

## ABSTRAK

### **Hubungan Kecanduan *Game Online* Dengan Regulasi Emosi Pada Remaja Di SMPN 3 Kesesi Kabupaten Pekalongan**

Tsaniah Nurul Zahra, Neti Mustikawati

**Latar Belakang :** Kecanduan *game online* menjadi fenomena yang mengkhawatirkan dalam beberapa tahun terakhir, tidak di Indonesia, namun juga di seluruh dunia. Berdasarkan data *The Conversation* (2018) diperkirakan prevalensi kecanduan *game* di Indonesia sekitar 6,1%. *Game online* dapat mengakibatkan cacat otak secara tidak disadari dan mengganggu keseimbangan emosional seseorang. Salah satu bukti dari dampak pengaruh kecanduan *game online* tentang regulasi emosi remaja. Tujuannya untuk mengetahui hubungan kecanduan *game online* dengan regulasi emosi pada remaja di SMPN 3 Kesesi Kabupaten Pekalongan.

**Metode :** Desain penelitian ini yaitu kuantitatif, jenis penelitian ini menggunakan penelitian *korelasional* dengan pendekatan *Cross Sectional*. Sampel penelitian menggunakan *total sampling* dengan 105 responden. Instrumen penelitian yang digunakan kuesioner *Game Addiction Scale (GAS)* dan kuesioner *Emotional Regulation Questionnaire For Children and Adolescents (ERQ-CA)*. Analisa data menggunakan *uji spearman rank*.

**Hasil :** Hasil penelitian menunjukkan variabel kecanduan *game online* 63 responden (60,0%) mengalami kecanduan ringan *game online* dan regulasi emosi didapatkan 60 responden (57,1%) mengalami regulasi emosi sedang. Hasil *uji spearman rank* menunjukkan bahwa *p value* 0,001 ( $p < 0,05$ )  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima yang berarti ada hubungan antara kecanduan bermain *game online* dengan regulasi emosi pada remaja di SMPN 3 Kesesi Kabupaten Pekalongan.

**Simpulan :** Hasil menunjukkan adanya hubungan kecanduan *game online* dan regulasi emosi pada remaja di SMPN 3 Kesesi, diharapkan penelitian ini mampu menyelenggarakan penyuluhan rutin bagi siswa dan orang tua mengenai dampak kecanduan *game online* terhadap kesehatan mental, khususnya dalam hal regulasi emosi pada remaja.

**Kata Kunci** : Kecanduan *Game Online*, Regulasi Emosi

**Daftar Pustaka** : 35 daftar pustaka, (2012-2024)