**HUBUNGAN ANTARA KESEPIAN DENGAN KECANDUAN *GAME ONLINE* PADA REMAJA AKHIR**

***CORRELATION BETWEEN LONELINESS WITH ONLINE GAME ADDICTION IN LATE ADOLESCENT***

**Agnes Pangapoi Embang**

Universitas Mercu Buana Yogyakarta

agnesembang@gmail.com

**Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kesepian dengan kecanduan *game online* pada remaja akhir. Hipotesis dalam penelitian ini adalah ada hubungan yang positif antara kesepian dengan kecanduan *game online* pada remaja akhir. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 100 remaja akhir usia 17-21 tahun bermain *game online* minimal 12 bulan. Metode pengumpulan data menggunakan skala kecanduan *game online* (*Internet Gaming Disorder Scale-9 Short Form*) dan skala kesepian (*De Jong Gierveld Loneliness* *Scale*). Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis korelasi *product moment* Pearson. Berdasarkan hasil analisis data diperoleh koefisien korelasi sebesar 0,663 dengan p = 0,000 (p<0,050). Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara kesepian dengan kecanduan *game online* pada remaja akhir. Koefisien determinasi ($R^{2}$) antara kesepian dengan kecanduan *game online* sebesar 0,439 menunjukkan bahwa variabel kesepian memiliki kontribusi 43,9% terhadap kecanduan *game online*, dengan demikian 56,1% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti.

*Kata kunci* : *kecanduan game online, kesepian, remaja akhir*

*ABSTRACT*

*This research aims to know the correlation between loneliness and online game addiction in late adolescent. The research hypothesis predicts that there is a positive correlation between loneliness and online game addiction in late adolescent. This research involved 100 late adolescent ages 17-21 years who play online game for at least 12 months. Method of data collection using online game scale (internet gaming disorder scale-9 short form) dan loneliness scale (De Jong Gierveld Loneliness Scale). The research data was analyzed with Pearson product moment correlation analysis. Based on the results of data analysis obtained correlation coefficient is 0.663 with p = 0.000 (p<0,050). These results indicate that there is a significant positive correlation between loneliness and online game addiction in late adolescent. The coefficient of determination (*$R^{2}$*) between loneliness and online game addiction is 0.439, indicating that the loneliness variable contributes 43.9% to online game addiction, thus 56.1% is influenced by other factors not examined.*

*Keywords : online game addiction, loneliness, late adolescent*

**PENDAHULUAN**

Perkembangan teknologi dan internet meningkat sangat pesat di era modern saat ini, banyak kalangan dari anak-anak; remaja; hingga orang dewasa terbantu dalam memenuhi segala kebutuhannya melalui teknologi dan internet. Perkembangan teknologi dan internet yang semakin maju ini ikut mempengaruhi perkembangan alat-alat permainan, tidak hanya menggunakan alat-alat tradisional melainkan sudah mengarah pada *game online* (Wirawanda & Setyawan, 2018). Berdasarkan data Indonesia Esports Premier League pada tahun 2019, terdapat 62,1 juta pemain aktif *game* di Indonesia (Kemenparekraf, 2020). Berdasarkan laporan Newzoo, Indonesia menduduki jumlah *gamer* terbanyak di Asia Tenggara yang bermain dengan media PC/laptop, *smartphone*, dan konsol. Prakiraan prevalensi pemain *game* mengalami kecanduan *game* sebesar 6,1%, maka dapat diperkirakan bahwa saat ini terdapat 2,7 juta pemain yang memiliki kemungkinan kecanduan *game* (Akbar, 2020). Hasil sebuah penelitian mengungkapkan bahwa sebanyak 64% pemain *game* adalah remaja berusia 16-24 tahun (POKKT & Decision Lab, 2018).

Masa remaja dibedakan menjadi tiga fase yaitu masa remaja awal, masa remaja tengah dan masa remaja akhir. Fase remaja awal dimulai pada usia 10-14 tahun, fase remaja tengah dimulai pada usia 14-17 tahun, dan fase remaja akhir di mulai pada usia 17-21 tahun (Salkind, 2005). Masa remaja adalah masa dimana remaja akan menemukan dan mencoba hal-hal yang menarik dan baru, sehingga pada masa remaja inilah remaja dapat dengan mudah terjerumus dalam hal yang negatif (Wulandari, 2019). Salah satunya adalah bermain *game online*, hal ini didukung oleh generasi remaja akhir saat ini yang paham akan teknologi dan didukung pula dari kemudahan dalam mengakses internet serta ketersediaan alat pendukung seperti komputer, laptop, dan telepon pintar semakin mempermudah dan memikat remaja akhir dalam bermain *game online* yang dapat mengarah pada kecanduan *game online* (Sugeng, Ardhiani, & Budiyanti, 2020).

Kecanduan *game online* atau *internet gaming disorder* menurut DSM-5 adalah sebuah pola bermain *game online* yang berlebihan dan berkepanjangan yang mengakibatkan munculnya gejala kognitif dan perilaku, termasuk hilangnya kontrol secara progresif terhadap permainan, toleransi, penarikan diri, serta mengabaikan aktivitas penting selain bermain *game online* (American Psychiatric Association, 2013). Terdapat sembilan kriteria kecanduan *game* *online* atau *internet gaming disorder* berdasarkan DSM-5 (*Diagnostic and statistical Manual of Mental Disorder*) (APA, 2013) yaitu*,* *preoccupation, tolerance*, *withdrawal*,upaya yang gagal untuk mengontrol partisipasi dalam *game online,* kehilangan minat pada hobi dan hiburan sebelumnya sebagai akibat dari bermain *game online,* penggunaan *game online* berkelanjutan dan berlebihan meskipun memiliki pengetahuan tentang masalah psikososial*,* individu telah menipu atau berbohong pada anggota keluarga; terapis; atau orang lain terkait dengan jumlah bermain *game online,* penggunaan *game online* untuk melarikan diri atau menghilangkan suasana hati yang negatif, dan kriteria yang kesembilan yaitukehilangan atau telah membahayakan hubungan; pekerjaan; atau peluang karier yang signifikan karena partisipasi dalam *game online*.

Permasalahan *game online* yang terjadi di Indonesia pada kaum remaja dan terpelajar ini sudah sangat mengkhawatirkan, akibat dari bermain *game online* menjadikan setiap individu banyak mengorbankan hal-hal penting dalam kehidupannya, seperti pekerjaan dan kewajibannya (Pohan, 2020). Hal ini sejalan dengan pendapat Griffiths, Kuss, & King (2012) bahwa remaja yang berusia 17 hingga 19 tahun cenderung mengorbankan pendidikan maupun pekerjaan yang seharusnya dilakukan untuk dapat bermain *game online*. Berdasarkan beberapa penelitian mengungkapkan bahwa remaja memiliki intensitas bermain *game online* lebih tinggi sehingga lebih rentan untuk mengalami kecanduan *game online* (Lemmens, Valkenburg, & ﻿ Peter, 2009). Hal ini diperkuat dengan hasil wawancara yang dilakukan, diperoleh data sebanyak 5 dari 7 remaja akhir yang bermain *game online* dengan penggunaan minimal 12 bulan menunjukkan gejala-gejala kecanduan *game online* seperti selalu memikirkan tentang bermain *game online* dan mengabaikan kegiatan selain bermain *game online*, ketika diminta untuk mengurangi dan berhenti bermain *game online* para remaja akhir tersebut akan menunjukkan perasaan kesal, marah dan sejenisnya. Subjek juga sering bermain *game online* dengan waktu yang berlebihan, subjek sering bertengkar dengan pasangan atau orangtua subjek dan cukup sering berselisih dengan teman bermainnya akibat dari *game online*. Pada diri subjek sebenarnya ada keinginan untuk mengurangi kegiatan bermain *game online* namun subjek tidak mampu mengendalikan dirinya.

Menurut tahap perkembangan kognitif Piaget usia remaja akhir termasuk tahap operasional formal yaitu diperolehnya kemampuan untuk berpikir atau nalar secara logis, abstrak, dan hipotesis sehingga remaja akhir mampu memikirkan atau memprediksi sesuatu yang mungkin atau akan terjadi serta memiliki kemampuan berpikir sistematis untuk memecahkan suatu masalah (Yusuf, 2014). Berdasarkan hal tersebut diharapkan dalam penggunaan *game online* remaja akhir dapat melakukan perenungan untuk dapat memikirkan dampak negatif dan positif yang ditimbulkan dari terlalu lama bermain *game online*, mampu menentukan aktivitas-aktivitas yang lebih positif dan bermanfaat bagi diri sendiri (Pohan, 2020). Selain itu berdasarkan tahap perkembangan Erikson, remaja akhir termasuk dalam tahap perkembangan mengeksplorasi berbagai peran untuk mengetahui apa makna dirinya, ke mana dirinya akan menuju dan merancang jalan ke masa depan yang positif (Santrock, 2012). Berdasarkan hal tersebut diharapkan pula remaja akhir memiliki rancangan akan masa depan yang positif dan mengeksplorasi peran berbeda, tidak hanya fokus pada bermain *game online* secara berlebihan. Sehingga dalam bermain *game online* yaitu hanya sebagai sarana hiburan sesuai dengan kebutuhan dan fungsi yang proporsional (Laili & Nuryono, 2015).

Penelitian mengenai kecanduan *game online* menjadi penting dilakukan, karena dampak negatif dari penggunaan *game online* secara berlebihan yaitu menyebabkan hilangnya kontrol atas waktu, adanya masalah pada kesehatan fisik seperti *arthritis*; *carpal tunnel syndrome*; penyakit jantung; stroke; dan hipertensi, adanya masalah pada kesehatan mental seperti stress dan depresi, masalah pada relasi sosial, perilaku berbohong dan perilaku agresif (Ridoi, 2018). Kecanduan *game online* juga ditemukan mempengaruhi prestasi akademis remaja, kesulitan dalam memusatkan perhatian, kesulitan dalam menghadapi realitas, penurunan kemampuan mengingat, dan dapat menimbulkan pikiran bunuh diri (Simanjuntak, 2019).

Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi kecanduan *game online* menurut Young & De Abreu (2017) yaitu, (1) Faktor desain permainan, yaitu *game* dirancang agar cukup sulit untuk diselesaikan, memungkinkan pemain untuk memiliki kemenangan atau prestasi yang kecil sehingga memaksa pemain untuk terus bermain *game*. (2) Faktor masalah emosional dan sosial, yaitu banyak remaja bermasalah dengan hubungan sosial dan merasa kesepian seolah-olah tidak pernah merasa memiliki hubungan yang akrab. (3) Faktor kemampuan kognitif, yaitu remaja yang cerdas secara akademis dan yang merasa kurang terstimulasi di sekolah akan beralih ke *game* untuk petualangan dan stimulasi intelektual. *Game* semacam itu juga memikat pemain dengan sistem tujuan dan prestasi yang kompleks sehingga pemain dapat terlibat dalam permainan selama berjam-jam karena berusaha untuk mendapatkan apa yang diinginkan dari *game* tersebut.

Berdasarkan sejumlah faktor-faktor tersebut, kesepian dari faktor masalah sosial dan emosional menjadi faktor yang dipilih sebagai faktor yang mempengaruhi kecanduan *game online* dalam penelitian ini. Remaja yang merasa kesepian akan berupaya mencari cara untuk dapat melarikan diri dari perasaan dan kondisi yang dirinya alami. Cara yang dipilih remaja untuk terlepas dari perasaan tersebut adalah dengan bermain *game online* secara berlebihan yang menyebabkan munculnya perilaku kecanduan pada *game online* (Sugeng, Ardhiani, & Budiyanti, 2020). Kesepian adalah kesadaran yang menyakitkan bahwa hubungan sosial yang dimiliki individu secara kualitatif kurang bermakna atau secara kuantitatif kurang daripada yang diharapkan. Kesepian melibatkan perasaan terisolasi atau merasa tidak sepadan dengan lingkungan sosialnya (Myers, 2012). Kesepian terbagi menjadi dua bentuk yaitu isolasi emosional (*emotional isolation*) dan isolasi sosial (*social isolation*) (Weiss dalam Santrock, 2003).

Salah satu hiburan yang banyak diminati remaja akhir adalah *game online*. Permasalahan dari kebiasaan bermain *game online* disebabkan karena remaja akhir mengalami kesepian. Pengalihan kesepian atau masalah yang dihadapi salah satunya adalah dengan bermain *game online*. Dampak dari pengalihan kesepian kepada bermain *game online* adalah kecanduan *game online* yang akan berakibat negatif pada hasil dari bermain *game online* yang tidak dapat dihentikan, fisik, psikologis, dan hasil dari individu (Pranitika, Hendriyani, & Mabruri, 2014). Pengaturan permainan yang interaktif pada *game online* dapat memodulasi suasana hati yang negatif seperti kesepian, meningkatkan rasa komunitas dan meningkatkan perasaan kebersamaan terhadap orang lain. Dengan demikian, pola sosial yang terjadi pada individu yang kesepian menyebabkan peningkatan penggunaan *game online*. Sehingga remaja akhir yang mengalami kesepian akan rentan mengalami kecanduan *game online* (Chen & Leung, 2015). Hal ini sesuai dengan penelitian Prabowo & Juneman (2012) mengungkapkan bahwa semakin remaja yang bermain *game online* mempersepsikan dirinya tidak diterima oleh teman sebayanya dan diikuti oleh perasaan kesepian, maka semakin tinggi tingkat kecanduan remaja pada *game online.* Penelitian Ekinci, Yalcin, & Ayhan (2019) juga mengungkapkan bahwa saat tingkat kesepian meningkat, kecanduan *game online* juga meningkat. Berdasarkan uraian dan latar belakang diatas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kesepian dengan kecanduan *game online* pada remaja akhir.

**METODE**

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah alat ukur psikologi berupa skala. Jenis skala variabel kecanduan *game online* dan kesepian dalam penelitian ini menggunakan skala model Likert, yaitu subjek diminta untuk memilih jawaban yang telah disediakan dengan harapan subjek memberikan kesesuaian atau ketidaksesuaian terhadap pernyataan yang ada (Azwar, 2020). Subjek penelitian ini adalah remaja akhir usia 17-21 tahun yang telahbermain *game online* dalam periode waktu minimal 12 bulan. Jumlah subjek yang diperoleh dalam penelitian ini sebanyak 100 subjek yang mengisi skala secara *online* dan yang sesuai dengan kriteria subjek penelitian. Data dari setiap variabel diambil dari hasil pengukuran skala kecanduan *game online* (skala I) dan skala kesepian (skala II).

Skala kecanduan *game online* dalam penelitian ini menggunakan *Internet Gaming Disorder Scale-9 Short Form* (IGDS-9SF) oleh Pontes & Griffiths (2015) yang telah diadaptasi oleh peneliti Harefa (2021). Skala ini disusun berdasarkan 9 kriteria kecanduan *game online* DSM-5. Skala kecanduan *game online* ini terdiri atas 9 aitem dan aitem dalam skala ini hanya terdiri dari aitem *favorable*. Skala kesepian dalam penelitian ini menggunakan *De Jong Gierveld Loneliness* *Scale* oleh Gierveld & Tilburg (2006) yang telah diadaptasi oleh peneliti Zanah & Rahardjo (2020). Alat ukur ini disusun berdasarkan 2 aspek kesepian menurut teori Weiss yaitu kesepian emosional dan kesepian sosial. Skala ini terdiri atas 11 aitem pernyataan, 6 aitem *favorable* dan 5 aitem *unfavorable*.

Metode analisis data yang digunakan untuk menguji hipotesis dalam penelitian ini yaitu menggunakan analisis korelasi *product moment* Pearson. Analisis ini akan mengungkapkan arah dan besarnya hubungan antara 2 variabel yang diukur (Creswell, 2014). Hubungan antara 2 variabel yang diukur dalam penelitian ini yaitu kesepian sebagai variabel bebas dan kecanduan *game online* sebagai variabel terikat. Penghitungan statistik dilakukan menggunakan bantuan program SPSS versi 25 (*Statistical Product and Service Solution version* 25).

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Penelitian yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kesepian dengan kecanduan *game online* pada remaja akhir ini melibatkan 100 orang sebagai subjek penelitian. Data penelitian yang diperoleh dari skala kecanduan *game online* dan skala kesepian juga digunakan untuk mendeskripsikan hasil penelitian, berdasarkan hasil analisis skala kecanduan *game online* yang terdiri dari 9 aitem, diperoleh data hipotetik dengan skor minimum adalah 1 × 9 = 9 dan skor maksimum adalah 5 × 9 = 45, rerata hipotetik sebesar (45 + 9) : 2 = 27, jarak sebaran hipotetik adalah 45 – 9 = 36 dan standar deviasi sebesar (45 – 9) : 6 = 6. Data empirik skala kecanduan *game online* diperoleh skor minimum sebesar 23 dan skor maksimum 38 dengan rerata 32,19 dan standar deviasi 3,271. Berdasarkan hasil analisis skala kesepian yang terdiri dari 10 aitem, diperoleh data hipotetik dengan skor minimum adalah 1 × 10 = 10 dan skor maksimum adalah 5 × 10 = 50, rerata hipotetik sebesar (50 + 10) : 2 = 30, jarak sebaran hipotetik adalah 50 – 10 = 40 dan standar deviasi sebesar (50 – 10) : 6 = 6,6 (dibulatkan menjadi 7). Data empirik skala kesepian diperoleh skor minimum sebesar 26 dan skor maksimum 46 dengan rerata 36,61 dan standar deviasi 4,597.

Berdasarkan deskripsi data diatas, maka subjek dapat dikategorisasikan ke dalam beberapa kategori. Jenis kategorisasi yang digunakan adalah kategorisasi jenjang (ordinal), yaitu menempatkan individu ke dalam kelompok-kelompok menurut suatu kontinum yang berjenjang berdasarkan atribut yang diukur (Azwar, 2020). Kategorisasi subjek penelitian kecanduan *game online* dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1

Kategorisasi Kecanduan *Game Online*

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Rumus |  | Skor | Kategori | N | Persentase |
|  X < (µ - 1σ) |  |  X < 21 | Rendah | 0 | 0% |
| (µ - 1σ) ≤ X < (µ + 1σ) |  | 21 ≤ X < 33 | Sedang | 52 | 52% |
|  (µ + 1σ) ≤ X |  |  33 ≤ X | Tinggi | 48 | 48% |
|  | Jumlah | 100% |

 Berdasarkan hasil kategorisasi skor kecanduan *game online* menunjukkan bahwa subjek yang berada dalam kategori rendah sebesar 0% (0 remaja akhir), kategori sedang 52% (52 remaja akhir), dan kategori tinggi 48% (48 remaja akhir), sehingga dapat disimpulkan pada penelitian ini sebagian besar subjek memiliki tingkat kecanduan *game online* dalam kategori sedang. Kategorisasi subjek penelitian kesepian dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 2

Kategorisasi Kesepian

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Rumus | Skor | Kategori | N | Persentase |
|  X < (µ - 1σ) |  X < 23 | Rendah | 0 | 0% |
| (µ - 1σ) ≤ X < (µ + 1σ) | 23 ≤ X < 37 | Sedang | 46 | 46% |
|  (µ + 1σ) ≤ X |  37 ≤ X | Tinggi | 54 | 54% |
| Jumlah | 100% |
|  |  |

Berdasarkan hasil kategorisasi skor kesepian menunjukkan bahwa subjek yang berada dalam kategori rendah sebesar 0% (0 remaja akhir), kategori sedang 46% (46 remaja akhir), dan kategori tinggi 54% (54 remaja akhir), sehingga dapat disimpulkan pada penelitian ini sebagian besar subjek memiliki tingkat kesepian dalam kategori tinggi.

Hasil uji independent samples t-test berdasarkan jenis kelamin variabel kecanduan *game online* diperoleh t = 5,221 dengan p = 0,000 berarti ada perbedaan yang signifikan antara kecanduan *game online* perempuan dan laki-laki. Remaja akhir laki-laki memiliki kecanduan *game online* lebih tinggi (Mean = 33,51) dibandingkan kecanduan *game online* remaja akhir perempuan (Mean = 30,44). Sedangkan hasil uji independent samples t-test berdasarkan jenis kelamin variabel kesepiandiperoleh t = 0,800 dengan p = 0,426 berarti tidak ada perbedaan yang signifikan antara kesepian perempuan dan laki-laki. Hasil analisis *product moment* Pearson menunjukkan koefisien korelasi antara kesepian dengan kecanduan *game online* sebesar 0,663 dan taraf signifikansi 0,000 (p ≤ 0,050). Hal ini menunjukkan bahwa ada korelasi positif yang signifikan antara kesepian dengan kecanduan *game online* pada remaja akhir. Semakin tinggi kesepian remaja akhir maka semakin tinggi pula kecanduan *game online* pada remaja akhir. Sebaliknya, semakin rendah kesepian remaja akhir maka semakin rendah pula kecanduan *game online* pada remaja akhir, dengan demikian hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima.

Diterimanya hipotesis dalam penelitian ini menunjukkan bahwa kesepian dapat dianggap sebagai salah satu faktor yang turut menentukan kecanduan *game online* pada remaja akhir. Konsisten dengan hasil penelitian sebelumnya, kesepian menjadi faktor yang signifikan dalam kecanduan *game online*. Individu yang kesepian akan lebih rentan untuk mengalami masalah kecanduan *game* *online* daripada individu yang tidak kesepian. Individu yang kesepian akan bermain *game online* untuk mengisi kekosongan sosial dan kekosongan dalam hidupnya. Pengaturan permainan yang interaktif dapat memodulasi suasana hati yang negatif seperti kesepian, meningkatkan rasa komunitas dan meningkatkan perasaan kebersamaan terhadap orang lain. Dengan demikian, pola sosial yang terjadi pada individu yang kesepian menyebabkan peningkatan penggunaan *game online* (Chen & Leung, 2015). Peningkatan penggunaan *game online* yang tidak dapat dihentikan inilah yang mengakibatkan individu tersebut mengalami kecanduan *game online* (Prabowo & Juneman, 2012). Penelitian sebelumnya menyatakan bahwa individu yang mengalami kecanduan *game online* adalah individu yang kesepian (Ekinci, Yalcin, & Ayhan, 2019).

Salah satu bentuk kesepian adalah isolasi emosional (*emotional isolation*) yaitu kesepian yang muncul ketika seseorang tidak memiliki ikatan hubungan yang intim, misalnya pasangan atau sahabat (Weiss dalam Santrock, 2003). Ikatan hubungan yang intim dapat terpenuhi melalui komunikasi yang emosional serta aktivitas sosial pada *game online*, hal tersebut akan membuat individu kesepian menghabiskan lebih banyak waktu bermain *game online* sehingga mengarah pada kecanduan *game online* (Wang, Wang, Yan, Si, Zhan, & Tian, 2021). Hal ini diperkuat dengan pernyataan subjek yang rindu memiliki teman akrab, mengalami rasa kekosongan dalam hidup dan sering merasa ditolak, berkaitan dengan itu subjek menyatakan bahwa bermain *game online* sebagai media untuk melarikan diri atau menghilangkan suasana hati yang negatif. Sejalan dengan pernyataan tersebut bahwa remaja yang merasa kesepian akan berupaya mencari cara untuk dapat melarikan diri dari perasaan dan kondisi yang dirinya alami, cara yang dipilih remaja untuk terlepas dari perasaan tersebut adalah dengan bermain *game online* berlebihan yang menyebabkan munculnya perilaku kecanduan pada *game online* (Sugeng, Ardhiani, & Budiyanti, 2020).

Bentuk kesepian isolasi sosial (*social isolation*) yaitu kesepian yang muncul ketika seseorang tidak memiliki keterlibatan yang terintegrasi dalam dirinya; tidak ikut berpartisipasi dalam kelompok atau komunitas pertemanan yang melibatkan adanya rasa kebersamaan, kesamaan minat, kegiatan yang terorganisasi ataupun peran-peran yang berarti. Bentuk kesepian ini dapat menyebabkan individu merasa diasingkan, bosan dan cemas (Weiss dalam Santrock, 2003).Kesepian sosial yang dirasakan akan membuat individu mencoba untuk membangun hubungan yang baru, cara yang dipilih untuk melakukan interaksi interpersonal serta hiburan adalah melalui *game online* (Li, 2015). Hal tersebut diperkuat dengan pernyataan subjek yang tidak memiliki cukup orang yang dirasa dekat dengan dirinya, tidak memiliki banyak orang yang dapat diandalkan ketika memiliki masalah, dan tidak memiliki banyak orang yang dapat dipercaya sepenuhnya, berkaitan dengan itu subjek menyatakan merasa perlu menambah waktu bermain *game online* untuk mencapai kepuasan atau kesenangan. Sejalan dengan penelitian sebelumnya, bahwa *game online* mendorong individu yang kesepian untuk terlibat dalam interaksi sosial, seperti saling berbagi prestasi dan hal lainnya. Pengaturan permainan yang interaktif meningkatkan rasa komunitas dan meningkatkan perasaan kebersamaan terhadap orang lain. Dengan demikian, pola sosial yang terjadi pada individu yang kesepian menyebabkan peningkatan penggunaan *game online* yang akhirnya mengarah pada kecanduan *game online* (Chen & Leung, 2015).

Berdasarkan pada hasil analisis penelitian ini, diperoleh koefisien determinasi ($R^{2}$) antara kesepian dengan kecanduan *game online* sebesar 0,439 menunjukkan bahwa variabel kesepian memiliki kontribusi 43,9% terhadap kecanduan *game online*, dengan demikian 56,1% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti. Beberapa faktor yang mempengaruhi kecanduan *game online* misalnya, karakteristik kepribadian narsistik, neurotisme, motivasi bermain, dan karakteristik struktural permainan (Kuss & Griffiths, 2012). Selain itu, faktor-faktor yang mempengaruhi kecanduan *game online* berdasarkan sebuah penelitian yaitu komunikasi antara orangtua dan anak yang kurang maksimal, tidak adanya pengawasan yang cukup antara orangtua dan anak, pola asuh orangtua, dan kebosanan (Efendi, 2014).

**KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara kesepian dengan kecanduan *game online* pada remaja akhir. Koefisien korelasi antara kesepian dengan kecanduan *game online* pada remaja akhir sebesar 0,663 dengan taraf signifikansi p = 0,000. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kesepian maka akan semakin tinggi kecanduan *game online* pada remaja akhir. Sebaliknya, semakin rendah kesepian maka semakin rendah kecanduan *game online* pada remaja akhir.Kontribusi kesepian terhadap kecanduan *game online* pada remaja akhir memiliki sumbangan efektif sebesar 43,9%, dengan demikian 56,1% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Dari hasil analisis tambahan, diperoleh data t = 5,221 dengan p = 0,000, berarti ada perbedaan yang signifikan antara kecanduan *game online* pada laki-laki dengan kecanduan *game online* pada perempuan. Pada variabel kesepian diperoleh t = 0,800 dengan p = 0,426, berarti tidak ada perbedaan yang signifikan antara kesepian pada laki-laki dan perempuan.

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka terdapat beberapa saran yang dapat diberikan yaitu remaja akhir yang kesepian dapat menurunkan perasaan kesepian yang dialami dengan cara terus mencoba untuk berkomunikasi dan memperluas interaksi dengan orang lain dan lebih memilih membangun interaksi sosial yang intim dengan keluarga atau komunitas rohani. Selain itu, remaja akhir dapat memilih hiburan atau aktivitas lain misalnya aktivitas olahraga, seni, dan lainnya sehingga dapat menurunkan kecanduan *game online*. Saran yang dapat diberikan pada penelitian selanjutnya diharapkan dapat menggunakan faktor lain yang memiliki kemungkinan ikut berpengaruh terhadap kecanduan *game online*, seperti kemampuan kognitif, karakteristik struktural permainan, dan motivasi bermain.

**DAFTAR PUSTAKA**

Akbar, H. (2020). Penyuluhan dampak perilaku kecanduan game online terhadap kesehatan remaja di sma negeri 1 kotamobagu. *Community Engagement and Emergence Journal (CEEJ)*, 1(2), 42-47.

American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorder edition (DSM-V).* Washington: American Psychiatric Publishing.

Azwar, S. (2020). *Penyusunan skala psikologi* (ed.2). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Chen, C., & Leung, L. (2015). Are you addicted to candy crush saga ? an exploratory study lingking psychological factors to mobile social game addiction. *Telematics and Informatics*, 33(4), 1-12.

Creswell, J. W. (2014). Research design: *qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (4th ed.). United State of America: SAGE Publications, Inc.

de Jong Gierveld, J., & van Tilburg, T. G. (2006). A 6-item scale for overall, emotional, and social loneliness. *Research on Aging*, 28(5), 582–598.

Efendi, N. A. (2014). Faktor penyebab bermain *game online* dan dampak negatifnya bagi pelajar. *Naskah Publikasi*. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan: Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Ekinci,. N. E., Yalcin, I., & Ayhan, C. (2019). Analysis of loneliness levels and digital game addiction of middle school students according to various variables. *World Journal of Education*, 9(1), 20-27.

Griffiths, D. M., Kuss, D. J., & King, D. L. (2012). Video game addiction: past, present and future. *Current Psychiatry Reviews*, 8(4), 308–318. Doi:10.2174/157340012803520414

Harefa, G. V. T. (2021). Hubungan *self-compassion* dan kecanduan *game online* pada remaja. *Skripsi*. Fakultas Psikologi: Universitas Sanata Dharma Yogyakarta.

Hurlock, E. B. (1991). *Psikologi perkembangan: suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Terjemahan oleh Istiwidayanti. Jakarta: Erlangga.

Kementrian Pariwisata dan Ekonomi Kreatif. (Oktober, 9 2020). Siaran pers: kemenparekraf umumkan 10 game pemenang program geloran 2020. Diakses dari <https://pedulicovid19.kemenparekraf.go.id/siaran-pers-kemenparekraf-umumkan-10-game-pemenang-program-gelora-2020/>

Laili, F. M., & Nuryono, W. (2015). Penerapan konseling keluarga untuk mengurangi kecanduan game online pada siswa kelas VIII SMP negeri 21 surabaya. *Jurnal BK*, 05(01), 65-72.

Lemmens, J. S., Valkenburg, P. M., & ﻿ Peter, J. (2009). Development and ﻿ validation of a game addiction scale ﻿ for adolescents. *The Amsterdam ﻿ School of Communications Research*, ﻿ 12, 77-95.

Myers, D. G. (2012). *Psikologi sosial* (ed.10). Jakarta: Salemba Humanika.

Pohan, A. E. (2020). *Literacy goes to school: gerakan literasi nasional.* Pasuruan: CV. Penerbit Qiara Media.

POKKT & Decision Lab. (2018). A behavioral analysis of mobile gamers. Diakses dari <https://www.decisionlab.co/library/a-behavioral-analysis-of-mobile-gamers-lp1>

Pontes, H. M., & Griffiths, M. D. (2015). Measuring DSM-5 internet gaming disorder: development and validation of a short psychometric scale. *Computers in Human Behavior*, 45, 137-143.

Prabowo, O., & Juneman. (2012). Penerimaan, kesepian, dan kecanduan bermain gim daring pada remaja di jakarta. *Mimbar: Jurnal Sosial Dan Pembangunan*, 28(1), 9-18.

Pranitika, M., Hendriyani, R., & Mabruri, M. I. (2014). Hubungan emotion focused coping dengan game online addiction pada remaja di game centre bagian semarang barat dan selatan. *Intuisi Jurnal Ilmiah Psikologi*, 6(1), 24-27.

Ridoi, M. (2018). *Cara mudah membuat game edukasi dengan construct 2: tutorial sederhana construct 2*. Malang: Maskha.

Salkind, N. J. (2005). *Encyclopedia of human development*. London: SAGE Publications, Inc.

Santrock, J. W. (2003). *Adolescence: perkembangan remaja*. Jakarta: Erlangga.

Simanjuntak, M. (2019). *More than just a game*. Tangerang: Yayasan Pelikan.

Sugeng., Ardhiani, L. N., & Budiyanti, R. T. (2020). *From blast to best: panduan bagi orang tua generasi muda zaman now*. Yogyakarta: Leutikaprio.

Wang, P., Wang, J., Yan, Y., Si, Y., Zhan, X., & Tian,Y. (2021). Relationship between loneliness and depression among chinese junior high school students: the serial mediating roles of internet gaming disorder, social network use, and generalized pathological internet use. *Front.Psychol*, 11, 1-11.

Wirawanda, Y., & Setyawan, S. (2018). *Literasi game untuk remaja dan dewasa*. Surakarta: Lembayung Embun Candikala.

Wulandari, S. (2019). *Perilaku remaja*. Semarang: Mutiara Aksara.

Young, K. S., & De Abreu, C. N. (2017). *Internet addiction in children and adolescents: factors, assessment, and treatment.* New York: Springer Publishing Company.

Yusuf LN, Syamsu. (2014). *Psikologi perkembangan anak dan remaja*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

Zanah, F. N., & Rahardjo, W. (2020). Peran kesepian dan fear of missing out terhadap kecanduan media sosial: analisis regresi pada mahasiswa. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 9(2), 286-301.