**HUBUNGAN ANTARA *EMOTIONAL FOCUS COPING* DENGAN KECANDUAN BERMAIN *GAME ONLINE* PADA MAHASISWA UNIVERSITAS MERCU BUANA YOGYAKARTA**

**I Putu Yoga Saputra**

Universitas Mercu Buana Yogyakarta/Fakultas Psikologi

17081737@student.mercubuana-yogya.ac.id

082147681771

**Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara emotional focus coping dengan kecanduan game online pada mahasiswa Universitas Mercu Buana Yogyakarta. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian iniadalah ada hubungan positif antara emotional focus coping dengan kecanduan game online pada mahasiswa Universitas Mercu Buana Yogyakarta. Subjek pada penelitian ini berjumlah 75 subjek, yaiutu mahasiswa aktif Universitas Mercu Buana Yogyakarta dengan rentang usia 17-23 tahun. Pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan Skala Kecanduan Game Online dan Skala Emotional Focus Coping. Teknik analisis data yang digunakan adalah uji korelasi Product Moment. Hasil uji korelasi untuk variabel kecanduan game online dengan emotional focus coping menunjukkan rxy = 0,227 dengan p = 0,025 ( p<0,05), berarti bahwa hipotesis bahwa ada korelasi yang positif antara emotional focus coping dengan kecanduan game online diterima. Sumbangan Efektif ( R2 ) menunjukkan bahwa emotional focus coping terhadap kecanduan game online berkontribusi sebesar 5,1% dan 94,9 % dipengaruhi oleh faktor lain.

**RELATIONSHIP BETWEEN EMOTIONAL FOCUS COPING AND ONLINE GAME ADDICTION IN STUDENTS OF MERCU BUANA UNIVERSITY YOGYAKARTA**

***Abstract***

This study aims to determine the relationship between emotional focus coping with online game addiction in Mercu Buana University students, Yogyakarta. The hypothesis proposed in this study is that there is a positive relationship between emotional focus coping and online game addiction in Mercu Buana University students, Yogyakarta. The subjects in this study amounted to 75 subjects, namely active students at Mercu Buana University Yogyakarta with an age range of 17-23 years. Data collection in this study used the Online Game Addiction Scale and the Emotional Focus Coping Scale. The data analysis technique used is the Product Moment correlation test. The correlation test results for the online game addiction variable with emotional focus coping showed rxy = 0.227 with p = 0.025 (p <0.05), meaning that the hypothesis that there is a positive correlation between emotional focus coping and online game addiction is accepted. Effective Contribution (R2) shows that emotional focus coping on online game addiction contributes 5.1% and 94.9% is influenced by other factors.

**Kata Kunci** : Emotional Focus Coping, Kecanduan Game Onlin

**PENDAHULUAN**

Penggunaan internet di Indonesia semakin terus meningkat dari tahun ke tahun. Penggunaan media internet oleh masyarakat di tengah Pandemi *COVID-19* ini meningkat karena aktivitas yang dilakukan oleh sebagaian besar masyarakat khususnya mahasiswa baik dalam aktivitas belajar kuliah maupun bersosialisasi dengan teman sebaya dilakukan secara online akibat adanya pembatasan kegiatan di luar rumah (APJII, 2020). Pembelajaran secara *daring* menggunakan internet membuat lebih banyak waktu dihabiskan menggunakan *smartphone* atau *gadget*. Internet memberikan kemudahan bagi individu dalam mencari informasi dan berjejaring sosial, mencari informasi, mencari berbagai hiburan seperti menonton video maupun bermain *game* ( APJII,2020).

Sesuatu hal yang bersifat berlebihan dapat memicu timbulnya suatu kecanduan (Kardefelr & Winther, 2017). Kecanduan adalah keadaan yang bergantung secara fisik pada sesuatu. Konsep kecanduan sendiri dapat diterapkan pada perilaku termasuk kecanduan terhadap teknologi informasi (Yuwanto, Listyo. 2010). Dalam hal ini kecanduan terhadap *game online* menurut DSM-V termasuk kedalam kecanduan internet khususnya *internet gaming disorder* dimana pengguna internet secara terus-menerus dan berulang yang melibatkan *game*, sering kali dengan pemain lain yang mengarah pada gangguan atau distres yang signifikan secara klinis, sebagaimana ditunjukkan dalam buku diagnosis, individu yang mengalami 5 dari 9 gejala yang muncul dalam periode waktu 12 bulan.

Young (2017) menerbitkan buku manual mengenai *Internet Addiction Test ( IAT)* yang didalamnya terdapat aspek-aspek kecanduan seseorang untuk online berdasarkan referensi dari *DSM-IV*. Para peneliti pun sepakat bahwa kecanduan internet merupakan sindrom kecanduan yang sangat mirip dengan *compulsive control disorder*, yang di dalamnya terdapat *Gambling Addiction, Internet Addiction Disorder*, dan *Internet Gaming Disorder* dengan beberapa aspek yaitu *Salience, excessive use, neglect work, anticipation, lock of control, dan neglect of social life.*

Dilihat dari aspek psikologis kecanduan terhadap *game online* menunjukkan ciri-ciri orang yang mengalami gangguan mental akibat pengaruh dari *game online* seperti : mudah marah, emosional dan mudah mengucapkan kata-kata kotor ( *Petrides & Furnham.* *2008).* Menurut DSM-V (2013) dampak psikologis lain dari individu yang mengalami internet *gaming addiction* adalah rusaknya hubungan dalam kehidupan nyata, mengganggu aktivitas masa lalu, mengganggu waktu tidur, pekerjaan, agresif, stress, dan disfungsional koping. Dari aspek sosial, beberapa *gamer* menemukan jati dirinya ketika bermain *game online* melalui keterikatan emosional dalam pembentukan *avatar*, yang menyebabkan tenggelam dalam dunia fantasi yang diciptakannya sendiri. Hal ini dapat membuat kehilangan kontak dengan dunia nyata sehingga berkurangnya interaksi (Marcovritz. 2012). Remaja yang terbiasa hidup di dunia maya, umumnya kesulitan ketika harus bersosialisasi di dunia nyata. Munculnya sikap antisosial, tidak memiliki keinginan untuk berbaur dengan masyarakat, keluarga dan juga teman-teman adalah ciri-ciri yang ditujukan remaja yang mengalami kecanduan *game online* ( Sandy & Hidayat. 2019).

Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi individu menjadi kecanduan terhadap *game online* ada 2 yakni faktor internal dan faktor eksternal. Dari faktor internal seperti adanya keinginan yang kuat untuk memenuhi pencapaian dalam *game*, rasa bosan yang muncul ketika berada di dalam rumah secara terus menerus, ketidakmampuan untuk mengatur aktivitas lainnya, dan kurangnya kontrol diri. Sedangkan dari faktor eksternal lingkungan yang kurang terkontrol dengan melihat teman-teman sebaya bermain *game online,* kurangnya memiliki hubungan sosial di dunia nyata sehingga alternative yang dipilih adalah bermain *game online*, serta harapan orang tua yang tinggi terhadap remaja yang menjadi mahasiswa (Deodo. 2015). Menurut Wan dan Chiou (2006) terdapat beberpa faktor yang menyebabkan seseorang menjadi kecanduan dalam bermain *game* yakni : hiburan dan rekreasi, menggunakannya untuk mengatasi emosi, melarikan diri dari kenyataan, hubungan interpersonal dan memuaskan kebutuhan sosial, kebutuhan untuk berprestasi, kebutuhan untuk adanya tantangan dan kegembiraan dalam diri, dan kebutuhan akan kekuasaan.

DSM-V (2013) menyimpulkan bahwa motivasi yang banyak ditemukan adalah sebagai *coping* terhadap permasalahan sehari-hari dan pelarian diri, hubungan *online,* kekuasaan, kontrol, rekognisi, hiburan dan tantangan. Seseorang dapat dikatakan mengalami kecanduan *game online* jika telah mengalami simtom-simtomnya. Penggunaan berulang yang berlebihan dari *game online*, menggunakan *game online* untuk melarikan diri atau membebaskan diri dari suasana hati yang negatif, terancam kehilangan relasi yang penting, pekerjaan, pemdidikan atau kesempatan karir karena *game* *online*.

Mahasiswa yang saat ini lebih banyak menggunakan pembelajaran secara daring lebih mudah untuk mengalami stress dan kecemasan ( Fauziah dkk, 2021). Kecemasan dan stress ini meningkat akibat adanya perubahan system pembelajaran pada masing-masing universitas mengikuti kebijakan yang di keluarkan pemerintah. Folkman dan Lazarus (dalam Umayya, 2006) menyebutkan mahasiswa memiliki kecenderungan untuk menggunakan *emotional focus coping* secara terus menerus seperti meregulasi emosi, mencari dukungan sosial dari orang lain atau menghindar secara kognisi maupun perilaku dalam menghadapi situasi yang menekan tanpa menghadapi masalah tersebut secara langsung. Penghindari masalah atau stres karena terlalu berat ataupun untuk mencari dukungan sosial karena merasa jauh lebih diterima di dalam dunia maya membuat remaja khususnya mahasiwa tersebut menjadikan *emotioanl focus coping* lebih sering untuk digunakan dengan cara bermain *game online* untuk menghindari masalah tersebut.

Berdasarkan pemaparan diatas, peneliti memilih variabel *emotional focus coping* sebagai variabel bebas atau *independen* dalam penelitian ini karena *emotional focus coping* seharusnya membantu mengurangi kadar stress yang dirasakan sehingga remaja yang sering menggunakan *emotional focus coping* untuk mengatasi stres atau lari dari masalahnya dengan bermain *game online* untuk mencari dukungan sosial ataupun proses menolak kenyataan dan melampiaskan dirinya bermain *game* secara terus-menerus dapat memicu kecanduan terhadap *game online*. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan *emotional focus coping* dengan kecanduan *game online* pada mahasiswa di Universitas Mercu Buana Yogyakarta

**METODE**

Pada penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan metode korelasi product moment. Dimana peneliti ingin mengetahui hubungan antara emotional focus coping terhadap kecanduan bermain game online pada mahasiswa Universitas Mercu Buana Yogyakarta. Pengukuran variabel menggunakan skala penelitian emotional focus coping dan skala kecanduan game online dimana skala-skala yang digunakan disusun berdasarkan aspek-aspek teori dari Carver (1989) dan DSM-V yang telah diterjemahkan ke dalam Bahasa Indonesia. Kemudian skala yang disebar akan di analisis menggunakan SPSS 23 for Windows. Dari data yang diperoleh masing-masing data dilakukan pengukuran normalitas dan reabilitas data kemudian dilanjutkan dengan pengukuran uji asumsi dan uji hipotesis. Data yang diperoleh dikelompokkan kedalam kategori-kategori untuk mengetahui seberapa tinggi atau rendahnya tingkat kecanduan game online serta strategi coping emotional focus coping yang digunakan.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

 Berdasarkan hasil penelitian , diktehaui bahwa mahasiswa yang mengalami kecanduan game online dalam kategori rendah ada sebesar 38,7 % ( 29 subjek ), untuk kategori sedang ada sebanyak 49,3 % ( 37 subjek ) dan untuk mahasiwa dengan kategori tinggi ada sebanyak 12 % ( 9 subjek ). Hal ini menunjukkan mayoritas subjek mahasiswa di Universitas Mercu Buana Yogyakarta mengalami kecanduan *game* *online* kategori sedang.

*Emotional Focus Coping*

## Tabel . Kategorisasi Emotional Focus Coping

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1** | **X< (µ-1.0 SD)** | **X < 12** | **Ringan** | **0** | **0 %** |
| **2** | (µ-1.0 SD ) ≤ X ≤ (µ +1.0 SD ) | 12 ≤ X ≤ 126 | Sedang | 75 | 100 % |
| **3** | (µ + 1.0 SD) ≤ X | 126 ≤ X | Tinggi | 0 | 0 % |

 Berdasarkan hasil kategorisasi diatas, diketahui bahwa mahasiswa yang menggunakan *emotional focus coping* sebesar 100 % ( 75 subjek) . Hal ini menunjukkan mayoritas secara keseluruhan mahasiswa Universitas Mercu Buana Yogyakarta menggunakan *emotional* *focus* *coping* kategori sedang, dimana ada *coping* lain yang digunakan selain *emotional* *focus* *coping* ( Carver, 1989).

Uji Hipotesis

 Uji hipotesis digunakan untuk mencari korelasi atau hubungan antara satu variabel bebas dengan variabel terikat. Kaidah atau normal untuk uji hipotesis ini adalah apabila nilai signifikansi ( p < 0,05 ) yang berarti adanya hubungan atau korelasi antara variabel yang di teliti. Sedangkan apabila nilai p ≥ 0,05 berarti tidak adanya korelasi antara variabel ( Safitri, 2017).

## Tabel . Hasil Uji Hipotesis ( Product Moment)

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Variabel** | **N** | **(rxy)** | **p ( < 0,05)** | **R2** | **Keterangan** |
| ***Emotional Focus Coping* dengan Kecanduan Game Onlien** | 75 | 0,227 | 0,025 | 0,051 | Diterima |

 Berdasarkan hasil analisis product moment diatas, diperoleh koefisien korelasi ( rxy ) = 0,227 dengan p = 0,025 yang berarti ada hipotesis diterima. Berdasarkan data diatas adanya hubungan positif antara *emotional focus coping* terhadap kecanduan game online, dimana semakin tinggi *emotional focus coping* maka semakin tinggi pula kecanduan game onlinenya, sebaliknya semakin rendah *emotional focus coping* maka semakin rendah pula kecanduan *game online.*

**Pembahasan**

 Hasil analisis data pada penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara *emotional focus coping* dengan kecanduan game online pada mahasiswa Universitas Mercu Buana Yogyakarta dengan nilai korelasi ( rxy ) sebesar 0,227 dengan p < 0,05 yang berarti ada hubungan positif antara *emotional focus coping* dengan kecanduan *game online*. Artinya, semakin tinggi *emotional focus coping* yang dilakukan maka semakin tinggi pula kecanduan *game* onlinenya. Sebaliknya, semakin rendah *emotional focus coping* maka semakin rendah juga kecanduan game online pada mahasiswa Universitas Mercu Buana Yogyakarta.

Stresful yang diarasakan karena kurangnya mendapat perhatian dari lingkungan atau sulitnya seseorang bersosialisasi secara langsung dikehidupan nyatanya sering kali membuat individua tau remaja mencari dukungan sosial yang bisa didapatkan secara virtual di dalam *game ( Grusser dalam Wood, 2008)*. *Seeking* *social support* dalam aspek *emotional focus coping* diperlukan oleh individu yang merasa stressful karena tidak adanya perasaan aman dari orang sekitarnya ( Manalu L, 2020). Dukungan sosial yang dicari dapat berupa simpati, sikap pengertian dan orang lain yang memahaminya karena mengalami permasalahan yang sama, dukungan sosial sangat mempengaruhi bagaimana reaksi seseorang terhadap situasi yang menekan sehingga memiliki kecenderungan lebih kecil dalam mengalami stress ( Lahey 2012). Bila hal ini didapatkan di *game* *online* maka intensitas remaja atau individu saat melakukan *coping* dapat terus terulang sebagai bentuk pengatasan stressful yang dialami sehingga meningkatkan kecanduan untuk bermain *game* *online*.

Kemudian Semakin tinggi stressful yang dirasakan oleh individu dan ketikdakmampuan mengubah situasi yang terjadi dan semakin menekan proses penyangkalan ( *denial* ) yang dilakukan oleh remaja dalam menyelesaikan masalahnya juga meningkatkan seiring dengan penggunaan *game onnlie* sebagai pelarian juga meningkat sebagai upaya pengatasan stressful tersebut ( Schneider, King & Delfabbro, 2017). Intensitas bermain *game online* secara kompulsif sebagai jalan melarikan diri dari masalahnya justru semakin meningkatkan kadar stressful dan kecanduan terhadap *game online* akibat dari permasalahan yang tidak kunjung terselesaikan dan dengan pola yang terus berulang justru meningkatkan tingkat kecanduan bermain *game online* pada remaja.

Pada hasil penelitiannya juga Manalu L (2020) mendapatkan hasil bahwa responden yang mengalami kecanduan *game online* tingkat ringan sebanyak 44 responden, sedangkan untuk kategori tingkat kecanduan sedang 55 responden dan untuk tingkat kategori kecanduan *game online* berat sebanyak 23 responden melakukan *emotional focus coping* sebagai strategi *coping* stress yang dilakukannya. *Game* yang bersifat struktural juga mempengaruhi *coping* yang dilakukan oleh remaja, tantangan yang diberikan dalam *game* mudah membuat seorang remaja terjebak di dalamnya sehingga remaja tersebut melupakan masalahnya dan lebih mengutamakan permasalahan di dalam *game* dibandingkan dengan permasalahan di dunia nyata ( Schneider, King & Delfabbro, 2017). Kemudian Semakin tinggi stressful yang dirasakan oleh individu dan ketikdakmampuan mengubah situasi yang terjadi dan semakin menekan proses penyangkalan ( *denial* ) yang dilakukan oleh remaja dalam menyelesaikan masalahnya juga meningkatkan seiring dengan penggunaan *game onnlie* sebagai pelarian juga meningkat sebagai upaya pengatasan stressful tersebut ( Schneider, King & Delfabbro, 2017). Intensitas bermain *game online* secara kompulsif sebagai jalan melarikan diri dari masalahnya justru semakin meningkatkan kadar stressful dan kecanduan terhadap *game online* akibat dari permasalahan yang tidak kunjung terselesaikan dan dengan pola yang terus berulang justru meningkatkan tingkat kecanduan bermain *game online* pada remaja.

Dalam penelitian Ko (2014) remaja yang bermain *game* *online* diberikan kepuasan dan kompensasi oleh *game* tersebut, perilaku *game* yang patologis ditandai dengan penggunaan *game* untuk menghindari ketidakpuasan dengan kehidupan sehari-hari. Pelarian yang negatif atau penguatan negatif dari permainan *game* sebagai cara untuk menghindari sumber stress dari rutinitas sehari-hari, sangat terkait dengan kecanduan *game* *online*. Menurut Schneider, King dan Delfabbro (2017) remaja yang mengalami kecanduan game online lebih banyak menggunakan emotional focus coping seperti aspek denial ( penyangkalan) dan behavioral disengagement dimana ketika seseorang mengalami suatu stres ia cenderung menolak dan menggunakan game online sebagai pelarian setiap kali merasa stres.

 Berdasarkan hasil penelitian diatas bahwa antara *emotional* *focused* *coping* dengan kecanduan *game* *online* pada mahasiswa memiliki hubungan yang positif. Selanjutnya , berdasarkan hasil analisis deskriptif dalam penelitian ini ditemukan bahwa mahasiswa yang kecanduan *game* *online* dalam kategori sedang 49,3 % atau 37 responden dari tota 75 responden dengan nilai terendah 2 dan nilai tertinggi 27. Sedangkan untuk variabel *emotional focus coping* 100 % atau sebanyak 75 dari total responden menggunakan *emotional* *focus* *coping* kategori sedang dengan nilai terendah 51 dan nilai tertinggi 79. Hal ini menunjukkan mahasiswa yang kecanduan *game* online yang menggunakan *emotional focus coping* ada sebanyak 75 subjek dan berada di kategori sedang.

 Sumbangan efektif ( R2 ) *emotional focus coping* dalam penelitian ini sebesar 5,1 % sedangkan 94,9 % lainnya dipengaruhi oleh faktor lain. Walaupun sumbangan efektif yang diberikan hanya 5,1 %. Walaupun hanya memberi sumbangan sebesar 5,1 % *coping* dipilih untuk mengatasi kadar stress yang dirasakan oleh individu. Bila *coping* yang dipilih kurang tepat justru akan menimbulkan stress yang baru dikemudian hari. Sedangkan sumbangan faktor lain seperti jenis *coping* lain seperti menurut Carver (1989) ada 3 jenis *coping* yang dapat digunakan oleh individu dalam mengatasi stress yang dirasakan seperti *emotional focus coping,* *problem* *focus* *coping* dan *less* *useful* *coping* sehingga ada strategi *coping* lain yang digunakan dan *emotional* *focus* *coping* bukan menjadi pilihan satu-satunya.

 Kemudian dalam jurnal Anggraini ( 2015 ) faktor psikologis lain seperti rasa membutuhkan, mood modifikasi, kehilangan kontrol, media untuk melarikan diri, adanya hubungan pertemanan ( *modeling* ), karakteristik kepribadian dimana individu dengan agresi, sikap berarti, *neuroticism* kemudian adanya rasa malu dan gangguan depresi. DSM-V (2013) juga menyimpulkan bahwa motivasi yang banyak ditemukan adalah sebagai *coping* terhadap permasalahan sehari-hari dan pelarian diri, hubungan *online,* kekuasaan, kontrol, rekognisi, hiburan dan tantangan. Kategori *emotional* *focus* *coping* berada pada kategori sedang sedangkan kecanduan game online juga berada pada kategori sedang ini berarti ada hal lain yang digunakan baik dalam mengurangi stress yang dirasakan seperti merokok, melakukan aktivitas fisik, ataupun melakukan hobi yang mereka suka sehingga game online bukan menjadi satu satunya sebuah solusi yang dilakukan untuk menggurasi stress yang dirasakan ( Pranatika 2014). Kemudian faktor lain seperti jenis game, kondisi psikologis serta gender atau jenis kelamin juga menjadi faktor lain individu dapat mengalami kecanduan game online ( Young dalam Molina 2007).

 Berdasarkan jenis kelamin, laki-laki lebih cenderung mengalami kecanduan game online dibandingkan dengan perempuan, sedangkan berdasarkan jenis game seperti PUBG, Mobile Legend juga mempengaruhi kecanduan game online seseorang berdasarkan kecocokan dalam *game* *play* yang semakin menantang dan menimbulkan rasa penasaran yang disuguhkan kepada pemain juga turut menyumbang seseorang menjadi kecanduan terhadap *game* tersebut ( Young dalam Molina 2007). Tingkat kecanduan tiap individu mungkin berbeda-beda tergantung dari cara individu tersebut untuk mengtasi stres yang dirasakannya. Berdasarkan hasil penelitian dan deskripsi pembahasan diatas dapat disimpulkan bahwa *emotional focus coping* berkontribusi dengan kecanduan *game online* pada mahasiswa Universitas Mercu Buana. Hal ini menunjukkan bahwa *emotional focus coping* memiliki hubungan positif pada kecanduan *game online*.

**KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, maka dapat ditarik kesimpulan terdapat hubungan positif antara *emotional focus coping* dengan kecanduan *game online* pada mahasiswa Universitas Mercu Buana Yogyakarta dengan korelasi positif. Artinya semakin tinggi *emotional* *focus* *coping* maka semakin tinggi pula kecanduan *game online* yang dilakukan, sebaliknya semakin rendah *emotional focus coping* yang dilakukan semakin rendah juga kecanduan *game online*

**Saran**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, maka dapat diajukan beberapa saran sebagai berikut :

Bagi subjek penelitian

 Bagi subjek yang menggunakan *emotional* *focus* *coping* diharapkan memiliki kontrol dan kesadaran akan permasalahannya sendiri. Bagi yang memilih penyelesaian dengan modifikasi mood mengunakan *game* *online* diharapkan mampu dan mengerti proporsi yang tepat dan mencoba melatih diri menggunakan strategi coping aktif lain seperti *problem* *focus* *coping* sehingga secara berkala mampu mengurangi keadaan stress yang dirasakan. Selain itu banyak kegiatan lain yang mampu atau bisa dilakukan seperti berkebun, berolahraga maupun mendatangi ahli professional bila dirasakan tidak menemukan solusi yang tepat untuk permasalahan yang sedang dihadapi. Sehingga nantinya masalah yang dirasakan tepat dan dapat teratasi. Bagi yang memiliki hobi dalam bermain *game* utamakan lah prioritas utama sehingga tidak terlarut dalam dunia fantasi *game* jadi pada akhirnya *game* bisa menjadi sarana melepas stress yang tepat dan memberikan nilai positif ke depannya.

Bagi peneliti selanjutnya

 Berdasarkan penelitian diatas 5,1 % dipengaruhi oleh emotional focus coping dan 94,1 % lainnya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diungkapkan dalam penelitin ini khususnya kecanduan *game* *online*, diharapkan pada penelitian selanjutnya untuk mengungkap faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi kecanduan *game online*. Selain itu, untuk penelitian selanjutnya dapat mengkaji lebih jauh strategi *coping* mana yang lebih mempengaruhi individu dalam mengalami kecanduan *game* *online*, sehingga dapat menjadi bahan pertimbangan ahli professional nantinya dalam memberi saran ataupun *treatment* pada klien.

**DAFTAR PUSTAKA**

Adam & Rolling. (2007). *Game online*. Diakses 27 Juni 2020 dari http://www.designernotebook.com/Book/Fundamental\_of\_Game\_Design/fundamentals\_ch21.pdf.

Allen , A. B., & Leary, M. R. (2010). Self-compassion, stress, and coping. *Jurnal Compilation, 4 (3), 107-118.*

American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders. Fifth Edition. London* : American Psychiatric Publishing.

Anam, C., Himawan, A, T (2005). *Peran emotion focused coping terhadap kecenderungan post-traumatic stres disorder pada karyawan yang menyaksikan peledakan bom di depan Kedutaan Besar Australia di Jakarta tahun (2004)*. Humanitas : Indonesia Psychological Journal 2/2

Andriyanto, Y. 2019. *Pengaruh game online PUBG terhadap prestasi nilai mahasiswa ilmu komunikasi Universitas Semarang.* Skripsi. Semarang : Universitas Semarang.

Anggraeni, F. K. (2015). Internet *gaming* *disorder* : Psikopatologi Budaya Modern. *Jurnal Psikologi Vol 23*. Yogyakarta : Universitas Gadjah Mada.

APJII. (2018). *Laporan asosiasi penyelenggaraan jasa internet Indonesia 2018*. Jakarta : APJII. <http://apjii.or.id/survei>

APJII. (2020). *Laporan asosiasi penyelenggaraan jasa internet Indonesia 2020*. Jakarta : APJII. http://apjii.or.id/survei

Azahra, J., S. (2017). *Hubungan antara stres akademik dengan coping stress pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di fakultas pendidikan psikologi.* Skripsi. Jakarta : Universitas Negeri Jakarta.

Azwar, S . (2000)*. Penyusunan skala psikologi*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.

Azwar, S. (2013). *Sikap manusia : teori dan pengukurannya*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar

Azwar, S. (2019). *Penyusunan skala psikologi*. Yogyakarta : Balai Pustaka Pelajar

Baron, R. A., & Byrne, D. (2005). *Psikologi sosial*. Jilid II Edisi Kesepuluh (terjemahan Djuwita, R). Jakarta : Erlangga.

Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing coping strategies : a theoretical based approach. *Jurnal of Personality & Social Psychology, 52, 267-283.*

Cohen, Bruce. J. (2009). Peranan, sosiologi suatu pengantar. Jakarta : Rineka Cipta

Farid, Marshudi . (2012). *Psikologi konseling*. Jogjakarta : IRCiSoD.

Fauziah, N. Cahyani, F. Rumaningsih, F. Fadillah, H. N, & Ambarwati, L. ( 2021 ). Overview of stress levels factors in students during online learning during the covid-19 pandemic in 2021. *Jurnal Kesehatan Masyarakat.* Jakarta : Universitas Jakarta K.H. Ahmad Dahlan.

Fitri, S. Y., Hardanti., Nurhidayah. (2013). Faktor-faktor yang melatar belakangi perilaku adiksi bermain game online pada anak usia sekolah*.* *Jurnal Keperawatan*. Bandung : Universitas Padjadjaran.

Hadi, S. ( 2016). *Statistik*. Yogya : Pustaka Pelajar.

Imanuel, N.(2009). *Gambaran profil kepribadian pada remaja yang kecancuan game online dan yang tidak kecanduan game online*. Skripsi. Depok : Fakultas Psikologi Universitas Indonesia.

Jayusman., R. A. (2018). *Hubungan antara dukungan sosial dan coping stress pada mahasiswa perantau di Yogyakarta*. Skripsi. Yogyakarta : Universitas Islam Indonesia.

Kardefelt-Winther, D. (2017). *How does the time children spend using digital technology impact their mental well-being, social relationships and physical activity ?* an evidence-focused literature riview. Florence : Unicef

King, D.L., Delfabbro, P.H., Zwaans, T., & Kaptis, D. (2014). Sleep interference effects of pathological electronic media use during adolescence. *internasional Jurnal of Mental Health and Addiction* . doi : 10.1007/s11469-013-9461-2

King, D.L., & Delfabbro , P.H. (2017). *Internet gaming disorder : theory, assessment, treatment, and prevention*. New York : Academic Press.

Ko, et al. (2005). Gender diffrences and relate factors affecting online gaming addiction among taiwanese adolescents. *Jurnal of Nervous and Mental Disease, 193 (5), 273-277.*

Kuss, D. J. (2003). *Internet gaming addiction : current perspectives*. Psychology Research and Behavior Management 6. 125-137.

Lazarus, R S., Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. USA : Spinger Publihing Company, New York.

Lemmens, J.S. Valkenburg, P.M., & Peter, J. (2009). *Development and validation of a game addiction scale for adolescents*. Media Psychology, 12 (1), 77-95.

Manalu, L. J. (2020). *Gambaran strategi coping stress pada mahasiswa yang kecanduan game online di Kota Medan*. Skripsi. Medan : Universitas Sumatra Utara.

Munawaroh.. (2011). *Stressor dan coping stress mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.* Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma.

Marcovitz, H .(2012). *Online gaming and entertainment.* San Diego, CA: Reference Point Press

Molina, Y., Kusumawati, R., Irna, Y. (2017). Perbedaan tingkat kecanduan ( adiksi) game online pada remaja ditinjau dari gaya pengasuhan. *Jurnal RAP Volume 8.* Padang : Universitas Negeri Padang.

Noya, M. & Salamor, P. (2021). Dampak kecanduan game online mahasiwa bimbingan dan konseling ( studi tentang kebiasaan mahasiwa bermain game online di Universitas Hein Namotemo). *Jurnal Bimbingan dan Konseling Terapan Vol 5.* Maluku Utara : Universitas Hein Namotemo .http://ojs.unpatti.ac.id/index.php./bkt.

Pambudhi., Y, Rudianto., Aspin. (2020). Hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan game online pada dewasa awal di desa Mondoke. *Jurnal SUBLIMAPSI. Vol 1 No 1 .* Universitas Halu Oleo.

Periantalo, J. (2016). *Penelitian kuantitaif untuk psikologi*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.

Petrides, K.V., & Furnham, A. (2000). *On the dimensional structure of emotional intelegence. personality and individual difference.* [www.elsevier.com/](http://www.elsevier.com/) locate/paid.

Pranitika, M. Hendriyanti R. & Mabruri, I. (2014).Hubungan emotion focused coping dengan game online addiction pada remaja di game centre bagian Semarang Barat dan Selatan. *Jurnal Ilmiah Psikologi*. Indonesia : Universitas Negeri Semarang.

Safitri, R. M. (2017). *Modul praktikum analisis data*. Yogyakarta : Modul

Sandy, T. A., & Hidayat, W. N. (2019). *Game mobile learning*. Malang: Multimedia Edukasi.

Santrock, J. W. (2003). *Psychology edisi 7*. Boston, MA : McGraw-Hill.

Santrock, J.W. (2012). *Life span development : perkembangan masa hidup jilid 1*. ( B.Widyasinta, Penerjemah). Jakarta : Penerbit Erlangga.

Sarwono. (1978). *Pengertian dan definisi mahasiswa*. Bina Aksara. Jakarta.

Septiani., Ruth P., Desy N, S., Defiana G. (2018). Gambaran coping stress pada pendatang baru yang tinggal di lingkungan padat dan bising di Jakarta. *Psikoislamedia Jurnal Psikologi.* Jakarta : Universitas Tarumanegara.

Sugiyono. (2012). *Metode penelitian kuantitaif kualitatif dan R & D*. Bandung : Alfabeta

Suryajaya, M. (2014). *Marxisme dan video gam*e, http://indoprogress. com/2014/04/marxisme-dan- video-game/

Susanto, M.D. (2013). Ketertiban ayah dalam pengasuhan, kemampuan coping, dan resiliensi remaja. *Jurnal Sains dan Praktik Psikologi.*

Taylor, S. E. (1995). *Health psychology edisi 3*. NY : MCGraw-Hill

Taylor, S. E., Peplau, L. A., & Sears, D.O. (2009). *Psikologi sosial edisi kedua belas.* (penerjemah Tri Wibowo B.S). Jakarta : Kencana

Tim Penyusun Kamus Pusat Bahasa. (2001)*. Kamus besar bahasa Indonesia edisi ketiga.* Jakarta : Balai Pustaka

Umayya, S. H. (2006). *Hubungan antara emotion-focused coping dengan proskrastinasi akademik pada mahasiswa.* Skripsi tidak diterbitkan. Universitas Islam Indonesia : Yogyakarta.

Wan, C.S dan Chio, B.C. (2006). Why are adolescents addicted to online gaming. An Interview Study in Taiwan, Cyberpsychology and Behavior *Jurnal. Mary Ann Liebert Inc. Vol. 9.. No. 6.*

Wijayanti, N. (2013). *Strategi coping menghadapi stress dalam penyusunan tugas akhir skripsi pada mahasiswa program S1 fakultas ilmu pendidikan.* Skripsi Fakultas Ilmu Pendidikan. Yogyakarta : Universitas Negeri Yogyakarta

Wong., C. (2019). *Perbedaan strategi coping pada mahasiswa baru etnis Jawa dan etnis Tionghoa.* Skripsi Psikologi. Semarang : Universitas Katolik Soegijapranata.

Young, K. S., & De Abreu, C. N. (2011). *Internet game addiction*. *Canad*a

Yuwanto, Listyo. (2010). *Mobile phone addict. Artikel Psikologi.* Surabaya : UniversitasSurabaya.https://ubaya.ac.id/2018/Conten/articles\_detail/10/Mobile-Phone-addict.html