

**HUBUNGAN ANTARA KECENDERUNGAN DEPRESIF DENGAN
ADIKSI *GAME ONLINE* PADA MAHASISWA UNIVERSITAS MERCU
BUANA YOGYAKARTA**

**THE RELATIONSHIP BETWEEN DEPRESSIVE TENDENCIES WITH
ONLINE GAME ADDICTION AMONG STUDENTS OF MERCU BUANA
UNIVERSITY OF YOGYAKARTA**

Wilhelmus Dwi Hendrawan

Universitas Mercu Buana Yogyakarta

18081086@student.mercubuana-yogya.ac.id

082178890186

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Antara Kecenderungan Depresif dengan Adiksi *Game Online* Pada Mahasiswa Universitas Mercu Buana Yogyakarta. Hipotesis yang diajukan adalah adanya hubungan positif antara depresi dengan kecanduan game online pada mahasiswa Universitas Mercu Buana Yogyakarta. Semakin tinggi kecenderungan depresif maka semakin tinggi kecanduan game online. Sebaliknya, semakin rendah depresi maka semakin rendah kecanduan game online. Subjek dalam penelitian yang digunakan adalah 108 orang dengan karakteristik mahasiswa berstatus aktif yang berusia 18-25 tahun. Sedangkan metode yang digunakan adalah teknik statistik analisis korelasi *product moment* dari pearson. Pada hasil analisis diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar 0,219 dengan nilai signifikansi p sebesar 0,009 menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara kecenderungan depresif dengan adiksi *game online* pada mahasiswa Universitas Mercu Buana Yogyakarta. Sehingga hipotesis yang diajukan untuk penelitian ini dapat diterima. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kecenderungan depresif maka semakin tinggi adiksi *game online* pada mahasiswa.

Kata kunci: depresi, kecanduan game online, mahasiswa

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between the Meaning of Life and Depression in students at Mercu Buana University of Yogyakarta. The proposed hypothesis is that there is a negative relationship between the meaning of life and depression in students at Universitas Mercu Buana Yogyakarta. The higher the meaning of life, the lower the depression. Conversely, the lower the meaning of life, the higher the depression. The subjects in this study consisted of 119 people, all active students aged 18-25 years. The method used was the Pearson Product Moment correlation statistical analysis technique. The analysis results obtained a correlation coefficient of 0.744 with a significance value of $p = 0.001$, indicating a negative relationship between the meaning of life and depression in students at Universitas Mercu Buana Yogyakarta. Therefore, the hypothesis proposed for this study is accepted. This suggests that the higher the meaning of life, the lower the depression in students.

Keywords: *depression, meaning of life, students*

PENDAHULUAN

Mahasiswa merupakan kelompok dalam masyarakat yang terhubung dengan perguruan tinggi, dan mereka juga dianggap sebagai calon intelektual muda dalam masyarakat (Nuryatin, 2021). Suparwati (2021) menyatakan bahwa pendidikan tidak dapat dipisahkan dari otonomi, serta pembentukan pemikiran kritis yang menjadi sarana untuk menghasilkan generasi penerus warga negara Indonesia. Efitra (2022) menjelaskan bahwa kehidupan perkuliahan adalah tempat dimana mahasiswa menghadapi banyak permasalahan, yang tidak hanya bertujuan untuk mencerdaskan mahasiswa, tetapi juga untuk membantu mereka berkembang secara pribadi. Oleh karena itu, mahasiswa diharapkan memiliki kemampuan untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi. Permasalahan yang dihadapi mahasiswa melibatkan proses pengalaman dan pemahaman diri secara spiritual serta bagaimana mereka memberikan makna terhadap kehidupan (Nasrudin, dkk., 2023).

Sejak pertama kali ditemukan hingga sekarang, teknologi internet telah mengalami perkembangan yang sangat pesat. Perubahan ini menjadi daya tarik tersendiri yang mendorong jutaan orang untuk mengenal internet. Saat ini, internet telah menjangkau berbagai kalangan, baik muda maupun tua. Internet tidak lagi menjadi barang mewah yang

hanya dapat dinikmati oleh masyarakat kelas menengah ke atas, melainkan telah merambah hingga kalangan bawah, bahkan anak-anak sekolah dasar pun mulai mengenal internet (Yofiyanto, 2008). Hasil riset menunjukkan bahwa penggunaan internet di Indonesia terus berkembang. Berdasarkan data dari MarkPlus Insight, jumlah pengguna internet di Indonesia pada tahun 2011 telah mencapai 55 juta orang, meningkat dari 42 juta orang pada tahun sebelumnya. Riset ini dilakukan terhadap pengguna internet yang berusia antara 15 hingga 64 tahun dan mengakses internet lebih dari 3 jam per hari.

Di setiap kota yang disurvei oleh MarkPlus Insight, sekitar 50 hingga 80 persen pengguna internet terdiri dari kalangan muda (Wahyudi, 2011). Salah satu cara mahasiswa mengatasi kebosanan sehari-hari adalah dengan bermain game online. Namun, kenyataannya, aktivitas tersebut bisa menyebabkan kecanduan pada individu (Kurniawan, 2017). Penelitian yang dilakukan oleh Cisco Systems untuk meneliti ketergantungan manusia terhadap internet menunjukkan bahwa bagi mahasiswa, internet sudah dianggap sebagai kebutuhan dasar, setara dengan kebutuhan akan udara. Sekitar separuh dari mahasiswa (49%) dan pekerja (47%) percaya bahwa internet memiliki pentingnya yang hampir setara dengan kebutuhan dasar manusia, seperti bermain game (Nugraha, 2011). Game online adalah jenis permainan yang berbasis pada teknologi elektronik, internet, dan visual (Rini, 2011). Dengan perkembangan teknologi yang pesat, game online semakin menarik perhatian banyak orang, terutama remaja, sehingga penggunaan game online pun mengalami peningkatan yang tajam. Berdasarkan riset Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) mengenai pengguna internet di Indonesia pada tahun 2013, jumlah pengguna internet tumbuh pesat, yakni sebesar 22%, dari 62 juta pada tahun 2012 menjadi 74,57 juta pada tahun 2013.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Pokkt, Decision Lab, dan *Mobile Marketing Association* (MMA) pada tahun 2017, jumlah pemain mobile game di Indonesia telah mencapai 60 juta orang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar aktivitas yang dilakukan masyarakat melalui *smartphone* adalah bermain game (25%), dengan rata-rata waktu yang dihabiskan untuk bermain game online adalah 53 menit. Dari segi usia, sekitar seperempat dari total pemain game online berusia 16-24 dan 25-34 tahun, dengan persentase yang sama yaitu 27%. Sementara itu, 24% lainnya berusia antara 35 hingga 44 tahun. Pengguna *smartphone* yang berusia 45-54 tahun juga aktif bermain *game online*, mencapai 17% dari total pemain di Indonesia (Maulida, dalam Kurniawan & Wibowo,

2021). Penelitian Mulyani (2018) menunjukkan adanya hubungan positif antara depresi dan kecanduan *game online* pada mahasiswa di Yogyakarta, dengan depresi berkontribusi sebesar 20% terhadap kecanduan game online di kalangan mahasiswa tersebut.

Fase kecanduan bermain game adalah kondisi di mana seorang pemain merasa sangat sulit untuk melepaskan diri dari permainan. Kecanduan game dapat menyebabkan kerugian yang signifikan, salah satunya adalah pemain bisa menjadi lalai terhadap kehidupan nyata karena sudah terlalu terbenam dalam permainan tersebut (Griffiths, 1995). Kecanduan terhadap game online sering kali muncul di kalangan mahasiswa, terutama karena mereka umumnya belum sepenuhnya memahami dampak negatif dari permainan tersebut. Kemajuan teknologi itu sendiri tidaklah salah, karena teknologi juga merupakan bagian dari dunia pendidikan. Namun, kondisi seperti ini dikhawatirkan dapat menimbulkan dampak psikologis yang berpengaruh pada perkembangan mental, baik bagi pelajar maupun non-pelajar, dalam menjalani fase awal kedewasaan mereka, serta dalam menjalankan peran mereka sebagai mahasiswa jika mereka terbiasa bermain atau kecanduan game online (Mulyani, 2018).

Kecanduan game diartikan sebagai penggunaan secara berlebihan, obsesif, kompulsif dan mengalami masalah umum dari aktifitas bermain game (Charlton & Danforth, 2007). Menurut Young (2009) kecanduan *game online* adalah adanya keterikatan dengan *game*. Pemain *game online* akan berpikir tentang game ketika sedang offline dan kerap kali berfantasi mengenai bermain game ketika mereka seharusnya berkonsentrasi pada hal lainnya. Seseorang yang kecanduan *game online* akan memfokuskan diri pada bermain game dan menelantarkan hal lain seperti tugas sekolah, pelajaran, dan lainnya. Bermain *game online* menjadi sebuah prioritas yang harus diutamakan. Sedangkan menurut Weinstein (2010) kecanduan *game online* ditandai oleh sejauh mana seseorang bermain game secara berlebihan yang dapat berpengaruh negatif bagi pemain game tersebut.

Menurut Lemmens, Valkenburg & Peter (2009) pengertian dari kecanduan game sebagai penggunaan komputer atau smartphone secara berlebihan dan berulang kali yang menghasilkan munculnya permasalahan pada aspek sosial, emosional dan pemain game tidak bisa mengendalikan aktivitas bermain game secara berlebihan. Aspek – aspek dari kecanduan *game online* Lemmens, Valkenburg & Peter (2009) adalah : a) *Salience*. b) *Tolerance*. c) *Mood modification*. d) *Withdrawal*. e) *Relapse*. f) *Conflict*. g) *Problem*.

Saat ini, *game online* banyak dimainkan secara berlebihan dan sering dijadikan sebagai cara untuk melarikan diri dari kenyataan hidup, yang akhirnya mengarah pada kecanduan *game online* (Hussain & Griffiths, 2009). Mahasiswa, yang merupakan kelompok remaja, dianggap lebih sering dan lebih rentan terhadap kecanduan *game online* dibandingkan orang dewasa. Hal ini disebabkan oleh periode ketidakstabilan dalam masa remaja, di mana mereka cenderung lebih mudah terjerumus untuk mencoba hal-hal baru (Jordan & Andersen, 2016). Individu yang kecanduan *game online* biasanya kurang tertarik pada aktivitas lain dan merasa gelisah jika tidak dapat bermain *game online* (Jannah, Mudjiran, & Nirwana, 2015). Kecanduan *game online* adalah salah satu bentuk kecanduan yang muncul akibat perkembangan teknologi, terutama internet, yang lebih dikenal dengan istilah internet addictive disorder. Ketergantungan pada *game online* adalah penggunaan yang berlebihan dan terus-menerus terhadap *game online*, yang pada akhirnya dapat menyebabkan dampak negatif pada perkembangan psikologis dan fisik individu (Fitri dkk, 2018).

Peneliti melakukan wawancara dengan tujuh mahasiswa Universitas Mercu Buana Yogyakarta, menggunakan pedoman wawancara yang mencakup berbagai aspek adiksi *game online*, seperti salience. Hasilnya, 5 dari 7 mahasiswa UMBY merasa bahwa bermain *game online* adalah aktivitas penting dalam hidup mereka karena memberikan rasa senang, dan ada perasaan kurang jika tidak bermain *game online*. Pada aspek tolerance, ditemukan bahwa 5 dari 7 mahasiswa UMBY memulai bermain *game online* hanya sekadar coba-coba, namun seiring waktu rasa penasaran mereka berkembang dan mereka semakin sering bermain *game online*. Pada aspek mood modification, 5 dari 7 mahasiswa yang diwawancarai merasa bahwa bermain *game online* menyenangkan, menghibur, dan dapat meningkatkan perasaan mereka. Aspek withdrawal menunjukkan bahwa 5 dari 7 mahasiswa UMBY lebih memilih bermain *game online* untuk mengisi waktu luang daripada berkomunikasi dengan orang di sekitar mereka. Pada aspek relapse, 5 dari 7 mahasiswa menyadari bahwa mereka memiliki waktu terbatas untuk bermain *game online*, namun mereka tetap merasa senang mengulanginya sebagai kebiasaan. Pada aspek conflict, 5 dari 7 mahasiswa sering terlibat dalam komunikasi dengan pemain lain dalam *game*, tetapi sebagian besar komunikasi tersebut bertujuan untuk bekerja sama dalam permainan tanpa menimbulkan konflik. Pada aspek problem, 6 dari 7 mahasiswa mengakui bahwa mereka menghadapi masalah akibat kecanduan *game online*, seperti lupa merawat diri,

seperti mandi, makan, mengerjakan tugas, dan berkomunikasi dengan orang di sekitar mereka.

Game online dapat memberikan dampak positif jika digunakan sebagai sarana hiburan (Adams, 2013). *Game online* juga efektif untuk mengurangi rasa penat dan stres (Russoniello, O'Brien, & Parks, 2009). Jika dilihat dari perspektif yang lebih luas, bermain *game online* dapat membantu mengembangkan kemampuan visual spasial individu melalui latihan dalam mengolah informasi spasial yang ditampilkan di layar monitor, seperti yang ditemukan dalam penelitian korelasional oleh Green & Bavelier (2003). Dalam studi lain yang dilakukan oleh Rosser dkk. (2007), para pemain *game* menunjukkan peningkatan signifikan dalam koordinasi mata-tangan dan ketangkasan manual. Bermain *game online* juga dapat membantu mengembangkan kemampuan dalam mengatur dan memimpin kelompok, meningkatkan optimisme, serta mengelola frustrasi dan kecemasan dengan cara yang adaptif. Keuntungan-keuntungan ini akan diperoleh jika individu memperhatikan batasan dalam bermain, sehingga dampak positifnya dapat tercapai tanpa menimbulkan efek negatif (Granic, Lobel, & Engels, 2014).

Menurut Young (2009) mengemukakan bahwa terdapat beberapa faktor - faktor yang mempengaruhi kecanduan *game online* antara lain sebagai berikut : a) Gender atau Jenis Kelamin. b) Kondisi Psikologis. c) Jenis Game. Berdasarkan faktor-faktor yang sudah dikemukakan, maka peneliti memilih faktor psikologis salah satunya adalah depresi (Bety dkk, 2022).

Menurut data dari *World Health Organization*, sekitar 10% hingga 15% atau sekitar 3,5 miliar anak dan remaja di seluruh dunia mengalami depresi. Berdasarkan data Riskesdas 2018, depresi mulai dialami oleh remaja di Indonesia pada usia 15 hingga 24 tahun dengan prevalensi 6,2%. Nusa Tenggara Timur menempati posisi ketiga dengan prevalensi 9,7%. Individu yang mengalami depresi sering merasa putus asa terhadap hidup mereka. Bagi sebagian orang, bermain game dapat menjadi cara untuk melupakan masalah dan beban hidup. Inilah salah satu alasan mengapa depresi dapat menjadi faktor risiko kecanduan *game online* (Bety dkk, 2022).

Depresi adalah gangguan suasana hati yang melibatkan elemen psikologis seperti perasaan sedih, cemas, kehilangan harapan, dan keputusasaan, serta komponen biologis atau fisik, seperti anoreksia, sembelit, dan keringat dingin. Depresi dianggap normal jika terjadi dalam situasi tertentu, bersifat ringan, dan berlangsung dalam waktu singkat.

Namun, jika depresi berlangsung lebih lama atau terjadi tanpa alasan yang jelas, maka dianggap abnormal (Atkinson, 2010). Menurut Davison, Neale, dan Kring (2012), depresi adalah kondisi emosional yang biasanya ditandai dengan perasaan sangat sedih, rasa tidak berarti dan bersalah, menarik diri dari orang lain, kesulitan tidur, kehilangan nafsu makan, serta hilangnya minat dan kesenangan dalam aktivitas yang biasa dilakukan.

Beck dkk, (1979) depresi merupakan suatu bentuk perubahan suasana hati (*mood*) seperti adanya perasaan sengsara atau sedih, memiliki gambaran hati yang negatif, bersikap tak acuh pada diri sendiri, merasa hampa, menarik diri dari lingkungan, dan adanya perubahan perilaku. Aspek- aspek dari kecenderungan depresif dari Beck dkk, (1979) yaitu : a) Aspek Afektif/ Emosional. b) Aspek Kognitif. c) Aspek Motivasional. d) Aspek fisik dan vegetatif.

Individu yang mengalami depresi sering kali merasa putus asa terhadap kehidupannya. Bermain *game* menjadi salah satu cara untuk melarikan diri, karena aktivitas tersebut dapat membantu melupakan masalah dan beban hidup. Hal ini menjadikan depresi sebagai salah satu faktor risiko bagi kecanduan *game online*. Kecanduan *game online* dapat membuat seseorang terisolasi dari keluarga dan masyarakat. Semakin banyak waktu yang dihabiskan untuk bermain game, semakin besar kemungkinan seseorang untuk merasa terasing. Akibatnya, mereka menjadi lebih rentan terhadap berbagai gangguan mental, termasuk depresi (Ananta & Puspitosari, 2009).

Hasil dari penelitian Mulyani (2018) adanya hubungan positif antara depresi dan kecanduan *game online* pada mahasiswa di Yogyakarta. Depresi berkontribusi 20.0% terhadap kecanduan *game online* pada mahasiswa di Yogyakarta. Selain itu penelitian dari Prayogi & Fuad (2021) bahwa hasil penelitiannya menunjukkan ada hubungan signifikan antara kecanduan *game online* dan depresi.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti mengajukan rumusan permasalahan : apakah ada hubungan antara kecenderungan depresif dengan kecanduan *game online* pada mahasiswa di Universitas Mercu Buana Yogyakarta?

METODE

Metode yang dilakukan dalam penelitian ini menggunakan metode skala. Skala yang digunakan dalam metode ini adalah Skala Likert, yaitu skala yang dalam menjawab pernyataan-pernyataan subjek diminta untuk menyatakan kesesuaian atau ketidaksesuaian terhadap isi pernyataan (Azwar, 2015). Metode skala digunakan karena data yang diungkap berupa konstruk psikologis yang menggambarkan aspek kepribadian dan pernyataan pada skala adalah stimulus yang tertuju pada indikator perilaku serta bertujuan untuk merangsang subjek agar dapat mengungkapkan keadaan diri. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan metode skala, yang terdiri dari Skala Kecanduan *Game Online* dibuat berdasarkan Skala kecanduan *game online* disusun berdasarkan aspek Lemmens, Valkenburg & Peter (2009) yang meliputi *salience, tolerance, mood modification, withdrawal, relapse, conflict, problem*. Skala Depresi disusun dari skala berdasarkan aspek Beck dkk., (1979) meliputi aspek afektif/emosional, aspek kognitif, aspek motivasional, aspek fisik dan vegetative dengan menggunakan BDI-I.

Analisis data yang digunakan adalah analisis korelasi *product moment* dari Pearson, yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara variabel kecenderungan depresif dan adiksi *game online*. Analisis ini dilakukan dengan menggunakan perangkat lunak JASP versi terbaru 0.19.1. Skala Kecanduan *Game Online* terdiri dari 43 aitem dengan indeks daya beda bergerak dari rentang 0.595-0.828 dengan koefisien reliabilitas alpha sebesar 0.757. Dengan demikian skala Kecanduan *Game Online* merupakan pengukuran yang reliabil. Skala Depresi terdiri dari 21 aitem dengan indeks daya beda bergerak dari 0.405-0.778 dengan koefisien reliabilitas alpha sebesar 0.749. Dengan demikian skala Depresi merupakan pengukuran yang reliabil. Berdasarkan data tentang reliabilitas alpha uji daya beda dari skala Kecanduan *Game Online*, dan Depresi dapat disimpulkan tersebut valid dan reliabil sehingga layak digunakan dalam penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada hubungan antara kecenderungan depresif dengan adiksi *game online* pada mahasiswa Universitas Mercu Buana Yogyakarta . Hasil pengujian sebagai berikut:

Tabel 1. Tabel Uji Normalitas *Kolmogrov Smirnov* Skala Kecanduan *Game Online*

Test	Statistic	p
Kolmogorov-Smirnov	0.258	< .001

Tabel 2. Tabel Uji Normalitas *Kolmogrov Smirnov* Skala Depresi

Fit Statistics

Test	Statistic	p
Kolmogorov-Smirnov	0.124	0.074

Berdasarkan uji normalitas yang dilakukan pada skor kecanduan *game online*, diperoleh $KS-Z = 0,258$ dengan nilai signifikansi $p = <0,001$, yang menunjukkan bahwa sebaran data tidak normal. Sedangkan pada skor depresi, diperoleh $KS-Z = 0,124$ dengan nilai signifikansi $p = 0,074$, yang menunjukkan bahwa sebaran data normal. Menurut Hadi (2015), apakah data normal atau tidak tidak mempengaruhi hasil akhir dalam penelitian, dan jika jumlah subjek lebih besar atau sama dengan 30 ($N \geq 30$), data dianggap terdistribusi normal. Berdasarkan penjelasan tersebut, variabel kecanduan game online dan depresi dapat melanjutkan ke langkah berikutnya, yaitu uji linearitas dan uji hipotesis.

Setelah melakukan uji normalitas, kemudian peneliti melakukan uji linearitas untuk mengetahui apakah variabel depresi, dan kebermaknaan hidup memiliki hubungan yang linier atau tidak. Uji linearitas merupakan pengujian prasyarat yang bertujuan untuk mengetahui hubungan linear dua variabel secara signifikan. Uji linearitas harus dipenuhi dalam pengujian analisis linear. Analisis linear mempersyaratkan data pada setiap variabel interikat memiliki hubungan yang linear dengan variabel terikat. Kaidah untuk uji linearitas adalah apabila nilai signifikansi $\leq 0,050$ maka hubungan antara variabel interikat dengan terikat merupakan hubungan yang linear. Apabila nilai signifikansi $> 0,050$ maka hubungan antara variabel interikat dengan terikat bukan merupakan hubungan yang linear. Adapun hasil uji linearitas disajikan sebagai berikut:

Tabel 3. Hasil Uji Linearitas Depresi – Kecanduan *Game Online*

ANOVA Table

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
KG * Between D Groups	(Combined)	47300.460	40	1182.511	2.116	.003
	Linearity	4079.615	1	4079.615	7.301	.009
	Deviation from Linearity	43220.845	39	1108.227	1.983	.007
Within Groups		37438.753	67	558.787		
Total		84739.213	107			

Berdasarkan tabel 11 diketahui hasil uji linearitas untuk variabel depresi dan kecanduan game online diperoleh nilai $F = 7.301$ dengan signifikansi $p = 0.009$. Hal ini berarti bahwa hubungan antara kecenderungan depresif dengan kecanduan game online merupakan hubungan yang linear. Dengan demikian, hubungan keduanya memenuhi asumsi linearitas dan dapat dilanjutkan ke pengujian lainnya.

Sugiyono (2016) turut menjelaskan pengujian hipotesis dilakukan dengan metode korelasi *product moment* yang dikembangkan oleh Karl Pearson. Teknik korelasi (*pearson correlation*) digunakan untuk menetapkan hubungan antara variabel terikat. Hadi (2015) berpendapat kaidah yang digunakan untuk uji korelasi yaitu apabila $p < 0,050$ maka terdapat korelasi antara variabel bebas dan terikat sedangkan apabila nilai $p > 0,050$ maka tidak ada korelasi antara variabel bebas dan terikat. Pada penelitian ini diperoleh koefisien korelasi (r_{xy}) = 0,219 dengan nilai signifikansi $p = 0.009 (< 0.050)$, dengan nilai signifikansi $p = 0.009 (< 0.050)$, berarti ada hubungan positif antara kecenderungan depresif dengan adiksi *game online* pada mahasiswa Universitas Mercu Buana Yogyakarta dengan derajat koefisien korelasi yang masuk dalam kategori tingkat hubungan yang rendah. Dengan demikian hipotesis dalam penelitian ini di terima. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi depresi maka semakin tinggi kecanduan *game online* pada mahasiswa. Sebaliknya, semakin rendah depresi maka semakin rendah kecanduan *game online* pada mahasiswa Universitas Mercu Buana Yogyakarta.

Hasil analisis data penelitian ini menggunakan nilai koefisien determinan ($R^2 = 0.048$) menunjukkan bahwa variabel depresi yang dimiliki pada mahasiswa di Universitas Mercu Buana Yogyakarta menunjukkan kontribusi sebesar 4,8% terhadap adiksi game online dan sisanya 95,2% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Tabel 4. Hasil Korelasi Uji *Pearsons Correlation*

<i>Pearson's Correlations</i>			
Variable		KG	D
1. KG	Pearson's r	—	
	p-value	—	
2. D	Pearson's r	0.219	—
	p-value	0.023	—

Pearson's Correlations

Variable	KG	D
----------	----	---

Penelitian yang dilakukan melibatkan 108 pada mahasiswa di Universitas Mercu Buana Yogyakarta. Hasil dari penelitian ini menunjukkan ada hubungan positif antara kecenderungan depresif dengan adiksi *game online* pada mahasiswa di Universitas Mercu Buana Yogyakarta. Hal ini sesuai dengan hasil analisis uji korelasi *product moment* yang memperoleh nilai koefisien (< 0.050). Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis yang menyatakan terdapat hubungan positif antara kecenderungan depresif dengan adiksi game online pada mahasiswa Universitas Mercu Buana Yogyakarta diterima. Penerimaan hipotesis ini didasari oleh hasil yang menunjukkan adanya korelasi antara depresi dengan kecanduan game online. Berdasarkan hasil analisis penelitian terdapat nilai koefisien determinan ($R^2 = 0.048$) menunjukkan bahwa variabel depresi yang dimiliki mahasiswa menunjukkan kontribusi sebesar 4,8% terhadap kecanduan *game online*.

Depresi adalah gangguan mood yang melibatkan komponen psikologis, seperti perasaan sedih, cemas, kehilangan harapan, dan putus asa, serta komponen biologis atau fisik, seperti anoreksia, sembelit, dan keringat dingin. Depresi dianggap normal jika muncul dalam situasi tertentu, bersifat ringan, dan berlangsung dalam waktu singkat. Namun, jika depresi terjadi di luar kebiasaan dan terus berlanjut, maka kondisi tersebut dianggap abnormal (Atkinson, 2010). Menurut Davison, Neale, dan Kring (2012), depresi adalah kondisi emosional yang umumnya ditandai dengan kesedihan mendalam, perasaan tidak berarti dan bersalah, penarikan diri dari orang lain, insomnia, kehilangan nafsu makan, serta hilangnya minat dan kegembiraan dalam aktivitas yang biasa dilakukan. Beck dkk. (1979) menjelaskan bahwa depresi adalah perubahan suasana hati yang ditandai

dengan perasaan sengsara atau sedih, pandangan negatif terhadap diri sendiri, ketidakpedulian terhadap diri, perasaan hampa, penarikan diri dari lingkungan, serta perubahan perilaku. Individu yang mengalami depresi merasa putus asa terhadap kehidupannya dan sering kali mencari pelarian, salah satunya melalui bermain game, karena permainan tersebut memungkinkan mereka untuk melupakan masalah dan beban hidup. Depresi dapat menjadi faktor risiko untuk kecanduan game online, dan individu yang merasa terisolasi dari keluarga serta masyarakat akan semakin sering menghabiskan waktu untuk bermain game (Ananta & Puspitosari, 2009).

Bermain *game online* menjadi sebuah prioritas yang harus diutamakan. Sedangkan menurut Weinstein (2010) kecanduan *game online* ditandai oleh sejauh mana seseorang bermain game secara berlebihan yang dapat berpengaruh negatif bagi pemain game tersebut. Menurut Lemmens, Valkenburg & Peter (2009) pengertian dari kecanduan game sebagai penggunaan komputer atau smartphone secara berlebihan dan berulang kali yang menghasilkan munculnya permasalahan pada aspek sosial, emosional dan pemain game tidak bisa mengendalikan aktivitas bermain game secara berlebihan. Aspek – aspek dari kecanduan *game online* Lemmens, Valkenburg & Peter (2009) adalah : *salience*, *Tolerance*, *mood modification*, *withdrawal*, *relapse*, *conflict*, dan *problem*. Saat ini *game online* banyak dimainkan secara berlebihan dan digunakan sebagai tempat untuk melarikan diri dari realitas kehidupan sehingga yang terjadi adalah kecanduan game online (Hussain & Griffiths, 2009). Individu yang mengalami depresi akan mengalami kecanduan *game online* yang cenderung kurang tertarik terhadap kegiatan lain, merasa gelisah saat tidak dapat bermain *game online* (Jannah, Mudjiran, & Nirwana, 2015). Kecanduan *game online* ini adalah salah satu dari beberapa bentuk kecanduan yang disebabkan oleh perkembangan teknologi, salah satunya adalah internet atau yang lebih dikenal dengan istilah internet addictive disorder. Efek negative terhadap psikologi dan

fisik individu akan membuat pengguna kecanduan pada penggunaan *game online* dilakukan secara terus menerus yang pada akhirnya akan menimbulkan akibat dan efek negatif terhadap individu ((Fitri dkk, 2018)

Berdasarkan hasil kategorisasi variabel depresi penelitian ini, diketahui hasil dari pengkategorisasian data depresi menunjukkan kategori tinggi naik turunnya perasaan tergolong wajar dengan subjek 23 (21%), gangguan mood yang ringan dengan subjek 22 (20%), garis batas depresi klinis dengan subjek 16 (15%), depresi sedang dengan subjek 24 (22%), depresi berat atau parah dengan subjek 9 (8%) dan depresi ekstrem subjek 14 (13%). Hal ini menunjukkan bahwa subjek dalam penelitian ini berada dalam kategori depresi sedang. Sehingga dapat disimpulkan bahwa depresi yang dimiliki pada mahasiswa di Universitas Mercu Buana Yogyakarta cenderung sedang. Sedangkan pada variabel kecanduan game online atau adiksi menunjukkan menunjukkan subjek penelitian yang berada pada kategori rendah sebanyak 27 subjek (25%), kategori tinggi sebanyak 0 subjek (0 %), dan kategorisasi sedang 81 (75 %). Hal tersebut menunjukkan kecanduan *game online* pada subjek penelitian ini berada dalam kategori sedang.

KESIMPULAN

Penelitian yang dilakukan mendapatkan hasil yang tertuang dalam pembahasan dengan kesimpulan adanya hubungan yang positif antara kecenderungan depresif dengan adiksi *game online* pada mahasiswa di Universitas Mercu Buana Yogyakarta, maka mahasiswa Universitas Mercu Buana Yogyakarta yang memiliki kecenderungan depresif, cenderung memiliki adiksi *game online*. Begitu sebaliknya mahasiswa Universitas Mercu Buana Yogyakarta yang tidak mengalami kecenderungan depresif, cenderung tidak memiliki adiksi *game online*. Kategorisasi dalam penelitian ini untuk depresi berada di kategorisasi depresi sedang dan kecanduan *game online* pada kategorisasi sedang.

DAFTAR PUSTAKA

Azwar, Saifuddin, 2012. Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya. Yogyakarta: Liberty.

Azwar, Saifuddin. 2013. Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Beck, A.T., Ward, C. H., Mendelson, M., Mock, J., & Erbaugh, J. (1961) An inventory for measuring depression. *Archives of General Psychiatry*, 4, 561-571.

Beck, A. T., Steer, R.A., & Garbin, M.G. (1988) Psychometric properties of the Beck Depression Inventory: Twenty-five years of evaluation. *Clinical Psychology Review*, 8(1), 77-100.

Chen., & Chang. (2008). An Exploration of the Tendency to Online Game Addiction Due to User's Liking of Design Features. *Asian Journal of Health and Information Sciences*, 3(1), 45-48.

Griffiths, M. D., & Hunt, N. (1995). Computer games playing in adolescence: Prevalence and demographic indicators. *Journal of Community and Applied Social Psychology*, 5, 189-193.

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(2), 77-95

Lubis, N. L. (2009). *Depresi : Tinjauan Psikologis*. Jakarta : Kencana Prenada Media Group.

Masya, H., & Candra, D. A. (2016). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Gangguan Kecanduan Game Online Pada Peserta Didik Kelas X Di Madrasah Aliyah Al Furqon Prabumulih Tahun Pelajaran 2015/2016. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 03 (1), 153-169.

Mulyani, R. D. (2018). Hubungan antara depresi dan kecanduan online game pada mahasiswa di Yogyakarta.

Nevid, J. S., Spencer, A. R., & Greene, B. (2005). *Psikologi Abnormal*. Terjemahan Tim Psikologi Universitas Indonesia. Edisi Kelima. Jilid 1. Jakarta: Penerbit Erlangga

Wan, S. C & Chiou, W. B. (2006). Why are adolescent addicted to online gaming?. An Interview study in taiwan. *Journal of Cyber Psychology & Behaviour*, 9(6), 122-125.

Young, K. (2006). *Addiction to MMORPGG : Symptom and treatment articles*.
http://www.netaddiction.com/articles/addictiont_to_mmorpgs.pdf. Diakses pada 20 Desember 2017.

Young, K. (2009). Understanding online gaming addiction and treatment issues for adolescents. *The American Journal of Family Therapy*, 37, 355-372.