Solusi : Jurnal Konseling dan Pengembangan Pribadi
Situs web:https://e-journal.usd.ac.id/index.php/solution/index
Volume 5, Nomor 2, Desember 2023, pp 44-51
p-ISSN: 2684-7655 dan e-ISSN: 2716-1315

Interpersonal Competence Students Based on the Level of Online Game Addiction

[1]Michael Kei Nai Putra Junior, [2]Yohanes Heri Widodo
[1,2]Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sanata Dharma
Email: [1]*michaelkai3553@gmail.com*,[2]*heripsy2@gmail.com*

Abstrak : Penelitian ini bertujuan untuk : 1) Mengetahui ada tidaknya perbedaan kompetensi interpersonal pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Sanata Dharma berdasarkan tingkat kecanduan bermain game online; 2) mengukur tingkat kompetensi interpersonal pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Sanata Dharma; 3) mengukur tingkat intensitas bermain game online pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Sanata Dharma; 4) mengetahui item skala kompetensi interpersonal yang capaian skornya teridentifikasi rendah atau tidak optimal untuk dijadikan sebagai topik bimbingan. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif komparatif. Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Sanata Dharma Yogyakarta yang berjumlah 45 orang. Pengambilan sampel menggunakan Teknik *Purposive Non random Sampling*. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan survei. Dengan skala Kompetensi Interpersonal, memuat 42 item valid. Dalam uji reliabilitas instrumen dengan menggunakan JASP dapat diketahui nilai Alpha Cronbach sebesar 0,717. Teknik analisis data menggunakan aplikasi JASP. Hasil penelitian menunjukkan bahwa : 1) tidak terdapat perbedaan kompetensi interpersonal pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling berdasarkan tingkat kecanduan bermain game online; 2) tingkat kompetensi interpersonal mahasiswa pada kategori tinggi memiliki nilai persentase 56%; 3) tingkat intensitas bermain game online pada 56% mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Sanata Dharma menunjukkan mahasiswa tergolong normal dalam mengakses game online sedangkan 44% mahasiswa berada dalam kategori tinggi atau cenderung kecanduan; 4) Terdapat 3 butir item pengukuran kompetensi interpersonal yang teridentifikasi capaian skornya sangat rendah yang diajukan sebagai topik bimbingan.

Kata Kunci : kompetensi interpersonal, intensitas bermain game online, mahasiswa

PENDAHULUAN

Perkembangan zaman saat ini bisa dikatakan berkembang sangat pesat di mana penggunaan jaringan internet di gunakan hampir di seluruh bagian penjuru dunia. Penggunaan internet ini juga banyak sekali dimanfaatkan oleh banyak orang di seluruh dunia, tentunya di Indonesia sendiri penggunaan internet saat ini banyak sekali kegunaannya baik untuk sarana bersosial seperti chat, sosial media, belajar, mencari berbagai macam informasi, dan juga sebagai sarana hiburan seperti menonton tayangan film, mendengarkan musik, kemudian salah satu yang sedang ramai dan banyak disukai yaitu *game online*. Berdasarkan apa yang disampaikan oleh ahli sebelumnya Adams (dalam Firdaus dan Labiq, 2021), mengungkapkan bahwa *Game online* adalah salah satu permainan yang membuat setiap orang yang bermain dapat terhubung satu sama lain dalam waktu yang bersamaan dengan terhubung melalui internet.

Apabila ada seseorang yang menggunakan waktunya untuk bermain *Game online* akan memberikan pengaruh positif ketika dilakukan secara tepat Adams (dalam Novrialdy, 2019), di mana bermain *game online* akan mengurangi beban pikiran (Russoniello, O'Brien, & Parks, 2009).

Solusi : Jurnal Konseling dan Pengembangan Pribadi
Situs web:https://e-journal.usd.ac.id/index.php/solution/index
Volume 5, Nomor 2, Desember 2023, pp 44-51
p-ISSN: 2684-7655 dan e-ISSN: 2716-1315

Namun kenyataannya banyak orang yang berlebihan ketika bermain *game* sehingga yang terjadi adalah kecanduan *game online* (Hussain & Griffiths, 2009). Kecanduan bermain *game online* yang disebabkan dari tingginya intensitas waktu bermain *game online* menyebabkan hal-hal negatif dalam diri seseorang, menurut Ghuman & Griffiths (dalam Norialdy, 2019) menjelaskan masalah yang timbul dari aktivitas bermain *game online* yang berlebihan, mempengaruhi banyak aspek seperti aspek pendidikan, sosial, ekonomi, dan kesehatan. Vero dan Decision Lab berdasarkan halaman situs website Katadata.co.id yang ditulis oleh Burhan (2022) mengadakan survei kepada 470 orang responden di Indonesia. Banyak responden yang berusia 16-41 tahun. Berdasarkan hasil data sekitar 82% pemain *game* menyatakan bahwa sangat senang bermain secara *online*. Sementara dari 62% pemain *game*, bermain setidaknya sekali dalam sehari dengan durasi sekitar 1-3 jam setiap sesi. Responden yang bermain *game* menyatakan bahwa perangkat favorit untuk bermain *game online* adalah *smartphone* berjumlah 69% orang. Sementara itu 20% pemain *game* lainnya memilih menggunakan perangkat komputer.

Kim (dalam Santoso dan Purnomo, 2017) mengatakan bahwa *Game Online* adalah Permainan yang memungkinkan banyak orang dapat bermain bersama pada waktu yang sama dengan melalui jaringan internet. Hal yang senada dengan pendapat ahli sebelumnya Young (dalam Kurniawan, 2017) mengatakan bahwa *Game Online* adalah permainan yang terdapat interaksi antara satu orang dengan orang lain yang memiliki tujuan yang sama dalam dunia virtual dan saling terhubung dengan jaringan internet. Pendapat lain diungkapkan oleh Liu,dkk (dalam Veltri, dkk. 2014) mengatakan bahwa *Game online* adalah platform digital paling populer, yang memuat informasi, komunikasi modern, teknologi dan dimainkan dengan menghubungkan internet. Dari pendapat dari beberapa tokoh diatas mengenai mengenai intensitas dan *game online* dapat disimpulkan bahwa intensitas merupakan suatu ukuran frekuensi waktu dari suatu keadaan yang dialami oleh seseorang. Kemudian game online adalah suatu bentuk kemajuan teknologi saat ini yang berbentuk permainan secara online melalui jaringan internet yang bisa menghubungkan orang satu dengan yang lain untuk bermain bersama-sama.

Chaplin (dalam Agustine, 2018) yaitu frekuensi, lama waktu bermain, Perhatian penuh merupakan bentuk konsentrasi yang memusatkan diri untuk bermain *game online* dan mengabaikan aktivitas lainnya selain bermain *game online* dan emosional dalam hal ini merupakan kondisi seseorang ketika bermain *game online* yang meliputi perasaan senang, sedih, marah, dan lainnya yang menyebabkan seseorang semakin tenggelam dalam bermain. Pendapat serupa diungkapkan oleh Chen dan Chou (dalam Chen, et al. 2005) mengatakan bahwa seseorang meluangkan waktu untuk bermain *game online* normalnya akan menghabiskan waktu 20 jam setiap minggunya. Soleman (dalam Dewandari, 2013) mengungkapkan beberapa dampak akibat yang dapat terjadi ketika individu mengalami kecanduan yakni secara psikologis, fisik, dan sosial. Secara sosial Relasi dengan keluarga dan teman menjadi tidak baik, lingkar dekat pertemanan yang berada di seputar *game online* saja, keterampilan bersosialisasi yang kurang, perilaku agresif yang dipengaruhi akibat bermain *game online*.

Solusi : Jurnal Konseling dan Pengembangan Pribadi
Situs web:https://e-journal.usd.ac.id/index.php/solution/index
Volume 5, Nomor 2, Desember 2023, pp 44-51
p-ISSN: 2684-7655 dan e-ISSN: 2716-1315

Kompetensi Interpersonal menurut Handfield (dalam Idrus. 2009) mengungkapkan bahwa Kompetensi Interpersonal ialah sebuah keahlian dimana seseorang membangun hubungan dengan orang lain untuk melakukan sebuah kerja sama dalam melakukan sebuah pekerjaan. Pendapat lain dikemukakan oleh Spitzber dan Cupach (dalam Saleh, 2010) menyebutkan bahwa kompetensi interpersonal adalah sebuah cara seorang individu untuk melakukan komunikasi dengan orang lain secara bijak sehingga menghasilkan sebuah komunikasi yang efektif. Begitu pula dengan McGaha & Fitzpatrick (dalam Hinggardipta dan Ariati, 2015) mengartikan kompetensi interpersonal merupakan sebuah bentuk perilaku sosial yang dimiliki oleh seorang individu dalam melakukan komunikasi dengan orang lain disaat membangun hubungan dengan orang lain hingga mengatasi permasalahan sosial dirinya.

Dari beberapa pendapat di atas dapat ditarik kesimpulan mengenai kompetensi interpersonal merupakan sebuah kemampuan yang dimiliki oleh setiap individu ketika melakukan komunikasi dengan orang lain di mana dalam membangun sebuah relasi dengan orang di sekitarnya memiliki sebuah kemampuan yang dapat mendukung berjalannya komunikasi dan juga relasi dengan baik, sehingga nantinya sebuah hubungan dengan orang lain berjalan baik dengan beberapa bentuk perilaku sosial yang baik ketika memulai kontak sosial, memberikan dukungan dengan orang lain, mengatasi permasalahan sosial yang ada, dan nantinya akan memunculkan sebuah kerja sama yang baik dalam sebuah pekerjaan nantinya.

Burhmester, dkk (dalam Saleh, 2010) mengungkapkan terdapat lima aspek yang mempengaruhi kompetensi interpersonal yaitu :

1) Inisiatif
   Kemampuan berinisiatif merupakan sebuah keterampilan seseorang dalam mengusahakan sebuah aktivitas dalam memulai sebuah hubungan relasi dengan orang lain di lingkungan sosialnya untuk mengembangkan keterampilan serta menambah wawasan diri.
2) Keterbukaan Diri
   Keterbukaan diri merupakan sebuah kemampuan seseorang dalam memberikan ruang kepada lingkungan sosialnya untuk bisa masuk berinteraksi dengan orang yang ada di dalam lingkungan sosial tersebut.
3) Memberikan Dukungan emosional
   Memberikan dukungan emosional merupakan sebuah kemampuan dimana mampu memberikan support kepada orang lain yang sedang mengalami sebuah kondisi permasalahan atau kesulitan dan merasa tertekan terhadap suatu kondisi yang dialami oleh orang tersebut, dalam hal ini sikap empati muncul dalam diri seseorang untuk memberikan dukungan terhadap orang yang mengalami situasi sulit tersebut.
4) Asertif
   Kemampuan asertif merupakan sebuah kemampuan yang dimiliki seseorang untuk berani mengutarakan apa yang menjadi ketidaksesuaian suatu situasi atau suatu kondisi yang tidak sesuai dengan nilai-nilai yang dipegang dirinya sehingga dengan jelas menunjukkan hak-hak dirinya secara tegas.
5) Mengatasi Konflik

Solusi : Jurnal Konseling dan Pengembangan Pribadi
Situs web:https://e-journal.usd.ac.id/index.php/solution/index
Volume 5, Nomor 2, Desember 2023, pp 44-51
p-ISSN: 2684-7655 dan e-ISSN: 2716-1315

Kemampuan mengatasi konflik merupakan sebuah keterampilan yang dimiliki oleh seseorang untuk bisa mencari sebuah solusi ketika dirinya mengalami sebuah konflik yang mengganggu dirinya sehingga dapat menyelesaikan konflik yang dialami.

METODE PENELITIAN

Partisipan dalam penelitian ini adalah para gamers yang berstatus sebagai mahasiswa dengan jumlah total responden sebanyak 45 orang. Teknik sampel yang digunakan adalah *purposive non random sampling,* dimana pengambilan sampel dalam populasi sesuai dengan tujuan yang sudah di tetapkan yakni melihat kompetensi interpersonal dengan karakteristik mahasiswa yang bermain game online.

Variabel kompetensi interpersonal menggunakan alat ukur skala penelitian psikologis yakni skala kompetensi interpersonal, yang dengan beberapa aspek yang digunakan berasal dari Buhrmester, et al (1988) dan diadaptasi oleh Saleh (2010) dengan menggunakan 5 aspek kompetensi interpersonal yakni inisiatif, keterbukaan diri, kemampuan memberikan dukungan emosional, kemampuan asertif, dan kemampuan mengatasi konflik. Dengan total jumlah item sebanyak 50 item, dengan contoh item pada aspek kemampuan inisiatif "Saat bertemu orang lain saya akan mulai melakukan pembicaraan", aspek keterbukaan diri "Saya tidak keberatan orang lain mengetahui masa lalu saya", aspek Kemampuan memberikan dukungan emosional "Saya akan mendengarkan cerita teman yang sedang mengalami kesedihan", aspek kemampuan asertif "Saya tidak sungkan untuk mengungkapkan ketidaksetujuan saya terhadap pendapat orang lain", aspek kemampuan mengatasi konflik "Saat mengalami konflik, emosi saya cenderung stabil". Instrumen yang digunakan adalah skala likert dengan empat pilihan jawaban Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), Sangat Tidak Sesuai (STS) dengan rentang skor 4 sampai 1 pada item favorable dan 1 sampai 4 pada item unfavorable. Nilai koefisiensi reliabilitas α sebesar 0,717.

Teknik Analisis Data yang dilakukan dalam penelitian ini dengan melakukan kategorisasi instrument, kemudian dilanjutkan dengan melakukan uji asumsi berupa uji normalitas dan homogenitas, kemudian dilakukan uji hipotesis dengan menggunakan aplikasi JASP 15.0

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukan kompetensi interpersonal keseluruhan responden yang berjumlah 45 menunjukan hasil kompetensi interpersonal pada mahasiswa bimbingan dan konseling mayoritas tergolong kedalam kategori tinggi dapat dilihat pada tabel 1. Hal ini dapat dilihat dari kategorisasi yang menunjukan 44% mahasiswa memiliki tingkat kompetensi interpersonal yang sangat tinggi, 49% mahasiswa dengan tingkat kompetensi interpersonal yang tinggi, dan 7% mahasiswa dengan tingkat kompetensi interpersonal sedang. Hal ini pastinya didukung dengan tingginya aspek kompetensi yang dimiliki oleh setiap individu dalam dirinya dimulai dengan kemampuan berinisiatif untuk membangun hubungan relasi dengan lingkungan sosialnya.

Solusi : Jurnal Konseling dan Pengembangan Pribadi
Situs web:https://e-journal.usd.ac.id/index.php/solution/index
Volume 5, Nomor 2, Desember 2023, pp 44-51
p-ISSN: 2684-7655 dan e-ISSN: 2716-1315

Tabel 1. Variabel Kompetensi Interpersonal

Kategori	Frekuensi	Persentase
Sangat tinggi	20	44%
Tinggi	22	49%
Sedang	3	7%
Rendah	0	0%
Sangat rendah	0	0%
Jumlah	45	100%

Tabel 2. Hasil Normalitas

Valid	Mean	Std. Deviation	Std. Eror	P-value	Minimum	Maximum
45	139.489	19.969	0.354	0.001	103.000	199.000

Tabel 3. Hasil Homogenitas

	F	Df	P
Total	0.701	1	0.407

Hasil penelitian yang sudah di lakukan dapat dilihat pada table 2 menunjukan bahwa data yang sudah diperoleh berdistribusi tidak normal dengan melihat nilai p-value yang menunjukan nilai 0.001 dimana hal tersebut tidak memenuhi syarat nilai diatas 0.005. Selanjutnya, pada table 3 setelah dilakukan uji normalitas dan data berdistribusi tidak normal dilakukan uji homogenitas, dengan menggunakan uji non-parametrik lavene dengan nilai p sebesar 0.407, sehingga menunjukan bahwa hasil data tersebut menunjukan homogen karena melebihi nilai 0,05.

Berdasarkan hasil penelitian dapat dilihat pada tabel 4 bahwa kedua kelompok sampel yakni mahasiswa yang memiliki intensitas bermain game online yang tinggi dengan jumlah 44% dengan total 20 responden, kemudian mahasiswa yang intensitas bermain game online dalam kategori normal atau rendah dengan jumlah 56% dengan total 25 responden. Dalam hal ini mayoritas responden lebih cenderung masuk ke dalam kategori normal dan tidak mengalami kecanduan, hal ini bisa disebabkan oleh banyaknya kegiatan pada mahasiswa dalam dunia perkuliahan seperti mengerjakan tugas kuliah, mengikuti kegiatan organisasi atau komunitas yang diikuti.

Solusi : Jurnal Konseling dan Pengembangan Pribadi
Situs web:https://e-journal.usd.ac.id/index.php/solution/index
Volume 5, Nomor 2, Desember 2023, pp 44-51
p-ISSN: 2684-7655 dan e-ISSN: 2716-1315

Tabel 4. Intensitas Bermain Game Online

Kategori	Frekuensi waktu	Jumlah responden	Persentase
Tinggi	≥ 3 Jam	20	44%
Normal	≤ 3 Jam	25	56%
Jumlah		45	100%

Berdasarkan hasil penelitian tersebut dapat dilihat bahwa tugas perkembangan pada masa dewasa awal sebagai seorang mahasiswa pasti sangat membutuhkan relasi sosial dalam lingkungan perkuliahaan. Hurlock (dalam Putri, 2019) mengatakan bahwa salah satu tugas perkembangan pada masa dewasa awal ialah bergabung dalam kelompok sosial. Putra, et al (2019) mengatakan bahwa game online dapat memberikan dampak positif bagi penggunanya salah satunya yakni memperluas lingkungan sosial, di mana hal ini dilihat ketika dalam bermain game online setiap pemain akan bertemu pemain lainnya dari lingkungan serta daerah yang berbeda sehingga dalam satu momen yang sama setiap pemain akan muncul komunikasi dan kerja sama dengan pemain yang lainnya sehingga bisa menambah relasi pertemanan yang memungkinkan setiap pemain untuk saling kenal dari daerah yang berbeda. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Dalle (2020) mengungkapkan bahwa para pemain game online melatih seseorang untuk berkomunikasi melalui media sosial dengan orang yang berasal dari daerah lain hingga luar negeri dan kemampuan para pemain game online dalam menjalani aktivitas di luar, para pemain juga melakukan aktivitas di luar game online seperti olahraga ataupun berkumpul dengan teman dimana hal ini dilakukan untuk mengurangi tingkat bermain game online. Dalam hal ini bisa dikatakan game online menjadi salah satu sarana bagi seseorang untuk meningkatkan kemampuan bersosialisasi di media sosial, menjadi salah satu wadah bagi seseorang untuk memperluas relasi sosialnya yakni dengan menambah relasi dari lingkungan serta daerah yang berbeda, kemudian secara sadar para pemain game online menyadari bahwa dirinya tidak ingin mengalami kecanduan bermain game online sehingga memutuskan untuk melakukan aktivitas lain yang positif untuk mencegah agar diriya tidak mengalami kecanduan bermain game online.

Memiliki kemampuan untuk membuka diri dengan lingkungan sosialnya dengan baik. Mempunyai kemampuan memberikan dukungan emosional kepada lingkungan sosialnya seperti mempunyai rasa empati terhadap lingkungan sosial sekitar, contoh ketika teman mengalami permasalahan diberikan semangat dan memosisikan diri sebagai tempat untuk bercerita. Memiliki kemampuan asertif dalam diri untuk berani menghadapi hal-hal yang bertentangan dengan nilai-nilai diri. Memiliki kemampuan mengatasi konflik yang baik, di mana seseorang yang bisa mengatasi konflik dalam dirinya dengan

Solusi : Jurnal Konseling dan Pengembangan Pribadi
Situs web:https://e-journal.usd.ac.id/index.php/solution/index
Volume 5, Nomor 2, Desember 2023, pp 44-51
p-ISSN: 2684-7655 dan e-ISSN: 2716-1315

baik. Kemampuan kompetensi interpersonal yang baik mendorong seseorang untuk mengontrol diri dalam lingkungan sosialnya serta dapat belajar mengendalikan diri

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan bahwa kompetensi interpersonal mahasiswa yang bermain game online bisa dikatakan baik, dimana bermain game online juga dapat memberikan kemampuan membangun relasi sosial di lingkungannya. Hal ini ditandai dengan berjalannya tugas perkembangan pada masa dewasa awal untuk memulai menjalin relasi dengan lingkungan sosialnya. Kompetensi interpersonal pada mahasiswa yang dengan intensitas bermain game online tinggi dan rendah tidak jauh berbeda sehingga kompetensi interpersonal yang baik dapat membantu para mahasiswa dalam menjalani kehidupannya selama menjalani studi dan membangun relasi sosial dengan baik.

Penelitian ini masih memiliki beberapa keterbatasan dalam pelaksanaanya, sehingga tidak menutup kemungkinan bagi peneliti yang akan melakukan penelitian serupa dengan hasil penelitian yang sudah didapatkan bisa menjadi acuan untuk bisa memperdalam penelitian ini secara kualitatif kepada mahasiswa untuk melihat lebih dalam terkait kompetensi interpersonal dan game online.

DAFTAR PUSTAKA

Agustin, H. (2018). Intensitas Bermain Game Online dengan Kecerdasan Emosi pada Siswa Kelas XI Di SMA Muhammadiyah 5 Palembang.

Barlian, E. (2016). *Metodologi Penelitian Kualitatif & Kuantitatif.* Padang: Sukabina Press.

Buhrmester, D., Furman, W., Wittenberg, M. T., & Reis, H. T. (1988). Five Domains of Interpersonal Competence in Peer Relationship. *Journal of Personality and Social Psychology, 55*(6), 991-1008.

Burhan, F. A. (2022, Januari 2022). *Survei: 52 Juta orang Indonesia Konsisten Bermain Gim*. Retrieved mei 23, 2023, from Katadata.co.id: http://www.katadata.co.id

Chou, C., Condron, L., & Belland, J. C. (2005, December). A Review of the Research on Internet Addiction. *Educational Psychology Review, 17*(4), 363-388. doi:10.1007/s10648-005-8138-1

Dalle, S. (2020). Dampak Game Online DotA2 dalam perubahan komunikasi interpersonal remaja di Game center Blitz Samarinda. *Jurnal Ilmu Komunikasi, 8*(2), 227-240.

Dewandari, S. (2013). Hubungan Antara Intensitas Bermain Game Online dengan Motivasi Belajar Siswa Kelas X SMK Negeri 1 Sapuran Kabupaten Wonosobo. *Skripsi*.

Firdaus, Bunga, A., & Labiq, A. (2021). The Effect of Online Game Intensity on Social Interaction on Adult Users. *Jurnal Nero Konseling 3.4*, 1-5.

Hinggardipta, R., & Ariati, J. (2015). Hubungan antara Kompetensi Interpersonal

dengan Prestasi Akademik pada Siswa Kelas XI Reguler di SMAN 2 Kota Tangerang Selatan. *Jurnal Empati, IV*(2), 8-13.

Hussain, Z., & Griffiths, M. D. (2009). Excessive use of massively multi-player online role-playing games: A pilot study. *International Journal of Mental Health and Addiction, 7*(4), 563-751.

Idrus, M. (2009). Kompetensi Interpersonal Mahasiswa. *UNISIA*.

Kurniawan, D. E. (2017). Pengaruh Intensitas Bermain Game Online terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Yogyakarta. *Jurnal Konseling GUSJIIGANG, 3*(1), 97-103.

Novrialdy, & Eryzal. (2019). Kecanduan Game Online pada Remaja: Dampak dan Pencegahannya. *Buletin Psikologi, 27*(2), 148-158.

Putra, G. A., & Nuryono, W. (2022). Fenomena Penyebab Kecanduan Game Online pada Siswa. *Jurnal BK UNESA, 12*(3), 983-989.

Putri, A. F. (2019). Pentingnya orang dewasa awal menyelesaikan tugas perkembangannya. *SCHOULID : Indonesian Journal of School Cpunseling 3.2*, 35-40.

Russeniello, C. V., O'Brien, K., & Parks, J. M. (2009). The effectiveness of casual video games in improving mood and decreasing stress. *Journal of Cybertherapy and Rehabilitation, 2*(1), 53–66.

Saleh, A. A. (2020). *Psikologi Sosial.* Parepare: IAIN Parepare Nusantara Press.

Santoso, Dwi, Y. R., & Purnomo, J. T. (2017). Hubungan Kecanduan Game Online Dota 2 terhadap Penyesuaian Sosial pada Remaja. *Pax Humana 4.1*, 027-044.

Veltri, N. F., Krasnova, H., Baumann, A., & Kalayamthanam, N. (2014). Gender Differences in Online Gaming : A Literatur Review. *Twentieth Americas Conference on Information System*.