

**Psikoadukasi Pencegahan Kecanduan *Game Online* pada Siswa Kelas IX
SMP Negeri 9 Salatiga**

***Psychoeducational Intervention for the Prevention of Online Game Addiction among
Ninth-Grade Students at State Junior High School 9 Salatiga***

**Ramadanti Putri Mahanani*, Khatrin Wandelmud Sailana, Sofia Mariska Rehiara,
Enjang Wahyuningrum**

Magister Sains Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Kristen Satya Wacana

*Email: ramadantipm@gmail.com

(Diterima 12-02-2026; Disetujui 24-03-2026)

ABSTRAK

Game online merupakan salah satu bentuk pemanfaatan teknologi sebagai hiburan, namun penggunaan yang tidak terkontrol dapat menimbulkan kecanduan. Menurut *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (DSM-5), kecanduan *game online* termasuk dalam kategori *Internet Gaming Disorder*. Remaja menjadi kelompok yang rentan karena sering bermain *game online* di sela aktivitas belajar. Studi awal pada siswa kelas IX SMP Negeri 9 Salatiga menunjukkan adanya tingkat kecanduan ringan hingga berat. Kegiatan psikoadukasi ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan siswa mengenai kecanduan *game online*. Metode yang digunakan adalah ceramah dan diskusi interaktif. Hasil uji t menunjukkan adanya peningkatan skor rata-rata dari *pre-test* ke *post-test*, namun peningkatan tersebut tidak signifikan secara statistik. Kegiatan psikoadukasi belum memberikan dampak signifikan terhadap pengetahuan siswa. Oleh karena itu, diperlukan perbaikan pada instrumen evaluasi, penggunaan media interaktif, kondisi ruang yang mendukung, serta durasi psikoadukasi yang lebih panjang.

Kata kunci: Psikoadukasi, kecanduan *game online*, siswa SMP

ABSTRACT

Online games are one form of technology utilization for entertainment; however, uncontrolled use may lead to addiction. According to the Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5), online game addiction is classified as Internet Gaming Disorder. Adolescents are a vulnerable group, as they often play online games during their study time. A preliminary study among ninth-grade students of Junior High School 9 Salatiga indicated varying levels of addiction, ranging from mild to severe. This psychoeducation program aimed to increase students' knowledge about online game addiction. The methods used were lectures and interactive discussions. The results of the t-test showed an increase in the mean score from the pre-test to the post-test; however, the increase was not statistically significant. The psychoeducation activity did not have a significant impact on students' knowledge. Therefore, improvements are recommended in the development of evaluation instruments, the use of interactive media, supportive learning environments, and longer psychoeducation duration.

Keywords: Psychoeducation, online game addiction, junior high school

PENDAHULUAN

Perkembangan zaman berkembang pesat dalam bidang teknologi yang memberikan berbagai keuntungan bagi manusia khususnya dengan adanya internet. Menurut Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) pada tahun 2024 pengguna internet di Indonesia mencapai 221.563.479 jiwa dari total populasi penduduk Indonesia pada tahun 2023 yaitu 278.696.200 jiwa. Data dari hasil survei Penetrasi Internet Indonesia tahun 2024 yang dirilis oleh APJII menyebutkan bahwa memang ada peningkatan sekitar 1,4% penetrasi internet Indonesia hingga menyentuh angka 79,5% dibandingkan pada tahun 2023. Internet sudah menjadi bagian dari manusia dan memberikan kemudahan dalam mencari informasi atau media untuk mencari hiburan. Informasi bisa didapatkan secara instan dengan sekali tekan, tidak lupa juga hiburan yang didapatkan bisa mencakup berbagai hal, salah satunya dengan bermain *game online*.

Game online menjadi salah satu bentuk pemanfaatan teknologi salah satunya untuk hiburan (Zaelani, Setiawati & Lestari, 2019). *Game online* saat ini sudah banyak digemari di berbagai kalangan dari mulai anak-anak hingga dewasa. Menurut data dari Badan Pusat Statistik (BPS) Tahun 2023

menyebutkan sekitar 46,2% anak-anak dan remaja usia 0-18 tahun mengalami kecanduan *game online*, kemudian sekitar 38,5% usia 18-25 tahun mengalami kecanduan *game online* dan 15,3% usia di atas 25 mengalami kecanduan *game online*. *Game online* dapat dimainkan dimana saja bisa melalui *laptop, tablet, handphone*, dan *PC*. *Game online* cenderung menyebabkan individu untuk berlama-lama di depan layar *handphone* atau komputer hingga melupakan waktu makan, belajar, bersosialisasi dengan dunia nyata (Pande & Marheni, 2016). Terkadang bermain *game online* yang tidak dapat dikendalikan membuat individu akan mengalami kecanduan *game online*.

Menurut *American Psychiatric Association* dalam *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder* (DSM-5) menjelaskan bahwa kecanduan *game online* termasuk ke dalam *Internet Gaming Disorder* (APA, 2015). Berdasarkan DSM-5 *internet gaming disorder* disebut juga dengan *internet use disorder, internet addiction*, atau *gaming addiction* yang diartikan sebagai *independent disorder*. *Internet gaming disorder* merupakan bentuk penggunaan internet *gaming* secara berlebihan dan terus menerus yang mengakibatkan munculnya tanda-tanda atau simptom gangguan kognitif dan perilaku, termasuk di dalamnya adalah kehilangan kontrol terhadap permainan, toleransi, dan menarik diri, serta beberapa simptom dari gangguan penggunaan. Individu yang mengalami gangguan ini akan duduk di depan komputer selama berjam-jam untuk bermain dan menolak melakukan aktivitas yang lain.

Menurut WHO individu yang mengalami kecanduan *game online* dapat disebut sebagai penyakit apabila memenuhi 3 kriteria yaitu pertama, individu tidak mampu mengendalikan kebiasaan untuk bermain *game*, kedua adalah individu lebih memprioritaskan bermain *game* dibandingkan aktivitas lain, dan ketiga adalah individu sudah tahu bahwa bermain *game* yang cukup lama akan membawa dampak negatif yang jelas terlihat. Dampak negatif yang muncul akibat kecanduan *game online* dapat terlihat kurang lebih selama 1 tahun atau lebih (WHO, 2020).

Fenomena bermain *game online* di kalangan siswa saat ini memang perlu diperhatikan. Bermain *game online* memiliki sifat *seductive* (menggairahkan) sehingga membuat individunya bergairah untuk terus memainkannya. Individu dapat terpaku di depan layar monitor hingga berjam-jam untuk bermain *game*. *Game online* membuat remaja tertantang untuk terus bermain dan menyebabkan remaja tidak memiliki skala prioritas untuk menjalani kehidupan sehari-harinya. Kecanduan *game online* pada siswa dapat menyebabkan distorsi waktu, kurang perhatian, emosi negatif, kurang perhatian, perilaku agresif (Christian & Tuncay, 2014; Sukkyung, Euikyung, & Dongguk, 2015).

Bermain *game online* memiliki dampak positif dan negatif. Dampak positif bermain *game online* yaitu dapat melatih kerja sama, kecepatan, sebagai media untuk menghibur diri dan mengobati rasa jenuh karena tugas sekolah (Mertika & Mariana, 2020). Selain itu, dapat melatih otak karena dengan bermain *game* membutuhkan strategi dan konsentrasi bagaimana bisa mengalahkan lawan dan dapat berkesempatan untuk mengikuti ajang *e-sport*. Dampak positif lainnya ialah meningkatkan kemampuan koordinasi antara otak, tangan dan mata sekaligus melatih kemampuan dan kecepatan masing-masing organ ini dan juga dapat meningkatkan kemampuan bahasa Inggris (Miranda, Waluyanto & Zacky, 2018).

Selain dampak positif, ada pula dampak negatif dari kecanduan *game online* yaitu dapat terlihat dari psikis individu yang lebih sering memikirkan untuk selalu bermain *game* sehingga membuat para siswa menjadi sulit untuk berkonsentrasi dalam menerima pembelajaran dan sering bolos. Dampak negatif yang muncul apabila siswa kecanduan *game online* yaitu dapat dilihat dari lima aspek seperti kesehatan (gangguan tidur), psikologi, akademik (berkaitan dengan masalah konsentrasi belajar dan prestasi akademik), aspek sosial, dan aspek keuangan (King & Delfabbro, 2018). Sejalan dengan penelitian lain yang menyebutkan bahwa kecanduan *game online* dapat berdampak pada kesehatan mental pada kecanduan *game online* dapat mencakup berbagai aspek seperti gangguan tidur, penurunan performa kinerja di sekolah, hingga masalah psikologis seperti depresi, kecemasan, dan kurangnya kemampuan untuk mengatasi stres secara efektif (Putri, Yuliana, Yulastri, Erianti & Izzara, 2023).

Berdasarkan hasil survei awal dari sampel populasi kelas 9 yaitu kelas 9F, terdiri atas 31 siswa yang sudah mengisi survei terdapat 16 siswa yang mengalami kecanduan *game online* ringan, kemudian 12 siswa mengalami kecanduan *game online* sedang, dan 3 siswa mengalami kecanduan *game online* berat. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian siswa mengalami kecanduan *game online* ringan hingga sedang. Oleh karena itu, psikoedukasi dibutuhkan agar siswa mengetahui tentang kecanduan *game online*, dampak positif maupun negatif, faktor-faktor yang mempengaruhi serta cara mengatasinya agar hal ini tidak berdampak buruk bagi kesehatan, prestasi akademik, dan kehidupan sosial siswa. Tujuan dilaksanakan psikoedukasi adalah untuk menambah pengetahuan siswa mengenai kecanduan

game online, dan siswa dapat lebih memahami apa itu kecanduan *game online*, tingkat kecanduan *game online*, dampak dan cara mengatasi kecanduan *game online*.

BAHAN DAN METODE

Preliminary Study

Sebelum melaksanakan psikoedukasi, peneliti melakukan studi awal diberikan skalakecanduan *game online* untuk melihat seberapa besar kecenderungan *kecanduan game* pada sampel populasi kelas 9, yaitu siswa kelas 9F. Skala ini berdasarkan teori dan aspek dari Lemmens, Valkenburg dan Peter (2009) ada tujuh aspek yang dapat dilihat pada perilaku kecanduan *game online*, yaitu: *Salience, Tolerance, Mood modification, Withdrawal, Relapse, Conflict, Problems*. Skala kecanduan *game online* berdasarkan teori dari Lemmens, Valkenburg, dan Peter (2009) terdiri atas 21 item. Bentuk Skala *Likert* yang digunakan ada lima alternatif jawaban yaitu Sangat Sering (SS), Sering (S), Netral (Tidak Dapat Menentukan), Jarang (J), dan Tidak Pernah (TP). Skala ini terdiri atas pernyataan yang bersifat *favourable*. Pemberian skor pada item *favourable* Sangat Sering (SS)= 5, Sering (S).

Peneliti memberikan soal *pre-test* yang terdiri atas 10 soal berkaitan dengan materi kecanduan *game online*. Tujuan diberikan *pre-test* adalah untuk mengetahui seberapa paham siswa mengenai kecanduan *game online*. *Pre-test* dibagikan melalui *google form*. Setiap pertanyaan yang benar diberikan poin 10 sehingga apabila siswa benar menjawab semua maka skor yang didapat adalah 100.

Tahap pelaksanaan

Metode yang digunakan untuk psikoedukasi adalah dengan ceramah dan diskusi interaktif, *ice breaking*. Ceramah interaktif berkaitan dengan materi kecanduan *game online* seperti definisi kecanduan *game online*, ciri-ciri individu dengan kecanduan *game online*, gejala fisik dan psikologis kecanduan *game online*, dampak positif dan negatif kecanduan *game online*, faktor internal dan eksternal mengapa individu kecanduan *game online*, dan caramengatasi kecanduan *game online*. Kemudian diskusi dimana para siswa dapat bertanya mengenai materi yang sudah dipaparkan ataupun bercerita pengalaman mereka ketika bermain *game online*. *Ice breaking* dilakukan agar siswa tidak terlalu tegang dan tetap semangat mengikuti psikoedukasi.

Kemudian siswa diberikan soal *post-test*. Terdiri atas 10 soal berkaitan dengan materi kecanduan *game online*. Tujuan diberikan *post-test* adalah untuk mengetahui ada atau tidaknya peningkatan pemahaman siswa setelah diberikan psikoedukasi pencegahan kecanduan *game online*. *Post-test* dibagikan melalui *google form*. Setiap pertanyaan yang benar diberikan poin 10 sehingga apabila siswa benar menjawab semua maka skor yang didapat adalah 100.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam melakukan kegiatan psikoedukasi bertempat di SMPN 9 Salatiga Kecamatan Sidorejo, Kota Salatiga, Jawa Tengah. Psikoedukasi pencegahan kecanduan *game online* dilakukan pada Rabu, 13 November 2024 di lapangan SMPN 9 Salatiga, mulai pukul 11.00-12.00 WIB.

Kegiatan psikoedukasi dibuka dengan pembukaan oleh MC dan berdoa. Kedua, pemberian sambutan oleh Kepala Sekolah diwakili oleh Wakil Kepala Urusan Kurikulum. Ketiga adalah pengenalan dan tujuan diadakan psikoedukasi pencegahan kecanduan *game online* pada siswa SMP Kelas 9, yaitu bahwa perkembangan teknologi digital yang pesat memang membawa berbagai manfaat, namun di sisi lain juga menghadirkan tantangan baru, salah satunya adalah kecanduan *game online* di kalangan remaja. Fenomena ini menjadi perhatian kita semua, karena tanpa pengendalian yang baik, kebiasaan bermain *game online* secara berlebihan dapat berdampak pada kesehatan, prestasi akademik, dan kehidupan sosial siswa. Maka dari itu, melalui psikoedukasi ini, kita berharap siswa-siswi bisa memahami bahaya kecanduan *game online* dan bagaimana cara mengelola waktu bermain secara bijak.

Keempat adalah *ice breaking* sebelum diberikan materi supaya peserta lebih bersemangat. Kelima yaitu pemaparan materi yang dilakukan oleh peneliti menggunakan PPT yang berisi definisi kecanduan *game online*, ciri-ciri kecanduan *game online*, gejala kecanduan *game online*, dampak positif dan negatif *game online*, faktor-faktor yang menyebabkan kecanduan *game online*, dan cara mengatasi kecanduan *game online*. Saat pemaparan materi, peneliti juga menampilkan video berisikan dampak positif dan negatif dari kecanduan *game online*. Namun, terkendala oleh tampilan

LCD yang kurang jelas karena lokasi psikoedukasi terlalu terang sehingga video yang ditampilkan tidak terlihat dengan jelas. Keenam, yaitu diskusi dan tanya jawab. Sesi ini terdapat 4 siswa yang bertanya, pertanyaan pertama adalah apa manfaat bermain *game online*?, pertanyaan kedua yaitu batas bermain *game online* berapa lama?, pertanyaan ketiga yaitu bagaimana cara bermain *game online* yang baik?, dan pertanyaan keempat adalah bagaimana cara mengobati kecanduan *game online*?. Kemudian ditutup dengan penyerahan pemberian plakat kepada perwakilan pihak SMP Negeri 9 Salatiga yaitu kepada ibu BK dan sesi foto bersama.



Gambar 1. Pembukaan dan berdoa



Gambar 2. Sambutan Wakil Kurikulum



Gambar 3. Ice Breaking



Gambar 4. Pemaparan Materi

Sebelum psikoedukasi dilakukan, peneliti melakukan *preliminary study*. Hasil *preliminary study* mengenai tingkat kecanduan *game online* pada sampel siswa kelas 9 yaitu 9F sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Jumlah Siswa Kelas 9F

Jenis Kelamin	Jumlah (orang)	Persentase (%)
Laki-laki	15	48,4%
Perempuan	16	51,6%
Total	31	100%

Berdasarkan tabel di atas, siswa yang berjenis kelamin perempuan berjumlah 16 siswa (51,6%) lebih banyak dibandingkan siswa yang berjenis kelamin laki-laki yang berjumlah 15 siswa (48,4%).

Tabel 2. Distribusi Tingkat Kecanduan *Game Online* Siswa
Descriptive Statistic

Jumlah Siswa	Minimum	Maximum
31	41	79

Kategorisasi

Kategori	Jumlah	Persentase (%)
Ringan	16	51,6%
Sedang	12	38,7%
Berat	3	9,7%
TOTAL	31	100%

Kategorisasi	Nilai
Ringan	$41 \leq x \leq 53,6$
Sedang	$53,6 \leq x \leq 66,2$
Berat	$66,2 \leq x 79$

Berdasarkan hasil tabel 2 menunjukkan bahwa kecanduan *game online* dengankategori ringan lebih banyak dengan jumlah 16 siswa (51,6%) dibandingkan kategori sedang sebanyak 12 siswa (38,7%) dan kategori berat sebanyak 3 siswa (9,7%).

Game Online yang dimainkan	Jumlah (orang)
Mobile Legends	21
Free Fire	14
Roblox	11
PUBG Mobile	3
COD : Mobile	3
Valorant	2
Counter Strike 2	1
Genshin	1
Hok	1
Blue Archiver	1
Honor of Kings	1
Lainnya	10

Kemudian sebelum psikoedukasi dilakukan siswa diberikan *pre-test* terlebih dahulu untuk mengukur seberapa paham pengetahuan siswa berkaitan dengan materi kecanduan *game online*. Sedangkan pemberian *post-test* bagi siswa untuk mengukur setelah psikoedukasi dilakukan apakah ada perubahan nilai dari *pre-test* ke *post-test* apakah naik atau turun dalam hal pengetahuan siswa mengenai materi kecanduan *game online*.

Tabel 3. Pre-Test dan Post-Test (Google Form)

Variabel	Median	Rata-rata
<i>Pre-Test</i>	90/100	90,97/100
<i>Post-Test</i>	90/100	93,55/100

Hasil *pre-test* dari *google form* menunjukkan bahwa nilai rata-rata pengetahuan siswa mengenai kecanduan *game online* adalah 90.97/100. Sedangkan nilai hasil *post-test* setelah dilakukan psikoedukasi menunjukkan nilai rata-rata pengetahuan siswa mengenai kecanduan *game online* adalah 93.55/100. Hal ini menunjukkan ada peningkatan pengetahuan siswa setelah dilakukan psikoedukasi namun tidak signifikan.

Tabel 4. Pre-Test dan Post-Test berdasarkan hasil Uji T SPSS

Variabel	N	Mean
<i>Pre-Test</i>	31	9,10
<i>Post-Test</i>	31	9,35

Dari hasil Uji T SPSS didapatkan sebelum dilakukan psikoedukasi para siswa mendapatkan nilai *pre-test* 9,10. Kemudian setelah psikoedukasi kecanduan *game online* dilaksanakan nilai *post-test* yang didapat yaitu 9,35. Sehingga psikoedukasi ini bisa dikatakan cukup membawa peningkatan pengetahuan walaupun tidaksignifikan hanya sebesar 0,25.

Tabel 5. Pre-Test dan Post-Test Berdasarkan Hasil Uji T SPSS Nilai Signifikan

Variabel	Nilai Signifikan
<i>Pre Test & Post-Test</i>	0,161

Kemudian hasil nilai sig 0,161. Hasil tersebut menunjukkan apabila nilai signifikan $> 0,05$ menandakan bahwa psikoedukasi kecanduan *game online* pada siswa tidak membawa perubahan signifikan pada pengetahuan pada siswa.

Tabel 6. Pre-Test dan Post-Test Berdasarkan Jenis Kelamin

Perempuan		
Variabel	N	Mean
Pre-Test	16	9,00
Post-Test	16	9,38

Dari hasil Uji T SPSS didapatkan sebelum dilakukan psikoedukasi para siswa perempuan mendapatkan nilai *pre-test* 9,00. Kemudian setelah psikoedukasi kecanduan *game online* dilaksanakan nilai *post-test* yang didapat yaitu 9,38. Sehingga psikoedukasi ini bisa dikatakan cukup membawa peningkatan pengetahuan walaupun tidak signifikan hanya sebesar 0,38.

Variabel	Nilai Signifikan
Pre-Test & Post-Test	0,138

Kemudian hasil nilai sig 0,138. Hasil tersebut menunjukkan apabila nilai signifikan $> 0,05$ menandakan bahwa psikoedukasi kecanduan *game online* pada siswa perempuan tidak membawa pengaruh yang signifikan.

Laki-laki		
Variabel	N	Mean
Pre-Test	15	9,20
Post-Test	15	9,33

Dari hasil Uji T SPSS didapatkan sebelum dilakukan psikoedukasi para siswalaki-laki mendapatkan nilai *pre-test* 9,20. Kemudian setelah psikoedukasi kecanduan *game online* dilaksanakan nilai *post-test* yang didapat yaitu 9,33. Sehingga psikoedukasi ini bisa dikatakan cukup membawa peningkatan pengetahuan walaupun tidak signifikan hanya sebesar 0,13.

Variabel	Nilai Signifikan
Pre-Test & Post-Test	0,634

Kemudian hasil nilai sig 0,643 Hasil tersebut menunjukkan apabila nilai signifikan $> 0,05$ menandakan bahwa psikoedukasi kecanduan *game online* pada siswa laki-laki tidak membawa perubahan signifikan pada pengetahuan pada siswa.

Ada beberapa hal yang menyebabkan hasil nilai *pre-test* dan *post-test* tidak mengalami kenaikan yang signifikan, pertama yaitu soal *pre-test* dan *post-test* terlalusedikit berjumlah 10 soal. Alangkah lebih baik kedepan dalam memberikan soal *pre-test* dan *post-test* dapat lebih banyak misalnya 15 atau 20 soal supaya ada pengaruh perbedaan nilai. Kedua, jawaban soal *pre-test* dan *post-test* terlalu mudah untuk dijawab sehingga siswa dapat langsung mengetahui jawaban dari soal tersebut. Alangkah lebih baik apabila opsi jawaban dapat dibuat mirip-mirip sehingga siswa dapat terkecoh oleh opsi jawabannya. Ketiga, dalam pengisian *pre-test* dan *post-test*, tingkat pengetahuan siswa saat mengerjakan *pre-test* sudah tergolong tinggi karena ada beberapa siswa yang berdiskusi saat mengerjakan *pre-test*. Hal ini membuat perbedaan nilai *pre-test* dan *post-test* siswa tidak signifikan. Selain itu, siswa harus mengerjakan *pre-test* dan *post-test* diluar kelas karena terkendala jaringan di dalam kelas yang kurang baik sehingga peneliti tidak sepenuhnya mampu mengawasi siswa.

Kemudian hambatan lain yang terjadi selama psikoedukasi dilakukan yaitu tampilan LCD yang kurang jelas karena kegiatan dilakukan di lapangan yang terlaluterang. Tampilan LCD yang kurang jelas mempengaruhi efektivitas penyampaian materi karena materi banyak menggunakan gambar sehingga materi yang ditampilkan tidak dapat terlihat dengan jelas. Hambatan lain yang dialami ialah karena waktu yang tidak sesuai dengan *rundown*. Psikoedukasi dimulai lebih lambat 30 menit dari waktu yang ditetapkan karena kurangnya koordinasi dari guru-guru sehingga siswa terlambat berkumpul di lapangan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Psikoedukasi pencegahan kecanduan *game online* pada siswa SMPN 9 Salatiga, merupakan salah satu kegiatan yang dilakukan untuk dapat menambah pengetahuan pada siswa- siswi tentang *game online*. Meskipun siswa sudah memahami bahaya kecanduan *game online*, sebagian dari mereka masih terus memainkannya sehingga melalui kegiatan peningkatan pemahaman siswa tentang *game online* ini menjadi langkah penting untuk menambah pemahaman yang lebih baik bagi siswa. Pemahaman yang lebih baik memungkinkan siswa untuk dapat mencegah dampak lebih lanjut dari *game online* itu sendiri yang dapat mempengaruhi waktu belajar, pemahaman ini adalah salah satu yang mendorong kesadaran siswa untuk mengetahui dampak dari *game online* dalam proses belajar

Saran bagi kegiatan selanjutnya adalah: Pertama, lokasi pemberian psikoedukasi sebaiknya dapat dilakukan di ruangan tertutup/*indoor* supaya pencahayaan lebih baik, terutama untuk penayangan materi menggunakan LCD. Kedua, bagi pihak sekolah terutama guru yang menjadi PJ dapat selalu *standby* sebelum kegiatan dimulai sehingga pelaksanaan kegiatan dapat berjalan sesuai *rundown*. Ketiga, pemberian *pre-test* dan *post-test* dapat dikaji lebih mendalam lagi dalam hal jumlah soal, kemudian waktu pengisian *pre-test* dan *post-test*, opsi jawaban yang dapat membuat siswa lebih berpikir keras lagi. Keempat, yaitu pemberian psikoedukasi dapat diberikan pada siswa yang mengalami kecanduan *game online* berat supaya lebih efektif untuk memberikan pengaruh peningkatan pengetahuan.

Kemudian ada rekomendasi lain yaitu perlu adanya psikoedukasi pencegahan kecanduan *game online* bagi orang tua dan guru. Hal ini dimaksudkan agar orang tua maupun guru dapat mengenali tanda-tanda kecanduan *game online*, dampaknya terhadap perkembangan siswa, dan strategi penggunaan teknologi secara sehat dan adanya kolaborasi antara siswa, orang tua, dan guru dapat menciptakan lingkungan yang mendukung perilaku bermain *game* yang sehat dan seimbang.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terimakasih kepada Kepala Sekolah SMPN 9 Salatiga beserta jajarannya karena telah mengizinkan kami untuk dapat melakukan kegiatan psikoedukasi pencegahan kecanduan *game online* pada siswa siswi SMPN 9 Salatiga.

DAFTAR PUSTAKA

- American Psychiatric Association. (2015). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). American Psychiatric Publishing.
- Christian, C., & Tuncay, M. (2014). Pengaruh game online terhadap prestasi belajar siswa. *Jurnal Ilmiah Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang*.
- King, D. L., & Delfabbro, P. H. (2018). *Internet gaming disorder: Theory, assessment, treatment, and prevention*. Cambridge University Press
- Mertika, M., & Mariana, D. (2020). Fenomena game online di kalangan anak sekolah dasar. *Journal of Educational Review and Research*, 3(2), 99–104. <https://doi.org/10.26737/jerr.v3i2.2154>
- Miranda, P. H., Waluyanto, H. D., & Zacky, A. (2018). Perancangan buku komik sebagai media informasi mengenai dampak game terhadap perilaku sosial anak. *Jurnal DKV Adiwarna*, 1(12), 1–9. <https://publication.petra.ac.id/index.php/dkv/article/view/7259>
- Pande, N. P. A. M., & Marheni, A. (2015). Hubungan kecanduan game online dengan prestasi belajar siswa SMP Negeri 1 Kuta. *Jurnal Psikologi Udayana*, 2(2), 163–171. <https://doi.org/10.24843/jpu.2015.v02.i02.p05>
- Sukkyung, Y., Euikyung, K., & Dongguk, L. (2015). Virtual real: Exploring avatar identification in game addiction among massively multiplayer online role-playing games (MMORPG) players. *Games and Culture*, 12(1), 56–71. <https://doi.org/10.1177/1555412015581087>
- Putri, M. Y., Yuliana, Yulastri, A., Erianti, Z., & Izzara, W. A. (2023). Dampak kecanduan bermain game terhadap kesehatan mental: Artikel review. *Jurnal Psikologi dan Konseling West Science*, 1(5), 291–303. <https://doi.org/10.58812/jpkws.v1i05.827>

- Zaelani, A. F., Setiawati, O., & Lestari, S. M. P. (2019). Hubungan kecanduan game online dengan depresi pada siswa SMP. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 1(2), 35–41. <https://doi.org/10.33024/jpm.v1i2.1868>
- World Health Organization. (2020). *Addictive behaviours: Gaming disorder*. <https://www.who.int/news-room/questions-and-answers/item/addictive-behaviours-gaming-disorder>