan dan pertimbangan yang diambil dalam memilih cara yang tepat untuk menghadapi tekanan.

Berdasarkan pengertian diatas, maka dapat disimpulkan bahwasanya *coping stress* merupakan suatu proses kognitif yang melibatkan keadaan emosional melalui perilaku untuk bisa mengatasi segala tekanan yang dialami individu agar bisa mengurangi tingkat stress.

## **2. Jenis Strategi *Coping Stress***

Lazarus (1984:150) menyebutkan terdapat dua jenis strategi *coping* antara lain:

### **a. *Emotional focused coping***

*Emotional focused coping* atau *coping* yang berfokus pada emosi merupakan upaya individu dalam mencari dan memperoleh rasa nyaman dengan tujuan untuk meredam tekanan yang dirasakan. *Emotional focused coping* juga diartikan sebagai upaya dalam mengendalikan reaksi emosional pada individu terhadap situasi yang sangat menekan dan diluar batas dirinya (Folkman & Moskowitz, 2004:761). Dalam *Emotional focused coping*, individu akan berusaha untuk mengalihkan sementara situasi stress yang mereka alami dengan merespons atau menghadapi emosi yang muncul tanpa harus mengubah situasi stres secara langsung. Contoh beberapa cara yang dilakukan pada jenis *coping* ini antara lain meliputi:

- Cari Dukungan Sosial: Mencari dukungan dari teman, keluarga, atau individu lainnya untuk mengungkapkan emosi dengan harapan mendapatkan dukungan dari mereka.
- Menggunakan Mekanisme Kognitif: Mengubah cara individu memandang atau menginterpretasikan situasi stress untuk mengurangi dampak emosionalnya.

- Menyalurkan Emosi Negatif: Melakukan kegiatan atau hobi yang menyenangkan sebagai bentuk pelarian sementara yang bertujuan untuk meredakan emosi negatif yang tidak stabil.

*Emotion focused coping* lebih berfokus pada aspek emosional sehingga hanya akan mengurangi dan meredakan emosi individu dari stressor tanpa mengubah situasi stress itu sendiri (Darwati, 2022:4). Aspek dari *Emotional focused coping* menurut Folkman & Lazarus (1988:468) antara lain adalah: 1) *Distancing*, yaitu reaksi melepaskan diri dari segala permasalahan yang bisa menimbulkan stress dengan cara menciptakan pandangan positif. 2) *Self control*, yaitu upaya dalam meregulasi perasaan dan tindakan melalui kontrol diri dengan membuat perencanaan agar bisa mengambil keputusan yang tepat. 3) *Accepting responsibility*, yaitu upaya untuk mengetahui peran diri individu dalam permasalahan yang dihadapi dan mencoba untuk menempatkan segalanya sebagaimana mestinya. 4) *Escape avoidance*, yaitu reaksi berkhayal dan usaha menghindari dari masalah. 5) *Positive reappraisal*, yaitu usaha untuk menciptakan makna yang positif dan melibatkan hal-hal yang bersifat religius. Individu yang memiliki tingkat *emotional focused coping* yang rendah akan lebih berisiko mengalami adiksi dikarenakan tidak dapat meredakan masalah atau stres yang dialaminya sehingga akan cenderung mengalihkan permasalahan yang sedang dihadapinya secara terus menerus (Pranitika dkk, 2014).

b. *Problem Focused Coping*

*Problem Focused Coping* atau  *coping* yang berfokus pada penyelesaian masalah merupakan upaya individu dalam mengatasi suatu masalah, tekanan, ataupun tantangan yang sedang dialami dengan cara mencari tau penyebab hubungan dengan lingkungan yang membuat situasi menjadi sulit. Berbeda dengan *emotional focused coping*, *problem focused coping* lebih menekankan pada penyelesaian masalah secara langsung daripada mengelola respons emosional terhadap masalah tersebut (Carver dkk, 1989:274). Pendekatan ini sering digunakan dalam situasi di mana individu percaya bahwa mereka dapat mempengaruhi hasil dengan mengatasi akar penyebab stres. Pendekatan ini mencakup pada perencanaan, pencarian solusi, dan implementasi langkah-langkah konkret untuk mengatasi sumber masalah pemicu stress (Taylor & Stanton, 2007:382). Aspek-

aspek problem focused *coping* menurut Folkman & Lazarus (1988:469) antara lain: 1) *Planful problem solving*, yaitu usaha memecahkan masalah dengan pendekatan analisis. 2) *Confrontative coping*, yaitu mengubah keadaan yang menekan dengan cara yang agresif, 3) *Seeking social support*, yaitu usaha untuk mencari dukungan dari pihak luar seperti keluarga, teman dekat, dan lain sebagainya. 4) *Acceptance*, yaitu pasrah dengan apa yang terjadi, dan 5). *Denial (avoidance)*, berusaha melupakan segala masalah-masalah yang ada pada dirinya.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa aspek dari *emotional focused coping* antara lain *distancing*, *self control*, *accepting responsibility*, *escape avoidance*, dan *positive reappraisal*.

### **3. Emotional focused coping Dalam Perspektif Islam**

Dalam Al Quran, Islam mengajarkan kita beberapa strategi untuk mengelola stress dengan cara niat untuk ikhlas, sabar, sholat, bersyukur, hingga berserah diri kepada Allah yang mana strategi tersebut juga dilakukan oleh beberapa ahli psikologi seperti halnya relaksasi, berpikir positif, dan mengatur waktu (Yuwono, 2010). Stress yang dialami individu juga dapat memicu amarah yang bisa mempengaruhi tingkah laku yang akan dilakukan. Sebagaimana perintah Allah kepada orang yang beriman untuk senantiasa sabar dan meminta pertolongan hanya kepada Nya yang tertuang dalam QS. Al Baqarah ayat 153 yang berbunyi sebagai berikut:

Artinya: “*Wahai orang-orang yang beriman, mohonlah pertolongan (kepada Allah) dengan sabar dan salat. Sesungguhnya Allah Bersama orang-orang yang sabar*”.

Tafsir ini mengisyaratkan bahwa jika seseorang ingin teratasi penyebab kesulitan yang sedang dialaminya, maka ia harus menyertakan Allah disetiap langkahnya (Shihab, 2006:387). Allah maha kuasa sehingga ketika hamba nya meminta bantuan niscaya akan dibantu carikan jalan keluarnya. Tanpa kehadiran Allah, masalah-masalah yang dialami akan semakin tidak terkendali sehingga akan mudah dikendalikan oleh amarah dan nafsu. Mengelola emosi ketika dihadapkan suatu masalah yang berat memang tidak semudah yang dipikirkan, tetapi semuanya sudah diajarkan dalam alquran untuk senantiasa bersabar dan salat untuk mengatasi itu semua. Dari surat tersebut, dapat diperoleh kesimpulan bahwa stress yang tidak dikelola dengan baik

sesuai dengan petunjuk-Nya, maka kondisi stress tersebut akan semakin berat dan parah dan akan mengalami kehidupan yang sempit dan sulit.

### **C. Konseptualisasi Konformitas Teman Sebaya**

#### **1. Pengertian Konformitas Teman Sebaya**

Baron & Bryne (2005) mengartikan konformitas teman sebaya sebagai upaya penyesuaian perilaku yang dilakukan oleh individu untuk menganut norma kelompok sebagai acuan, menerima ide atau aturan-aturan kelompok yang mengatur cara berperilaku. Kelekatan pada remaja tidak hanya merujuk pada aspek hubungan orang tua dan anak, namun juga berhubungan dengan hubungan individu dengan teman sebayanya (Wibowo & Wimbari, 2019:55). Konformitas teman sebaya adalah kecenderungan individu dalam mengadopsi perilaku, sikap, atau nilai-nilai kelompok sebaya mereka dalam upaya untuk mendapatkan penerimaan dan persetujuan sosial (Hati & Setyawan, 2015:194). Steinberg & Monahan (2007:1533) juga berpendapat bahwasanya konformitas teman sebaya merupakan penyesuaian diri yang dilakukan oleh individu khususnya remaja untuk memenuhi harapan dan norma sosial kelompok teman sebayanya, yang seringkali terjadi selama masa remaja sebagai bagian dari perkembangan identitas sosial. Konformitas teman sebaya adalah proses di mana individu mengubah sikap atau perilaku mereka agar sesuai dengan norma kelompok teman sebaya sebagai respons terhadap tekanan sosial yang dapat berupa eksplisit atau implisit (Brehwald & Prinstein, 2011:166).

Brown (2004:370) mendefinisikan konformitas teman sebaya sebagai kecenderungan remaja untuk mengadopsi sikap, nilai, dan perilaku yang mirip dengan teman sebaya mereka, sebagai cara untuk memperoleh penerimaan dan persetujuan dari kelompok sosial mereka. Konformitas ini sering kali terjadi karena dorongan untuk menghindari penolakan atau karena keinginan untuk merasa termasuk dalam kelompok tertentu. Konformitas teman sebaya dapat mempengaruhi berbagai aspek kehidupan remaja, termasuk pilihan gaya hidup, akademik, dan perilaku sosial. Hal serupa juga diungkapkan oleh Aronson dkk (2010:403) bahwasanya konformitas teman sebaya merupakan fenomena di mana individu menyesuaikan perilaku atau sikap mereka agar sesuai dengan norma atau harapan kelompok teman sebaya. Aronson menyoroti bahwa konformitas ini dapat

terjadi baik dalam bentuk kepatuhan terhadap norma kelompok, maupun dalam bentuk internalisasi sikap kelompok sebagai bagian dari identitas diri individu.

Bandura (1986:24) dalam teorinya tentang pembelajaran sosial menyatakan bahwa konformitas teman sebaya merupakan hasil dari pengamatan dan peniruan perilaku teman sebaya yang dianggap sukses atau diterima dalam kelompok. Menurut Bandura, remaja sering kali mengamati dan meniru perilaku teman sebaya yang mereka anggap populer atau berpengaruh, sebagai cara untuk mendapatkan pengakuan sosial dan membentuk identitas mereka dalam kelompok. Konformitas ini dipengaruhi oleh interaksi sosial dan dinamika kelompok yang terjadi dalam lingkungan teman sebaya. Tekanan teman sebaya biasanya digunakan dalam diskursus perilaku negatif remaja yang terlibat dalam banyak hal seperti pengambilan risiko pada remaja. Sebagian besar perilaku negatif yang dilakukan para remaja seperti kenakalan, penggunaan narkoba, dan lain-lain pasti di dalamnya terdapat peran dari sekelompok teman sebaya (Chassin dkk, 2004:494, Simons-Morton dkk, 2005:976). Sejalan dengan pernyataan Steinberg & Morris (2001:57) dalam penelitiannya menjelaskan bahwa konformitas teman sebaya negatif sering kali terjadi selama masa remaja ketika individu lebih rentan terhadap pengaruh sosial, termasuk perilaku yang berisiko atau tidak sehat.

Berndt (1979:612) dalam penelitiannya menemukan bahwa konformitas teman sebaya negatif meningkat selama masa remaja ketika individu lebih cenderung mengadopsi perilaku yang tidak sehat atau tidak etis untuk memenuhi harapan atau tekanan dari teman sebaya. Konformitas negatif ini dapat mencakup tindakan seperti pembolosan sekolah, kenakalan, atau penggunaan zat terlarang. Berndt menekankan bahwa remaja yang mengalami tekanan untuk menyesuaikan diri dengan perilaku negatif teman sebaya sering kali mengalami konflik internal antara keinginan untuk diterima dan kesadaran akan dampak negatif dari perilaku tersebut.

Berdasarkan pemaparan diatas, maka dapat disimpulkan bahwasanya konformitas teman sebaya merupakan suatu penyesuaian yang dilakukan oleh individu terhadap norma-norma atau nilai-nilai dalam suatu pergaulan yang berupa cara pandang, tingkah laku, hingga pemikiran yang akan berdampak negatif jika

yang dilakukan menyimpang dari norma sosial dan berpotensi merugikan lingkungan sekitar.

## **2. Aspek Konformitas Teman Sebaya**

Baron & Bryne (2005) mengungkapkan terdapat dua aspek dalam konformitas teman sebaya yaitu sebagai berikut:

### **a. Pengaruh Sosial Normatif (Keinginan agar disukai)**

Pengaruh sosial normatif yaitu keinginan yang digunakan untuk dapat disukai atau menghindari penolakan baik orang lain maupun kelompok. Asch (2016) melalui eksperimennya tentang konformitas menunjukkan bahwa individu sering kali menyesuaikan pendapat atau perilaku mereka agar sesuai dengan kelompok, meskipun mereka mungkin tahu bahwa pendapat kelompok tersebut salah atau tidak sesuai dengan pemahamannya. Hal ini terjadi karena individu ingin menghindari ketidaksetujuan atau penolakan dari kelompok, menunjukkan bahwa kebutuhan untuk diterima atau diakui oleh orang lain dapat menjadi motivasi yang kuat untuk konformitas. Hal yang sama juga diungkapkan oleh Milgram (1963:375) yang menyatakan bahwa pengaruh normatif dapat berlaku tidak hanya dalam situasi sehari-hari tetapi juga dalam skenario yang melibatkan otoritas, maksudnya adalah orang sering kali mematuhi instruksi yang bertentangan dengan nilai pribadi mereka secara sadar hanya karena tekanan normatif dari otoritas atau kelompok sosial yang diikutinya.

Menurut Deutsch & Gerard (1955:629) mengatakan individu yang cenderung mengikuti perilaku atau sikap kelompok bukan karena mereka yakin itu benar, tetapi karena mereka ingin disukai atau diterima oleh kelompok tersebut. Adapun contoh nyata dari pengaruh sosial normatif adalah ketika seorang siswa yang berada di dalam kelas setuju dengan pendapat temannya seputar topik tertentu yang sebetulnya secara pribadi siswa tersebut tidak setuju, hal ini dilakukan agar tetap menjadi bagian dari kelompok tersebut. Ini sering terjadi dalam konteks di mana individu merasa tekanan sosial untuk beradaptasi dengan norma kelompok.

### **b. Pengaruh Informasional (keinginan untuk bertindak benar)**

Pengaruh informasional yaitu keinginan untuk mendapatkan informasi penting yang diperlukan maupun keinginan diri kita sendiri untuk menjadi benar. Pengaruh informasional sebagai suatu fenomena di mana individu mengamati perilaku orang lain dan meniru perilaku tersebut karena mereka berasumsi bahwa orang lain memiliki informasi yang lebih baik atau lebih benar dari dirinya (Darley & Latané, 1968:382). Dalam konteks ini, pengaruh informasional menjelaskan mengapa orang mungkin tidak mengambil tindakan dalam situasi darurat jika mereka melihat orang lain tidak bertindak, dengan asumsi bahwa orang lain memiliki informasi lebih baik mengenai situasi tersebut. Pengaruh informasional terjadi ketika individu menerima informasi dari orang lain sebagai bukti tentang realitas, terutama dalam situasi di mana individu tersebut merasa tidak pasti atau tidak yakin dengan dirinya sendiri. Deutsch & Gerard (1955:633) mengemukakan bahwa dalam situasi ambigu, orang cenderung melihat perilaku atau pendapat orang lain sebagai panduan yang dapat diandalkan untuk menentukan tindakan atau kepercayaan mereka sendiri.

Contoh nyatanya dalam kehidupan sehari-hari adalah ketika individu dengan ketidaktahuannya memilih untuk mencari informasi dari orang lain yang dipercaya ahli dalam bidangnya agar dapat segera dipahami.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa aspek dari konformitas teman sebaya terdiri dari pengaruh sosial normatif dan pengaruh informasional.

### **3. Konformitas Teman Sebaya dalam perspektif Islam**

Sesuai dengan fitrahnya, manusia merupakan makhluk sosial yang tidak bisa hidup tanpa adanya orang lain sehingga tentu setiap manusia membutuhkan manusia lainnya yang bisa juga diartikan sebagai pergaulan yang tidak bisa dipisahkan dalam kehidupan sehari-hari. Akan tetapi, bukan berarti tidak ada Batasan dalam bergaul. Dalam Islam tentu dianjurkan untuk bijak dalam memilih teman bergaul agar tidak menyimpang dari ajarannya. Allah berpesan kepada umatnya agar bergaul dengan orang-orang yang benar dan sholeh yang tertuang dalam Al-Qur'an surah At-Taubah ayat 119 sebagai berikut:

Artinya: *“Wahai orang-orang yang beriman, bertakwalah kepada Allah dan tetaplah bersama orang-orang yang benar!”*.

Selain itu, juga tertuang dalam Al-Quran surah Az-zukhruf ayat 67 sebagai berikut:

Artinya: “*Teman-teman akrab pada hari itu sebagiannya menjadi musuh bagi sebagian yang lain kecuali orang-orang yang bertakwa*”.

Maksud dari kedua ayat tersebut adalah Allah melarang kita untuk bergaul dengan orang-orang yang tidak benar, dalam kasus ini adalah orang-orang yang menyimpang dari ajaran Islam. Selain itu Allah juga mengingatkan kita agar tidak terpengaruh dengan orang-orang yang buruk akhlaknya, mengajak ke jalan yang salah, yang akan membawa kita kepada adzab Allah dan pada akhirnya diiringi sebuah penyesalan kelak didunia dan di hari akhir nanti. Shihab (2002:744) mentafsirkan ayat ini sebagai pengingat bahwa kita harus senantiasa dalam ketakwaan dan keimanan, dan jangan sampai kita ikut terpengaruh hal buruk oleh lingkungan sekitar kita dalam perkataan dan perbuatan di kehidupan sehari-hari.

#### **D. Pengaruh *Emotional focused coping* dan Konformitas Teman Sebaya Terhadap Kecenderungan Adiksi *Game online* Pada Remaja di Indonesia**

Menurut Lemmens dkk., (2009:77), adiksi *game online* adalah sebuah perilaku berlebihan individu yang sulit dikontrol dalam bermain *game online* sehingga menimbulkan masalah sosial dan emosional yang dapat mengganggu kehidupan sehari-hari. Menurutnya, usia remaja lebih rentan terpapar adiksi *game online*. Hal ini sejalan dengan yang diungkapkan oleh Rahman & Nursalim (2021:94) bahwa banyak dari kalangan anak usia remaja yang bersekolah merupakan pemain *game online* aktif. Hurlock (2009:209) mengatakan bahwa remaja sedang mengalami fase pematangan menuju fase dewasa yang ditandai dengan masalah-masalah baru yang terus datang. Individu yang bisa mengatasi permasalahannya akan membentuk kepribadian dewasa yang utuh, tetapi individu yang tidak bisa melewati masa remajanya akan lebih memilih menghindari permasalahan yang dimilikinya.

Individu yang tidak bisa menyelesaikan permasalahannya akan mengalami stress dan membutuhkan hiburan untuk sejenak melupakan hal-hal pemicu stress itu sendiri. Setiap individu memiliki caranya masing-masing untuk memperbaiki suasana hati, seperti pergi berlibur sejenak atau melakukan hobinya yang diantaranya adalah

bermain *game online*. Bermain *Game online* juga merupakan bentuk *coping stress* yang bisa dilakukan oleh semua orang. Semua orang bisa memainkan *game online* dimanapun dan kapanpun dengan *smartphone* mereka. Namun kita juga harus tau bahwasanya *game online* memiliki sifat adiktif yang membuat adiksi sehingga kita harus hati-hati dalam mengatur waktu untuk bermain *game online* agar tidak terpapar sifat tersebut. (Manora dkk., 2023:104) dalam penelitiannya menemukan bahwa intensitas bermain *game online* memiliki korelasi dengan keadaan psikologis seseorang, semakin tinggi tekanan atau stress seseorang maka semakin tinggi juga waktu bermain *game online* yang dimainkan. Purwaningsih & Nurmala, (2021:270) juga mengemukakan dampak dari bermain *game online* yang berlebihan akan menyebabkan mengurangnya waktu istirahat harian hingga memengaruhi kesehatan mental.

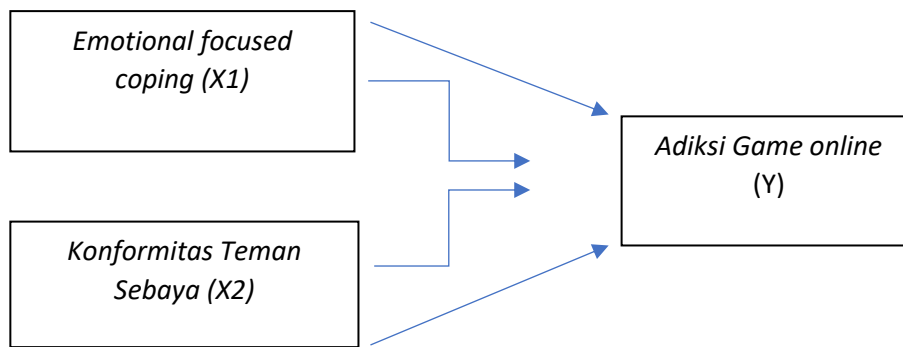
Yee (2006) mengungkapkan bahwa *social interaction* juga menjadi salah satu faktor pendorong seseorang dalam bermain *game online*. Hal ini secara tidak langsung menjelaskan bahwasanya faktor penyebab adiksi terhadap *game online* adalah perilaku konformitas teman sebaya. Konformitas merupakan kecenderungan individu untuk melakukan suatu perilaku yang berasal dari kelompoknya (Opozda-Suder dkk., 2023:674). Tujuan dari seseorang melakukan konformitas adalah agar diterima dan dipandang oleh teman-temannya. Pernyataan tersebut diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh (Suargani, 2019) bahwa dari 75 siswa terdapat 14 siswa yang terpapar adiksi *game online* akibat dari konformitas teman sebaya. Perilaku konformitas teman sebaya merupakan perilaku individu meniru sikap atau tingkah laku orang lain dikarenakan tekanan yang nyata maupun yang dibayangkan mereka dari teman sebaya atau kelompoknya (Rahma, 2022:290).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan (Januardi, 2017) sebagian besar remaja yang membolos untuk bermain game merupakan pengaruh dari teman sebayanya. Menurut (Linayaningsih & IW, 2019a) kelompok sebaya merupakan sekelompok orang yang mempunyai perasaan serta kesenangan yang relatif sama. Lebho dkk., (2020:204) menunjukkan bahwa kesamaan dalam perilaku negatif mempunyai pengaruh yang kuat dalam pemilihan teman, artinya dalam pergaulan dengan teman sebaya juga dapat memberikan dampak negatif.

Dari uraian yang dipaparkan diatas, *emotional focused coping* dan konformitas teman sebaya saling mempengaruhi adiksi *game online*. Maka kerangka berpikir dan

hipotesis penelitian tentang bagaimana kedua variabel dengan aspek masing-masing tersebut saling mempengaruhi adiksi *game online* adalah sebagai berikut:

**Gambar 2. 1**



- **Hipotesis**

Berdasarkan rumusan masalah, tujuan, serta landasan teori yang telah dijelaskan sebelumnya, maka hipotesis pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

H1 = Terdapat pengaruh antara *emotional focused coping* terhadap kecenderungan adiksi *game online* pada remaja di Indonesia.

H2 = Terdapat pengaruh antara Konformitas teman sebaya terhadap kecenderungan adiksi *game online* pada remaja di Indonesia.

H3 = Terdapat pengaruh antara *emotional focused coping* dan konformitas teman sebaya terhadap kecenderungan adiksi *game online* pada remaja di Indonesia.

## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Metodologi penelitian dapat dikatakan sebagai susunan metode yang dipakai untuk memperoleh hasil penelitian secara ilmiah (Priadana & Sunarsih, 2021:39). Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode penelitian kuantitatif. Priadana & Sunarsih (2021:41-42) mengatakan bahwa pendekatan kuantitatif pada umumnya menekankan analisis pada data yang berupa angka dengan digunakannya metode statistik yang sesuai. Metode penelitian kuantitatif merupakan metode yang data penelitiannya berupa angka-angka dan menggunakan statistik untuk analisisnya (Sugiyono, 2022:16). Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis kausalitas untuk mengukur hubungan sebab-akibat. Pendekatan kuantitatif dengan jenis kausalitas bertujuan untuk mengukur seberapa besar pengaruh antara dua variabel, yakni variabel independen (yang mempengaruhi) dan variabel dependen (yang dipengaruhi) (Sugiyono, 2022:66). Dalam penelitian ini, peneliti memilih jenis kausalitas untuk mengukur pengaruh *emotional focused coping* dan konformitas teman sebaya terhadap kecenderungan adiksi *game online*.

#### B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

##### 1. Variabel Penelitian

Sugiyono (2022:38) mengatakan bahwa variabel penelitian merupakan karakteristik subjek yang dapat diukur. Dalam penelitian ini terdapat dua variabel, yaitu:

a. Variabel Dependen (Y)

Adapun variabel dependen atau variabel terikat pada penelitian ini adalah adiksi *game online*.

b. Variabel Independen (X)

Adapun variabel Independen atau variabel bebas pada penelitian ini adalah *emotional focused coping* (X1) dan konformitas teman sebaya (X2).

## 2. Definisi Operasional

### a. Adiksi *Game online*

Adiksi *game online* merupakan ketidakmampuan dalam mengontrol perilaku bermain *game online* yang menyebabkan masalah sosial hingga emosional pada individu. Variabel ini akan diukur dengan menggunakan skala adiksi *game online* yang berdasarkan pada aspek *salience, tolerance, mood modification, relapse, conflict, withdrawal, dan problem*. Semakin besar skor pada skala adiksi *game online* didapatkan, maka akan semakin besar pula kecenderungan adiksi *game online* yang dimiliki individu. Sebaliknya, semakin kecil skor skala yang didapat maka akan semakin kecil pula kecenderungan adiksi *game online* yang dimiliki individu.

### b. *Emotional focused coping*

*Emotional focused coping* merupakan jenis dari *coping* stress yang dalam penerapannya individu akan lebih berfokus pada pengalihan emosi dengan mencari kenyamanan untuk meredam tekanan yang dialaminya. Variabel ini akan diukur dengan menggunakan skala *emotional focused coping* yang berdasarkan pada aspek *distancing, self control, accepting responsibility, escape avoidance, dan positive reappraisal*. Semakin besar skor pada skala *emotional focused coping* didapatkan, maka akan semakin besar pula tingkat *emotional focused coping* yang dilakukan individu. Sebaliknya, semakin kecil skor yang didapatkan, maka akan semakin kecil pula tingkat *emotional focused coping* yang dilakukan individu.

### c. Konformitas Teman Sebaya

Konformitas teman sebaya merupakan upaya individu dalam menyesuaikan perilakunya untuk menganut norma suatu kelompok agar dapat diterima dalam kelompok tersebut. Variabel ini akan diukur dengan menggunakan skala konformitas teman sebaya yang berdasarkan pada aspek pengaruh sosial normatif dan pengaruh informasional. Semakin besar skor pada skala konformitas teman sebaya didapatkan, maka akan semakin besar pula tingkat perilaku konformitas dilakukan. Sebaliknya, semakin kecil skor yang

didapatkan, maka akan semakin kecil pula tingkat konformitas yang dilakukan individu.

### **C. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling**

#### **1. Populasi**

Menurut Sugiyono (2022:80) populasi merupakan sebuah rangkaian subjek yang digeneralisirkan dengan jumlah dan karakteristik yang sudah ditentukan oleh peneliti untuk keberlangsungan penelitiannya. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja di Indonesia.

#### **2. Sampel**

Sugiyono (2022:81) berpendapat bahwa sampel penelitian merupakan sebagian dari keseluruhan populasi yang ada yang akan menjadi sumber data dalam penelitian yang akan dilakukan. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan rumus perhitungan yang dikembangkan oleh Issac dan Michael (Sugiyono, 2022:87).

Berdasarkan pada tabel penentuan jumlah milik Issac dan Michael, peneliti menggunakan ukuran sampel tak diketahui dengan perhitungan margin kesalahan sebesar 10%. Jika populasi keseluruhan dalam penelitian ini adalah tidak diketahui, maka jumlah sampel yang dibutuhkan dalam penelitian ini adalah sebanyak 272 remaja dengan kecenderungan *game online* (Sugiyono, 2022:87).

#### **3. Teknik Sampling**

Teknik sampling merupakan teknik pengambilan sampel dari populasi yang ada. Secara garis besar, teknik sampling dikelompokkan menjadi dua yaitu probability sampling dan nonprobability sampling (Sugiyono, 2022:82). Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik sampling non probability dengan jenis *accidental sampling*. *Accidental sampling* merupakan teknik penentuan sampel yang siapa saja secara kebetulan bertemu dengan peneliti dapat dijadikan sebagai sampel jika dirasa orang tersebut masuk kedalam kriteria penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti (Sugiyono, 2022:85). Adapun kriteria yang dimaksud pada penelitian ini adalah remaja berusia 12-24 tahun sesuai klasifikasi dari WHO yang bermain *game online*.

## **D. Tempat dan Waktu Penelitian**

### **1. Tempat Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di Indonesia. Penelitian ini dilaksanakan dengan menggunakan media online yaitu *google form* yang kemudian akan disebarluaskan melalui media sosial.

### **2. Waktu Penelitian**

Waktu penelitian ini dilaksanakan pada bulan November 2024.

## **E. Teknik Pengumpulan Data**

Dalam penelitian ini menggunakan jenis skala likert. Skala likert digunakan untuk mengukur suatu sikap, persepsi, atau pendapat individu maupun sekelompok orang terhadap suatu fenomena sosial yang sedang terjadi (Sugiyono, 2022:93). Variabel yang akan diukur akan dijabarkan menjadi indikator yang kemudian dijadikan sebagai tolok ukur peneliti dalam melakukan penyusunan butir aitem berupa pernyataan ataupun pertanyaan. Jawaban setiap aitem instrumen yang menggunakan skala likert memiliki dua ragam yakni sangat positif dan sangat negatif atau yang biasa dikenal dengan istilah *favorable* dan *unfavorable*. *Favorable* merupakan pernyataan yang bersifat positif terhadap variabel yang sedang diukur, sedangkan *unfavorable* merupakan pernyataan yang bersifat negatif terhadap variabel yang sedang diukur. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan skala *emotional focused coping*, skala konformitas teman sebaya, dan skala adiksi *game online*. Ketiga skala ini menggunakan beragam jenis pilihan jawaban, yakni sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS).

### **1. Skala Emotional focused coping**

Skala *Emotional focused coping* disusun mengacu pada 5 aspek yang dikemukakan oleh Lazarus dan Folkman, yaitu *distancing*, *self control*, *accepting responsibility*, *escape avoidance*, dan *positive reappraisal* yang telah disesuaikan dengan kriteria subjek pada penelitian ini sebagaimana yang akan disajikan pada tabel berikut:

**Tabel 3. 1****Blueprint Skala *Emotional focused coping* Sebelum Uji Coba**

<b>No</b>	<b>Aspek</b>	<b>Item <i>Favorable</i></b>	<b>Item <i>Unfavorable</i></b>	<b>Jumlah</b>
1	<i>Distancing</i>	1, 16, 21	6, 10, 26	6
2	<i>Self Control</i>	2, 12, 22	8, 15, 27	6
3	<i>Accepting responsibility</i>	3, 11, 23	12, 20, 28	6
4	<i>Escape Avoidance</i>	4, 19, 24	7, 13, 29	6
5	<i>Positive Reappraisal</i>	5, 14, 25	9, 17, 30	6
<b>Jumlah</b>				30

**2. Skala Konformitas Teman Sebaya**

Skala Konformitas Teman Sebaya yang disusun mengacu pada dua aspek yang dikemukakan oleh Baron & Bryne, yakni pengaruh sosial normatif dan pengaruh informasional yang telah disesuaikan dengan kriteria subjek pada penelitian ini sebagaimana yang akan disajikan pada tabel berikut:

**Tabel 3. 2****Blueprint Skala Konformitas Teman Sebaya Sebelum Uji Coba**

<b>No</b>	<b>Aspek</b>	<b>Item <i>Favorable</i></b>	<b>Item <i>Unfavorable</i></b>	<b>Jumlah</b>
1	Pengaruh Sosial Normatif	1, 5, 6, 13, 18, 22	4, 7, 11, 16, 21, 24	12
2	Pengaruh Informasional	2, 9, 10, 14, 17, 20	3, 8, 12, 15, 19, 23	12
<b>Jumlah</b>				24

### 3. Skala Adiksi *Game online*

Skala Adiksi *Game online* yang disusun mengacu pada 7 aspek yang dikemukakan oleh Lemmens, yakni *saliency*, *tolerance*, *mood modification*, *relapse*, *conflict*, *withdrawal*, dan *problem* yang telah disesuaikan dengan kriteria subjek pada penelitian ini sebagaimana yang akan disajikan pada tabel berikut:

**Tabel 3. 3**

**Blueprint Skala Adiksi *Game online* Sebelum Uji Coba**

No	Aspek	Item		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	<i>Saliency</i>	1, 27, 30	8, 18, 37	6
2	<i>Tolerance</i>	2, 11, 31	9, 28, 38	6
3	<i>Mood Modification</i>	3, 19, 32	10, 20, 39	6
4	<i>Relapse</i>	4, 12, 33	14, 22, 40	6
5	<i>Conflict</i>	5, 13, 34	17, 24, 41	6
6	<i>Withdrawal</i>	6, 21, 35	15, 25, 42	6
7	<i>Problem</i>	7, 23, 29	16, 26, 36	6
<b>Jumlah</b>				42

## F. Validitas dan Reliabilitas Data

### 1. Validitas

Validitas merupakan tingkat ketepatan suatu alat ukur, seberapa akuratnya dalam menjalankan fungsinya sebagai alat ukur (Sugiyono, 2022:267). Alat ukur yang memiliki validitas tinggi akan terlihat ciri-cirinya apakah hasil yang didapatkan dari penggunaan alat ukur itu masih sangat relevan atau tidak, maka dari itu perlu adanya uji validitas sebelum akhirnya digunakan untuk penelitian. Uji validitas sangat penting untuk menentukan kualitas dari instrumen penelitian yang akan dipakai nanti. Sugiyono (2022:121) mengatakan bahwa instrumen penelitian yang berkualitas adalah instrumen yang valid yang dapat mengukur apa yang seharusnya diukur. Maka dari itu, peneliti akan mengukur instrumen penelitian yang akan digunakan nanti dengan menggunakan uji validitas isi. Validitas isi

merupakan uji yang dilakukan untuk memastikan apakah instrumen yang berupa item-item dalam kuesioner telah menyertakan semua materi yang ingin diukur sehingga item-item tersebut dapat mewakili seluruh landasan teoritis tentang topik penelitian (Budiastuti & Bandur, 2018:147).

Validitas ini menggunakan metode *expert judgment* dengan dilakukannya konsultasi kepada tenaga ahli di bidang psikologi sebagai bahan pertimbangan, evaluasi, dan penilaian terhadap kelayakan item yang akan digunakan. Metode ini digunakan sebagai dasar pertimbangan, penilaian, evaluasi, dan masukan untuk menilai keefektifan item-item, sehingga dapat dipastikan layak digunakan sebagai skala penelitian. Menurut (Azwar, 2012) suatu item dapat dikatakan valid jika nilai koefisien validitas sebesar  $r_{xy} \geq 0,30$ , jadi apabila nilai koefisien validitas kurang dari 0,30 maka bisa dianggap skala penelitiannya tidak kurang cukup memadai untuk digunakan.

## **2. Daya Beda Item**

Setelah validitas isi dilakukan, peneliti melanjutkan dengan uji daya beda aitem. Uji daya beda aitem dilakukan untuk mengetahui kemampuan suatu aitem dalam membedakan antara individu antara kelompok individu yang memiliki atribut dan tidak memiliki atribut yang diukur (Azwar, 2012:81). Uji ini mengacu pada nilai *corrected item-total correlation* yaitu dengan menghubungkan masing-masing skor butir dan skor total serta melakukan koreksi terhadap nilai koefisien korelasi yang *over estimasi*.

Jika nilai tersebut memiliki koefisien korelasi skor total lebih besar sama dengan 0,300 ( $r_{ix} \geq 0,300$ ), maka item memiliki daya beda yang baik. Sebaliknya, apabila item yang memiliki koefisien korelasi skor total kurang dari sama dengan 0,300 ( $r_{ix} \leq 0,300$ ), maka item tidak memiliki daya beda yang baik (Azwar, 2012:86).

## **3. Reliabilitas**

Reliabilitas merupakan sejauh mana suatu alat ukur pada penelitian dinyatakan konsisten dan stabil jika dilakukan dua kali atau lebih pada gejala yang sama (Sugiyono, 2022:267). Maksudnya adalah jika pengukuran yang sama dilakukan kepada orang yang berbeda dan mendapatkan hasil yang stabil atau

konsisten, maka alat ukur tersebut dikatakan reliabel. Penelitian ini menggunakan metode *cronbach's alpha* ( $\alpha$ ). *Cronbach's alpha* ( $\alpha$ ) merupakan jenis pengukuran reliabilitas yang digunakan untuk mengukur konsistensi internal dari suatu skala atau tes. Koefisien ini memberikan indikasi seberapa baik item-item dalam suatu skala saling terkait atau konsisten dalam mengukur konsep yang sama. Dalam uji reliabilitas menggunakan SPSS, akan menghasilkan berupa nilai ( $r$ ) hitung yaitu dengan angka *cronbach's alpha* ( $\alpha$ ). Apabila tingkat koefisiensi  $> 0,6$  maka instrument dapat dikatakan reliabel (Ghozali, 2016).

## G. Hasil Uji Coba Skala

Uji coba skala dilakukan kepada remaja yang tidak dimasukkan ke dalam sampel penelitian. Skala yang digunakan merupakan skala yang telah diujikan oleh *expert judgment*, yaitu Ibu Lainatul Mudzkiyyah, S.Psi., M.Psi., Psikolog dengan menguji kelayakan ketiga skala yang dipakai pada penelitian ini. Adapun hasil dari uji coba skala tersebut antara lain:

### 1. Hasil Validitas

#### a. Skala Adiksi *Game online*

Pada skala ini terdiri dari 42 aitem yang telah diuji kepada remaja di luar sampel penelitian. Dari nilai *correct item-total correlation*, terdapat 36 pertanyaan yang dianggap valid dan 6 pertanyaan yang dianggap tidak valid. Suatu pertanyaan dinyatakan baik atau valid jika memiliki nilai *corrected item total* lebih dari atau sama dengan 0.30. Apabila nilainya kurang dari 0.30 maka pertanyaan tersebut dianggap harus gugur. Dalam skala ini, aitem yang gugur yaitu nomor 9, 12, 23, 25, 27, dan 30. Adapun *blue-print* skala yang telah dilakukan uji coba adalah sebagai berikut:

**Tabel 3. 4**

#### **Blueprint Skala Adiksi *Game online* Setelah Uji Coba**

No	Aspek	<i>Item Favorable</i>	<i>Item Unfavorable</i>	Jumlah
1	<i>Salience</i>	1, 27*, 30*	8, 18, 37	6

2	<i>Tolerance</i>	2, 11, 31	9*, 28, 38	6
3	<i>Mood Modificatio n</i>	3, 19, 32	10, 20, 39	6
4	<i>Relapse</i>	4, 12*, 33	14, 22, 40	6
5	<i>Conflict</i>	6, 13, 34	17, 24, 41	6
6	<i>Withdrawal</i>	5, 21, 35	15, 25*, 42	6
7	<i>Problem</i>	7, 23*, 29	16, 26, 36	6
<b>Jumlah</b>				42

**Tabel 3. 5**

Blueprint Skala Adiksi *Game online* Setelah Penomoran Ulang

<b>No</b>	<b>Aspek</b>	<b>Item Favorable</b>	<b>Item Unfavor able</b>	<b>Jumlah</b>
1	<i>Salience</i>	1	8, 16, 31	4
2	<i>Tolerance</i>	2, 10, 25	23, 32	5
3	<i>Mood Modificatio n</i>	3, 17, 26	9, 18, 33	6
4	<i>Relapse</i>	4, 27	12, 20, 34	5
5	<i>Conflict</i>	6, 11, 28	15, 21, 35	6
6	<i>Withdrawal</i>	5, 19, 29	13, 36	5
7	<i>Problem</i>	7, 24	14, 22, 30	5

<b>Jumlah</b>	36
---------------	----

b. Skala *Emotional focused coping*

Sebanyak 30 butir item dari skala *emotional focused coping* dalam penelitian ini diuji validitasnya yang dikerjakan oleh 34 responden. Berdasarkan tabel hasil uji validitas menunjukkan bahwa terdapat 25 item yang valid dan 5 item yang tidak valid. Item yang tidak valid dikarenakan mempunyai koefisien kurang dari 0,30 oleh sebab itu 5 item tersebut dinyatakan gugur. Dalam skala ini, aitem yang gugur yaitu nomor 1, 7, 19, 27, 30. Adapun *blue-print* skala yang telah dilakukan uji coba adalah sebagai berikut:

**Tabel 3. 6**

Blueprint Skala *Emotional focused coping* Setelah Uji Coba

No	Aspek	Item <i>Favorable</i>	Item <i>Unfavorabl e</i>	Jumlah
1	<i>Distancing</i>	1*, 16, 21	6, 10, 26	6
2	<i>Self Control</i>	2, 18, 22	8, 15, *27	6
3	<i>Accepting responsibility</i>	3, 11, 23	12, 20, 28	6
4	<i>Escape Avoidance</i>	4, *19, 24	*7, 13, 29	6
5	<i>Positive Reappraisal</i>	5, 14, 25	9, 17, *30	6
<b>Jumlah</b>				30

Keterangan: Item yang gugur diberi tanda\*

**Tabel 3. 7**

Bluepirnt *Emotional focused coping* Setelah Penomoran Ulang

No	Aspek	Item <i>Favorable</i>	Item <i>Unfavorable</i>	Jumlah
1	<i>Distancing</i>	16, 21	6, 12, 22	5
2	<i>Self Control</i>	2, 18, 20	8, 15	5
3	<i>Accepting responsibility</i>	3, 11, 19	10, 16, 23	6
4	<i>Escape Avoidance</i>	4, 7	13, 24	4
5	<i>Positive Reappraisal</i>	5, 14, 25	9, 17	5
<b>Jumlah</b>				25

c. Skala Konformitas Teman Sebaya

Sebanyak 24 butir item dari skala konformitas teman sebaya dalam penelitian ini diuji validitasnya yang dikerjakan oleh 34 responden. Berdasarkan tabel hasil uji validitas menunjukkan bahwa terdapat 9 item yang valid dan 15 item yang tidak valid. Item yang tidak valid dikarenakan mempunyai koefisien kurang dari 0,30 oleh sebab itu 15 item tersebut dinyatakan gugur. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel di bawah ini

**Tabel 3. 8**

Blueprint Skala Konformitas Teman Sebaya Setelah Uji Coba

No	Aspek	Item <i>Favorable</i>	Item <i>Unfavorable</i>	Jumlah
1	Pengaruh Sosial Normatif	1, 5*, 6*, 13, 18, 22*	4*, 7*, 11, 16, 21*, 24*	12
2	Pengaruh Informasional	2*, 9, 10*, 14, 17*, 20*	3*, 8, 12*, 15, 19*, 23*	12
<b>Jumlah</b>				24

Keterangan: Item yang gugur diberi tanda\*

**Tabel 3. 9**

Blueprint Skala Konformitas Teman Sebaya Setelah Penomoran Ulang

No	Aspek	<i>Item</i>	<i>Item</i>	Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	Pengaruh Sosial Normatif	1, 5, 9	4, 8	5
2	Pengaruh Informasional	3, 6	2, 7	4
<b>Jumlah</b>				9

## 2. Hasil Uji Reliabilitas

Dalam perspektif positivistik (kuantitatif), data dianggap reliabel jika beberapa peneliti pada objek serupa menghasilkan data serupa, atau peneliti yang sama pada waktu berbeda menghasilkan data serupa. Pemecahan sekelompok data menjadi dua juga menunjukkan tidak adanya perbedaan data. Reliabilitas berkaitan dengan konsistensi, sehingga jika peneliti lain mengulangi penelitian pada objek dan metode serupa, hasilnya akan serupa. Meskipun demikian, keberhasilan reliabilitas belum tentu menjamin validitas (Sugiyono, 2013:286). Pendekatan reliabilitas yang diterapkan dalam penelitian ini menggunakan metode Alpha Cronbach. Keputusan reliabilitas diambil jika nilai Alpha-Cronbach  $>0,6$  instrumen penelitian dianggap reliabel. Sebaliknya jika nilai Alpha-Cronbach  $<0,6$  instrumen penelitian dianggap tidak reliabel.

### a. Hasil Uji Reliabilitas Skala *Emotional focused coping*

Sebuah instrumen dikatakan reliabel apabila memiliki koefisien cronbarch alpha lebih dari 0,6. Dalam penelitian ini dilakukan uji reliabilitas terhadap skala dengan item keseluruhan dan uji reliabilitas terhadap skala yang telah melewati uji validitas sehingga diketahui item apa saja yang gugur.

Nilai cronbarch alpha dari skala dengan item keseluruhan adalah 0,899 yang artinya lebih besar dari 0,6. Kemudian nilai cronbarch alpha dari skala

yang telah melewati uji validitas dan diketahui item yang gugur sebesar 0,921 yang artinya lebih besar dari 0,6 sehingga dapat dikatakan reliabel.

**Tabel 3. 10**

Hasil Uji Reliabilitas Skala *Emotional focused coping* Keseluruhan

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.899	30

**Tabel 3. 11**

Hasil Uji Reliabilitas Skala *Emotional focused coping* setelah item gugur

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.921	25

b. Hasil Uji Reliabilitas Skala Konformitas Teman Sebaya

Sebuah instrument dikatakan reliabel apabila memiliki koefisien cronbarch alpha lebih dari 0,6. Dalam penelitian ini dilakukan uji reliabilitas terhadap skala dengan item keseluruhan dan uji reliabilitas terhadap skala yang telah melewati uji validitas sehingga diketahui item apa saja yang gugur.

Nilai cronbarch alpha dari skala dengan item keseluruhan adalah 0,615 yang artinya lebih besar dari 0,6. Kemudian nilai cronbarch alpha dari skala yang telah melewati uji validitas dan diketahui item yang gugur sebesar 0,747 yang artinya lebih besar dari 0,6 sehingga dapat dikatakan reliabel.

**Tabel 3. 12**

Hasil Uji Reliabilitas Skala Konformitas Teman Sebaya Keseluruhan

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items

.615	24
------	----

**Tabel 3. 13**

Hasil Uji Reliabilitas Skala Konformitas Teman Sebaya setelah item gugur

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.747	9

c. Hasil Uji Reliabilitas Skala Adiksi *Game online*

Sebuah instrumen dikatakan reliabel apabila memiliki koefisien cronbarch alpha lebih dari 0,6. Dalam penelitian ini dilakukan uji reliabilitas terhadap skala dengan item keseluruhan dan uji reliabilitas terhadap skala yang telah melewati uji validitas sehingga diketahui item apa saja yang gugur.

Nilai cronbarch alpha dari skala dengan item keseluruhan adalah 0,952 yang artinya lebih besar dari 0,6. Kemudian nilai cronbarch alpha dari skala yang telah melewati uji validitas dan diketahui item yang gugur sebesar 0,961 yang artinya lebih besar dari 0,6 sehingga dapat dikatakan reliabel.

**Tabel 3. 14**

Hasil Uji Reliabilitas Keseluruhan

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.952	42

**Tabel 3. 15**

Hasil Uji Reliabilitas Setelah Item Gugur

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.961	36

## H. Analisis Data

Pada penelitian ini menggunakan analisis data kuantitatif dengan pengolahan data yang disajikan secara statistik.

### 1. Uji Asumsi

Uji asumsi digunakan dalam menganalisis regresi agar persamaan regresi yang dihasilkan valid ketika digunakan untuk memprediksi suatu masalah.

#### a. Uji Normalitas

Uji normalitas merupakan suatu uji untuk mengetahui persebaran data di dalam suatu kelompok terdistribusi secara normal atau tidak (Nuryadi dkk., 2017:79). Pada penelitian ini akan menggunakan test Kolmogorov-smirnov pada program SPSS untuk melakukan uji normalitas tersebut. Adapun kriteria dalam menetapkan apakah normal atau tidakna suatu persebaran data menggunakan rumus  $\text{Sig.} > 0,05$  yang berarti data terdistribusi secara normal, sedangkan  $\text{sig} < 0,05$  artinya data tidak terdistribusi secara normal (Purnomo, 2017:89).

#### b. Uji Linieritas

Uji linieritas dilakukan untuk mengetahui apakah diantara tiga variabel yang akan diteliti terdapat hubungan yang linier atau tidak. Pada penelitian ini menggunakan *tes of linearity* pada nilai signifikansi sebesar 0.05. Dapat dikatakan linier jika memiliki nilai signifikansi  $< 0,05$ . Sebaliknya jika taraf signifikansi sebesar  $> 0,05$ , maka disimpulkan tidak linear dan tidak memiliki hubungan antara kedua variabel. Selain *test of linierity*, uji linieritas juga dilakukan dengan menggunakan *Devitiation from linierity* pada taraf signifikasi 0,05. Apabila kedua variabel penelitian memiliki nilai signifikasi lebih dari 0,05 maka bisa diartikan mempunyai hubungan yang linier (Widhiarso, 2010: 5).

### c. Uji Multikolinieritas

Purnomo (2017:175) menjelaskan bahwa multikolinieritas merupakan uji yang dilakukan apabila penelitian menggunakan regresi linier berganda yang lebih dari satu variabel independen. Uji multikolinieritas memastikan adanya hubungan linier antara variabel independent yang sempurna atau mendekati sempurna model regresi. Ghozali (2016:56) berpendapat bahwa uji multikolinieritas bertujuan untuk mengetahui adanya korelasi atau hubungan linier yang terjadi antara variabel, dan uji regresi berganda yang dikatakan baik seharusnya tidak terjadi multikolinieritas. Untuk dapat mengetahui adanya multikolinieritas, dapat dilihat dari skor VIF (value inflation factor), Apabila skor VIF lebih besar dari 10 ( $VIF > 10$ ) maka terdapat gejala multikolinieritas, sebaliknya apabila skor VIF lebih kecil dari 10 ( $VIF < 10$ ) maka dikatakan tidak terdapat gejala multikolinieritas (Ghozali, 2016).

## 2. Uji Hipotesis

Uji hipotesis ialah jawaban sementara dari rumusan penelitian yang dilakukan, kebenaran dari penelitian dibuktikan dengan hasil data yang bersifat faktual (Sugiyono, 2022:159). Pada penelitian ini akan menggunakan Teknik regresi linier berganda untuk menguji variabel bebas (independen) terhadap satu variabel terikat (dependen). Hipotesis dapat dikatakan ditolak atau tidaknya adalah dengan melihat nilai signifikansinya berada pada angka berapa. Jika nilai signifikansi  $< 0.05$  maka hipotesis tersebut dapat diterima dan jika nilai signifikansinya  $> 0.05$  maka hipotesis dapat ditolak (Purnomo, 2017:95).

## BAB IV

### HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN

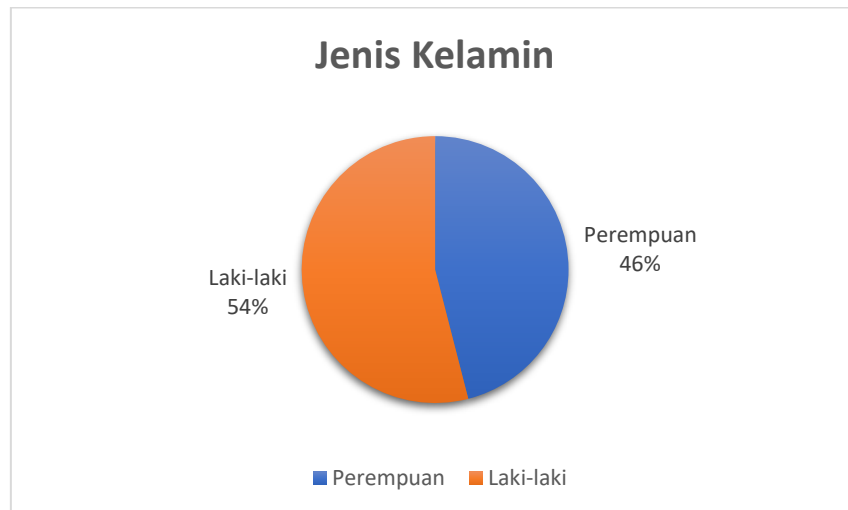
#### A. Hasil Penelitian

##### 1. Deskripsi Subjek

Pada penelitian ini, subjek merupakan remaja di Indonesia yang aktif bermain *game online*. Adapun diagram persebarannya adalah sebagai berikut:

**Tabel 4.1**

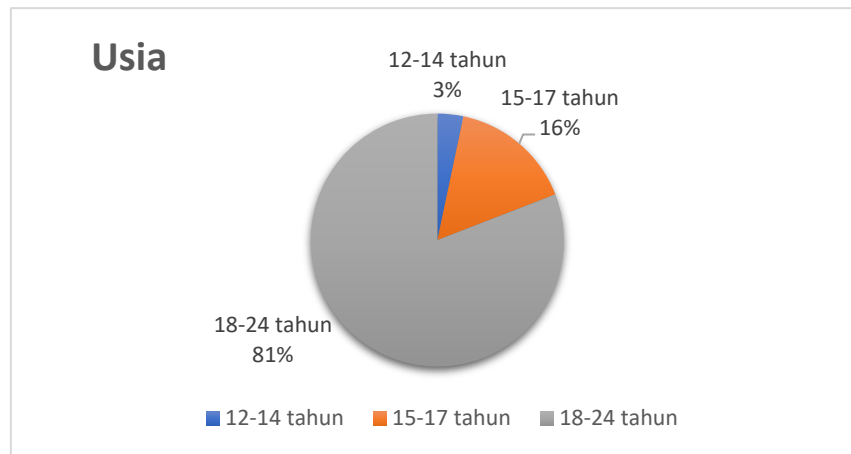
Data Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin



Berdasarkan tabel jenis kelamin, diketahui bahwa dari 272 subjek terdapat 125 subjek dengan jenis kelamin perempuan yang memiliki persentase sebesar 46%, sedangkan subjek dengan jenis kelamin laki-laki sebanyak 147 subjek dengan persentase sebesar 54%.

**Tabel 4. 2**

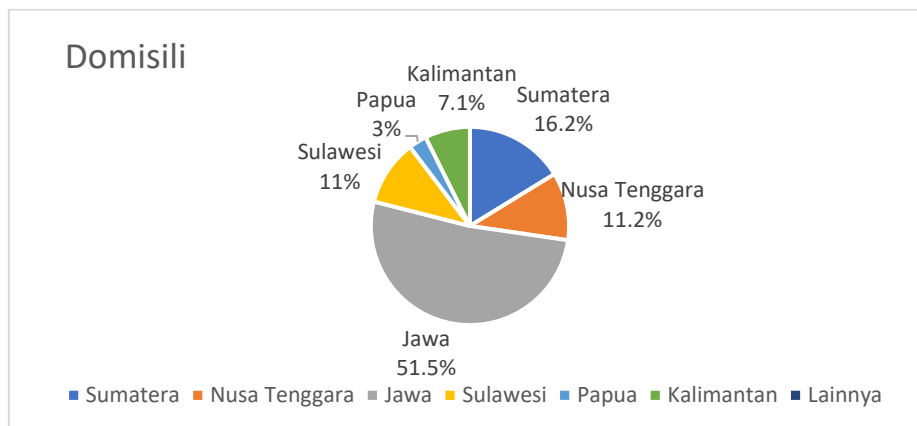
Data Subjek Penelitian Berdasarkan Usia



Berdasarkan tabel usia di atas menunjukkan subjek yang berusia antara 18-24 tahun mempunyai persentase sebesar 81% atau sebanyak 220 subjek, lalu subjek yang berusia antara 15-17 memiliki persentase sebesar 16% atau sebanyak 43 subjek, selanjutnya subjek yang berusia antara 12-14 tahun memiliki persentase sebesar 3% atau sebanyak 9 subjek.

**Tabel 4. 3**

Data Subjek Penelitian Berdasarkan Domisili



Berdasarkan tabel domisili di atas menunjukkan subjek yang berdomisili di pulau Jawa sebesar 51.5% atau sebanyak 140 subjek, lalu subjek yang berdomisili di pulau Sumatera sebesar 16.2% atau sebanyak 44 subjek, selanjutnya untuk subjek yang berdomisili di Sulawesi sebesar 11% atau sebanyak 29 subjek, sementara subjek yang berdomisili di Nusa Tenggara sebesar 11.2% atau sebanyak 30 subjek, dilanjut dengan

Kalimantan sebesar 7.1% atau sebanyak 20 subjek dan Papua sebesar 3% atau sebanyak 8 subjek.

## 2. Deskripsi Data Penelitian

**Tabel 4. 4**

Hasil Deskripsi Data Penelitian

### Descriptive Statistics

	N	Range	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Adiksi <i>game online</i>	272	95	41	136	87.67	16.860
<i>Emotional focused coping</i>	272	63	34	97	66.37	12.280
konformitas teman sebaya	272	18	14	32	24.08	3.622
Valid N (listwise)	272					

Berdasarkan data dari tabel di atas, bisa dilihat jika hasil uji deskriptif melalui SPSS menjelaskan variabel Adiksi *game online* (Y) memperlihatkan nilai minimum sebesar 41 dengan nilai maksimum sebesar 136, serta *mean* sebesar 87,67 dengan nilai standar deviasi 16.860. Variabel *emotional focused coping* (X1) memperlihatkan nilai minimum sebesar 34 dengan nilai maksimum sebesar 97, serta nilai *mean* sebesar 66,37 dengan standar deviasi sebesar 12.280. Variabel konformitas teman sebaya (X2) memiliki nilai minimum sebesar 14 dengan nilai maksimum sebesar 32, serta memiliki nilai *mean* sebesar 24,08 dengan standar deviasi sebesar 3,622. Dari hasil tersebut, adiksi *game online* bisa dilakukan kategorisasi sebagai berikut:

**Tabel 4. 5**

Kategorisasi Skor Variabel Adiksi *game online*

Rumus Kategorisasi	Kategori	Rentang Skor
$X < M - 1SD$	Rendah	$X < 70.81$
$(M-1SD) \leq X < (M+1SD)$	Sedang	$70.81 \leq X < 104.53$
$X \geq (M + 1SD)$	Tinggi	$X \geq 104.53$

**Tabel 4. 6****Kategorisasi**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid RENDAH	44	16.2	16.2	16.2
SEDANG	166	61.0	61.0	77.2
TINGGI	62	22.8	22.8	100.0
Total	272	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel kategori yang disajikan di atas, diketahui bahwa banyaknya subjek yang memiliki adiksi *game online* rendah sebanyak 44 remaja dengan persentase sebesar 16.2%, sedangkan pada kategori sedang sebanyak 166 remaja dengan persentase sebesar 61%, dan pada kategori tinggi sebanyak 62 remaja dengan persentase sebesar 22.8%. Dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa Remaja di Indonesia mempunyai tingkat adiksi *game online* pada kategori sedang.

**Tabel 4. 7**Kategorisasi Variabel *Emotional focused coping*

Rumus Kategorisasi	Kategori	Rentang Skor
$X < M - 1SD$	Rendah	$X < 54.09$
$(M-1SD) \leq X < (M+1SD)$	Sedang	$54.09 \leq X < 78.65$
$X \geq (M + 1SD)$	Tinggi	$X \geq 78.65$

**Tabel 4. 8**  
**kategorisasi**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid RENDAH	65	23.9	23.9	23.9
SEDANG	162	59.6	59.6	83.5
TINGGI	45	16.5	16.5	100.0
Total	272	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel kategori yang disajikan di atas, diketahui bahwa banyaknya subjek yang memiliki *emotional focused coping* rendah sebanyak 65 remaja dengan persentase sebesar 23.9%, sedangkan pada kategori sedang sebanyak 162 remaja dengan persentase sebesar 59.6%, dan pada kategori tinggi sebanyak 45 remaja dengan persentase sebesar 16.5%. Dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa Remaja di Indonesia mempunyai tingkat *emotional focused coping* pada kategori sedang.

**Tabel 4. 9**  
**Kategorisasi Variabel Konformitas teman sebaya**

Rumus Kategorisasi	Kategori	Rentang Skor
$X < M - 1SD$	Rendah	$X < 20.458$
$(M-1SD) \leq X < (M+1SD)$	Sedang	$20.458 \leq X < 27.702$
$X \geq (M + 1SD)$	Tinggi	$X \geq 27.702$

**Tabel 4. 10**  
**Kategorisasi**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid RENDAH	38	14.0	14.0	14.0
SEDANG	184	67.6	67.6	81.6
TINGGI	50	18.4	18.4	100.0
Total	272	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel kategori yang disajikan di atas, diketahui bahwa banyaknya subjek yang memiliki konformitas teman sebaya rendah sebanyak 38 remaja dengan persentase sebesar 14%, sedangkan pada kategori sedang sebanyak 184 remaja dengan persentase sebesar 67.6%, dan pada kategori tinggi sebanyak 50 remaja dengan persentase sebesar 18.4%. Dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa Remaja di Indonesia mempunyai tingkat konformitas teman sebaya pada kategori sedang.

## **B. Hasil Analisis Data**

### **1. Uji Asumsi Klasik**

#### **a. Uji Normalitas**

Uji normalitas dilakukan agar mengetahui persebaran data yang terdapat pada populasi penelitian ini dapat dikatakan terdistribusi secara normal atau tidak. Peneliti menggunakan uji statistic *Kolmogorov-Smirnov* melalui SPSS. Jika nilai p-value lebih besar dari 0,05 ( $p > 0,05$ ) maka data penelitian terdistribusi secara normal, sedangkan jika p-value lebih kecil dari 0,05 ( $p < 0,05$ ) maka data penelitian tidak terdistribusi secara normal (Purnomo, 2017:89).

**Tabel 4. 11**

Hasil Uji Normalitas

**One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		Unstandardized Residual
N		272
Normal Parameters <sup>a</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	10.89111053
Most Extreme Differences	Absolute	.069
	Positive	.067
	Negative	-.069
Kolmogorov-Smirnov Z		1.137
Asymp. Sig. (2-tailed)		.150

a. Test distribution is Normal.

Berdasarkan tabel test di atas, penelitian ini diperoleh nilai Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0.150 yang artinya lebih besar dari 0.005. Hal tersebut dapat diartikan bahwa distribusi penelitian ini normal.

b. Uji Linieritas

Uji linieritas dilakukan dengan tujuan untuk melihat tingkat signifikansi hubungan antara variable dependen dengan independen. Pada penelitian ini menggunakan *test of linearity* dengan taraf signifikansi 0,05 ( $p < 0.05$ ). Apabila kedua variabel pada penelitian ini mempunyai nilai signifikansi kurang dari 0,05 maka kesimpulannya adalah memiliki hubungan yang linier (Widhiarso, 2010: 5).

**Tabel 4. 12**

Hasil Uji Linieritas *Emotional focused coping* dan Adiksi *game online*

**ANOVA Table**

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
<i>Adiksi Game online * Emotional focused coping</i>	Between (Combined) Groups	54046.668	51	1059.739	10.141	.000
	Linearity	44888.842	1	44888.842	429.567	.000
	Deviation from Linearity	9157.825	50	183.157	1.753	.003
	Within Groups	22989.553	220	104.498		
Total		77036.221	271			

Berdasarkan hasil uji linieritas dapat diperoleh nilai p-value (linierity) sebesar 0.000 yang mana lebih kecil dari taraf signifikansi 0.05, sehingga dapat disimpulkan bahwa hubungan antara kedua variabel bersifat linear. Widhiarso (2010:5) berpendapat bahwa uji linearitas masih dapat dikatakan linier ketika salah satu diantara *test of linierity* dan *deviation from linierity* mendapatkan hasil yang linier. Artinya meskipun pada taraf signifikansi *deviation from linierity* tidak mencukupi, maka masih bisa dikatakan linier jika *test of linierty* sudah mencukupi

**Tabel 4. 13**Hasil Uji Linieritas Konformitas teman sebaya dan Adiksi *game online***ANOVA Table**

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Adiksi <i>Game online</i> *	Between Groups	19126.371	18	1062.576	4.642	.000
Konformitas Teman Sebaya	Linearity	8864.172	1	8864.172	38.726	.000
	Deviation from Linearity	10262.199	17	603.659	2.637	.001
	Within Groups	57909.850	253	228.893		
	Total	77036.221	271			

Berdasarkan table uji linieritas di atas, diketahui bahwa nilai p-value (linierity) sebesar 0.000 yang artinya lebih kecil dari taraf signifikansi 0.05. Artinya dapat dikatakan bahwa kedua variabel tersebut bersifat linier. Widhiarso (2010:5) berpendapat bahwa uji linearitas masih dapat dikatakan linier ketika salah satu diantara *test of linierity* dan *deviation from linierity* mendapatkan hasil yang linier. Artinya meskipun pada taraf signifikansi *deviation from linierity* tidak mencukupi, maka masih bisa dikatakan linier jika *test of linierty* sudah mencukupi.

c. Uji Multikolinieritas

Uji ini dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat gejala multikolinieritas atau tidak terhadap ketiga variabel penelitian. Hal tersebut dilihat dari nilai VIF (*value inflation factor*), jika nilai VIF > dari 10 (VIF > 10) dan nilai *tolerance* lebih kecil dari 0,01 ( $p < 0,01$ ), maka hal tersebut diartikan terdapat gejala multikolinieritas. Namun sebaliknya, jika nilai VIF lebih kecil dari 10 (VIF < 10) dan nilai *tolerance* lebih besar dari 0,01 ( $p > 0,01$ ), maka tidak terdapat gejala multikolinieritas (Ghozali, 2016). Berikut ini akan disajikan tabel hasil uji multikolinieritas sebagai berikut:

**Tabel 4. 14**

Hasil Uji Multikolinieritas

**Coefficients<sup>a</sup>**

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
	B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1 (Constant)	158.175	7.682		20.591	.000		
<i>Emotional focused coping</i>	-1.052	.061	-.766	17.363	.000	.797	1.255
Konformitas Teman Sebaya	-.029	.205	-.006	-.141	.888	.797	1.255

a. Dependent Variable: Adiksi

*Game online*

Dari data yang disajikan pada tabel di atas dapat disimpulkan bahwa keduanya memiliki nilai VIF sebesar 1,255 atau kurang dari 10 ( $p < 10$ ) serta nilai tolerance

sebesar 0,797 atau lebih besar dari 0,01 ( $p > 0,01$ ) sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel tidak terdapat gejala multikolinieritas.

## 2. Uji Hipotesis

Uji hipotesis digunakan untuk mengetahui dugaan sementara atas rumusan penelitian yang dilakukan, keabsahan dari uji hipotesis nantinya harus dibuktikan dengan data yang mendukung. Penelitian ini menggunakan analisis data kuantitatif dengan analisis regresi linier berganda. Uji regresi linier berganda digunakan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh antara variabel independen terhadap variabel dependen atau tidak. Pada analisis regresi linier berganda, hipotesis dapat dikatakan diterima jika nilai signifikansinya kurang dari 0.05 atau  $< 0.05$ . Sebaliknya, jika nilai signifikansi memiliki nilai sebesar lebih dari 0.05 atau  $> 0.05$  maka hipotesis tersebut dinyatakan ditolak (Purnomo, 2017:95). Adapun hasil dari uji regresi linier berganda yang dilakukan pada penelitian ini akan disajikan melalui tabel berikut:

**Tabel 4. 15**

Hasil Uji Hipotesis Secara Simultan Pada Tabel ANOVA

ANOVA <sup>b</sup>						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	44891.206	2	22445.603	187.832	.000 <sup>a</sup>
	Residual	32145.014	269	119.498		
	Total	77036.221	271			

a. Predictors: (Constant), Konformitas Teman Sebaya, Emotional Focused Coping  
b. Dependent Variable: Adiksi Game Online

Pada tabel di atas, diketahui bahwa diperoleh nilai signifikansi 0.000 atau lebih kecil dari 0.05 ( $p < 0.05$ ), hal tersebut artinya secara simultan hipotesis ketiga yang berbunyi terdapat pengaruh *emotional focused coping* dan konformitas teman sebaya terhadap adiksi *game online* pada remaja di Indonesia dinyatakan diterima.

**Tabel 4. 16**

Hasil Uji Hipotesis Secara Parsial

Coefficients <sup>a</sup>						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	158.175	7.682		20.591	.000
	Emotional Focused Coping	-1.052	.061	-.766	-17.363	.000
	Konformitas Teman Sebaya	-.029	.205	-.006	-.141	.888

a. Dependent Variable: Adiksi Game Online

Berdasarkan hasil uji hipotesis, terdapat hasil persamaan pengujian regresi. Adapun persamaan tersebut yaitu sebagai berikut:

$$Y = 158.175 - 1,052 (X1) - 0,29 (X2)$$

$$Y (\text{Adiksi game online}) = 158.175 - 1,052 (\text{emotional focused coping}) - 0,29 (\text{konformitas teman sebaya})$$

Berdasarkan hasil persamaan di atas, menunjukkan nilai konstanta sebesar 158,175 yaitu nilai adiksi *game online* tanpa adanya *emotional focused coping* dan konformitas teman sebaya. Nilai koefisiensi *emotional focused coping* -1,052 yang berarti adanya *emotional focused coping* pada remaja di Indonesia sebesar 1 (satu) satuan dapat menurunkan perilaku adiksi *game online* sebesar 1,052. Selanjutnya, nilai koefisiensi konformitas teman sebaya sebesar -0,29 yang artinya adanya konformitas teman sebaya pada remaja di Indonesia sebesar 1 (satu) satuan dapat meningkatkan perilaku adiksi *game online* sebesar 0,29.

Diketahui pada tabel di atas, nilai signifikansi pada variabel *emotional focused coping* sebesar 0,000 atau kurang dari 0,05 ( $p < 0,05$ ) sehingga dapat dikatakan hipotesis pertama diterima. Hipotesis tersebut berarti terdapat pengaruh *emotional focused coping* terhadap adiksi *game online*. Selain itu, nilai signifikansi pada variabel konformitas teman sebaya sebesar 0.888 atau lebih dari 0,05 ( $p > 0,05$ ) sehingga dapat dikatakan hipotesis kedua ditolak. Hipotesis tersebut berarti tidak terdapat pengaruh signifikan konformitas teman sebaya terhadap adiksi *game online*.

**Tabel 4. 17**

Hasil Uji Koefisien Determinasi

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.763 <sup>a</sup>	.583	.580	10.93152

a. Predictors: (Constant), Konformitas Teman Sebaya, Emotional Focused Coping

Uji ini dilakukan untuk mengetahui seberapa besar variabel independent dapat mempengaruhi variabel dependen. Hal tersebut ditunjukkan melalui kolom *Adjusted R Square*. Pada tabel di atas, diketahui bahwa nilai *Adjusted R Square* sebesar 0,580. Hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat pengaruh *emotional focused coping* dan konformitas teman sebaya terhadap adiksi *game online* pada remaja di Indonesia dengan persentase sebesar 58%, sementara sebanyak 42% yang tersisa dipengaruhi oleh variabel lain di luar penelitian ini.

### C. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh *emotional focused coping* dan konformitas teman sebaya terhadap adiksi *game online* pada remaja di Indonesia. Pada **hipotesis pertama** dalam penelitian ini adalah terdapat pengaruh *emotional focused coping* terhadap adiksi *game online* pada remaja di Indonesia. Pada uji hipotesis regresi linier berganda yang dilakukan, dapat diketahui bahwa nilai signifikansi pada variabel *emotional focused coping* sebesar 0,000 atau kurang dari 0,05 ( $p < 0,05$ ) sehingga dapat dikatakan hipotesis pertama diterima.

Nilai koefisiensi pada variabel *emotional focused coping* sebesar -1,052 yang berarti adanya *emotional focused coping* pada remaja di Indonesia sebesar 1 (satu) satuan dapat menurunkan adiksi *game online* sebesar 1,052. Sebaliknya, kurangnya *emotional focused coping* pada remaja di Indonesia sebesar 1 (satu) satuan dapat meningkatkan perilaku adiksi *game online* sebesar 1,052 yang artinya terdapat pengaruh yang signifikan *emotional focused coping* terhadap adiksi *game online*.

*Emotional focused coping* merupakan upaya individu dalam mencari dan memperoleh rasa nyaman dengan tujuan untuk meredam tekanan yang dirasakan. *Emotional focused coping* juga diartikan sebagai upaya dalam mengendalikan reaksi emosional pada individu terhadap situasi yang sangat menekan dan diluar batas dirinya

(Folkman & Moskowitz, 2004:761). Dalam *Emotional focused coping*, individu akan berusaha untuk mengalihkan sementara situasi stress yang dialami dengan merespons atau menghadapi emosi yang muncul tanpa harus mengubah situasi stres secara langsung. Individu yang tidak bisa menyelesaikan permasalahannya akan mengalami stress dan membutuhkan hiburan untuk sejenak melupakan hal-hal pemicu stress itu sendiri.

Terdapat beberapa penelitian yang dapat memperkuat hipotesis pertama bahwasanya *emotional focused coping* berpengaruh terhadap adiksi *game online*. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Pranitika dkk (2014:26), ditemukan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan *emotional focused coping* terhadap adiksi *game online*. Artinya, semakin rendah *emotional focused coping* yang dimiliki individu maka tingkat adiksi *game online* akan semakin tinggi. Sejalan dengan penelitian lain yang mengungkapkan bahwasanya bermain *game online* memiliki korelasi dengan keadaan psikologis seseorang, semakin tinggi tekanan atau stress seseorang maka akan semakin tinggi juga waktu bermain *game online* yang dimainkan (Manora dkk., 2023:104).

Dalam teorinya, Folkman & Lazarus (1988:468) mengungkapkan aspek dari *emotional focused coping*, diantaranya adalah *distancing*, *self control*, *accept responsibility*, *escape avoidance*, dan *positive reappraisal*. Kardefelt-Winther (2014) mengungkapkan dalam penelitiannya bahwa *game online* sering digunakan sebagai media untuk mengalihkan diri dari masalah emosional/*escape avoidance*. Penggunaan *escape avoidance* sebagai strategi *coping* yang tidak adaptif dapat memperkuat hubungan antara *emotional focused coping* dan adiksi *game online*. Dalam strategi ini individu didorong untuk menghabiskan waktu dengan bermain game, karena pengalaman bermain *game* dapat memberikan perasaan lega sementara untuk menghindari realitas emosional yang tidak nyaman. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh King dkk, (2010) bahwasanya strategi *coping* seperti *escape avoidance* (penghindaran diri dari masalah dengan melarikan diri ke aktivitas lain) sering kali meningkatkan ketergantungan terhadap *game* karena bermain game dapat memberikan pengalaman yang menyenangkan secara instan.

**Hipotesis kedua** pada penelitian ini yaitu terdapat pengaruh konformitas teman sebaya terhadap adiksi *game online* pada remaja di Indonesia. Pada uji hipotesis regresi linier berganda yang dilakukan, dapat diketahui bahwa nilai signifikansi pada variabel

konformitas teman sebaya sebesar 0,888 atau lebih dari 0,05 ( $p > 0,05$ ) sehingga dapat dikatakan hipotesis kedua ditolak.

Nilai koefisiensi pada variabel konformitas teman sebaya sebesar -0,29 yang berarti adanya konformitas teman sebaya pada remaja di Indonesia sebesar 1 (satu) satuan dapat meningkatkan perilaku adiksi *game online* sebesar 0,29 sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat pengaruh yang signifikan konformitas teman sebaya terhadap adiksi *game online* pada remaja di Indonesia.

Pada penelitian sebelumnya, seperti penelitian yang dilakukan oleh Hazanah dkk., (2024) menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara konformitas teman sebaya dengan adiksi *game online*. Meskipun demikian, konformitas teman sebaya tidak sepenuhnya menjadi faktor penting yang menyebabkan adiksi *game online*. Palembang dkk., (2021) dalam penelitiannya mengatakan bahwa faktor penyebab adiksi *game online* diantaranya adalah lingkungan, kegiatan, dan juga pola asuh orang tua tanpa adanya perilaku konformitas teman sebaya. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Linayaningsih dan Virgonita (2019) bahwa tidak terdapat pengaruh secara signifikan perilaku konformitas teman sebaya terhadap adiksi *game online*. Adiksi *game online* timbul karena adanya penguatan atau *reinforcement* berupa kepuasan yang didapatkan ketika individu bermain *game online* (Linayaningsih dan Virgonita, 2019). Dalam penelitian Ryan dan Deci (2000:75) mengenai *self-determination theory* mengungkapkan bahwa perilaku individu sangat dipengaruhi oleh kebutuhan psikologis dasar seperti otonomi, kompetensi, dan keterhubungan. Pada kasus adiksi *game online*, keputusan individu untuk bermain lebih dipengaruhi oleh kebutuhan individu tersebut untuk memenuhi aspek kompetensi (misalnya, menyelesaikan tantangan dalam *game*) daripada sekadar mengikuti teman sebaya.

Sejalan dengan yang dikemukakan oleh Ajzen (1991) dalam penelitiannya mengenai pengambilan keputusan pada individu yang dipengaruhi oleh niat yang didasarkan pada tiga komponen utama, yaitu sikap terhadap perilaku, norma subjektif, dan persepsi kontrol perilaku. Meskipun norma dalam sebuah kelompok teman sebaya mungkin juga ikut berkontribusi, pengaruh ini cenderung kecil jika sikap individu terhadap *game* sudah kuat dan kontrol perilaku yang tinggi. Hal tersebut didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Przybylski dkk (2010) yang menunjukkan bahwa motivasi intrinsik, seperti kebutuhan akan kompetensi, otonomi, dan

keterhubungan, lebih dominan dalam memengaruhi keterlibatan individu dalam bermain *game online* dibandingkan tekanan eksternal seperti norma yang berlaku dalam kelompok teman sebaya. Hal ini mengindikasikan bahwa individu yang bermain *game* lebih karena faktor internal dibandingkan faktor eksternal seperti pengaruh teman sebaya.

Dalam *game* MMO, fitur *reward* atau hadiah seringkali menjadi penyebab untuk individu dalam bermain *game online* untuk jangka waktu yang lama dan seterusnya hingga intensitas bermain semakin meningkat (Young & De Abreu 2011). Hal ini divalidasi oleh peneliti lain bahwa skema penerapan *reward* sebagai penguat bagi individu agar terus bermain hingga waktu yang lama (Charlton & Danforth, 2007; Hsu dkk., 2009; D. L. King & Delfabbro, 2009). Penerapan *reward* tidak mengandung unsur paksaan bagi setiap pemain, melainkan menjadi motivasi bagi individu untuk terus bermain *game online*. Selain itu, Yee, (2006a:773) dalam penelitiannya mengukur orientasi pemain *game online* dalam kaitannya dengan tiga motivasi secara luas, yaitu *achievement*, *social interaction*, dan *immersion*. Ketiga orientasi tersebut telah dikaji melalui berbagai penelitian terkait adiksi *game online* dan memperoleh hasil bahwa motivasi tertentu, khususnya pelarian dari kehidupan nyata dapat memperkuat perilaku seseorang yang bermain secara berlebihan dibanding dengan faktor eksternal seperti teman sebaya (Caplan, dkk 2009; Kardefelt-Winther, 2014; Kuss, dkk 2012).

Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Lim dkk., (2023) menunjukkan bahwa pengambilan keputusan individu lebih didominasi oleh motivasi intrinsik seperti kemampuan individu atau minat terhadap hal tertentu. Dalam banyak kasus, motivasi intrinsik ini lebih kuat dibandingkan pengaruh sosial, terutama ketika imbalan langsung dari konformitas tidak terlihat. Hal ini mendukung hipotesis ini bahwa perilaku bermain *game* sering kali dipengaruhi oleh nilai pribadi (internal) dibanding dengan faktor eksternal seperti norma sosial dalam kelompok.

**Hipotesis ketiga** yaitu pengaruh *emotional focused coping* dan konformitas teman sebaya terhadap adiksi *game online* pada remaja di Indonesia. Dapat diketahui bahwa nilai signifikansi yang diperoleh lebih kecil dari 0,05 yaitu sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ) dan juga nilai Adjusted R Square sebesar 0,800 yang artinya secara simultan maka hipotesis ketiga dapat diterima yaitu terdapat pengaruh *emotional focused coping* dan konformitas teman sebaya terhadap adiksi *game online* pada remaja di Indonesia

dengan persentase sebesar 58%. Sementara sebanyak 42% lainnya dipengaruhi oleh variabel yang tidak ada pada penelitian ini.

Pada saat ini, seperti yang kita ketahui bahwasanya teknologi terus berkembang. Individu dengan mudah dapat memenuhi kebutuhan-kebutuhannya seperti kebutuhan informasi dan juga hiburan melalui akses internet. Hal tersebut jika tidak disikapi dengan baik hal tersebut akan berdampak negatif, seperti halnya individu yang terkena adiksi *game online*. Menurut Lemmens dkk (2009:79) adiksi *game online* terdapat beberapa aspek antara lain; *saliency*, *saliency* merupakan kegiatan bermain game menjadi kegiatan/bagian yang paling penting dalam kehidupan individu hingga dapat mempengaruhi perasaan dan perilaku. Selanjutnya adalah aspek *tolerance*, aspek ini terjadi ketika individu secara terus menerus meningkatkan frekuensi atau intensitasnya dalam bermain *game online* untuk mencapai kepuasan yang diinginkan. Selanjutnya adalah aspek *mood modification*, individu akan merasakan suatu perubahan mood yang meningkat dan membaik ketika/setelah bermain *game online*.

Selanjutnya adalah aspek *relapse*, kondisi ini mengacu pada kembalinya perilaku adiktif individu setelah periode pemulihan atau pengendalian. Ini berarti meskipun seseorang telah berhasil mengurangi atau menghentikan perilaku adiktif untuk sementara waktu, mereka kembali terlibat dalam perilaku tersebut, sering kali karena dorongan kuat, stres, atau faktor-faktor pemicu lain. Selanjutnya adalah aspek *withdrawal*, aspek ini berkaitan dengan adanya emosi tidak menyenangkan dan-atau efek fisik yang terjadi ketika bermain game yang sudah menjadi kebiasaan tiba-tiba berkurang atau dihentikan. Selanjutnya adalah aspek *conflict*, keadaan saat perilaku adiksi dapat menyebabkan ketegangan dan menimbulkan masalah dari berbagai aspek kehidupan individu, seperti kesejahteraan psikologis yang menurun hingga isolasi sosial dari lingkungan sekitar. Terakhir adalah aspek *problem*, masalah dengan lingkungan sosial, maupun yang timbul dalam diri individu, seperti konflik intrapsikis dan perasaan subjektif dari hilangnya kontrol.

Berdasarkan hasil uji hipotesis, terdapat hasil persamaan pengujian regresi. Adapun persamaan tersebut yaitu sebagai berikut:  $Y = 158.175$  (Adiksi *game online*) –  $1,052$  ( $X_1$  *emotional focused coping*) -  $0,29$  ( $X_2$  konformitas teman sebaya). Berdasarkan hasil persamaan di atas menunjukkan nilai konstanta sebesar 158.175 yaitu nilai adiksi *game online* tanpa adanya *emotional focused coping* dan konformitas

teman sebaya. Nilai koefisiensi *emotional focused coping* sebesar -1,052 menunjukkan adanya *emotional focused coping* 1(satu) satuan akan menurunkan adiksi *game online* sebesar -1,052. Jadi, *emotional focused coping* memiliki pengaruh terhadap adiksi *game online*. Nilai koefisiensi konformitas teman sebaya, sebesar -0,29 menunjukkan bahwa adanya konformitas teman sebaya sebesar 1 (satu) satuan dapat meningkatkan perilaku adiksi *game online* sebesar 0,29, yang artinya tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap adiksi *game online*.

Berdasarkan ketujuh aspek tersebut peneliti mengambil dua aspek yang mempengaruhi adiksi *game online*, yaitu *emotional focused coping* dan konformitas teman sebaya yang mencakup aspek *mood modification (emotional focused coping)* dan *tolerance* (konformitas teman sebaya). Salah satu aspek yang dapat mempengaruhi adiksi *game online* yaitu *emotional focused coping*. *Emotional focused coping* atau *coping* yang berfokus pada emosi merupakan upaya individu dalam mencari dan memperoleh rasa nyaman sementara dengan tujuan untuk meredam tekanan yang dirasakan. Menurut Folkman & Lazarus (1988:468) aspek *emotional focused coping* antara lain adalah; *distancing*, yaitu reaksi melepaskan diri dari segala permasalahan yang bisa menimbulkan stress dengan cara menciptakan pandangan positif. Selanjutnya yaitu *self control*, yaitu upaya dalam meregulasi perasaan dan tindakan melalui kontrol diri dengan membuat perencanaan agar bisa mengambil keputusan yang tepat. Selanjutnya yaitu *accepting responsibility*, yaitu upaya untuk mengetahui peran diri individu dalam permasalahan yang dihadapi dan mencoba untuk menempatkan segalanya sebagaimana mestinya. Keempat ada *escape avoidance*, yaitu reaksi berkhayal dan usaha menghindar dari masalah. Terakhir adalah aspek *positive reappraisal*, yaitu usaha untuk menciptakan makna yang positif dan melibatkan hal-hal yang bersifat religius.

Aspek lain yang mempengaruhi adiksi *game online* adalah konformitas teman sebaya. Baron & Bryne (2005) mengartikan konformitas teman sebaya sebagai upaya penyesuaian perilaku yang dilakukan oleh individu untuk menganut norma kelompok sebagai acuan, menerima ide atau aturan-aturan kelompok yang mengatur cara berperilaku. Tekanan teman sebaya biasanya digunakan dalam diskursus perilaku negatif remaja yang terlibat dalam banyak hal seperti pengambilan risiko pada remaja. Sebagian besar perilaku negatif yang dilakukan para remaja seperti kenakalan, penggunaan narkoba, dan lain-lain pasti di dalamnya terdapat peran dari sekelompok

teman sebaya (Chassin dkk, 2004:494, Simons-Morton dkk, 2005:976). Sejalan dengan pernyataan Steinberg & Morris (2001:57) dalam penelitiannya menjelaskan bahwa konformitas teman sebaya negatif sering kali terjadi selama masa remaja ketika individu lebih rentan terhadap pengaruh sosial, termasuk perilaku yang berisiko atau tidak sehat.

Baron & Bryne (2005) mengungkapkan terdapat dua aspek dalam konformitas teman sebaya, yang pertama yaitu pengaruh sosial normatif. Pengaruh sosial normatif yaitu keinginan yang digunakan untuk dapat disukai atau menghindari penolakan baik orang lain maupun kelompok. Asch (2016) melalui eksperimennya tentang konformitas menunjukkan bahwa individu sering kali menyesuaikan pendapat atau perilaku mereka agar sesuai dengan kelompok, meskipun mereka mungkin tahu bahwa pendapat kelompok tersebut salah atau tidak sesuai dengan pemahamannya. Hal ini terjadi karena individu ingin menghindari ketidaksetujuan atau penolakan dari kelompok, menunjukkan bahwa kebutuhan untuk diterima atau diakui oleh orang lain dapat menjadi motivasi yang kuat untuk konformitas. Hal yang sama juga diungkapkan oleh Milgram (1963:375) yang menyatakan bahwa pengaruh normatif dapat berlaku tidak hanya dalam situasi sehari-hari tetapi juga dalam skenario yang melibatkan otoritas, maksudnya adalah orang sering kali mematuhi instruksi yang bertentangan dengan nilai pribadi mereka secara sadar hanya karena tekanan normatif dari otoritas atau kelompok sosial yang diikutinya.

Aspek yang kedua adalah pengaruh informasional yang artinya keinginan untuk mendapatkan informasi penting yang diperlukan maupun keinginan diri kita sendiri untuk menjadi benar dengan melihat orang lain. Individu mengamati perilaku orang lain dan meniru perilaku tersebut karena mereka berasumsi bahwa orang lain memiliki informasi yang lebih baik atau lebih benar dari dirinya (Darley & Latané, 1968:382). Pengaruh informasional terjadi ketika individu menerima informasi dari orang lain sebagai bukti tentang realitas, terutama dalam situasi di mana individu tersebut merasa tidak pasti atau tidak yakin dengan dirinya sendiri.

Berdasarkan penjelasan di atas, *emotional focused coping* dan konformitas teman sebaya dapat mempengaruhi individu terpapar adiksi *game online*. Individu bermain *game online* dikarenakan keinginan/minatnya terhadap *game online* yang menawarkan sensasi kepuasan dan lain sebagainya ketika dimainkan. Jika individu

tidak dapat mengontrol hal tersebut akan terus bermain hingga menghabiskan waktu yang lama dan kemudian menjadi adiksi terhadap *game online*. Sedangkan pada konformitas teman sebaya, ini merupakan faktor penguat individu dalam mengalami adiksi *game online*. Hal ini dikarenakan *game online* akan menawarkan experience lebih ketika individu bisa bermain bersama dengan teman sebayanya tanpa harus di satu lokasi yang sama.

Berdasarkan tabel kategorisasi variabel adiksi *game online* menunjukkan bahwa remaja di Indonesia yang memiliki kategori rendah sebanyak 44 responden dengan presentase 16,2%, sedangkan pada kategori sedang sebanyak 166 responden dengan presentase 61%, dan pada kategori tinggi sebanyak 62 responden dengan presentase 22,8%. Berdasarkan tabel di atas dapat disimpulkan bahwa remaja di Indonesia cenderung mengalami adiksi *game online* dengan kategori sedang dengan nilai persentase sebesar 61%.

Dapat diketahui bahwa dari 272 responden penelitian memiliki rentang usia 18-24 tahun. Pada klasifikasi tersebut, rentang usia pada responden penelitian ini termasuk kedalam klasifikasi remaja akhir. Menurut tahapan perkembangan Erikson, pada *identity vs role confusion* remaja sedang dalam tahap perkembangan psikososial. Pada tahap ini, rasa ingin tahu yang tinggi merupakan bagian penting dari eksplorasi identitas diri. Remaja cenderung mencoba hal-hal baru untuk mencari makna atau membangun identitas mereka di tengah lingkungan yang terus berubah. Pada tahapan ini, remaja juga mulai fokus pada hubungan dengan teman sebayanya. Kelompok sebaya memberikan ruang bagi remaja untuk bereksperimen dengan peran, nilai, dan keyakinan yang berbeda. Konformitas teman sebaya sering muncul karena kebutuhan mendasar untuk diterima oleh kelompok, yang memberikan rasa aman dan identitas sosial.

Generasi Z tumbuh dalam era digital yang mana memiliki akses yang tak terbatas ke teknologi dan internet. Kehidupan sehari-hari mereka sangat terhubung dengan dunia online, mulai dari belajar, bersosialisasi, hingga hiburan. Dalam lingkungan ini, game online menjadi salah satu aktivitas yang populer dan sering kali menjadi bagian dari identitas sosial mereka. Sejalan dengan yang dikemukakan oleh Yee (2002) mengenai faktor adiksi game yaitu social yang mengatakan individu memiliki keinginan atau kebutuhan untuk berinteraksi untuk menciptakan hubungan

pertemanan. Adiksi game online pun dapat muncul ketika individu merasa bahwa bermain game adalah satu-satunya cara untuk terhubung dengan teman-temannya. Ketergantungan ini semakin diperparah oleh fitur-fitur yang ditawarkan dalam game dan juga adanya komunitas virtual agar sesama pemain bisa terus berinteraksi seputar game online

Tujuan dari dilakukannya penelitian ini sudah tercapai, yaitu untuk menguji secara empiris dan memvalidasi teori-teori berdasarkan hasil penelitian. Selain tujuan, penelitian ini juga sudah melewati serangkaian proses sesuai dengan metode ilmiah yang berlaku. Meskipun begitu, penelitian ini juga tidak luput dari keterbatasan. Adapun keterbatasan dalam penelitian ini adalah responden yang mengisi kuesioner tidak diamati secara langsung oleh peneliti karena penelitian dilakukan secara online melalui *google form* yang disebarluaskan pada media sosial seperti X, *discord*, *facebook*, dan lain sebagainya. Selain itu, penggunaan bahasa pada skala yang digunakan beberapa diantaranya masih menggunakan bahasa yang sulit dimengerti bagi usia remaja sehingga kurang tersampaikan.

Namun, bukan berarti penelitian ini tidak memiliki keunggulan. Adapun keunggulan penelitian ini adalah memperkaya literatur dengan meneliti dua variabel bebas yakni *emotional focused coping* dan konformitas teman sebaya terhadap variabel terikat adiksi *game online* yang belum pernah dilakukan pada penelitian sebelumnya. Penelitian ini juga sangat relevan dengan situasi saat ini yang berbagai kalangan menjadikan *game online* sebagai media hiburan. Selain itu, penelitian ini juga tidak memakan biaya yang begitu besar karena pengumpulan data dilakukan secara online sehingga lebih efisien secara biaya dan juga waktu bagi peneliti.

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan yaitu sebagai berikut:

1. Terdapat pengaruh yang sangat signifikan dari *emotional focused coping* terhadap adiksi *game online* pada remaja di Indonesia. Artinya semakin tinggi *emotional focused coping* maka akan semakin rendah adiksi *game online* nya, sebaliknya semakin rendah *emotional focused coping* maka akan semakin tinggi tingkat adiksi *game online* nya.
2. Tidak terdapat pengaruh yang signifikan dari konformitas teman sebaya terhadap adiksi *game online* pada remaja di Indonesia.
3. Terdapat pengaruh yang sangat signifikan dari *emotional focused coping* dan konformitas teman sebaya terhadap adiksi *game online* pada remaja di Indonesia. Artinya tinggi atau rendahnya *emotional focused coping* dan konformitas teman sebaya berpengaruh terhadap adiksi *game online*.

#### B. Saran

Adapun saran dari peneliti adalah sebagai berikut:

##### 1. Bagi Subjek Penelitian

Teruntuk para remaja di seluruh Indonesia diharapkan untuk dapat meningkatkan *emotional focused coping* lebih baik lagi untuk mencegah terjadinya adiksi *game online*. Selain itu juga disarankan untuk memilih strategi *coping* yang tepat ketika menghadapi permasalahan. Mengalihkan masalah dengan bermain *game online* secara terus-menerus hanya bersifat sementara tanpa adanya penyelesaian. Dengan strategi *coping* yang tepat dan kontrol terhadap perilaku bermain *game*, individu tetap dapat menjadikan *game online* sebagai media hiburan tanpa merubah substansi awalnya sehingga tidak akan menimbulkan perilaku adiktif pada *game online* yang dapat berdampak negatif dalam kehidupan sehari-hari.

##### 2. Bagi Kalangan Orang Tua

Peneliti menyarankan bagi orang tua yang memiliki anak baik itu di usia remaja ataupun yang sedang berada pada fase perkembangan menuju remaja untuk dapat memantau waktu bermain mereka, dapat dengan meningkatkan komunikasi, menghabiskan waktu bersama, memahami kebutuhan emosional, dan mendukung sanak untuk melakukan kegiatan positif. Hal ini dilakukan agar siswa juga merasa kebutuhan emosionalnya sudah tercukupi di rumah, dengan begitu mereka tidak perlu untuk mencarinya di lingkungan pertemanan yang berpotensi pada perilaku-perilaku negatif.

### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang ingin melakukan penelitian serupa, peneliti menyarankan untuk dapat memperluas jangkauan populasi penelitian agar lebih mewakili. Selain itu dapat juga menguji faktor-faktor lain yang memengaruhi adiksi *game online* seperti fitur *reward* yang telah disinggung sedikit dalam penelitian ini, juga bisa menggunakan faktor-faktor lain seperti pola asuh, *self esteem*, kompetensi sosial, dan lain sebagainya. Peneliti juga menyarankan untuk mengkaji lebih dalam mengenai adiksi *game online* melalui pendekatan kualitatif agar bisa lebih mengetahui bagaimana gambaran dan proses individu hingga mengalami adiksi *game online* pada usia remaja.

Jika menggunakan pendekatan kuantitatif, peneliti juga menyarankan untuk menggunakan skala dengan bahasa yang lebih mudah dimengerti untuk usia remaja agar mendapatkan hasil penelitian yang lebih akurat.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adiningtiyas, S. W. (2017). Peran guru dalam mengatasi kecanduan game online. *KOPASTA: Journal of the Counseling Guidance Study Program*, 4(1).
- Ajzen, I. (1991). *The Theory of Planned Behavior*.
- Andrita, A., Rondo, A., Franly, H. I. S. W., Program, O., Ilmu, S., & Fakultas, K. (2019). Hubungan Kecanduan Game Online Dengan Perilaku Agresif Siswa di SMA N 2 RATAHAN (Vol. 7, Issue 1).
- Ann Liebert, M., Hecht Orzack, M., & Orzack, D. S. (1999). Treatment of Computer Addicts with Complex Co-Morbid Psychiatric Disorders. In *CyberPsychology & Behavior* (Vol. 2, Issue 5).
- Ann Liebert, M., & Young, K. S. (1998). Internet Addiction: The Emergence of a New Clinical Disorder. In *CyberPsychology & Behavior* (Vol. 1, Issue 3).
- Aronson, E., Wilson, T., & Akert, R. (2010). *Social Psychology* (7th ed.). Pearson.
- Asch, S. E. (2016). Effects of group pressure upon the modification and distortion of judgments. In *Organizational influence processes* (pp. 295–303). Routledge.
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi Edisi 2* (2nd ed.). Pustaka Pelajar.
- Bandura, A. (1986). Social foundations of thought and action. *Englewood Cliffs, NJ*, 1986(23–28), 2.
- 'Baron, R. A., & Bryne, D. (2005). *Psikologi Sosial jilid 2 / Robert A. Baron, Donn Byrne ; alih bahasa: Ratna Djuwita* (Wisnu C. Kristiaji & Ratri Medya, Eds.; 2nd ed.). Erlangga.
- Başol, G., & Kaya, A. B. (2018). Motives and consequences of online game addiction: A scale development study. *Noropsikiyatri Arsivi*, 55(3), 225–232. <https://doi.org/10.5152/npa.2017.17017>
- Berndt, T. J. (1979). Developmental Changes in Conformity to Peers and Parents. In *Developmental Psychology* (Vol. 15, Issue 6).
- Brechwald, W. A., & Prinstein, M. J. (2011). Beyond homophily: A decade of advances in understanding peer influence processes. *Journal of Research on Adolescence*, 21(1), 166–179. <https://doi.org/10.1111/j.1532-7795.2010.00721.x>
- Brenner, V. (1997). Psychology of computer use: XLVII. Parameters of Internet use, abuse and addiction: the first 90 days of the Internet Usage Survey. *Psychological Reports*, 80(3), 879–882.
- Brown, B. B. (2004). Adolescents' relationships with peers. *Handbook of Adolescent Psychology*, 363–394.
- Budiastuti, D., & Bandur, A. (2018). *Validitas dan Reliabilitas Penelitian*. Mitra Wacana Media.

- Caplan, S., Williams, D., & Yee, N. (2009). Problematic Internet use and psychosocial well-being among MMO players. *Computers in Human Behavior*, 25(6), 1312–1319. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2009.06.006>
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies: a theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2), 267.
- Cha, S.-S., & Seo, B.-K. (2018). Smartphone use and smartphone addiction in middle school students in Korea: Prevalence, social networking service, and game use. *Health Psychology Open*, 5(1), 2055102918755046.
- Charlton, J. P., & Danforth, I. D. W. (2007). Distinguishing addiction and high engagement in the context of online game playing. *Computers in Human Behavior*, 23(3), 1531–1548. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2005.07.002>
- Chassin, L., Flora, D. B., & King, K. M. (2004). Trajectories of alcohol and drug use and dependence from adolescence to adulthood: The effects of familial alcoholism and personality. *Journal of Abnormal Psychology*, 113(4), 483–498. <https://doi.org/10.1037/0021-843X.113.4.483>
- Chen, C. Y., & Chang, S. L. (2008). An Exploration of the Tendency to Online Game Addiction Due to User's Liking of Design Features An Exploration of the Tendency to Online Game Addiction Due to User's Liking of Design Features \*. In *Asian Journal of Health and Information Sciences* (Vol. 3, Issue 4). <https://www.researchgate.net/publication/255590068>
- Cooper, A. (2013). *Cybersex: The dark side of the force: A special issue of the Journal Sexual Addiction and Compulsion*. Routledge.
- Darley, J. M., & Latané, B. (1968). BYSTANDER INTERVENTION IN EMERGENCIES: DIFFUSION OF RESPONSIBILITY 3. In *Journal of Personality and Social Psychology* (Vol. 8, Issue 4).
- Darwati, Y. (2022). Coping stress dalam perspektif Al-Qur'an. In *Journal of Ethics and Spirituality* (Vol. 6, Issue 1).
- Deutsch, M., & Gerard, H. B. (1955). A study of normative and informational social influences upon individual judgment. *The Journal of Abnormal and Social Psychology*, 51(3), 629–636. <https://doi.org/10.1037/h0046408>
- Fahrizal, Y., Mariyana, D. M., & Hasan, S. S. (2024). Parents' role in preventing gadget addiction amongst preschoolers living in urban and rural areas: A qualitative study. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(2), 179–194. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v9i2.20572>
- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1988). Coping as a Mediator of Emotion. In *Journal of Personality and Social Psychology*\* (Vol. 54, Issue 1).
- Folkman, S., & Moskowitz, J. T. (2004). Coping: Pitfalls and promise. *Annual Review of Psychology*, 55, 745–774. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.55.090902.141456>
- Gentile, D. (2009). *Pathological Video-Game Use Among Youth Ages 8 to 18 A National Study*.

- Ghufron, M. N., Rofi' Azmi, K., & Al-Giffari, H. A. (2024). Peer support and the mental health of Indonesian migrant workers: The mediating role of spiritual well-being and coping strategies. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(1), 21–36. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v9i1.20341>
- Ghuman, D., & Griffiths, M. (2012). A cross-genre study of online gaming: Player demographics, motivation for play, and social interactions among players. *International Journal of Cyber Behavior, Psychology and Learning (IJCBL)*, 2(1), 13–29.
- Greenfield, D. N. (2022). Clinical Considerations in Internet and Video Game Addiction Treatment. In *Child and Adolescent Psychiatric Clinics of North America* (Vol. 31, Issue 1, pp. 99–119). W.B. Saunders. <https://doi.org/10.1016/j.chc.2021.09.003>
- Griffiths, M. (2005). A “components” model of addiction within a biopsychosocial framework. *Journal of Substance Use*, 10(4), 191–197. <https://doi.org/10.1080/14659890500114359>
- Griffiths, M. (2010). Online video gaming: What should educational psychologists know? *Educational Psychology in Practice*, 26(1), 35–40. <https://doi.org/10.1080/02667360903522769>
- Griffiths, M. D., Davies, M. N. O., & Chappell, D. (2004). Online computer gaming: A comparison of adolescent and adult gamers. *Journal of Adolescence*, 27(1), 87–96. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2003.10.007>
- Griffiths, M. D., & Meredith, A. (2009). Videogame addiction and its treatment. In *Journal of Contemporary Psychotherapy* (Vol. 39, Issue 4, pp. 247–253). <https://doi.org/10.1007/s10879-009-9118-4>
- Hasan, M. R., Jha, A. K., & Liu, Y. (2018). Excessive use of online video streaming services: Impact of recommender system use, psychological factors, and motives. *Computers in Human Behavior*, 80, 220–228. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.11.020>
- Hati, M. M., & Setyawan, I. (2015). Konformitas Teman Sebaya dan Asertivitas Pada Siswa Islam Hidayatullah Semarang (Vol. 4, Issue 4).
- Haug, S., Castro, R. P., Kwon, M., Filler, A., Kowatsch, T., & Schaub, M. P. (2015). Smartphone use and smartphone addiction among young people in Switzerland. *Journal of Behavioral Addictions*, 4(4), 299–307.
- Hazanah, F. H., Elita, Y., & Suprapti, A. (2024). Hubungan Antara Konformitas Teman Sebaya dan Pola Asuh Otoriter Dengan Kecanduan Game Online Pada Siswa SMK Kota Bengkulu. *Consilia: Jurnal Ilmiah Bimbingan Dan Konseling*, 7(1), 45–54.
- Hsu, S. H., Wen, M. H., & Wu, M. C. (2009). Exploring user experiences as predictors of MMORPG addiction. *Computers and Education*, 53(3), 990–999. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2009.05.016>
- Hurlock, B. E. (2009). *Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. 5.

- Hussain, Z., & Griffiths, M. D. (2009). Excessive use of massively multi-player online role-playing games: A pilot study. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 7(4), 563–571.
- Hussain, Z., Griffiths, M. D., & Baguley, T. (2012). Online gaming addiction: Classification, prediction and associated risk factors. *Addiction Research & Theory*, 20(5), 359–371.
- Ismail, W., Damayanti, E., Nurpahmi, S., & Hamid, D. H. T. A. H. (2021). Coping strategy and substance use disorders: The mediating role of drug hazard knowledge. *Psikohumaniora*, 6(2), 171–186. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v6i2.8185>
- Januardi, P. (2017). *Pengaruh Konformitas dan Motivasi Belajar Terhadap Perilaku Membolos untuk Bermain Game Online*. 5(3), 404–410.
- Jap, T., Tiatri, S., Jaya, E. S., & Suteja, M. S. (2013). The Development of Indonesian Online Game Addiction Questionnaire. *PLoS ONE*, 8(4). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0061098>
- Kardefelt-Winther, D. (2014). Problematizing excessive online gaming and its psychological predictors. *Computers in Human Behavior*, 31(1), 118–122. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.10.017>
- Kardefelt-Winther, D. (2017). Conceptualizing Internet use disorders: A addiction or coping process? *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 71(7), 459–466.
- King, D., & Delfabbro, P. (2018). *Internet gaming disorder: Theory, assessment, treatment, and prevention*. Academic Press.
- King, D. L., & Delfabbro, P. (2009). Understanding and assisting excessive players of video games: A community psychology perspective. *Australian Community Psychologist*, 21(1), 62–74.
- Koo, C., Wati, Y., Lee, C. C., & Oh, H. Y. (2011). Internet-addicted kids and South Korean government efforts: Boot-camp case. In *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking* (Vol. 14, Issue 6, pp. 391–394). <https://doi.org/10.1089/cyber.2009.0331>
- Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2012). Adolescent online gaming addiction. *Education and Health*, 30(1), 15–17.
- Kuss, D. J., Louws, J., & Wiers, R. W. (2012). Online gaming addiction? Motives predict addictive play behavior in massively multiplayer online role-playing games. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 15(9), 480–485. <https://doi.org/10.1089/cyber.2012.0034>
- Kuss, D. J., Van Rooij, A. J., Shorter, G. W., Griffiths, M. D., & Van De Mheen, D. (2013). Internet addiction in adolescents: Prevalence and risk factors. *Computers in Human Behavior*, 29(5), 1987–1996. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.04.002>
- Lazarus, R. S. (1984). Stress, appraisal, and coping. *Spring Pub*.
- Lebho, M. A., Lerik, M. D. C., Wijaya, R. P. C., & Littik, S. K. A. (2020). Perilaku kecanduan game online ditinjau dari kesepian dan kebutuhan berafiliasi pada remaja. *Journal of Health and Behavioral Science*, 2(3), 202–212.

- 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. <https://doi.org/10.1080/15213260802669458>
- Linayaningsih, F., & IW, M. V. (2019a). PENGARUH POLA ASUH AUTHORITATIVE DAN KONFORMITAS TEMAN SEBAYA TERHADAP PROBLEMATIC ONLINE GAME USE (POGU) PADA PELAJAR SMP X SEMARANG. *Jurnal Dinamika Sosial Budaya*, 20(1), 30–42.
- Linayaningsih, F., & IW, M. V. (2019b). Pengaruh Pola Asuh Authoritative dan Konformitas Teman Sebaya Terhadap Problematic Online Game Use (pogu) Pada Pelajar SMP X Semarang. *Jurnal Dinamika Sosial Budaya*, 20(1), 30–42.
- Lokita, K. E., Siahaan, F. M. M., & Widyasari, P. (2021). The mediating effect of emotion regulation on the mindfulness and impulsivity of high school students. *Psikohumaniora*, 6(2), 199–214. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v6i2.8953>
- Manora, H., Firmansyah, M. R., Desvitasari, H., Syafei, A., & Apriyani, R. (2023). Hubungan Kecanduan Game Online Dengan Tingkat Depresi Pada Siswa. *Jurnal Riset Media Keperawatan*, 6(2), 101–106.
- Milgram, S. (1963). *Behaviroal study of obedience 1*. In *Journal of Abnormal and Social Psychology* (Vol. 67, Issue 4).
- Müller, K. W., Janikian, M., Dreier, M., Wölfling, K., Beutel, M. E., Tzavara, C., Richardson, C., & Tsitsika, A. (2015). Regular gaming behavior and internet gaming disorder in European adolescents: results from a cross-national representative survey of prevalence, predictors, and psychopathological correlates. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 24, 565–574.
- Myers, D. G. . (2010). *Social psychology*. McGraw-Hill.
- Ng, B. D., & Wiemer-Hastings, P. (2005). Addiction to the internet and online gaming. *Cyberpsychology & Behavior*, 8(2), 110–113.
- Nuryadi, Astuti, D., Utami, S., & Budiantara, M. (2017). *Dasar-dasar Statistik Penelitian* (1st ed.). Sibuku Media.
- Opozda-Suder, S., Grygiel, P., & Karteczka-Świątek, K. (2023). Conformity in high school adolescents: development and validation of the informational and normative conformity scale. *Journal of Psychoeducational Assessment*, 41(6), 671–688.
- Palembai, A., Keperawatan dan Prodi Ners, S., Tinggi Ilmu Kesehatan Gunung Sari, S., Sultan Alauddin No, J., III Keperawatan, D., Tinggi ilmu Kesehatan Gunung Sari, S., & Keperawatan, S. (n.d.). Faktor Yang Mempengaruhi Resiko Perilaku Adiksi Bermain Game Online Pada Remaja Siswa In *JKJ: Persatuan Perawat Nasional Indonesia* (Vol. 9).
- Pranitika, M., Hendriyani, R., Iqbal Maburri, M., & Psikologi, J. (2014). Intuisi Jurnal Ilmiah Hubungan Emotional Focused Coping dengan Game Online Addiction Pada Remaja di Game Centre Bagian Semarang Barat dan Selatan. In *IJIP* (Vol. 6, Issue 1). <http://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/INTUISI>

- Priadana, S., & Sunarsih, D. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif*.
- Przybylski, A. K., Rigby, C. S., & Ryan, R. M. (2010). A Motivational Model of Video Game Engagement. *Review of General Psychology*, *14*(2), 154–166. <https://doi.org/10.1037/a0019440>
- Purnomo, A. R. (2017). *Analaisis Statistik Ekonomi dan Bisnis dengan SPSS* (C. P. Ambarwati, Ed.; 3rd ed.). WADE Group.
- Purwaningsih, E., & Nurmala, I. (2021). The impact of online game addiction on adolescent mental health: A systematic review and meta-analysis. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences (OAMJMS)*, *9*(F), 260–274.
- Rahardjo, W., & Mulyani, I. (2020). Instagram addiction in teenagers: The role of type D personality, self-esteem, and fear of missing out. *Psikohumaniora*, *5*(1), 29–44. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v5i1.4916>
- Rahma, N. (2022). Hubungan Konformitas Teman Sebaya Dengan Intensitas Bermain Game Online Mobile Legends. *Psikoborneo J. Ilm. Psikol*, *10*(2), 281.
- Rahman, J. O., & Nursalim, M. (2021). Studi kepustakaan faktor-faktor penyebab kecanduan game online “mobile legends” pada siswa sekolah menengah atas. *Jurnal BK Unesa*, *12*(1), 93–100.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, *55*(1), 68.
- Salmivalli, C. (2010). Bullying and the peer group: A review. In *Aggression and Violent Behavior* (Vol. 15, Issue 2, pp. 112–120). <https://doi.org/10.1016/j.avb.2009.08.007>
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence: perkembangan remaja*.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2014). *Health psychology: Biopsychosocial interactions*. John Wiley & Sons.
- Schneider, L. A., King, D. L., & Delfabbro, P. H. (2018). Maladaptive Coping Styles in Adolescents with Internet Gaming Disorder Symptoms. *International Journal of Mental Health and Addiction*, *16*(4), 905–916. <https://doi.org/10.1007/s11469-017-9756-9>
- Shaffer, H. J., & Hall, M. N. (2001). Updating and refining prevalence estimates of disordered gambling behaviour in the United States and Canada. *Canadian Journal of Public Health*, *92*, 168–172.
- Shihab, Q. (2002). *Tafsir-Al-Mishbah-5-Quraish-Shihab. 5*.
- Shihab, Q. (2006). *Tafsir Al-Mishbah Jilid 01*.
- Simons-Morton, B., Lerner, N., & Singer, J. (2005). The observed effects of teenage passengers on the risky driving behavior of teenage drivers. *Accident Analysis and Prevention*, *37*(6), 973–982. <https://doi.org/10.1016/j.aap.2005.04.014>
- Steinberg, L., & Monahan, K. C. (2007). Age Differences in Resistance to Peer Influence. *Developmental Psychology*, *43*(6), 1531–1543. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.43.6.1531>

- Steinberg, L., & Morris, A. S. (2001). Adolescent development. *Journal of Cognitive Education and Psychology*, 2(1), 55–87.
- Suargani, G. (2019). Hubungan Antara Konformitas Teman Sebaya dan Manajemen Waktu dengan Kecanduan Game Online pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 3 Kota Tegal Tahun Pelajaran 2018/2019. *Skripsi. Univeristas Negeri Semarang*.
- Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (29th ed.). Alfabeta.
- Sussman, S., & Sussman, A. N. (2011). Considering the definition of addiction. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 8(10), 4025–4038. <https://doi.org/10.3390/ijerph8104025>
- Syahrani, R. (2015). Ketergantungan online game dan penanganannya. *Jurnal Psikologi Pendidikan & Konseling*, 1, 84–92.
- Taylor, S. E., & Stanton, A. L. (2007). Coping resources, coping processes, and mental health. In *Annual Review of Clinical Psychology* (Vol. 3, pp. 377–401). <https://doi.org/10.1146/annurev.clinpsy.3.022806.091520>
- Tsitsika, A., Janikian, M., Schoenmakers, T. M., Tzavela, E. C., Olafsson, K., Wójcik, S., Macarie, G. F., Tzavara, C., Consortium, E. U. N. E. T. A. D. B., & Richardson, C. (2014). Internet addictive behavior in adolescence: a cross-sectional study in seven European countries. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 17(8), 528–535.
- Turner, J. C., & Oakes, P. J. (1986). The significance of the social identity concept for social psychology with reference to individualism, interactionism and social influence. *British Journal of Social Psychology*, 25(3), 237–252. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8309.1986.tb00732.x>
- Van Rooij, A. J., Schoenmakers, T. M., Vermulst, A. A., Van Den Eijnden, R. J. J. M., & Van De Mheen, D. (2011). Online video game addiction: Identification of addicted adolescent gamers. *Addiction*, 106(1), 205–212. <https://doi.org/10.1111/j.1360-0443.2010.03104.x>
- Wardhana, A. K., & Nuryono, W. (2020). Studi Kepustakaan Tentang Penanganan Terhadap Adiksi Game Online Library Research On Handling of Online Game Addictions.
- Weinstein, A. M. (2010). Computer and video game addiction-A comparison between game users and non-game users. In *American Journal of Drug and Alcohol Abuse* (Vol. 36, Issue 5, pp. 268–276). <https://doi.org/10.3109/00952990.2010.491879>
- Wibowo, N. R., & Wimbari, S. (2019). The perception of attachment effect in parents and peers on aggressive behavior in male adolescents. *Psikohumaniora*, 4(1), 53–64. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v4i1.3118>
- Yanti, N. F., Marjohan, M., & Sarfika, R. (2019). Tingkat Adiksi Game Online Siswa SMPN 13 Padang. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 19(3), 684. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v19i3.756>
- Yee, N. (2006). Motivations for play in online games. *CyberPsychology & Behavior*, 9(6), 772–775.
- Young, K. S. (2009). *Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder*.

Yuwono, S. (2010). Mengelola stres dalam perspektif islam dan psikologi. *Psycho Idea*, 8(2).

## LAMPIRAN

### Lampiran 1: Skala Uji Coba

#### Adiksi *Game Online*

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya pernah menghabiskan waktu seharian untuk bermain <i>game online</i>				
2	Waktu bermain <i>game online</i> saya bertambah setiap harinya, terlebih ketika hari libur				
3	Pikiran saya menjadi lebih rileks ketika/setelah bermain <i>game online</i>				
4	Saya tidak mampu mengurangi intensitas bermain <i>game online</i> meskipun sudah mencobanya				
5	Saya merasa gelisah ketika seharian belum bermain <i>game online</i> , terlebih ketika ada <i>event</i>				
6	Saya sering ribut dengan orang rumah yang mencoba untuk mengatur jam bermain saya				
7	Saya seringkali mengalami gangguan tidur seperti insomnia karena suka bermain <i>game online</i> sampai malam hari				
8	Saya hanya bermain <i>game online</i> untuk hiburan singkat saja				
9	Hari libur tidak mempengaruhi waktu bermain <i>game online</i> yang sudah saya batasi				
10	Saya tidak mendapatkan kepuasan dari bermain <i>game online</i>				
11	Saat ingin berhenti bermain <i>game online</i> , terlintas di kepala saya “satu match lagi deh” dan berujung bermain lagi				
12	Saya kembali bermain <i>game online</i> sebelum mencapai target untuk tidak bermain selama waktu yang ditentukan				
13	Saya menjadi mudah marah ketika mengalami kekalahan dalam bermain <i>game online</i>				
14	Saya berhasil mengurangi intensitas bermain <i>game online</i> dan cukup konsisten				
15	Saya merasa baik-baik saja ketika tidak ada waktu untuk bermain <i>game online</i>				
16	Saya tidak pernah begadang untuk bermain <i>game online</i>				
17	Saya akan terima jika dinasehati keluarga saya perihal waktu bermain <i>game online</i>				
18	Saya dapat mengontrol pikiran saya dari <i>game online</i>				
19	Menang dan kalah dalam bermain <i>game online</i> dapat mengubah mood saya mejadi lebih baik				

	(saat menang) dan juga lebih buruk (saat kalah)				
20	Kemenangan atau kekalahan dalam game online tidak mempengaruhi mood saya sama sekali				
21	Saya merasa kesal ketika ada yang mengganggu saat sedang asik bermain game online				
22	Saya dapat mencapai target untuk tidak bermain game online dalam kurun waktu satu minggu				
23	Bermain game online justru membuat saya semakin stress jika tidak berjalan sesuai yang diinginkan				
24	Saya mampu menjaga emosi saat sedang mengalami kekalahan agar tidak timbul konflik dengan sekitar saya				
25	Saya tidak masalah jika harus berhenti sebentar (seperti menolong orang tua, dll) saat sedang bermain game online				
26	Saya menganggap kekalahan dalam sebuah permainan adalah hal yang wajar				
27	Saya merasa game online sudah mendominasi pikiran saya				
28	Saya akan berhenti bermain game online meskipun ada godaan (seperti ajakan teman dll) untuk terus bermain				
29	Saya seringkali harus mengorbankan uang jajan saya untuk top up game online				
30	Saya sering keasikan bermain game online hingga mengganggu/melewatkan waktu ibadah				
31	Saya merasa kurang puas ketika hanya bermain game online sebentar				
32	Bagi saya, game online sebagai tempat pelarian dari masalah yang memperburuk keadaan				
33	Saya merasa kesulitan untuk menahan keinginan bermain game online ketika mencoba untuk membatasinya				
34	Bermain game online membuat saya seringkali melewatkan tanggung jawab seperti tugas sekolah, kuliah, dll				
35	Saya merasa sedih ketika tidak ada waktu untuk bermain game online				
36	Saya tidak memaksakan keadaan untuk top up ketika uang tidak cukup				
37	Waktu ibadah saya tidak pernah terganggu dengan adanya game online				

38	Bermain game online 1-2 match dalam sehari bagi saya sudah cukup puas				
39	Game online hanya sebagai selingan sembari menunggu kegiatan lain yang akan dilakukan				
40	Saya mampu menahan diri untuk berhenti bermain game online ketika sudah mencapai batas waktu yang ditentukan				
41	Game online tidak mengganggu kewajiban/tanggung jawab saya seputar tugas dari guru/dosen dll				
42	Saya dapat memaklumi keadaan ketika tidak ada waktu untuk bermain game online				

### Emotional Focused Coping

No	Iem	SS	S	TS	STS
1	Saya merasa lebih baik ketika tidak terlibat langsung dengan masalah				
2	Saya dapat tetap tenang ketika dihadapkan dengan situasi sulit				
3	Saya dapat mengakui kesalahan saya dan belajar dari kesalahan tersebut				
4	Saya tahu kapan saya harus menjauhi diri dari pemicu stress				
5	Saya dapat menemukan hal positif dari setiap pengalaman buruk yang saya alami				
6	Saya merasa cemas ketika harus menghadapi situasi sulit				
7	Saya selalu menghindari lingkungan atau orang yang membuat saya tidak nyaman				
8	Ketika dihadapkan situasi sulit, saya merasa grogi, cemas dlll				
9	Saya kurang mampu untuk menilai sisi positif dari setiap situasi yang kurang menyenangkan				
10	Saya sering menganggap remeh masalah kecil hingga kemudian menjadi masalah besar yang serius				
11	Saya merasa bertanggung jawab dan mencoba untuk menyelesaikan apa yang sudah saya perbuat				
12	Saya mampu mengendalikan amarah dari situasi penyebab stress				
13	Saya merasa terjebak dari masalah yang saya alami sampai mengganggu aktivitas lain				
14	Saya percaya bahwa situasi sulit yang telah saya lalui sebagai pelajaran berharga				

15	Saya sering meluapkan amarah ke lingkungan sekitar				
16	Saya merasa lebih baik ketika mengambil waktu sejenak untuk menenangkan pikiran				
17	Setiap kali menghadapi masalah, saya sering overthinking, terlebih ketika di malam hari				
18	Saya merasa sulit untuk mengakui kesalahan yang sudah saya perbuat				
19	Saya melakukan aktivitas yang saya sukai untuk sejenak melupakan masalah				
20	Saya sering menyalahkan orang lain atas kesalahan yang telah saya perbuat				
21	Saya sering mencari waktu sendiri untuk merenungi masalah				
22	Saya dapat bersikap professional meskipun sedang ada masalah dengan salah satu anggota kelompok				
23	Saya melihat kesalahan sebagai cara untuk berkembang ke arah yang lebih baik				
24	Perasaan saya menjadi lebih baik ketika melakukan me time				
25	Saya belajar dari kesalahan yang pernah saya lakukan agar tidak terulang kembali				
26	Situasi stress dapat mengganggu aktivitas saya sehari-hari				
27	Masalah yang saya alami dapat mengganggu aktivitas formal seperti bersekolah, kuliah, dll				
28	Kesalahan demi kesalahan membuat saya semakin merasa tidak percaya diri				
29	Saya cenderung menjauh dari teman-teman meskipun saya butuh dukungan dari mereka				
30	Saya berulang kembali melakukan kesalahan yang pernah saya lakukan karena sudah menjadi kebiasaan/habbit				

### Konformitas Teman Sebaya

No	Item	SS	S	TS	STS
----	------	----	---	----	-----

1	Saya berusaha untuk menyesuaikan perilaku agar dapat diterima di lingkungan pertemanan				
2	Untuk mengambil keputusan, saya bertanya kepada teman terlebih dahulu				
3	Saya merasa tidak butuh saran dari teman saat ingin mengambil keputusan				
4	Ketika saya berperilaku, saya tidak pernah memikirkan perasaan teman yang lain				
5	Saya menghindari perdebatan agar tidak terjadi perselisihan dalam pertemanan saya				
6	Cara saya berpakaian atau berbicara mengikuti teman-teman saya				
7	Saya merasa meluruskan hal yang tidak benar lebih penting daripada menutupinya untuk menjaga pertemanan				
8	Saya merasa lingkungan sekitar (teman, dll) tidak perlu untuk dijadikan sebagai referensi dalam kehidupan sehari-hari				
9	Saya mengikuti aturan yang berlaku dalam pertemanan meskipun terpaksa				
10	Saya merasa banyak ketidaktahuan sehingga lebih sering mengandalkan pendapat kelompok				
11	Saya menentang aturan yang berlaku jika tidak sejalan dengan apa yang saya pikirkan				
12	Saya memiliki jalan sendiri meskipun dirasa teman/kelompok lebih ahli (misalkan dalam konteks tugas, game, dll)				
13	Saya khawatir akan dikucilkan jika tidak mengikuti apa yang teman-teman lakukan				
14	Saya mengikuti dan mempercayai topik yang sedang teman-teman bicarakan				
15	Saya mencari tahu apakah yang dibicarakan teman-teman itu benar atau bohong				
16	Saya tidak peduli kalau teman-teman ngomongin saya di belakang karena saya tidak ikut-ikutan mereka				

17	Saya merasa aktivitas sehari-hari saya				
18	Saat sedang berselisih, saya akan meminta maaf meskipun saya tidak salah agar tidak timbul konflik				
19	Lingkungan sekitar saya tidak mempengaruhi aktivitas sehari-hari yang saya lakukan				
20	Strategi teman saya dalam menyelesaikan masalah biasanya menjadi panduan saya dalam situasi serupa				
21	Saya tidak ikut main bersama teman ketika saya tidak menyukai agenda tersebut				
22	Saya tertarik bermain game online karena teman-teman saya memainkan game tersebut				
23	Saat menghadapi masalah yang sama, saya lebih suka menemukan solusi saya sendiri daripada mengikuti apa yang dilakukan teman				
24	Saya tidak terpengaruh untuk memainkan game online yang dimainkan oleh teman-teman saya				

**Lampiran 2: Hasil Uji Reliabilitas dan Validitas Variabel Y (Adiksi game online)**

**Skala Adiksi Game Online**

**Reliabilitas sebelum aitem gugur**

<b>Reliability Statistics</b>	
Cronbach's Alpha	N of Items
.952	42

**Setelah aitem gugur**

**Reliability Statistics**

Cronbach's	
Alpha	N of Items
.961	36

### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	101.1176	421.380	.503	.952
VAR00002	101.4118	421.401	.432	.952
VAR00003	101.9118	425.174	.344	.952
VAR00004	102.2353	404.973	.828	.949
VAR00005	101.9412	413.087	.678	.951
VAR00006	102.5000	409.045	.665	.951
VAR00007	102.3529	413.205	.682	.951
VAR00008	102.0000	426.182	.427	.952
VAR00009	101.4118	430.795	.244	.953
VAR00010	101.4118	415.159	.588	.951
VAR00011	101.7353	419.291	.598	.951
VAR00012	101.4706	428.802	.199	.954
VAR00013	102.1765	401.544	.784	.950
VAR00014	102.5588	416.436	.639	.951
VAR00015	101.3529	424.296	.393	.952
VAR00016	102.8529	427.705	.329	.952
VAR00017	102.4412	415.890	.704	.951
VAR00018	101.4118	414.431	.609	.951
VAR00019	101.6471	412.963	.559	.951
VAR00020	101.2941	419.062	.546	.951
VAR00021	102.0000	421.939	.415	.952
VAR00022	101.5294	413.045	.639	.951
VAR00023	102.5588	446.618	-.268	.956
VAR00024	102.8529	413.766	.706	.950
VAR00025	102.9118	430.265	.215	.953
VAR00026	102.3529	410.296	.708	.950
VAR00027	102.3824	434.607	.063	.954
VAR00028	102.1176	407.077	.688	.950
VAR00029	102.0882	410.628	.714	.950
VAR00030	101.6471	428.053	.298	.953
VAR00031	102.0000	414.242	.703	.950
VAR00032	101.9118	399.659	.831	.949

VAR00033	102.0882	414.204	.702	.950
VAR00034	102.8824	417.137	.663	.951
VAR00035	102.0588	410.421	.667	.951
VAR00036	102.0588	412.239	.696	.950
VAR00037	102.5882	424.734	.438	.952
VAR00038	102.4118	410.250	.794	.950
VAR00039	102.0294	404.211	.758	.950
VAR00040	101.9706	406.817	.658	.951
VAR00041	102.4412	409.284	.839	.950
VAR00042	102.7941	424.229	.439	.952

## Skala Emotional Focused Coping

### Sebelum aitem gugur

#### Reliability Statistics

Cronbach's	
Alpha	N of Items
.899	30

### Setelah aitem gugur

#### Reliability Statistics

Cronbach's	
Alpha	N of Items
.921	25

#### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	75.5588	120.981	.016	.903
VAR00002	76.3824	109.092	.760	.890
VAR00003	75.5588	111.466	.727	.892
VAR00004	75.7353	114.079	.514	.895
VAR00005	76.0294	106.514	.761	.889
VAR00006	77.1176	115.501	.338	.898
VAR00007	77.2353	119.579	.086	.903
VAR00008	77.2059	116.835	.306	.899
VAR00009	76.5882	112.856	.541	.895

VAR00010	76.8235	107.907	.681	.891
VAR00011	75.5000	116.621	.352	.898
VAR00012	76.0588	109.330	.650	.892
VAR00013	76.6176	116.001	.362	.898
VAR00014	75.3824	115.880	.439	.897
VAR00015	76.0882	109.053	.690	.891
VAR00016	75.6765	117.316	.311	.898
VAR00017	76.4706	111.469	.574	.894
VAR00018	76.0882	109.537	.696	.891
VAR00019	75.5588	121.102	.007	.903
VAR00020	76.0000	112.303	.587	.894
VAR00021	77.1471	115.160	.442	.896
VAR00022	77.0000	110.606	.662	.892
VAR00023	75.8235	112.816	.452	.896
VAR00024	75.8529	115.947	.339	.898
VAR00025	75.8235	114.877	.465	.896
VAR00026	75.6471	113.387	.524	.895
VAR00027	75.9118	119.901	.043	.905
VAR00028	76.9412	108.178	.699	.891
VAR00029	76.5882	115.643	.380	.897
VAR00030	76.3235	118.589	.125	.903

### Skala X2 (Konformitas Teman Sebaya)

Sebelum aitem gugur

#### Reliability Statistics

Cronbach's	
Alpha	N of Items
.615	24

Setelah aitem gugur

#### Reliability Statistics

Cronbach's	
Alpha	N of Items
.747	9

#### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	63.2059	30.775	.467	.583
VAR00002	63.5882	33.947	-.074	.637
VAR00003	63.5588	31.587	.232	.601
VAR00004	63.4412	31.284	.278	.597
VAR00005	63.2353	35.155	-.204	.650
VAR00006	63.4706	35.529	-.246	.653
VAR00007	64.8235	31.725	.189	.606
VAR00008	63.9118	30.507	.416	.583
VAR00009	63.6176	29.577	.471	.573
VAR00010	63.7353	33.110	.032	.623
VAR00011	64.2059	31.017	.341	.591
VAR00012	64.5588	31.769	.113	.618
VAR00013	63.2059	30.775	.467	.583
VAR00014	63.6176	29.577	.471	.573
VAR00015	63.9118	30.507	.416	.583
VAR00016	64.2059	31.017	.341	.591
VAR00017	63.2941	31.487	.239	.601
VAR00018	63.5882	29.522	.431	.576
VAR00019	63.6765	32.104	.112	.616
VAR00020	64.5294	31.832	.086	.624
VAR00021	63.6176	33.577	-.037	.633
VAR00022	63.7647	30.731	.229	.601
VAR00023	63.9706	30.514	.298	.592
VAR00024	64.1176	31.865	.133	.614

**Lampiran 3: Uji Descriptive Data**

**Descriptive Statistics**

	N	Range	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Adiksi <i>game online</i>	272	95	41	136	87.67	16.860
<i>Emotional focused coping</i>	272	63	34	97	66.37	12.280
konformitas teman sebaya	272	18	14	32	24.08	3.622
Valid N (listwise)	272					

**Kategorisasi Adiksi Game Online**

**Kategorisasi**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid RENDAH	44	16.2	16.2	16.2
SEDANG	166	61.0	61.0	77.2
TINGGI	62	22.8	22.8	100.0
Total	272	100.0	100.0	

**Kategorisasi Emotional Focused Coping**

**kategorisasi**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid RENDAH	65	23.9	23.9	23.9
SEDANG	162	59.6	59.6	83.5
TINGGI	45	16.5	16.5	100.0
Total	272	100.0	100.0	

## Kategorisasi Konformitas Teman Sebaya

### Kategorisasi

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid RENDAH	38	14.0	14.0	14.0
SEDANG	184	67.6	67.6	81.6
TINGGI	50	18.4	18.4	100.0
Total	272	100.0	100.0	

### Lampiran 4: Uji Normalitas

#### One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		272
Normal Parameters <sup>a</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	10.89111053
Most Extreme Differences	Absolute	.069
	Positive	.067
	Negative	-.069
Kolmogorov-Smirnov Z		1.137
Asymp. Sig. (2-tailed)		.150

a. Test distribution is Normal.

**Lampiran 5: Uji Linieritas**

**ANOVA Table**

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
<i>Adiksi Game online * Emotional focused coping</i>	Between Groups	(Combined)	54046.668	51	1059.739	10.141	.000
		Linearity	44888.842	1	44888.842	429.567	.000
		Deviation from Linearity	9157.825	50	183.157	1.753	.003
Within Groups			22989.553	220	104.498		
Total			77036.221	271			

**ANOVA Table**

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
<i>Adiksi Game online * Konformitas Teman Sebaya</i>	Between Groups	(Combined)	19126.371	18	1062.576	4.642	.000
		Linearity	8864.172	1	8864.172	38.726	.000
		Deviation from Linearity	10262.199	17	603.659	2.637	.001
Within Groups			57909.850	253	228.893		
Total			77036.221	271			

**Lampiran 6: Uji Multikolinieritas**

**Coefficients<sup>a</sup>**

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
	B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1 (Constant)	158.175	7.682		20.591	.000		
<i>Emotional focused coping</i>	-1.052	.061	-.766	17.363	.000	.797	1.255
Konformitas Teman Sebaya	-.029	.205	-.006	-.141	.888	.797	1.255

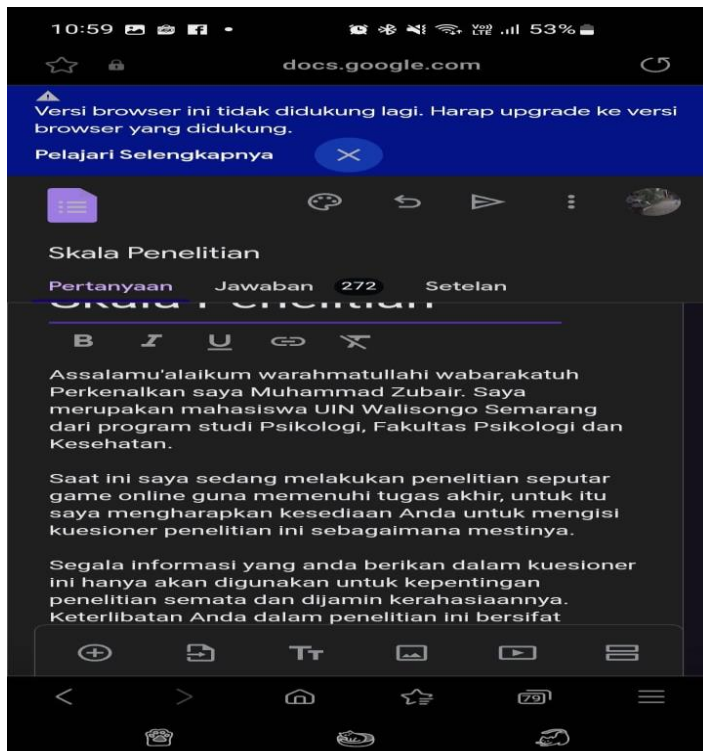
a. Dependent Variable: Adiksi

*Game online*

## Lampiran 7: Bukti Pengisian Uji Coba Skala



## Lampiran 8: Bukti Pengisian Skala Penelitian



## **Lampiran 9: Daftar Riwayat Hidup**

### **Identitas Diri**

1. Nama Lengkap: Muhammad Zubair
2. Tempat, Tanggal Lahir: Jakarta, 10 April 2002
3. Alamat Domisili: Jl. BANGKA III A No. 3 RT17/RW03, Kel. Pela Mampang, Kec. Mampang Prapatan,
4. Nomor Handphone: +62895349147984
5. Email: [zubair10402@gmail.com](mailto:zubair10402@gmail.com)

### **Riwayat Pendidikan**

1. Sekolah Dasar: SDN Jombang III. Kec. Ciputat
2. Sekolah Menengah Pertama: Madrasah Tsanawiyah Unwanunnajah, Pondok Aren
3. Sekolah Menengah Akhir: SMAN 24 Jakarta
4. Universitas: UIN Walisongo Semarang

### **Pengalaman Magang**

1. Soerojo Hospital, Magelang (3 bulan)
2. PKBI Jawa Tengah, Semarang (1 bulan)