

SKRIPSI
PENGARUH GAME ONLINE ADDICTION TERHADAP
PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA REMAJA Di CILACAP



*Disusun dan diajukan sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar
Sarjana Pendidikan di Universitas Nahdlatul Ulama Al-Ghazali Cilacap*

Disusun Oleh

Nama	: Dicky Wahyu Ilahi
NIM	: 202411059
Program Studi	: Bimbingan dan Konseling

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NADHLATUL ULAMA AL GHAZALI CILACAP
TAHUN 2024/2025

SURAT KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Dicky Wahyu Ilahi

NIM : 202411059

Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul "*PENGARUH GAME ONLINE ADDICTION TERHADAP PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA REMAJA DI CILACAP*" ini benar-benar merupakan hasil karya sendiri. Selain itu, sumber informasi yang dikutip dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

Apabila pada kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil plagiat saya bersedia menerima atas perbuatan saya.

Cilacap, 05 Juni 2025

Yang membuat pernyataan,



Dicky Wahyu Ilahi

NIM : 202411059



104 DICKY WAHYU ILAHI-202411059 - Dicky WI.docx

ORIGINALITY REPORT

9%	8%	2%	4%
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	repository.ar-raniry.ac.id Internet Source	1%
2	journal.ubaya.ac.id Internet Source	1%
3	jurnal.unimus.ac.id Internet Source	1%
4	dspace.uil.ac.id Internet Source	<1%
5	eprints.ums.ac.id Internet Source	<1%
6	eprints.unugha.ac.id Internet Source	<1%
7	www.researchgate.net Internet Source	<1%
8	docplayer.info Internet Source	<1%
9	Submitted to Universitas Islam Lamongan Student Paper	<1%
10	Submitted to Universitas Warmadewa Student Paper	<1%

ejurnal.untag-smd.ac.id

"Diversity in Unity: Perspectives from
Psychology and Behavioral Sciences", CRC
Press, 2017
Publication

46

www.grafiati.com
Internet Source

<1%

Exclude quotes ☐ On
Exclude bibliography ☐ On



Exclude matches ☐ < 5 words

PERSETUJUAN



UNUGHA CILACAP
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN (FKIP)
Keputusan Kemendikbud RI Nomor : 264/E.O/2014 Tanggal 23 Juli 2014

PENGESAHAN PEMBIMBING

Skripsi saudara :

Nama : Dicky Wahyu Ilahi

NIM : 202411059

Fakultas/Prodi : Keguruan dan Ilmu Pendidikan / Bimbingan dan Konseling

Judul : PENGARUH *GAME ONLINE ADDICTION* TERHADAP *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA REMAJA DI CILACAP

Telah dikoreksi dan dapat diterima untuk sidang skripsi sebagai pemenuhan tugas akhir mahasiswa Program Strata 1 (S.1) Pendidikan Guru Sekolah Dasar (S.Pd.) Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP) pada Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali (UNUGHA) Cilacap.

Pembimbing I:

Endang Riffani, M.Pd.
Tanggal: 23 April, 2025

Pembimbing II:

Sandi Aji Wahyu Utomo, M.Pd.
Tanggal: 23 April 2025

UNIVERSITAS NAHDLATUL ULAMA AL GHAZALI CILACAP

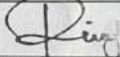
Alamat : Jl. Kemendikbud Barat No. 17 Kesugihan 53274 Cilacap, Jawa Tengah. <http://www.ungha.ac.id> Email: fkp@ungha.ac.id
Telp. : (0282) 695415-695407 Fax : (0282) 695407

PENGESAHAN

PENGESAHAN

Nama : **DICKY WAHYU ILAHI**
NIM : 202411059
Judul : Pengaruh *Game Online Addiction* Terhadap *Psychological Well-Being* Pada Remaja Di Cilacap

Skripsi ini telah dipertahankan dihadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap pada sidang skripsi hari Sabtu, tanggal 14, bulan Juni, tahun 2025 dengan hasil **LULUS**. Skripsi ini telah direvisi dan mendapatkan persetujuan dari Tim Penguji. Persetujuan hasil revisi oleh Tim Penguji:

Jabatan	Nama Penguji	Tanda Tangan	Tanggal
Ketua Penguji dan penguji 1	Aris Naeni Dwiyantri, M.Pd.		16 - 06 - 2025
Penguji 2	Inayatul Lathifah, M.Pd.		16 - 06 - 2025
pembimbing 1	Endang Rifani, M.Pd.		16 - 06 - 2025
Ass. Pembimbing	Sandi Aji Wahyu Utomo, M.Pd.I.		16 - 06 - 2025
Sekretaris	Alvan Hazhari, M.Pd.		16 - 06 - 2025

Skripsi disahkan oleh Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap pada:

Hari : **Senin**
Tanggal : **16 Juni 2025**

Mengesahkan,
Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan


Dr. Khulmatu Zalfa, M.Pd.
NIK. 41230714 012

NOTA KONSULTAN

NOTA KONSULTAN

Hal : Naskah Skripsi Dicky Wahyu Ilahi

Lamp : -

Kepada

Yth. Dekan FKIP

Universitas Nahdlatul Ulama

Al-Ghazali Cilacap

Di_

Cilacap

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Setelah membaca, mengoreksi dan mengadakan perbaikan seperlunya, maka kosultan berpendapat bahwa skripsi saudara:

Nama : DICKY WAHYU ILAHI

NIM : 202411059

Fakultas/Prodi : FKIP/Bimbingan Dan Konseling

Judul Skripsi : PENGARUH *GAME ONLINE ADDICTION* TERHADAP
PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA REMAJA DI CILACAP

Telah dapat diajukan kepada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Al-Ghazali Cilacap untuk memenuhi sebagai syarat memperoleh gelar Strata Satu (S-1)

Wassalamu'alaikum Wr.Wb

Cilacap, 16 Juni 2025

Inayatul Lahtifah, M.Pd

NIDN. 2113079202

MOTTO

*“Hai anak muda, selagi masih ada waktu, nikmati waktumu jangan terlalu buru-buru,
karena waktu itu tidak bisa dibeli ataupun diputar kembali”.*

- ***Dicky Wahyu Ilahi***

HALAMAN PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahiim, dengan mengucapkan syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rezeki berupa dimudahkannya karya tulis yang sangat sederhana ini menjadi terwujud sebagai jawaban atas penantian serta pengharapan dan doa yang telah diberikan kepada penulis. Karya tulis ini, akan saya persembahkan kepada :

1. Kepada keluarga yang paling berjasa dalam hidup saya, Ibu Munfikoh tersayang serta nenek Kodriyah, kakek Nasikun yang telah memberikan dukungan motivasi, doa terbaik, dan menyisihkan finansialnya serta kerabat dekat ataupun saudara saya Syukur dan Iqbal, sehingga saya bisa menyelesaikan masa studi saya. Dan juga tanpa lelah mendukung segala keputusan dan pilihan dalam hidup saya.
2. Ibu Bapak dosen pembimbing, penguji dan pengajar serta seluruh lembaga penelitian, yang telah dengan sabar membimbing penulis hingga sampai pada titik ini.
3. Teman-teman seperjuangan saya yang sangat saya banggakan, terutama Fahru, Hudad, Islah, Lukman, Khamid, Akhyar, Kevin, Akhul, Ibnu, Aziz, Wafiq, dan masih banyak lagi yang selalu tetap mendukung, mensupport apa yang selama ini penulis hadapi.
4. Sahabat-sahabat saya dan teman-teman sau prodi Bimbingan dan Konseling angkatan 2020 seperjuangan yang selalu saling support dan memberikan arahan sehingga saya bisa menjadi lebih semangat dalam menyelesaikan penelitian ini.

5. Rekan dan rekanita kerja saya, terimakasih atas segala pengalaman dan pelajaran yang telah diberikan dan saya sangat bersyukur bisa menjadi sebuah bagian dalam suatu profesi dengan kalian.
6. Dan yang terakhir, kepada diri saya sendiri. Dicky Wahyu Ilahi. Terima kasih sudah bertahan sejauh ini, terima kasih tetap memilih berusaha dan merayakan dirimu sendiri sampai di titik ini, walau sering kali merasa putus asa atas apa yang diusahakan dan belum berhasil, namun terima kasih tetap menjadi manusia yang selalu mau berusaha dan tidak lelah mencoba. Terimakasih telah berusaha dan merayakan dirimu sendiri sampai di titik ini, walau sering kali merasa putus asa atas apa yang diusahakan dan belum berhasil, namun terima kasih tetap menjadi manusia yang selalu mau berusaha dan tidak lelah mencoba. Terima kasih karena memutuskan tidak menyerah sesulit apapun proses penyusunan skripsi ini dan telah menyelesaikannya sebaik dan semaksimal mungkin, ini merupakan pencapaian yang patut dirayakan untuk diri sendiri. Berbahagialah selalu dimanapun berada, Dicky. Apapun kurang dan lebihmu mari merayakan diri sendiri.

ABSTRAK

Dicky Wahyu Ilahi, 202411059, PENGARUH *GAME ONLINE ADDICTION* TERHADAP *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA REMAJA DI CILACAP. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Al-Ghazali Cilacap, Juni 2025.

Perkembangan *game online* yang pesat telah membawa dampak signifikan terhadap berbagai aspek kehidupan remaja, khususnya dalam hal kesejahteraan psikologis. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh kecanduan *game online* terhadap *psychological well-being* pada remaja di Kabupaten Cilacap. Permainan digital yang awalnya berfungsi sebagai hiburan kini bertransformasi menjadi potensi adiksi yang mengganggu keseimbangan hidup, kesehatan mental, dan fungsi sosial. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional dan melibatkan 420 remaja sebagai responden. Instrumen penelitian mencakup skala pengukuran pecandu *game online* berdasarkan model Griffiths dan Ryff's *Psychological Well-Being*.

Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar remaja berada pada tingkat sedang dalam hal kecanduan *game online* (87,6%), sedangkan 11,2% berada pada tingkat tinggi. Di sisi lain, *psychological well-being* remaja didominasi pada tingkat sedang (91,2%), dengan hanya 8,8% berada di tingkat tinggi. Temuan utama menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara kecanduan *game online* dan *psychological well-being* ($r = -0,419$, $p < 0,01$), yang berarti semakin tinggi tingkat kecanduan *game online*, semakin rendah tingkat kesejahteraan psikologis yang dimiliki oleh remaja. Dampak kecanduan mencakup penurunan akademik, penurunan kemampuan dalam lingkungannya, menurunnya relasi positif dengan orang lain, hilangnya tujuan hidup, serta terganggunya pertumbuhan pribadi.

Implikasi dari penelitian ini menegaskan pentingnya keterlibatan keluarga, lembaga pendidikan, serta pembuat kebijakan dalam mengembangkan strategi preventif dan intervensi yang efektif. Selain itu, perlu adanya upaya literasi digital dan penguatan ketahanan psikologis pada remaja guna menjaga keseimbangan antara aktivitas digital dan kebutuhan perkembangan pribadi. Kajian ini juga berkontribusi terhadap literatur mengenai dampak sosial dan psikologis dari kecanduan *game online* serta menjadi rujukan dalam merancang kebijakan intervensi berbasis komunitas.

Kata Kunci : *Psychological well-being, Game online addiction*

ABSTRACT

Dicky Wahyu Ilahi, 20241059, THE INFLUENCE OF ONLINE GAME ADDICTION ON THE PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF ADOLESCENTS IN CILACAP, Faculty of Teacher Training and Education, Nahdlatul Ulama Al Ghazali University Cilacap, June 2025.

The rapid development of online games has had a significant impact on various aspects of adolescent life, especially in terms of psychological well-being. This study aims to analyze the effect of online game addiction on psychological well-being in adolescents in Cilacap Regency. Digital games that initially functioned as entertainment have now transformed into potential addictions that disrupt life balance, mental health, and social function. This study used a quantitative approach with a correlational design and involved 420 adolescents as respondents. The research instrument included an online game addiction measurement scale based on the Griffiths and Ryff's Psychological Well-Being.

The results showed that most adolescents were at a moderate level in terms of online game addiction (87.6%), while 11.2% were at a high level. On the other hand, adolescents' psychological well-being was predominantly at a moderate level (91.2%), with only 8.8% at a high level. The main findings showed a significant negative relationship between online game addiction and psychological well-being ($r = -0.419$, $p < 0.01$), which means that the higher the level of online game addiction, the lower the level of psychological well-being of adolescents. The impacts of addiction include decreased ability to manage the environment, decreased positive relationships with others, loss of life goals, and disruption of personal growth.

The implications of this study emphasize the importance of involving families, educational institutions, and policy makers in developing effective preventive and intervention strategies. In addition, there is a need for digital literacy efforts and strengthening psychological resilience in adolescents to maintain a balance between digital activities and personal development needs. This study also contributes to the literature on the social and psychological impacts of game addiction and serves as a reference in designing community-based intervention policies.

Keywords : *Psychological well-being, Game online addiction*

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT. Yang telah memberikan karunia dan rahmatnya kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul **“Pengaruh *Game Online Addiction* Terhadap *Psychological Well-Being* Pada Remaja Di Cilacap”**. Kemudian sholawat serta salam selalu tercurahkan kepada junjungan alam, utusan Allah SWT, Kekasih Allah SWT yang mulia, yaitu Nabi Muhammad SAW yang telah membawa kita dari zaman kegelapan hingga zaman terang benderang ini.

Penyusunan Skripsi ini bertujuan melengkapi syarat untuk menyelesaikan tugas akhir pendidikan strata satu (S1) pada jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali Cilacap guna memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan, Jurusan Bimbingan dan Konseling.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini dapat terselesaikan berkat bantuan dan bimbingan dari beberapa pihak, baik moril maupun materil. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini penulis ingin menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Drs.A. Luthfi Hamidi, M.Ag, Rektor Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali (UNUGHA) Cilacap. Beserta seluruh jajaran civitas akademik UNUGHA Cilacap.
2. Dr. Khulaimata Zalfa, M.Pd, Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (UNUGHA) Cilacap.

3. Yusuf Hasan Baharudin, M.Pd.I, Kaprodi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (UNUGHA) Cilacap.
4. Endang Rifani, M.Pd, Dosen Pembimbing 1 dan Sandi Aji Wahyu Utomo, M.Pd, Dosen Pembimbing II yang senantiasa memberikan dukungan, motivasi, saran, nasehat, kesabaran, dan keikhlasan dalam membimbing penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.
5. Seluruh Dosen Universitas Nahdlatul Ulama Al-Ghazali Cilacap (UNUGHA) Cilacap, yang telah memberikan bekal ilmu yang bermanfaat bagi penulis.
6. Seluruh pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu penulis khususnya dalam menyelesaikan skripsi ini, mudah mudahan tidak mengurangi penghormatan dan penghargaan penulis.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, tetapi penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis khususnya dari pembaca umumnya.

Cilacap, 20 Juni 2025

Penulis,

Dicky Wahyu Ilahi

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
PERSETUJUAN.....	ii
PENGESAHAN.....	iii
NOTA KONSULTAN.....	iv
MOTTO.....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vi
ABSTRAK.....	vii
<i>ABSTRACT</i>	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I	
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	12
C. Batasan Masalah.....	12
D. Rumusan Masalah.....	13
E. Tujuan Penelitian.....	13
F. Manfaat Penelitian.....	13
BAB II	
TINJAUAN TEORI DAN HIPOTESIS.....	15
A. Tinjauan Pustaka.....	15
1. <u>Game Online Addiction</u>	15
a). Pengertian <i>Game Online Addiction</i>	15
b). Aspek-Aspek <i>Game Online Addiction</i>	17
c). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi <i>Game Online Addiction</i>	21
2. <i>Psychological Well-being</i>	22

a). Pengertian <i>Psychological Well-being</i>	22
b). Aspek-Aspek <i>Psychological Well-being</i>	24
c). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi <i>Psychological Well-being</i>	27
B. Hubungan antara <i>Game Online Addiction</i> dan <i>Psychological Well-being</i>	29
C. Kerangka Pikir.....	29
D. Hipotesis Penelitian.....	31
BAB III	
METODOLOGI PENELITIAN	33
A. Jenis Penelitian.....	33
B. Tempat dan Waktu Penelitian	34
C. Populasi dan Sample Penelitian	35
D. Desain Penelitian.....	36
E. Variable Penelitian	38
F. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data.....	39
G. Validitas dan Reliabilitas Instrumen	44
H. Analisis Data	52
BAB IV	
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	54
A. Gambaran Umum Tempat Penelitian.....	54
1. Sejarah Cilacap	54
2. Letak Wilayah dan Geografis	56
B. Hasil Analisis Data.....	57
C. Uji Prasyarat.....	58
D. Pembahasan.....	66
BAB V	
PENUTUP	71
A. Kesimpulan	71
B. Keterbatasan Penelitian	72
C. Saran.....	72

DAFTAR PUTSAKA	74
LAMPIRAN	77

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Tingkat Kecanduan <i>Game Online</i>	17
Tabel 3.1 Waktu Penelitian.....	34
Tabel 3.2 Skala <i>Game Online Addiction</i>	41
Tabel 3.3 Skala <i>Psychological Well-Being</i>	42
Tabel 3.4 Hasil Validasi Instrumen <i>Game Online Addiction</i>	48
Tabel 3.5 Hasil Validasi Instrumen <i>Psychological Well-Being</i>	49
Tabel 3.6 Hasil Reabilitas Instrumen.....	52
Tabel 4.2 Sebaran Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	57
Tabel 4.3 Hasil Uji Normalitas.....	59
Tabel 4.4 Hasil Uji <i>Deviation From Linearity</i>	60
Tabel 4.5 Hasil Uji <i>Deskriptif</i>	61
Tabel 4.6 <i>Kategorisasi Game Online Addiction</i>	62
Tabel 4.7 <i>Kategorisasi Psychological Well-Being</i>	63
Tabel 4.8 Hasil Uji <i>Regresi Sederhana</i>	64
Tabel 4.9 Hasil <i>Koefisien Korelasi</i>	66

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.2 Kerangka Pikir.....	21
Gambar 4.1 Peta Kabupaten Cilacap.....	56

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran. 1 Surat Izin Penelitian.....	77
Lampiran. 2 Distribusi Nilai r Tabel Signifikasi 5% dan 1%.....	78
Lampiran. 3 Validasi Instrumen Para Ahli 1.....	79
Validasi Instrumen Para Ahli 2.....	94
Lampiran. 4 Dokumentasi.....	103
Lampiran. 5 Penyebaran Kuesioner.....	104
Lampiran. 6 Tabulasi Data Kuesioner <i>Game Online Addiction</i> (X).....	106
Tabulasi Data Kuesioner <i>Psychological Well-Being</i> (Y).....	106