

## KONTROL DIRI TERHADAP PERILAKU ADIKSI REMAJA PENGGUNA GAME ONLINE

Galih Vian Suwari, Muhammad Sahrul

Universitas Muhammadiyah Jakarta

e-mail: [galihvian48@gmail.com](mailto:galihvian48@gmail.com)

---

### Abstrak

Belakangan ini perilaku adiksi dikalangan remaja sangat populer disebabkan karena berbagai macam hal salah satunya yaitu intensitas penggunaan *game online*. Masa remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa. Pada masa ini remaja akan sangat mengalami berbagai perubahan pada dirinya, baik perubahan fisik maupun psikis. Remaja di era globalisasi ini dimanjakan dengan perkembangan teknologi internet. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor penyebab adiksi *game online* pada remaja, untuk mengetahui bagaimana *self control* remaja yang mengalami adiksi *game online*, dan untuk mengetahui *self control* remaja yang mengalami adiksi *game online*. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan analisis deskriptif. Pengumpulan data dilakukan dengan observasi, wawancara, dan dokumentasi. Jumlah subyek sebanyak 11 orang dengan 5 informan kunci dan 6 informan pendukung. Subjek penelitian adalah remaja yang mengalami perilaku adiksi terhadap penggunaan *game online*. Dalam penelitian ini perubahan yang paling terasa dialami oleh remaja adalah perubahan emosi. Perubahan keadaan emosi atau suasana hati yang dihadapi remaja yang mengalami kecanduan terhadap penggunaan *game online* dapat berupa sedih, depresi, lelah maupun gelisah. Perubahan keadaan emosi remaja yang mengalami kecanduan *game online* tidak terdapat batasan untuk menjadikan dirinya memiliki perasaan senang. Kesenangan tersebut bisa didapatkan akibat bermain *game online* secara berlebihan sehingga dapat menyebabkan remaja kecanduan untuk terus bermain *game online*. Perilaku adiksi remaja terhadap penggunaan *game online* dapat mempengaruhi bagi *self control* pada diri mereka.

**Kata kunci:** *self control, remaja, perilaku adiksi, game online.*

### SELF CONTROL ON THE ADDICTIVE BEHAVIOR OF ONLINE GAME USERS

#### Abstract

Lately, addictive behavior among teenagers is very popular because of various things, one of which is the intensity of using online games. Adolescence is music from children to adults. During this period, adolescents will experience various changes in themselves, both physical and psychological changes. Teenagers in this era of globalization are spoiled by the development of internet technology. This study aims to determine the factors causing online game addiction in adolescents, to find out how to control the self-control of adolescents who are addicted to online games, and to determine the self-control of adolescents who are addicted to online games. This study uses a qualitative method with a descriptive analysis approach. Data was collected by observation, interviews, and documentation. The number of subjects as many as 11 people with 5 key informants and 6 supporting informants. The research subjects are teenagers who experience addictive behavior towards the use of online games. In this study, the most noticeable changes experienced by adolescents were emotional changes. Changes in the emotional state or mood faced by adolescents who are addicted to the use of online games can be in the form of sadness, depression, fatigue or anxiety. Changes in the emotional state of teenagers who are addicted to online games there are no limits to making themselves feel happy. This pleasure can be obtained from playing online games excessively so that it can cause teenagers to become addicted to playing online games. Adolescents' addictive behavior towards the use of online games can affect their self control.

**Keyword :** self control, adolescents, addictive behavior, online games.

## PENDAHULUAN

Perilaku adiksi dari remaja pengguna *game online* merupakan suatu aktivitas bermain yang dilakukan dengan berlebihan secara terus menerus tanpa berkesudahan sehingga dapat mengganggu pada kehidupan sehari-harinya. Perilaku akibat *game online* dikalangan remaja merupakan fenomena baru, dan belum dianggap sebagai permasalahan yang serius sehingga banyak yang menyepelekan hal tersebut. Namun seiring perkembangan waktu jumlah remaja pengguna *game online* semakin mengalami peningkatan dan dampaknya berpengaruh terhadap kondisi fisik maupun psikologis mereka tidak bisa diremehkan. Penggunaan *game online* saat ini merupakan salah satu permasalahan baru yang timbul dikalangan remaja dan mendapat perhatian dari masyarakat luas.

Permasalahan yang timbul karena penggunaan *game online* telah mendapat banyak perhatian di masyarakat. *Game online* merupakan permainan yang dapat dimainkan oleh banyak orang dalam waktu bersamaan melalui sebuah jaringan internet (Adams, 2013). Sejak kemunculan *game online* menjadi sangat populer dan mudah untuk diakses oleh kalangan manapun. *Game online* itu sendiri dapat dimainkan di berbagai *platform*, seperti komputer pribadi (PC), konsol *game* (alat khusus untuk bermain *game*), dan *smarthphone*. Pada perkembangannya awal mula *game online* terjadi akibat kemajuan teknologi yang semakin mutakhir. Ditambah lagi, manusia merupakan makhluk yang tidak memiliki rasa puas dengan apa yang sudah ada yang menyebabkan alat teknologi pun difungsikan untuk membuat permainan praktis, dan tetap melatih pemikiran otak. *Game* saat ini sangat berbeda dengan yang terdahulu, jika dahulu *game* hanya bisa dimainkan dengan maksimal dua orang saja, sekarang seiring dengan berkembangnya kemajuan teknologi terutama teknologi yang berbasis jaringan internet, *game* dapat dimainkan oleh 100 orang sekaligus dalam rentan waktu yang bersamaan ([gamenews.co.id](http://gamenews.co.id)).

Indonesia merupakan salah satu negara yang memiliki fenomena *game online* yang tidak

kalahnya dengan luar negeri. *Game online* akan berdampak positif apabila dimanfaatkan sebagai hiburan (Adams, 2013). Bagi remaja *game online* merupakan suatu cara untuk menghilangkan rasa jenuh dikala waktu sedang senggang dan stress dapat dikurangi dengan bermain *game online*. Tidak hanya bersifat menghibur saja, *game online* juga dapat menjadi suatu wadah untuk mencari teman baru dari berbagai wilayah karena *game online* merupakan sebuah program permainan yang tersambung oleh jaringan yang bisa kita mainkan kapanpun dan dimanapun. *Game online* dapat dimainkan bersamaan berkelompok di seluruh dunia dan permainan itu sendiri menampilkan gambar-gambar menarik seperti yang diinginkan, yang didukung oleh komputer (Bobby Bodenheimer, 1999).

Perilaku adiksi *game online* dapat memberikan dampak buruk terhadap remaja. Sehingga diperlukan upaya agar remaja dapat terhindar dari kecanduan *game online*. Telah banyak penelitian yang dilakukan tentang kecanduan *game online*. Karena kurangnya kemampuan untuk mengendalikan antusiasme terhadap sesuatu yang dapat membangunkan minat mereka, seperti internet dan computer *gamers*. Melarikan diri dari kehidupan nyata ke dunia maya seringkali diasosiasikan dengan masalah serius dalam keseharian remaja. Kegemaran bermain internet *game* dikalangan remaja menimbulkan berbagai tanggapan mengenai pengaruh internet *game* terhadap perkembangan para *gamers* (Subrahmanyam, Kraut, Greenfield, & Gross, 2000 dalam Kusumadewi, 2010).

Penelitian yang dilakukan Jap, Tiatri, Jaya, & Suteja (2013) mengungkapkan bahwa 10,15% remaja di Indonesia terindikasi mengalami kecanduan *game online*. Artinya, satu dari sepuluh remaja di Indonesia terindikasi mengalami kecanduan *game online*. Fenomena kecanduan *game online* ini semakin meluas dan semakin memprihatinkan, terutama karena banyaknya remaja yang menjadi pecandu karena penggunaan *game online*. Bermain *game* memberikan perasaan yang sama seperti ketika

orang sedang bermain judi. Gejala kecanduan *game* adalah kehilangan minat untuk kehidupan sosial, merasa gelisah atau terganggu kalau tidak bisa bermain *game*, berbohong kepada teman dan keluarga tentang berapa lama waktu untuk menghabiskan bermain *game*.

Sampai saat ini kesadaran masyarakat terhadap dampak perilaku adiksi *game online* masih sangat rendah. Dalam jangka panjang perilaku adiksi *game online* akan dapat menimbulkan gangguan fungsi eksekutif untuk membuat perencanaan. Badan Kesehatan Dunia (WHO) sejak 2018 lalu sudah menetapkan bahwa perilaku adiksi *game online* sebagai salah satu bentuk gangguan mental yang disebut dengan istilah *gaming disorder*. *Gaming disorder* ini termasuk dalam kategori kecanduan non zat atau kecanduan perilaku, seperti hanya juga adiksi gawai, judi *online*, media sosial, porno, dan lain-lain. Berdasarkan penelitian yang dilakukan di Amerika Serikat, Yee (2006) menemukan sebanyak 67,8% remaja laki-laki dan 47,7% remaja perempuan yang merupakan pemain *game online* terindikasi kecanduan *game online* dengan rentan usia 12-28 tahun.

Sistem *self control* merupakan salah satu kompetensi pribadi yang perlu dimiliki oleh setiap individu. Perilaku seorang individu dipengaruhi dengan munculnya suatu tindakan baik untuk dirinya sendiri maupun kepada orang lain yang merupakan kemampuan individu untuk mengendalikan dirinya. *Self control* seseorang bisa terbentuk juga dikarenakan terdapat berbagai aturan hukum atau hukum yang mengikat diri agar tingkah laku yang diwujudkan bisa dikendalikan. Tingkah laku individu ditentukan oleh dua variabel yakni variabel internal dan variabel eksternal. Sekuat apapun stimulus dan penguat eksternal, perilaku individu masih bisa dirubah melalui proses kontrol diri (Skinner dalam Alwisol, 2009).

Menurut penelitian mengenai *self control* yang dilakukan oleh Ajzen dkk pada tahun 1982 (Jawahar, 2001: 876) menyebutkan bahwa orang dengan *self control* yang tinggi cakap dalam memecahkan isyarat-isyarat dalam lingkungan

sosialnya dan juga pandai dalam menyalurkan tingkah lakunya agar sesuai dengan konteks sosialnya. Sebaliknya, perilaku dengan *self control* yang rendah merefleksikan perasaan dan sikap mereka tanpa menghargai situasi atau konsekuensi interpersonal akibat perilakunya tersebut. Sementara itu peneliti Masya & Candra (2016) menemukan bahwa kurangnya *self control* hanya salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku adiksi terhadap *game online*, faktor lain adalah kurang perhatian, kurang kegiatan, lingkungan dan pola asuh serta kondisi depresi. Selain itu, jenis *game*, sarana atau fasilitas yang dimiliki serta kondisi keluarga memiliki pengaruh yang signifikan terhadap perilaku adiksi remaja pengguna *game online*. Tindakan *self control* memiliki hubungan yang berarti terhadap perilaku adiksi remaja pengguna *game online* dengan koefisien  $r$  sebesar -0.218. Koefisien ini termasuk kecil, jika dilihat kesamaan varians antara keduanya memperoleh 4.7%, artinya memang ada banyak faktor lain yang mempengaruhi perilaku adiksi remaja pengguna *game online* selain *self control* (Tresna Ayu Puspita, 2017).

Ketergantungan internet *game online* yang dialami pada masa remaja, dapat mempengaruhi kecerdasan emosional dan kemampuan dalam mengontrol diri mereka ketika menjalani kehidupan sehari-hari (Orleans & Laney, 1997). Karena emosi remaja yang tidak dapat terkontrol dengan melihat aksi maupun fitur yang terdapat dalam *game* tersebut yang selalu dimainkan berulang kali. Melalui berbagai fitur yang terdapat dalam *game online* tersebut dan emosi yang tidak dapat dikontrol oleh karena itu timbulah perilaku adiksi pada diri mereka. Penelitian mengenai *game online* yang dihubungkan dengan *self control*, dan perilaku adiksi di Indonesia sepertinya masih sangat minim dan terbatas.

## METODE

Penelitian ini dilaksanakan di RT. 14 RW. 11 Kelurahan Petukangan Utara, Kecamatan Pesanggrahan, Jakarta Selatan. Ditentukan secara sengaja (*purposive*), alasan melakukan penelitian pada lokasi ini dikarenakan lokasi ini banyak

remaja yang mengalami kecanduan terhadap *game online* oleh karena itu lokasi ini dianggap sangat tepat untuk penelitian guna mendukung penelitian. Jumlah informan sebanyak 11 orang yang terdiri dari 5 informan kunci dan 6 informan pendukung. Pengambilan data dilakukan pada bulan Juli sampai dengan bulan Desember 2021. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan pendekatan analisis deskriptif. Metode kualitatif dapat memudahkan peneliti untuk mendeskripsikan *self control* terhadap perilaku adiksi remaja pengguna *game online*.

Populasi target penelitian adalah remaja usia 16-18 tahun yang mengalami perilaku adiksi terhadap *game online*, orang tua dari remaja, dan perwakilan lingkungan pada tempat penelitian dilakukan. Sampel dalam penelitian ini adalah remaja usia 16-18 tahun yang mengalami perilaku adiksi terhadap penggunaan *game online* yang memenuhi kriteria inklusi. Subjek penelitian dipilih dengan metode *purposive sampling* yang dipilih tidak secara acak melainkan didasarkan pada suatu pertimbangan tertentu yang dibuat oleh peneliti sendiri, Jumlah subjek dalam penelitian ini adalah 11 orang. Informan yang didapat telah memenuhi kriteria sesuai dengan yang peneliti inginkan yang meliputi remaja, orang tua, dan perwakilan dari lingkungan. Penelitian ini mengambil subjek remaja yang berjenis kelamin laki-laki. Hal ini dikarenakan laki-laki lebih cenderung aktif dan tertarik dalam bermain *game online* dibandingkan dengan remaja perempuan.

Sebagai pengumpulan data yang konkrit dalam penelitian ini melakukan beberapa teknik pengumpulan data yaitu observasi, wawancara, dan dokumentasi. Teknik analisis data yang dilakukan dalam penelitian ini adalah reduksi data, penyajian data, dan *verification*. Dalam penelitian kualitatif harus mengungkapkan kebenaran objektif. Karena itu kebebasan data dalam sebuah penelitian kualitatif dapat sangat penting. Melalui keabsahan dan kredibilitas penelitian kualitatif dapat tercapai. Kredibilitas atau uji kepercayaan terhadap data hasil penelitian yang disajikan oleh peneliti agar hasil penelitian yang dilakukan tidak meragukan sebagai sebuah

karya ilmiah yang sedang diteliti. Triangulasi sendiri dapat diartikan sebagai teknik pengumpulan data yang bersifat menggabungkan dari beberapa teknik pengumpulan data dan sumber yang telah ada. Teknik triangulasi berarti penelitian menggunakan teknik pengumpulan data mendapatkan yang berbeda-beda untuk data dari sumber yang sama. Meliputi triangulasi sumber, triangulasi teknik, dan triangulasi waktu.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah peneliti lakukan dilapangan bertujuan untuk mencari tahu mengenai faktor penyebab adiksi *game online* pada remaja, untuk mengetahui bagaimana *self control* remaja yang mengalami adiksi *game online*, dan untuk mengetahui faktor pendukung dan penghambat *self control* remaja yang mengalami adiksi *game online*. Hasil jawaban yang didapatkan terhadap informan cukup beragam. Dari sebelas informan terdapat lima informan remaja yaitu FI, KA, AN, NF, SF dan juga terdapat lima informan orang tua dari masing-masing remaja yaitu DH, MH, RN, TI, AI serta terdapat satu informan perwakilan lingkungan yaitu SN yang hampir keseluruhan bertempat tinggal cukup berdekatan dengan peneliti yaitu di Rt14 Rw11 Kelurahan Petukangan Utara, Kecamatan Pesanggrahan, Jakarta Selatan yang sekaligus menjadi tempat lokasi penelitian untuk mencari data dalam melakukan penelitian. Pada penelitian ini peneliti mengambil informan remaja serta orang tua dari masing-masing remaja dan satu perwakilan lingkungan guna mendapatkan hasil data yang sesuai dengan yang peneliti inginkan.

Pada bagian ini peneliti akan membahas penyebab remaja mengalami kecanduan *game online*. Menurut informan SF dan Bapak AI kecanduan terhadap *game online* dapat disebabkan karena terlalu sering bermain dengan *gadget* dan juga dikarenakan adanya pandemi yang menyebabkan tidak adanya kegiatan sehingga untuk saat ini kegiatan belajar dilakukan dari rumah sehingga dapat memudahkan dalam

mengakses *game online*. Dalam hal ini kurangnya kegiatan berdampak kepada perilaku kecanduan terhadap penggunaan *game online*. Seperti yang dikatakan Masya & Candra (2016), kurangnya kegiatan pada remaja merupakan salah satu faktor yang menyebabkan timbulnya perilaku adiksi pada remaja tersebut. Sedangkan yang terjadi pada KA kecanduan diakibatkan karena sebagai penghibur diri sebagai penghilang rasa stress sehingga dapat menghilangkan beban di dalam dirinya. Bapak MH sebagai orang tua beranggapan kecanduan terhadap *game online* dapat terjadi dikarenakan hobi dan pengaruh teman yang mengajak KA untuk bermain *game online*. Pada informan FI dapat mengalami kecanduan *game online* berawal karena ajakan teman dan bermain *game online* yang dilakukan secara terus menerus untuk mendapatkan kepuasan yang dapat menyebabkan dirinya mendapatkan kepuasan. Hal ini serupa dengan teori (Pratiwi, Andayani, & Karyanta, 2013) yang berpendapat bahwa kecanduan atau perilaku adiksi dapat terjadi karena suatu gangguan yang bersifat kronis, ditandai dengan gejala kompulsif pada suatu kegiatan yang dilakukan oleh individu untuk mendapatkan kepuasan.

Pendapat yang sama juga dikatakan oleh informan AN dan NF ia mengatakan penyebab kecanduan terhadap penggunaan *game online* dapat diakibatkan karena adanya ajakan teman, ajakan teman tersebut yang dapat mempengaruhi remaja menjadi mengalami kecanduan terhadap *game online*. Ini serupa dengan yang dikatakan oleh orang tua mereka yaitu RN dan TI yang juga mengatakan bahwa anak mereka dapat mengalami kecanduan berawal dikarenakan ajakan teman mereka untuk bermain *game online* bersama sehingga mengakibatkan remaja dapat mengalami kecanduan terhadap penggunaan *game online* dan terlebih dimainkannya hingga lupa waktu. Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh (Masya & Candra, 2016) yang menyatakan bahwa faktor yang mempengaruhi kecanduan terhadap *game online* salah satunya adalah faktor lingkungan. Lingkungan merupakan faktor yang berpengaruh besar terhadap

pembentukan kepribadian dan perilaku seseorang, walaupun seorang anak itu tidak pernah dikenalkan mengenai *game online* dirumah bisa saja individu akan mengenal permainan *game online* melalui lingkungan teman sebayanya. Melalui lingkungan remaja dapat dengan mudah menerima berbagai macam hal baru. dikarenakan pada masa remaja seseorang mendapatkan pengaruh dari luar terhadap dirinya termasuk mendapatkan pengaruh dari teman. Masa remaja yang berada pada periode yang dimana mereka sedang mengalami ketidakstabilan sehingga cenderung lebih mudah untuk terjerumus kepada percobaan serta hal yang baru. Pada informan SN selaku perwakilan lingkungan mengetahui bahwa remaja tersebut mengalami kecanduan *game online* disebabkan karena berbagai macam hal yaitu pengaruh ajakan teman, hobi dari remaja tersebut terhadap *game online*, dan rasa penasaran yang terjadi pada remaja tersebut terhadap *game online*.

Pada bagian ini peneliti akan membahas mengenai bagaimana *self control* yang dialami remaja tersebut terhadap penggunaan *game online*. Berdasarkan hasil dari penelitian SF memiliki kontrol diri yang baik untuk pengendalian dirinya ini dapat dibuktikan dengan bahwa SF tidak pernah menyiksa diri dan membanting hp ketika sedang bermain *game online*, ini serupa dengan yang dikatakan AI sebagai orang tua SF bahwa ia dapat melakukan kontrol diri dalam dirinya ia menjelaskan sebagai orang tua selalu menjaga ketika anak sedang bermain *game online* kemudian ia juga memantau anak agar anak tidak berkata kasar apalagi hingga sampai menyakiti dirinya sendiri dan orang lain. Hal ini merujuk kepada teori yang dikemukakan oleh Block dan Block (Lazarus, 1976) mengenai *appropriate control* yang merupakan kontrol individu yang dilakukan dalam upaya mengendalikannya suatu impuls secara tepat. *Appropriate control* sangatlah dibutuhkan oleh seorang individu agar mereka mampu berhubungan secara tepat dengan diri sendiri maupun dengan lingkungannya.

Kemudian dari informan KA sering kali merasa kesal ketika bermain *game online*, ketika ia merasa kesal dalam bermain *game online* kadang hingga membanting hpnya sebagai bentuk suatu pelampiasan atas perasaan kesalnya, hal ini dapat disebabkan karena emosi yang kurang stabil ketika individu dalam emosi yang tidak stabil, maka individu tersebut sulit untuk mengendalikan kontrol diri terhadap dirinya dan cenderung melakukan tindakan yang diluar kendali tanpa pemikiran yang masak. Ini sangat erat kaitannya dengan bagaimana individu dapat mengendalikan emosinya serta mengontrol dorongan-dorongan yang terdapat dalam dirinya. Sedangkan MH sebagai orang tua menganggap bahwa KA mempunyai kontrol diri yang cukup baik ini berbeda dengan yang dikatakan KA sehingga MH sebagai orang tua kurang melakukan pengawasan terhadap pengendalian diri anak yang menyebabkan anak menjadi merasa kurang mendapatkan perhatian dari orang tua, banyak individu yang mencoba menarik perhatian orang tuanya dengan melakukan aktivitas-aktivitas yang tidak diinginkan agar mereka dapat menjadi pusat perhatian oleh orang-orang terdekatnya.

Dalam Membangun pengendalian diri bukanlah suatu hal yang mudah, begitu juga yang terjadi pada informan FI yang belum dapat melakukan pengendalian diri ketika bermain *game online* ia menjelaskan bahwa emosi yang tidak terkendali dapat menyebabkan hilangnya *self control* dalam dirinya. Emosi yang terjadi pada dirinya ketika sedang bermain *game online* dapat disebabkan karena koneksi yang tidak baik dalam bermain *game online*. Sehingga menyebabkan perilaku bersifat impulsif pun dapat terjadi yang dimana melakukan suatu tindakan tanpa memikirkan akibat dari apa yang telah dilakukannya. Sebagai orang tua DH mengetahui bahwa FI sering kali berkata kasar ketika emosinya sedang tidak stabil pada saat sedang bermain *game online*. Sama halnya dengan AN bahwa ia menyadari dirinya pernah melakukan kebiasaan buruk ketika sedang bermain *game online* seperti membanting hp hingga hancur karena sedang emosi dan hal tersebut dapat terjadi

secara reflek dan tidak sengaja tanpa berfikir dalam mengambil keputusan atas apa yang telah dilakukannya. RN sebagai orang tua AN menyatakan bahwa anaknya sering kali berbicara kotor ketika sedang emosi bermain *game online* ini yang menyebabkan dirinya tidak dapat melakukan pengendalian diri dengan baik sehingga timbulah perilaku impulsif dalam dirinya.

Sedangkan yang terjadi pada informan NF bahwa ia juga demikian belum dapat melakukan pengendalian diri dengan baik. Ia menyadari bahwa dirinya sering melakukan *trash talk* serta *toxic* ketika merasa kesal ketika bermain *game online* kepada pemain lain. Ini sependapat dengan TI orang tua NF bahwa emosi yang terjadi pada anaknya masih belum stabil sehingga merasa sulit dalam melakukan pengendalian terhadap dirinya. Kemudian SN selaku perwakilan lingkungan menyadari bahwa pengendalian diri pada remaja tersebut belum cukup baik ini dikarenakan remaja tersebut bermain *game online* ditempat umum dan bisa sampai larut malam dan terkadang remaja tersebut suka berbuat rusuh hingga akhirnya emosi yang dapat menyebabkan lingkungan sekitar menjadi terganggu ketika mereka bermain *game online* ditempat umum.

Dapat diketahui bahwa dari para informan remaja KA, FI, AN, dan NF mereka belum dapat melakukan pengendalian diri ketika sedang bermain *game online* dikarenakan emosi yang kurang stabil sehingga dapat memicu perilaku impulsif keluar dari hal tersebut dapat dikatakan bahwa mereka mengalami *under control*.

Pada bagian ini peneliti akan membahas faktor yang menjadi pendukung dan penghambat dari *self control* remaja. *Self control* sangatlah diperlukan agar seseorang tidak terlibat dalam pelanggaran norma, keluarga, sekolah, dan masyarakat. Menurut SF orang tua merupakan pendukung dari pembentukan *self control* dirinya. Nasehat yang diberikan oleh orang tua menjadi pendukung bagi pengendalian dirinya ketika merasa emosi maupun kesal dalam bermain *game online*. Informan AI sebagai orang tua SF memberikan kesibukan lain, kegiatan di luar

rumah sebagai dukungan *self control* agar anaknya bisa berhenti dalam bermain *game online*. Pada informan remaja KA dan FI mengatakan bahwa salah satu faktor penting pendukung *self control* mereka adalah dari teman sebaya. Teman memberikan pengaruh yang cukup besar dalam kehidupan individu, seorang teman dapat memberikan peringatan serta dukungan dalam pembentukan *self control* seseorang. Pada masa remaja hubungan dengan teman sebaya lebih akrab, mereka lebih banyak menghabiskan waktu di luar rumah bersama teman sebayanya dibandingkan dengan keluarga. Remaja bergaul secara luas dalam lingkungan sosialnya.

Dalam perihal ini dikatakan bahwa informan dapat yakin terhadap teman sebaya dalam pendukung pembentukan *self control* mereka. Ini sejalan dengan teori yang dikemukakan menurut Averill (1973, hlm. 287) mengenai *decisional control* yang merupakan kemampuan individu dalam mengendalikan diri untuk memilih suatu tindakan berdasarkan pada suatu yang telah diyakininya. Kontrol diri akan sangat berfungsi dalam menentukan pilihan bagi remaja tersebut, baik dengan adanya suatu kesempatan maupun kebebasan pada diri individu untuk memilih berbagai kemungkinan dalam melakukan tindakan. Sedangkan pada informan MH dan DH sebagai masing-masing dari orang tua mereka memberikan nasehat dan selalu mengingatkan bahwa bermain *game online* yang dilakukannya secara terus-menerus berdampak tidak baik. Sebagai orang tua sangat penting dalam faktor pendukung yang mempengaruhi *self control* terhadap seorang anak karena orang tua merupakan lingkungan pertama anak mendapatkan pendidikan dan pelajaran mengenai aturan-aturan yang berlaku dalam kehidupan. Ini sejalan dengan teori yang dikemukakan dalam Logue (1995, hlm. 34) yaitu faktor lingkungan yang mempengaruhi dukungan *self control* terutama dipengaruhi oleh orang tua. Dapat diketahui orang tua menjadi pembentuk pertama *self control* pada anak. Cara orang tua menegakkan disiplin, cara orang tua merespon kegagalan anak, gaya berkomunikasi, cara orang

tua mengekspresikan kemarahan (penuh emosi atau mampu menahan diri) merupakan tempat awal anak belajar mengenai *self control*

Kemudian AN mengatakan bahwa berorganisasi dapat menjadikan pendukung bagi *self control* dirinya. Ketika sedang berorganisasi ia akan memiliki aktivitas di luar rumah sehingga menyebabkan ia tidak sering dalam bermain *game online* hingga lupa waktu. Dengan berorganisasi seseorang akan memiliki kesibukan lain sehingga dapat menjadi manfaat positif dalam mengisi waktu mereka. Begitu juga yang dikatakan RN sebagai orang tua yang selalu mengingatkan dan memberikan anaknya kegiatan lain seperti menyuruh anak untuk belajar, melakukan ibadah mengaji, serta sholat ke masjid agar mengurangi waktu dalam bermain *game online*. Informan lainnya NF memberikan pendapat bahwa karena memikirkan pendidikan dan ingin fokus terhadap pendidikannya menjadi pendukung dalam *self control* dirinya dalam mengurangi waktu bermain *game online*. Ini sependapat dengan TI orang tuanya bahwa cara untuk memberikan dukungan terhadap *self control* anak yang kecanduan *game online* ialah mendaftarkan anak untuk mengikuti kegiatan olahraga serta mendaftarkan anak untuk mengikuti kegiatan pengajian. Hal serupa juga disampaikan oleh SN ia mengatakan orang tua harus mengingatkan serta menasehati anak agar tidak bermain *game online* hingga mengalami kecanduan dan melampaui waktu karena remaja tersebut harus melakukan kewajiban untuk belajar. Ini sejalan dengan pernyataan dari Young (dalam Syahrani, 2015) dimana beberapa penanganan yang perlu dilakukan untuk menghilangkan kecanduan atau bermain *game online* secara berlebihan, yaitu mengurangi waktu untuk bermain *game*, disiplin dalam membagi waktu antara bermain *game* dengan melaksanakan kewajiban, dan berkumpul dengan seseorang yang bisa memberikan dukungan moral, serta tindakan untuk tidak bermain *game online*.

Kemudian terkait faktor penghambat dari *self control* menurut SF dikarenakan pada saat ini sekolah dilakukan secara daring dan memerlukan gadget sebagai media pembelajarannya sehingga

dapat dengan mudah untuk terus mengakses *game online* dan menyebabkan tidak fokus dalam belajar. Ia juga berpendapat bahwa dari bermain *game online* bisa mendapatkan hadiah sehingga ingin bermain terus-terusan untuk mendapatkan kepuasan dari hadiah yang didapatkannya dalam bermain *game online*. Bapak AI sebagai orang tua menyatakan penghambat dari *self control* anak adalah anak yang sulit untuk diatur karena anak tersebut berperilaku semaunya sendiri tanpa mendengar perkataan orang tua, lalu emosi yang tidak stabil ketika bermain *game online* juga dapat memicu penghambat dari *self control* terhadap anak. Sementara itu penghambat dari *self control* yang dialami oleh informan remaja KA, dan AN hampir sama, yaitu lingkungan. Ini sependapat dengan teori yang dikemukakan oleh Ghufron & Risnawati (2012) bahwa faktor eksternal dapat mempengaruhi control diri seseorang. Faktor eksternal ini diantaranya adalah lingkungan dan keluarga. KA mengungkapkan bahwa faktor penghambat yang dialaminya terhadap *self control* dikarenakan teman yang selalu membujuk untuk tetap bermain *game online*, lalu AN yang mengungkapkan bahwa karena ajakan teman yang menjadi penghambat bagi *self control* dirinya, teman yang selalu mengajak bermain *game online* hingga asik keterusan. Pendapat tersebut menyatakan ajakan teman menjadi penghambat dari *self control* mereka dimana teman merupakan tempat untuk berinteraksi di dalam suatu lingkungan. Kedua orang tua mereka yaitu MH dan RN bahwa mengalami hambatan dalam *self control* terhadap anak yang diakibatkan anak sulit untuk diatur serta dinasehati oleh orang tua sehingga anak cenderung lebih bertindak sesuai kemauannya sendiri.

Penghambat *self control* yang terjadi pada informan NF karena ia merasa telah mendapatkan keuntungan dari hasil jasa joki dan jual beli akun *game online*. TI sebagai orang tua mengetahui bahwa penghambat *self control* pada NF adalah emosi dari anaknya yang kurang stabil sehingga mengakibatkan NF terkadang suka marah-marah dan berkata kasar. Sedangkan pada informan remaja FI menyatakan bahwa dirinya sendiri juga

dapat menghambat dari *self control* ini dikarenakan bagaimana FI mengontrol dirinya terhadap suatu tindakan agar tidak bertindak dengan tingkah laku yang melanggar. Ini sejalan dengan pendapat Berk (1995, hlm. 53) bahwa *self control* merupakan kemampuan yang dimiliki seseorang dalam menghambat serta mencegah suatu impuls agar tidak muncul dalam bentuk tingkah laku yang melanggar serta bertentangan dengan standar moral. DH sebagai orang tua FI memahami bahwa emosi yang kurang stabil yang dialami oleh anaknya menjadi faktor penghambat dari *self control* terhadap anaknya. Menurut SN menyatakan bahwa penghambat *self control* yang terjadi pada informan remaja karena remaja tersebut sulit untuk diatur dan dinasehati ini dibuktikan dengan SN menyuruh para remaja tersebut untuk berhenti bermain *game online* namun remaja tersebut tidak menghiraukan nasehati dari SN dan tetap melanjutkan bermain *game online* bersama.

Dari penjelasan diatas maka dapat disimpulkan bahwa *self control* seseorang dapat dipengaruhi oleh lingkungannya, terutama lingkungan keluarga dan kelompok teman sebaya. Apabila lingkungan tersebut cukup kondusif, dalam arti kondisinya diwarnai dengan hubungan yang harmonis, saling mempercayai, saling menghargai, dan penuh tanggung jawab, maka remaja cenderung memiliki kontrol diri yang baik. Hal ini dikarenakan remaja mencapai kematangan emosi oleh faktor-faktor pendukung tersebut. Sedangkan sebaliknya, jika lingkungan tersebut tidak harmonis dan kurang kondusif maka remaja cenderung melakukan tindakan tanpa pemikiran yang matang sehingga menjadi penghambat bagi *self control* mereka.

Permasalahan yang sering kali dialami oleh remaja dalam lingkungan sosial dapat muncul diakibatkan karena tindakan dari orang-orang sekitar dan lingkungan sosial remaja, sehingga hal tersebut dapat menimbulkan gangguan dan kesulitan yang dialami remaja. Keadaan remaja yang mengalami kecanduan terhadap *game online* dihadapkan pada lingkungan sosial mereka yang dapat mempengaruhi *self control* pada diri

mereka. Intensitas dalam bermain *game online* dapat memunculkan berbagai permasalahan dikalangan remaja. Hal ini sangat dirasakan remaja dalam menghadapi permasalahan tersebut. Banyaknya waktu luang yang digunakan untuk bermain *game online* menjadi kesadaran remaja yang sudah mengalami perilaku adiksi terhadap penggunaan *game online*.

Dalam penelitian ini perubahan yang paling terasa dialami oleh remaja yang mengalami kecanduan terhadap penggunaan *game online* adalah perubahan emosi yang dialami oleh remaja tersebut. Perubahan keadaan emosi atau suasana hati yang dihadapi oleh remaja yang mengalami kecanduan terhadap penggunaan *game online* dapat berupa depresi, sedih, lelah maupun gelisah. Perubahan keadaan emosi remaja yang mengalami kecanduan terhadap penggunaan *game online* tidak terdapat batasan untuk menjadikan dirinya memiliki perasaan senang. Kesenangan tersebut bisa didapatkan akibat bermain *game online* yang berlebihan sehingga dapat menyebabkan remaja kecanduan untuk terus bermain *game online*.

Dalam permasalahan ini pekerja sosial klinis dapat berperan terhadap penanganan remaja yang mengalami perilaku adiksi terhadap penggunaan *game online* yang dimana dapat mempengaruhi bagi *self control* pada diri mereka. Walaupun dalam beberapa kasus orang tua dapat melakukan tindakan terhadap anak agar dapat mengurangi perilaku adiksi terhadap penggunaan *game online*. Dalam prakteknya pekerja sosial klinis menekankan kepada individu, keluarga, serta kelompok kecil yang memiliki masalah patologis, dan permasalahan sosial yang menyangkut psikososial yang menyimpang dari nilai dan norma. Sehingga pada permasalahan remaja yang mengalami kecanduan terhadap penggunaan *game online* ini pekerja sosial klinis dapat turut andil dalam melakukan penanganan terhadap remaja yang mengalami kecanduan akibat penggunaan *game online*.

Pekerja sosial klinis dengan pengetahuan serta keterampilan yang dimiliki dapat memberikan tindakan terhadap remaja yang mengalami kecanduan *game online* dengan melalui proses

bimbingan maupun konseling yang dilakukan terhadap remaja tersebut. Pekerja sosial klinis dapat berperan dengan melakukan pendampingan terhadap remaja terhadap pola bermain *game online*, memberikan kegiatan lain terhadap remaja untuk mengurangi kecanduan terhadap *game online*, pekerja sosial klinis juga dapat memberikan edukasi terhadap dampak bahaya dari penggunaan *game online* yang dimainkan secara berlebihan, serta melakukan monitoring terhadap remaja agar mereka dapat terlepas dari kecanduan *game online*. Sehingga dengan ini diharapkan pekerja sosial klinis dapat terlibat dalam suatu permasalahan yang sering kali terjadi di lingkungan masyarakat dengan pengetahuan dan keterampilan yang dimiliki sebagai bentuk peran dari profesi pekerja sosial klinis.

Dalam permasalahan ini pekerja sosial klinis dapat melakukan pendekatan praktek konseling dengan menggunakan teknik *CBT (Cognitive Behavior Therapy)* yaitu dengan memusatkan perhatian kepada upaya mengidentifikasi pikiran-pikiran atau pernyataan diri negatif dan keyakinan-keyakinan klien yang irasional. Teknik ini digunakan untuk mengidentifikasi pola pemikiran yang dimiliki oleh para remaja yang mengalami kecanduan *game online* yang dapat berdampak negatif. Melalui tindakan yang dapat dilakukan guna membantu merubah pandangan maupun pola pikir seseorang yang negatif dan melatih seseorang dengan tegas dalam merubah pandangan atau pola pikir tersebut menjadi lebih baik.

Pemberian *Cognitive Behavior Therapy* yang dilakukan oleh pekerja sosial klinis dalam prakteknya diharapkan mampu merubah kecanduan yang dialami oleh remaja. Teknik ini dapat menurunkan kecanduan akibat *game online* pada remaja dan juga dapat meningkatkan motivasi remaja untuk mulai berhenti bermain *game online* secara berlebihan, mengontrol perilaku mereka, dan memperkuat dalam pengambilan keputusan. *CBT* juga dapat mengatasi remaja untuk mempelajari cara-cara yang lebih baik untuk mengatasi emosi-emosi tidak nyaman, seperti kecemasan, stress, atau

depresi. Oleh karena itu melalui teknik ini diharapkan remaja dapat mengurangi intensitas mereka dalam bermain *game online* sehingga dapat menurunkan tingkat kecanduan yang mereka alami. Pekerja sosial klinis sangat berperan penting dalam melakukan pelaksanaan pada teknik *CBT* karena diperlukannya tenaga profesional terhadap penanganan kasus-kasus

## **SIMPULAN**

Hasil pembahasan mengenai *self control* terhadap perilaku adiksi remaja pengguna *game online* yang diambil dari sebelas informan menghasilkan data yang bervariasi. Dari latar belakang serta kepribadian masing-masing informan yang memiliki *self control* yang serupa terhadap perilaku adiksi pengguna *game online*. Perilaku yang menyebabkan remaja kecanduan terhadap *game online* disebabkan oleh berbagai macam hal. Dimana para remaja tersebut dapat mengalami kecanduan terhadap *game online* dikarenakan ajakan serta pengaruh teman mereka. Lalu mengenai *self control* remaja terhadap *game online* bahwa mereka belum dapat mengontrol dirinya ketika bermain *game online*. Ini dapat dibuktikan dengan informan sering kali emosi ketika bermain *game online* karena emosi yang tidak stabil sehingga terjadi tindakan yang melanggar norma dalam masyarakat. Oleh karena itu lingkungan merupakan faktor penting dalam perkembangan *self control* pada remaja. Karena orang tua menjadi pembentuk pertama *self control* pada anak. Kemudian faktor yang menjadi pendukung dan penghambat *self control* mereka ini dikarenakan karena faktor eksternal atau yaitu lingkungan dan keluarga yang dimana lingkungan menjadi tempat remaja dalam berinteraksi serta menjalankan kehidupan sehari-hari.

## **SARAN**

### **1. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Hasil penelitian ini masih banyak mengalami kelemahan dan kekurangan, terutama dalam hal wawancara dengan informan yang sesuai dengan karakteristik yang dibutuhkan. Maka dari itu,

yang berkaitan dengan kondisi psikososial seseorang termasuk dalam permasalahan remaja yang mengalami kecanduan terhadap penggunaan *game online* agar dapat mengurangi tingkat kecanduan mereka sehingga mereka dapat melakukan keberfungsian sosial pada lingkungan mereka.

diharapkan peneliti selanjutnya yang ingin meneliti mengenai hal serupa agar dapat lebih mengerucut mengenai pembahasan yang akan dipaparkan kepada pertanyaan inti dan mampu mendapatkan kepercayaan lebih terhadap para informan. Kemudian peneliti juga diharapkan dapat menggali informasi mengenai hal-hal lain terkait *self control* terhadap perilaku adiksi remaja pengguna *game online* serta menjangkau lebih menyeluruh agar dapat mengembangkan terkait informasi yang sudah didapatkan dalam penelitian.

### **2. Bagi Masyarakat**

Bagi masyarakat khususnya orang tua agar dapat lebih peduli lagi mengenai perilaku adiksi terhadap penggunaan *game online*. Perilaku adiksi *game online* dapat memberikan dampak yang buruk terhadap remaja termasuk *self control* mereka. Sehingga diperlukan upaya orang tua untuk melakukan pengawasan serta rasa peduli terhadap anak mereka. Sampai saat ini kesadaran masyarakat terhadap dampak perilaku adiksi *game online* masih dikatakan sangatlah rendah.

### **3. Bagi Remaja**

Bagi remaja agar dapat mengontrol diri dan waktunya dalam bermain *game online* serta dapat mencari kegiatan lain yang lebih bisa bermanfaat sehingga waktu mereka tidak terbuang sia-sia hanya untuk bermain *game online* saja. Para remaja seharusnya juga lebih memahami dan menyadari dampak yang ditimbulkan akibat dari bermain *game online* secara berlebihan.

### **4. Bagi Pekerja Sosial**

Sebagai tenaga profesional pekerja sosial diharapkan untuk mampu ikut serta dalam

penanganan permasalahan remaja yang mengalami kecanduan terhadap *game online*. Dengan adanya peran pekerja sosial senantiasa berupaya untuk memperkuat profesi pekerjaan sosial sebagai pilar dalam upaya mengatasi permasalahan-permasalahan sosial seperti remaja yang mengalami kecanduan *game online*. Melalui pengetahuan dan keterampilan yang dimiliki oleh pekerja sosial diharapkan dapat mampu mengurangi intensitas dari penggunaan *game online* yang dimainkan oleh remaja sehingga remaja tersebut tidak lagi mengalami kecanduan terhadap penggunaan *game online* yang dapat berdampak kepada *self control* pada diri mereka.

## DAFTAR PUSTAKA

### Buku :

Averill, J.R. (1973). *Personal control over aversive and its relationship to stress*. *Psychological bulletin*, 80(4), 286-303.

Adams, E. (2003). *Fundamentals of game Prevalance, social networking service and game use*. *Health Psychology Open*, 5(1), 1-15.

Alwisol, (2009). *Psikologi Kepribadian edisi revisi*. Malang: UMM Press..

American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder Edition (DSM-V)*. Washington: American Psychiatric Publishing.

Batubara, J. R. (2010). *Adolescent Development (Perkembangan Remaja)*. Jakarta. *Sari Pediatri. Vol 12, No 1*. Departemen Ilmu Kesehatan Anak RS Dr. Cipto Mangunkusumo.

Berk, Laura. E. (2008). *Infacts, Children, and Adolescent*. Pearson Education Inc.

Bodenheimer, Bobby. (1999) *Computer Animation and Simulation*. Eurographics.

Hurlock, E.B. (1980). *Psikologi perkembangan*. Penerbit Erlangga. PT. Gelora Aksara Pratama.

Inge Andriani, dkk. (2011). *Gambaran kecenderungan agresivitas dalam pemilihan game online pada anak*. *Proceeding PESAT Universitas Gunadarma*. (volume 4).

Januar, Iwan, turmuzi. (2006). *Game Mania*. Jakarta: Germa Insani.

Jordan, C. J., & Andersen, S. L. (2016). *Sensitive periods of substance abuse: Early risk for the transition to dependence*. *Developmental Cognitive Neuroscience*, 25(10), 29-44.

Meolong, L.J. (2011). *Metodologi Penelitian Kualitatif Edisi Revisi*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.

Orleans, M. & Laney, M. C. (1997). *Early Adolescent Computer Use: Isolation or Socation?*. Sociology Departement. CSUF.

Santrock, J.W. (2003). *Adolesence. Perkembangan remaja*. Shinto, B.A., & Saragih, S (terj). Jakarta: Erlangga.

Sarwono, Sarlito Wirawan. (2004). *Psikologi Remaja*. Jakarta: CV Rajawali.

### Jurnal:

Alkatiri, N. (2017). *Hubungan anatara Kecerdasan Emosional dengan Perilaku Cyberbullying Pada Remaja Madya Di Surabaya*. Fakultas Psikologi. Universitas Airlangga Surabaya.

Fahrudin, Adi dkk. (2007). *Handout Pengantar Pekerjaan Sosial Klinis Jurusan Rehabilitasi Sosial*. Bandung : STKS.

Febriandari, A. D., Nauli, F. A., & Rahmalia, S. HD. (2016). *Hubungan Kecanduan Bermain Game Online Terhadap Identitas Diri Remaja*. *Jurnal Keperawatan Jiwa*. Pekanbaru: Universitas Riau. Program Ilmu Keperawatan.

Hardanti, A, Nurhidayah, I, Yuyun, S, Fitri, R. (2013). *Faktor-faktor yang Melatarbelakangi Perilaku Adiksi Bermain*

- Game Online pada Anak Usia Sekolah. *Jurnal Keperawatan*, 1(3).
- Jap, T., Tiatri, S., Jaya, E. S., & Suteja, M. S. (2013). *The Development of Indonesian Online Game Addiction Questionnaire*. *PLoS ONE*, 8(4), e61098.
- Kusumadewi, T.N. (2010). Hubungan antara kecanduan internet *game online* dan keterampilan sosial pada remaja. *Jurnal Universitas Indonesia*.
- Kusumawati, R, Aviani, Y. I., & Molina, Y. (2017). Perbedaan Tingkat Kecanduan Adiksi Games Online Pada Remaja Ditinjau Dari Gaya Pengasuhan. *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri Padang)*, 8(1).
- Logue, A. W., & Forazno, L. B. (1995). *Self Control and Impulsivness in Children and Adult of Food Preferences*. *Journal of The experimental Analysis of Behavior*, 64(1), 33-46.
- Masya, H., & Candra, D. A. (2016). *Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku gangguan kecanduan game online pada peserta didik kelas X madrasah aliyah Al Furqon Prabumulih tahun pelajaran 2015/2016*. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 03, (1), 153-169.
- Muharsih, L. (2008). *Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Kecenderungan Perilaku Konsumtif Pada Siswa Kelas XI SMAN 68 Jakarta Pusat*. *Skripsi*. Jakarta: Fakultas Psikologi Universitas Pendidikan Indonesia.
- Pratiwi, P. C., Andayani, T. J. Karyanata, N. A. (2013). *Perilaku Adiksi Game Online ditinjau dari Efikasi Diri Akademik dan Keterampilan Sosial pada Remaja*. *Jurnal*. Surakarta: Jurusan Psikologi, Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret.
- Tresna Ayu Puspita. (2018). *Hubungan antara control diri dengan kecanduan game online pada remaja akhir*. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 05(1).
- Tangney, J. P., Baumeister, R. F., & Boone, A. L. (2004). *High Self-Control Predict Good Adjustment, Less Pathology, Better Grades, and Interpersonal Success*. *Journal of Personality*. 72(2). 271-282.
- Ulupui, I. G. K. A. (2007). Analisis pengaruh rasio likuiditas, leverage, aktivitas, dan profitabilitas terhadap return saham (Studi pada perusahaan makanan dan minuman dengan kategori industri barang konsumsi di Bursa Efek Jakarta). *Jurnal Akuntansi dan Bisnis*. Vol. 2. No. 1, Januari: 88 – 102.
- Internet :**
- Departemen Kesehatan RI. (2009). *Kategori Usia*. Dalam <http://kategori-umur-menurut-Depkes.html>. Diakses Pada Tanggal 20 Juli 2021.
- Game Online dan Kekerasan Anak*. Diakses pada tanggal 18 Juli 2021 dari <https://matakita.co/2017/07/16/game-online-dan-kekerasan-anak/>
- Mutia Sulisetyani. (2016). *Game berbasis jaringan*. Diakses pada tanggal 21 Juli 2021 dari <https://mutiasulisetyani.blogspot.co.id/2016/06/ga-me-berbasis-jaringan.html>
- Nugroho, Antonius. (2011). *Definisi Game dan Jenis-jenisnya*. Diakses pada tanggal 21 Juli 2021 dari <https://chikungunya.wordpress.com/2011/05/26/d-efinisi-game-dan-jenis-jenisnya/>
- Septrian Albert. (2016). *Game Dalam Jaringan*. Diakses pada tanggal 21 Juli 2021 dari <https://septrianlase.blogspot.co.id/2016/06/game-dalam-jaringan-game-dalam-jaringan.html>
- Fakta *game online*. Diakses pada tanggal 13 Juli 2021 dari <http://fakta-game-online.gamenews.co.id>
- Apa itu *mobile legends: bang-bang*. Diakses pada tanggal 13 Juli 2021 dari <https://esportsnesia.com/game/mobile-legends/apa-itu-mobile-legends/>