

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Penelitian

1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

SMP Negeri 7 Banjarmasin merupakan salah satu sekolah menengah pertama negeri di Kota Banjarmasin yang berdiri sejak 28 Januari 1967. Sekolah ini berlokasi di Jalan Veteran Km 4,5 RT 29/30 No. 99, Kelurahan Sungai Bilu, Kecamatan Banjarmasin Timur, Kalimantan Selatan. Dengan status akreditasi A, SMPN 7 Banjarmasin menerapkan Kurikulum Merdeka yang menekankan pembelajaran aktif, kreatif, dan berpusat pada murid.

Saat ini, sekolah dipimpin oleh Bapak Aminsya, M.Pd dan memiliki sekitar 680 siswa yang terbagi dalam 21 rombongan belajar dari kelas VII hingga IX. Fasilitas yang tersedia cukup lengkap, mulai dari ruang kelas multimedia, laboratorium IPA, komputer, bahasa, hingga perpustakaan, musholla, aula, kantin, UKS, serta lapangan olahraga. SMPN 7 Banjarmasin juga aktif dalam berbagai kegiatan ekstrakurikuler seperti Pramuka, Paskibra, PMR, pencak silat, drum band, futsal, basket, dan seni tari.

Sekolah ini dikenal sebagai sekolah Adiwiyata yang peduli lingkungan dengan program seperti bank sampah dan kegiatan ramadhan.

Pada tahun ajaran 2025/2026, sekolah membuka Penerimaan Peserta Didik Baru (PPDB) dengan jalur seleksi domisili, afirmasi, prestasi, dan mutasi. Selain itu, SMPN 7 Banjarmasin aktif mengadakan kegiatan sosial dan penguatan karakter, seperti sosialisasi antikorupsi dan pembinaan pra-MPLS untuk siswa baru. Dengan dukungan fasilitas yang memadai, tenaga pendidik yang kompeten, serta lingkungan belajar yang kondusif, SMPN 7 Banjarmasin menjadi salah satu pilihan sekolah terbaik di Kota Banjarmasin.

2. Karakteristik Responden

a. Karakteristik Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 4. 1 Karakteristik Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah	Presentase (%)
Laki-laki	35	52,24%
Perempuan	32	47,76%
Total	67	100%

Sumber: Data Diolah, 2025.

Berdasarkan dari hasil tabel di atas menunjukkan bahwa dari total 67 responden, yang paling banyak berpartisipasi pada penelitian ini yaitu siswa laki-laki dengan persentase sebesar 52,24%. Hal ini menunjukkan bahwa kebanyakan yang bermain *game online* adalah

siswa yang berjenis kelamin laki-laki dibandingkan dengan partisipan siswa yang berjenis kelamin perempuan dengan persentase sebesar 47,76%.

b. Karakteristik Berdasarkan Game Online yang Sering Dimainkan

Tabel 4. 2 Karakteristik Game Online yang Sering Dimainkan

Nama Game	Jumlah	Persentase (%)
Free Fire	18	26,87%
Mobile Legends: Bang Bang	17	25,37%
Roblox	32	47,76%
Total	67	100%

Sumber: Data Diolah, 2025.

Berdasarkan dari hasil tabel di atas menunjukkan bahwa kebanyakan responden bermain game Roblox dengan persentase sebesar 47,76%. Hal ini menunjukkan bahwa game Roblox lebih banyak diminati dan dimainkan oleh siswa SMP Negeri 7 Banjarmasin.

1. Deskripsi Berdasarkan Variabel Penelitian

Pada penelitian ini variabel penelitian yang dideskripsikan adalah variabel independen yaitu Kecanduan *Game Online* (X) dan variabel dependen yaitu Kesehatan Mental (Y).

1. Variabel Kecanduan Game Online

- a) Saya selalu bermain game online dalam setiap hari

Tabel 4. 3 P.1 Variabel Kecanduan Game Online

No	Pilihan Jawaban	Jumlah	Presentase (%)
1	Sangat Tidak Setuju	4	5.97%
2	Tidak Setuju	9	13.43%
3	Netral	32	47.76%
4	Setuju	16	23.88%
5	Sangat Setuju	6	8.96%
Total		67	100%

Sumber: Data Diolah, 2025.

Tabel di atas menunjukkan bahwa responden paling banyak menanggapi jawaban netral dengan persentase sebesar 47,76%. Hal ini menunjukkan bahwa hampir setengah dari responden tidak secara tegas menyatakan setuju atau tidak setuju terhadap kebiasaan bermain

game online setiap hari. Dengan demikian, hasil ini menunjukkan bahwa mayoritas responden berada di posisi tengah, tidak mengafirmasi maupun menyangkal kebiasaan bermain game secara intens setiap harinya.

- b) Saya merasakan kesepian jika tidak bermain game online dalam sehari

Tabel 4. 4 P.2 Variabel Kecanduan Game Online

No	Pilihan Jawaban	Jumlah	Presentase (%)
1	Sangat Tidak Setuju	6	8,96%
2	Tidak Setuju	7	10,45%
3	Netral	24	35,82%
4	Setuju	24	35,82%
5	Sangat Setuju	6	8,96%
Total		67	100%

Sumber: Data Diolah, 2025.

Tabel di atas menunjukkan bahwa jumlah jawaban kuesioner yang diberikan oleh responden untuk pilihan netral dan setuju masing-masing sebesar 35,82%. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar

responden berada di posisi pertengahan hingga mulai merasakan adanya hubungan antara bermain game online dan rasa kesepian.

- c) Saya merasakan frustrasi ketika saya kalah dengan lawan main saya.

Tabel 4. 5 P.3 Variabel Kecanduan Game Online

No	Pilihan Jawaban	Jumlah	Presentase (%)
1	Sangat Tidak Setuju	5	7,46%
2	Tidak Setuju	12	17,91%
3	Neutral	24	35,82%
4	Setuju	8	11,94%
5	Sangat Setuju	18	26,87%
Total		67	100%

Sumber: Data Diolah: 2025.

Tabel di atas menunjukkan bahwa responden paling banyak memilih pilihan netral sebesar 35,82%. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas responden cenderung berada pada posisi yang tidak secara jelas menunjukkan adanya perasaan frustrasi maupun tidak frustrasi saat mengalami kekalahan. Sikap netral ini dapat diartikan sebagai bentuk ketidakpastian emosional atau ketidakterlibatan secara emosional yang

kuat terhadap hasil permainan. Kemungkinan lain, responden mungkin menganggap kekalahan sebagai hal yang wajar dalam permainan sehingga tidak terlalu mempengaruhi kondisi emosional mereka. Namun, hasil ini juga bisa mencerminkan sikap hati-hati dalam menjawab atau ketidakinginan untuk mengekspresikan emosi secara eksplisit.

- d) Jika saya kalah saya merasa ingin bermain kembali untuk membalas kekalahan saya

Tabel 4. 6 P.4 Variabel Kecanduan Game Online

No	Pilihan Jawaban	Jumlah	Presentase (%)
1	Sangat Tidak Setuju	7	10.45%
2	Tidak Setuju	19	28.36%
3	Netral	21	31.34%
4	Setuju	11	16.42%
5	Sangat Setuju	9	13.43%
Total		67	100%

Sumber: Data Diolah, 2025.

Tabel di atas menunjukkan bahwa mayoritas responden memilih jawaban netral dengan persentase sebesar 31,34%. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden cenderung memiliki

sikap yang tidak terlalu tegas atau tidak pasti terhadap pernyataan tersebut. Persentase yang cukup besar ini mencerminkan adanya ketidakpastian atau sikap netral terkait dorongan untuk membalas kekalahan dengan bermain lagi. Mungkin sebagian dari mereka tidak merasa terdorong untuk langsung bermain kembali setelah kalah, sementara sebagian lainnya bisa saja merasa hal tersebut sebagai pilihan, namun tidak terlalu signifikan dalam pengaruhnya terhadap kebiasaan bermain mereka.

- e) Saya merasa tidak puas ketika hanya bermain game online kurang dari dua jam

Tabel 4. 7 P.5 Variabel Kecanduan Game Online

No	Pilihan Jawaban	Jumlah	Persentase (%)
1	Sangat Tidak Setuju	5	7.46%
2	Tidak Setuju	2	2.99%
3	Netral	18	26.87%
4	Setuju	25	37.31%
5	Sangat Setuju	17	25.37%
Total		67	100%

Sumber: Data Diolah, 2025.

Tabel di atas menunjukkan responden paling banyak memilih jawaban setuju sebesar 37,31%. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden cenderung memiliki kebutuhan waktu bermain yang lebih lama agar merasa puas. Hal ini dapat mencerminkan adanya dorongan internal atau kebiasaan bermain yang tinggi, di mana waktu kurang dari dua jam dianggap belum cukup untuk mencapai kepuasan dalam bermain game online. Temuan ini juga dapat mengarah pada indikasi awal terhadap potensi perilaku adiktif, terutama bila dikaitkan dengan durasi bermain sebagai faktor utama kepuasan.

f) Saya merasa bersemangat ketika bermain game online

Tabel 4. 8 P.6 Variabel Kecanduan Game Online

No	Pilihan Jawaban	Jumlah	Presentase (%)
1	Sangat Tidak Setuju	3	4.48%
2	Tidak Setuju	14	20.90%
3	Netral	40	59.70%
4	Setuju	6	8.96%
5	Sangat Setuju	4	5.97%
Total		67	100%

Sumber: Data Diolah, 2025.

Tabel di atas menunjukkan bahwa responden paling banyak memilih jawaban netral sebesar 59,70%. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden tidak secara tegas menyatakan setuju atau tidak setuju terhadap pernyataan tersebut. Hal ini dapat diartikan bahwa responden cenderung berada di posisi tengah, mereka mungkin merasa biasa saja, tidak terlalu antusias namun juga tidak merasa tidak bersemangat saat bermain game online. Kemungkinan lainnya adalah adanya variasi pengalaman bermain game yang membuat mereka sulit menentukan sikap yang konsisten terhadap pernyataan tersebut. Temuan ini menunjukkan bahwa aspek semangat atau motivasi emosional saat bermain game belum menjadi pengalaman dominan bagi mayoritas responden.

- g) Orang lain gagal saat mencoba membantu saya mengurangi waktu bermain game online

Tabel 4. 9 P.7 Variabel Kecanduan Game Online

No	Pilihan Jawaban	Jumlah	Presentase (%)
1	Sangat Tidak Setuju	7	10.45%
2	Tidak Setuju	1	1.49%
3	Netral	23	34.33%
4	Setuju	22	32.84%

5	Sangat Setuju	14	20.90%
Total		67	100%

Sumber: Data Diolah, 2025.

Tabel di atas menunjukkan responden lebih banyak responden memilih jawaban netral sebesar 34,33%. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden tidak memiliki pendapat yang kuat atau tidak yakin apakah upaya orang lain dalam membantu mereka mengurangi waktu bermain game online berhasil atau tidak. Sikap netral ini dapat mencerminkan ketidakterlibatan pihak lain secara signifikan, kurangnya kesadaran responden terhadap pengaruh eksternal, atau sikap ambivalen terhadap bantuan yang diberikan. Dengan demikian, hasil ini mengindikasikan bahwa peran orang lain dalam upaya pengurangan waktu bermain game online belum dirasakan secara tegas oleh sebagian besar responden.

h) Saya merasakan kebebasan ketika saya bermain game online

Tabel 4. 10 P.8 Variabel Kecanduan Game Online

No	Pilihan Jawaban	Jumlah	Presentase (%)
1	Sangat Tidak Setuju	6	8.96%
2	Tidak Setuju	11	16.42%
3	Netral	27	40.30%

4	Setuju	15	22.39%
5	Sangat Setuju	8	11.94%
Total		67	100%

Sumber : Data Diolah, 2025.

Tabel di atas menunjukkan responden lebih banyak memilih jawaban netral sebesar 40,30%. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden belum memiliki sikap yang jelas atau kuat terhadap pernyataan tersebut. Mereka cenderung berada di tengah-tengah, yang bisa diartikan bahwa pengalaman merasa bebas saat bermain game online belum dirasakan secara signifikan, atau mungkin bervariasi tergantung situasi tertentu. Sikap netral ini juga dapat mengindikasikan bahwa responden belum sepenuhnya menyadari atau merefleksikan hubungan antara aktivitas bermain game online dengan perasaan kebebasan secara personal.

- i) Saya bermain game online untuk melarikan diri dari masalah

Tabel 4. 11 P. 9 Variabel Kecanduan Game Online

No	Pilihan Jawaban	Jumlah	Presentase (%)
1	Sangat Tidak Setuju	10	14.93%
2	Tidak Setuju	10	14.93%

3	Netral	17	25.37%
4	Setuju	16	23.88%
5	Sangat Setuju	14	20.90%
Total		67	100%

Sumber : Data Diolah, 2025.

Tabel di atas menunjukkan responden lebih banyak memilih jawaban netral dengan persentase sebesar 25,37%. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden belum secara tegas menyatakan setuju atau tidak setuju dengan pernyataan tersebut. Sikap netral ini dapat mencerminkan adanya keraguan, ketidakyakinan, atau sikap ambivalen dari responden mengenai motif mereka dalam bermain game. Hal ini juga bisa mengindikasikan bahwa responden mungkin tidak secara sadar menjadikan game online sebagai pelarian dari masalah, tetapi juga tidak sepenuhnya menolak kemungkinan tersebut. Dengan demikian, hasil ini mengisyaratkan pentingnya penggalan lebih lanjut terhadap faktor-faktor psikologis atau emosional yang melatarbelakangi kebiasaan bermain game online di kalangan responden.

j) Saya susah mengendalikan emosi ketika bermain game online.

Tabel 4. 12 P. 10 Variabel Kecanduan Game Online

No	Pilihan Jawaban	Jumlah	Presentase (%)
----	-----------------	--------	----------------

1	Sangat Tidak Setuju	3	4.48%
2	Tidak Setuju	7	10.45%
3	Netral	24	35.82%
4	Setuju	17	25.37%
5	Sangat Setuju	16	23.88%
Total		67	100%

Sumber : Data Diolah,2025.

Tabel di atas menunjukkan responden lebih banyak memilih jawaban netral sebesar 35,82%. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden tidak secara tegas menyatakan setuju maupun tidak setuju terhadap pernyataan tersebut. Sikap netral ini dapat diartikan bahwa responden cenderung berada pada posisi yang tidak pasti atau tidak konsisten dalam mengalami kendala emosi saat bermain. Mereka mungkin merasakan bahwa emosi mereka kadang-kadang terganggu, namun tidak cukup signifikan untuk dinyatakan sebagai sebuah masalah yang pasti. Kemungkinan lainnya, responden merasa bahwa pengaruh game terhadap emosi sangat situasional dan bergantung pada kondisi tertentu saat bermain.

- k) saya lebih memprioritaskan bermain game online ketimbang hal lain

Tabel 4. 13 P. 11 Variabel Kecanduan Game Online

No	Pilihan Jawaban	Jumlah	Presentase (%)
1	Sangat Tidak Setuju	3	4.48%
2	Tidak Setuju	2	2.99%
3	Netral	7	10.45%
4	Setuju	18	26.87%
5	Sangat Setuju	37	55.22%
Total		67	100%

Sumber : Data Diolah, 2025.

Tabel di atas menunjukkan responden lebih banyak memilih jawaban sangat setuju sebesar 55,22%. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki kecenderungan yang tinggi dalam memposisikan aktivitas bermain game online sebagai prioritas utama dibandingkan dengan aktivitas lainnya. Hal ini dapat mencerminkan adanya indikasi pola perilaku yang berfokus pada game online, yang mungkin berdampak pada alokasi waktu, perhatian, dan tanggung jawab dalam kehidupan sehari-hari, seperti belajar, bekerja, atau bersosialisasi. Tingginya persetujuan terhadap pernyataan ini juga dapat menjadi indikator awal adanya gejala kecanduan atau ketergantungan terhadap game online dalam kelompok responden yang diteliti.

- l) Saya lebih sering menghabiskan banyak waktu untuk bermain game online daripada aktivitas lain

Tabel 4. 14 P. 12 Variabel Kecanduan Game Online

No	Pilihan Jawaban	Jumlah	Presentase (%)
----	-----------------	--------	----------------

1	Sangat Tidak Setuju	4	5.97%
2	Tidak Setuju	2	2.99%
3	Netral	12	17.91%
4	Setuju	21	31.34%
5	Sangat Setuju	28	41.79%
Total		67	100%

Sumber : Data Diolah, 2025.

Tabel di atas menunjukkan responden lebih banyak memilih jawaban sangat setuju dengan persentase sebesar 41,79%. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki kecenderungan tinggi dalam memprioritaskan aktivitas bermain game online dibandingkan kegiatan lainnya. Temuan ini mengindikasikan adanya potensi ketergantungan atau kebiasaan intens dalam bermain game online, yang dapat mempengaruhi alokasi waktu terhadap aktivitas lain seperti belajar, bersosialisasi, atau beristirahat. Saya memikirkan game online sepanjang hari

Tabel 4. 15 P. 13 Variabel Kecanduan Game Online

No	Pilihan Jawaban	Jumlah	Presentase (%)
1	Sangat Tidak Setuju	3	4.48%

2	Tidak Setuju	2	2.99%
3	Netral	12	17.91%
4	Setuju	23	34.33%
5	Sangat Setuju	27	40.30%
Total		67	100%

Sumber : Data Diolah, 2025.

Tabel di atas menunjukkan responden lebih banyak memilih jawaban sangat setuju dengan persentase sebesar 40,30%. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami keterikatan yang cukup kuat secara psikologis terhadap game online, yang tercermin dari kecenderungan mereka untuk terus memikirkan aktivitas bermain meskipun sedang tidak bermain. Hal ini dapat menjadi indikator awal adanya gejala kecanduan, di mana pikiran individu secara terus-menerus terpaku pada game, yang berpotensi mempengaruhi aktivitas harian lainnya seperti belajar, bekerja, atau bersosialisasi.

a. Variabel Kesehatan Mental

- 1) Saya mengabaikan teman saya yang mengajak berbicara saat saya sedang bermain game online.

Tabel 4. 16 P.1 Variabel Kesehatan Mental

No	Pilihan Jawaban	Jumlah	Presentase (%)
1	Sangat Tidak Setuju	1	1.49%
2	Tidak Setuju	3	4.48%
3	Netral	14	20.90%
4	Setuju	27	40.30%
5	Sangat Setuju	22	32.84%
Total		67	100%

Sumber : Data Diolah, 2025.

Tabel di atas menunjukkan responden lebih banyak memilih jawaban setuju dengan persentase sebesar 40,30%. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden cenderung mengabaikan interaksi sosial secara langsung saat sedang fokus bermain game. Hal ini mencerminkan adanya kecenderungan perilaku yang memprioritaskan aktivitas bermain game dibandingkan komunikasi dengan lingkungan sekitar. Temuan ini juga dapat mengindikasikan adanya potensi gangguan dalam hubungan sosial atau kurangnya keseimbangan antara dunia virtual dan interaksi nyata pada sebagian pemain game online.

- 2) Saya lebih suka bermain game online dibanding beraktivitas dengan keluarga dan teman saya.

Tabel 4. 17 P. 2 Variabel Kesehatan Mental

No	Pilihan Jawaban	Jumlah	Presentase (%)
1	Sangat Tidak Setuju	3	4.48%

2	Tidak Setuju	2	2.99%
3	Netral	8	11.94%
4	Setuju	15	22.39%
5	Sangat Setuju	39	58.21%
Total		67	100%

Sumber : Data Diolah, 2025.

Tabel di atas menunjukkan responden lebih banyak memilih jawaban sangat setuju dengan persentase sebesar 58,21%. Hal ini menunjukkan bahwa lebih dari setengah responden memiliki kecenderungan kuat untuk memilih bermain game online sebagai aktivitas utama, bahkan dibandingkan dengan interaksi sosial bersama keluarga dan teman. Temuan ini dapat mengindikasikan adanya pola perilaku yang menunjukkan ketergantungan terhadap game online, serta kemungkinan berkurangnya intensitas hubungan sosial dalam kehidupan sehari-hari. Kondisi ini penting untuk diperhatikan, karena dapat berdampak pada aspek sosial dan emosional responden dalam jangka panjang.

- 3) Ketika saya sedang mengalami stres saya memilih untuk bermain game online

Tabel 4. 18 P. 3 Variabel Kesehatan Mental

No	Pilihan Jawaban	Jumlah	Presentase (%)
1	Sangat Tidak	2	2.99%

	Setuju		
2	Tidak Setuju	13	19.40%
3	Netral	31	46.27%
4	Setuju	12	17.91%
5	Sangat Setuju	9	13.43%
Total		67	100%

Sumber : Data Diolah, 2025.

Tabel di atas menunjukkan responden lebih banyak memilih jawaban netral dengan persentase sebesar 46,27%. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden tidak secara tegas menyatakan setuju maupun tidak setuju terhadap pernyataan tersebut. Hal ini dapat diartikan bahwa perilaku bermain game saat stres belum menjadi pilihan utama atau kebiasaan yang konsisten bagi mereka. Kemungkinan lain adalah responden masih berada dalam posisi ragu-ragu atau situasional, di mana keputusan untuk bermain game saat stres tergantung pada kondisi atau faktor lain yang sedang mereka hadapi. Temuan ini menunjukkan perlunya eksplorasi lebih lanjut terkait peran game online sebagai mekanisme coping stres pada individu.

- 4) Ketika ada waktu luang saya lebih memilih menghabiskan dengan bermain game online

Tabel 4. 19 P. 4 Variabel Kesehatan Mental

No	Pilihan Jawaban	Jumlah	Presentase (%)
1	Sangat Tidak	4	5.97%

	Setuju		
2	Tidak Setuju	3	4.48%
3	Netral	9	13.43%
4	Setuju	25	37.31%
5	Sangat Setuju	26	38.81%
Total		67	100%

Sumber : Data Diolah, 2025.

Tabel di atas menunjukkan responden lebih banyak memilih jawaban sangat setuju dengan persentase sebesar 38,81%. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki kecenderungan tinggi untuk menjadikan aktivitas bermain game online sebagai pilihan utama dalam mengisi waktu luang mereka. Temuan ini mencerminkan bahwa game online tidak hanya menjadi hiburan semata, tetapi juga telah menjadi bagian dari rutinitas dan preferensi responden dalam mengelola waktu senggang.

- 5) Saya sulit untuk tidur malam karena terlalu asyik bermain game online

Tabel 4. 20 P. 5 Variabel Kesehatan Mental

No	Pilihan Jawaban	Jumlah	Presentase (%)
1	Sangat Tidak Setuju	5	7.46%
2	Tidak Setuju	10	14.93%

3	Netral	31	46.27%
4	Setuju	11	16.42%
5	Sangat Setuju	10	14.93%
Total		67	100%

Sumber : Data Diolah, 2025.

Tabel di atas menunjukkan responden lebih banyak memilih jawaban netral dengan persentase sebesar 46,27%. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden mungkin pernah mengalami gangguan tidur akibat bermain game, namun tidak secara konsisten atau signifikan. Sikap netral ini juga bisa mencerminkan ketidakpastian responden dalam mengevaluasi dampak bermain game terhadap pola tidur mereka, atau bisa jadi mereka merasa terganggu hanya dalam situasi tertentu saja. Dengan demikian, pernyataan ini belum dapat dikategorikan sebagai masalah utama yang dirasakan secara umum oleh mayoritas responden.

- 6) Saya tidak suka ketika saya diganggu saat bermain game online

Tabel 4. 21 P. 6 Variabel Kesehatan Mental

No	Pilihan Jawaban	Jumlah	Presentase (%)
1	Sangat Tidak Setuju	2	2.99%

2	Tidak Setuju	3	4.48%
3	Netral	26	38.81%
4	Setuju	23	34.33%
5	Sangat Setuju	13	19.40%
Total		67	100%

Sumber : Data Diolah, 2025.

Tabel di atas menunjukkan responden lebih banyak memilih jawaban netral dengan persentase sebesar 38,81%. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden tidak secara tegas menyatakan setuju maupun tidak setuju terhadap pernyataan tersebut. Sikap netral ini dapat mengindikasikan bahwa responden cenderung tidak terlalu terganggu oleh gangguan eksternal saat bermain, atau bisa juga mencerminkan ketidakyakinan atau ambivalensi terhadap perasaan mereka sendiri dalam situasi tersebut. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa preferensi responden terhadap gangguan saat bermain game online tidak terlalu ekstrem, dan bervariasi tergantung pada situasi atau konteks tertentu.

7) Saya akan marah jika saya kalah dalam bermain game online

Tabel 4. 22 P. 7 Variabel Kesehatan Mental

No	Pilihan Jawaban	Jumlah	Presentase (%)
1	Sangat Tidak Setuju	4	5.97%

2	Tidak Setuju	1	1.49%
3	Netral	9	13.43%
4	Setuju	21	31.34%
5	Sangat Setuju	32	47.76%
Total		67	100%

Sumber : Data Diolah, 2025.

Tabel di atas menunjukkan responden lebih banyak memilih jawaban sangat setuju dengan persentase sebesar 47,76%. Hal ini menunjukkan bahwa hampir setengah dari responden memiliki kecenderungan emosional yang cukup tinggi terhadap hasil permainan. Hal ini dapat mengindikasikan adanya keterlibatan emosional yang kuat dalam aktivitas bermain game online, di mana kekalahan tidak hanya dipandang sebagai bagian dari permainan, tetapi juga memicu reaksi emosional seperti kemarahan. Temuan ini menunjukkan bahwa bagi sebagian besar pemain, game online bukan hanya sebagai hiburan semata, tetapi juga menjadi sarana pembuktian diri yang melibatkan perasaan personal.

- 8) Saya khawatir ketika saya belum menyelesaikan tantangan dalam game online sampai terbawa kedalam mimpi

Tabel 4. 23 P. 8 Variabel Kesehatan Mental

No	Pilihan Jawaban	Jumlah	Presentase (%)
1	Sangat Tidak Setuju	4	5.97%
2	Tidak Setuju	3	4.48%
3	Netral	18	26.87%
4	Setuju	19	28.36%
5	Sangat Setuju	23	34.33%
Total		67	100%

Sumber : Data Diolah, 2025.

Tabel di atas menunjukkan responden lebih banyak memilih jawaban sangat setuju dengan persentase sebesar 34,33%. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami keterikatan emosional yang kuat terhadap permainan yang mereka mainkan. Kecemasan yang muncul akibat belum terselesaikannya tantangan dalam game bahkan mempengaruhi kondisi psikologis mereka hingga terbawa dalam mimpi, yang dapat menjadi salah satu indikasi adanya kecenderungan terhadap perilaku adiktif terhadap game online.

9) Saya merasa gelisah jika tidak bermain game online dalam sehari

Tabel 4. 24 P. 9 Variabel Kesehatan Mental

No	Pilihan Jawaban	Jumlah	Presentase (%)
1	Sangat Tidak Setuju	3	4.48%
2	Tidak Setuju	13	19.40%
3	Netral	26	38.81%
4	Setuju	15	22.39%
5	Sangat Setuju	10	14.93%
Total		67	100%

Sumber : Data Diolah, 2025.

Tabel di atas menunjukkan responden lebih banyak memilih jawaban netral dengan persentase sebesar 38,81%. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden cenderung berada di posisi tengah atau belum memiliki kecenderungan sikap yang kuat, baik setuju maupun tidak setuju terhadap pernyataan tersebut. Dengan kata lain, mereka tidak secara eksplisit merasa gelisah, tetapi juga tidak sepenuhnya merasa tenang jika tidak bermain game online dalam sehari. Temuan ini dapat mengindikasikan adanya ketidakpastian atau variatifnya tingkat ketergantungan emosional terhadap game online di kalangan responden.

10) Saya tidak suka ketika saya diganggu saat bermain *game online*

Tabel 4. 25 P.10 Variabel Kesehatan Mental

No	Pilihan Jawaban	Jumlah	Presentase (%)
1	Sangat Tidak Setuju	3	4.48%
2	Tidak Setuju	5	7.46%
3	Netral	16	23.88%
4	Setuju	18	26.87%
5	Sangat Setuju	25	37.31%
Total		67	100%

Sumber : Data Diolah, 2025.

Tabel di atas menunjukkan responden lebih banyak memilih jawaban sangat setuju dengan persentase sebesar 41,79%. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden merasakan ketidaknyamanan yang signifikan ketika aktivitas bermain game mereka terganggu. Hal ini dapat mencerminkan tingkat keterlibatan emosional yang tinggi terhadap aktivitas bermain game online, di mana fokus dan kenyamanan menjadi aspek penting selama bermain. Persentase yang dominan ini juga dapat mengindikasikan bahwa bagi sebagian besar

pemain, gangguan eksternal saat bermain dianggap sebagai hal yang mengganggu pengalaman bermain mereka secara keseluruhan.

11) Saat saya merasa kesal dengan permainan game online saya, tangan saya tidak sengaja (refleks) memukul apa pun yang berada di dekat saya.

Tabel 4. 26 P. 11 Variabel Kesehatan Mental

No	Pilihan Jawaban	Jumlah	Presentase (%)
1	Sangat Tidak Setuju	4	5.97%
2	Tidak Setuju	2	2.99%
3	Netral	21	11.94%
4	Setuju	13	25.37%
5	Sangat Setuju	27	53.73%
Total		67	100%

Sumber : Data Diolah, 2025.

Tabel di atas menunjukkan responden lebih banyak memilih jawaban sangat setuju dengan persentase sebesar 53,73%. Hal ini menunjukkan bahwa lebih dari setengah responden memiliki kecenderungan untuk menunjukkan reaksi

fisik yang tidak terkontrol saat mengalami frustrasi akibat game online. Hal ini mencerminkan adanya potensi dampak emosional yang kuat dari aktivitas bermain game, di mana sebagian besar responden mengalami ledakan emosi hingga menimbulkan tindakan impulsif atau agresif secara refleks. Temuan ini dapat menjadi indikator adanya masalah dalam pengendalian emosi yang perlu diperhatikan, terutama dalam konteks penggunaan game online yang intensif.

12) Saya mengolok-olok (meledek) teman saya yang kalah dalam pertandingan permainan game online

Tabel 4. 27 P. 12 Variabel Kesehatan Mental

No	Pilihan Jawaban	Jumlah	Presentase (%)
1	Sangat Tidak Setuju	4	5.97%
2	Tidak Setuju	2	2.99%
3	Netral	8	11.94%
4	Setuju	17	25.37%
5	Sangat Setuju	36	53.73%
Total		67	100%

Sumber : Data Diolah, 2025.

Tabel di atas menunjukkan responden lebih banyak memilih jawaban sangat setuju dengan persentase sebesar

53,73%. Hal ini menunjukkan bahwa lebih dari separuh responden memiliki kecenderungan tinggi untuk melakukan tindakan meledek atau mengejek teman yang kalah dalam permainan. Hal ini mengindikasikan adanya dinamika kompetitif yang kuat dalam interaksi bermain game online, yang dapat memicu perilaku provokatif atau agresif secara verbal antar pemain, khususnya dalam lingkup pertemanan. Meskipun tindakan tersebut mungkin dimaknai sebagai bentuk candaan atau guyonan dalam konteks sosial tertentu, frekuensi dominasi respons sangat setuju dapat mencerminkan potensi munculnya perilaku kurang sportif atau perundungan verbal dalam lingkungan bermain game.

13) Saya meluapkan kekesalan saya pada orang yang didekat saya ketika saya kalah dalam permainan game online.

Tabel 4. 28 P. 13 Variabel Kesehatan Mental

No	Pilihan Jawaban	Jumlah	Presentase (%)
1	Sangat Tidak Setuju	5	7.46%
2	Tidak Setuju	2	2.99%
3	Netral	11	16.42%
4	Setuju	21	31.34%
5	Sangat Setuju	28	41.79%
Total		67	100%

Sumber : Data Diolah, 2025.

Tabel di atas menunjukkan responden lebih banyak memilih jawaban sangat setuju dengan persentase sebesar 41,79%. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden cenderung menunjukkan perilaku pelampiasan emosi negatif, khususnya kekesalan, kepada orang-orang di sekitar mereka saat mengalami kekalahan dalam permainan game online. Temuan ini mengindikasikan adanya potensi gangguan dalam pengelolaan emosi akibat aktivitas bermain game, di mana permainan tidak hanya mempengaruhi suasana hati pemain, tetapi juga berdampak terhadap interaksi sosial mereka. Tingginya persentase ini dapat menjadi indikasi adanya kecenderungan impulsif atau kurangnya kontrol diri yang mungkin perlu diperhatikan, terutama dalam konteks kesehatan mental dan hubungan interpersonal.

- 14) Perkataan saya tidak sengaja menyakiti perasaan teman saya ketika saya merasa tersaingi dalam bermain game online.

Tabel 4. 29 P. 14 Variabel Kesehatan Mental

No	Pilihan Jawaban	Jumlah	Presentase (%)
1	Sangat Tidak Setuju	3	4.48%
2	Tidak Setuju	2	2.99%
3	Netral	10	14.93%
4	Setuju	27	40.30%
5	Sangat Setuju	25	37.31%
Total		67	100%

Sumber : Data Diolah, 2025.

Tabel di atas menunjukkan responden lebih banyak memilih jawaban setuju dengan persentase sebesar 40,30%. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden menyadari adanya kecenderungan emosional yang muncul dalam konteks persaingan saat bermain game online, yang berdampak pada hubungan sosial mereka. Rasa tersaingi dapat memicu reaksi impulsif berupa perkataan yang tanpa disadari melukai perasaan teman. Hal ini mencerminkan pentingnya pengendalian emosi dan komunikasi yang sehat dalam interaksi antar pemain dalam lingkungan game online.

- 15) Saya gelisah ketika kalah bermain game online, saya tidak dapat diam untuk waktu lama

Tabel 4. 30 P. 15 Variabel Kesehatan Mental

No	Pilihan Jawaban	Jumlah	Presentase (%)
1	Sangat Tidak Setuju	3	4,48%
2	Tidak Setuju	2	2,99%
3	Netral	10	14,93%
4	Setuju	27	40,30%
5	Sangat Setuju	25	37,31%
Total		67	100%

Sumber : Data Diolah, 2025.

Tabel di atas menunjukkan responden lebih banyak memilih jawaban setuju dengan persentase sebesar 40,30%. Hal ini menunjukkan bahwa aluati besar responden mengalami reaksi emosional akuatik berupa kegelisahan ketika mengalami kekalahan dalam permainan, yang kemudian mempengaruhi perilaku mereka secara fisik, seperti merasa tidak tenang atau terus bergerak. Temuan ini mengindikasikan adanya gejala alua atau ketegangan yang muncul akibat interaksi yang intens dengan game online, dan dapat menjadi cerminan dari

keterlibatan emosional yang cukup tinggi terhadap aktivitas bermain game tersebut.

B. Hasil Penelitian

1. Uji Kualitas Data

a. Uji validitas

Pada penelitian ini, uji validitas dilakukan dengan mengukur hubungan antara skor tiap butir pernyataan dengan total skor keseluruhan butir. Suatu pernyataan dianggap valid jika nilai r hitung lebih besar dari r table. Nilai r tabel ditentukan berdasarkan derajat kebebasan ($df = n - 2$) dengan Tingkat signifikansi 5%. Dengan jumlah responden sebanyak 67 orang, maka $df = 67 - 2 = 65$, sehingga r table = 0,2404 for Windows, dan hasilnya dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 4. 31 Hasil Uji Validitas

Variabel	Item	R_{hitung}	R_{tabel}	Ket.
	1	0,635	0,24 04	Valid
	2	0,627	0,24 04	Valid
	3	0,603	0,24 04	Valid
	4	0,461	0,24 04	Valid

Variabel	Item	R _{hitung}	R _{tabel}	Ket.
Kecanduan Game Online (X)	5	0,835	0,24 04	Valid
	6	0,478	0,24 04	Valid
	7	0,674	0,24 04	Valid
	8	0,698	0,24 04	Valid
	9	0,660	0,24 04	Valid
	10	0,556	0,24 04	Valid
	11	0,734	0,24 04	Valid
	12	0,762	0,24 04	Valid
	13	0,770	0,24 04	Valid
	14	0,723	0,24	Valid

Variabel	Item	R _{hitung}	R _{tabel}	Ket.
Kesehatan Mental (Y)			04	
	15	0,707	0,24 04	Valid
	16	0,596	0,24 04	Valid
	17	0,505	0,24 04	Valid
	18	0,790	0,24 04	Valid
	19	0,660	0,24 04	Valid
	20	0,770	0,24 04	Valid
	21	0,719	0,24 04	Valid
	22	0,768	0,24 04	Valid
	23	0,755	0,24 04	Valid

Variabel	Item	R _{hitung}	R _{tabel}	Ket.
	24	0,723	0,24 04	Valid
	25	0,622	0,24 04	Valid
	26	0,762	0,24 04	Valid
	27	0,825	0,24 04	Valid
	28	0,831	0,24 04	Valid

Sumber: Data Diolah, 2025.

Dari tabel hasil uji validitas di atas, dapat diketahui bahwa $r_{hitung} > r_{tabel}$, maka dapat disimpulkan semua item pernyataan dalam penelitian ini dinyatakan valid. Uji validitas ini dapat dikatakan valid karena secara statistik, pernyataan memiliki hubungan yang kuat dengan keseluruhan konstruk. Uji validitas harus menghasilkan data yang valid karena menjamin ketepatan pengukuran, menentukan kelayakan data untuk analisis selanjutnya, menghindari kesimpulan yang salah, menjaga kredibilitas penelitian dan membantu perbaikan dalam instrument.

2. Uji Reliabilitas

Penelitian ini menggunakan metode Cronbach's Alpha untuk menguji reliabilitas atau konsistensi instrumen pengumpulan data. Suatu kuesioner dinyatakan reliabel apabila nilai Cronbach Alpha lebih besar dari 0,6. Pengujian reliabilitas dilakukan dengan bantuan software SPSS versi 25 for windows, dan hasilnya ditampilkan pada tabel berikut.

Tabel 4. 32 Hasil Uji Reliabilitas

Variabel	Nilai Cronbach's Alpha	Nilai Standar	Keterangan
Kecanduan Game Online (X)	0,887	0,60	Reliabel
Kesehatan Mental (Y)	0,932	0,60	Reliabel

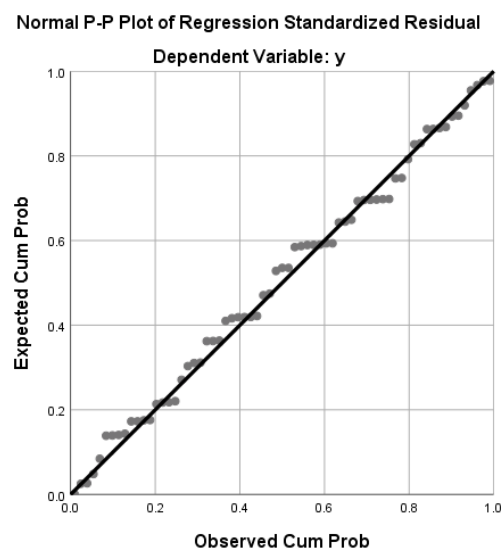
Sumber: Data Diolah, 2025.

Berdasarkan tabel di atas, nilai Cronbach's Alpha dari semua variabel lebih besar dari 0,60. Dengan demikian, semua item dinyatakan reliabel dan siap untuk dimasukkan kedalam analisis data. Hasil tersebut dapat dikatakan reliabel karena alat ukur tersebut memberikan hasil yang tidak berubah-ubah secara signifikan meskipun digunakan berulang kali dalam kondisi yang sama, dan hasil uji menunjukkan bahwa aquatic konsisten dan stabil. Uji reliabilitas

harus reliabel karena menjamin konsistensi hasil, membuktikan kualitas aluatic, dasar untuk analisis lanjutan, menghindari kesalahan kesimpulan dan meningkatkan kepercayaan terhadap penelitian.

3. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah distribusi nilai residual bersifat normal, karena salah satu syarat model model regresi linear yang baik adalah residualnya harus berdistribusi normal. Dalam penelitian ini, pengujian normalitas dilakukan dengan menggunakan bantuan software SPSS versi 24 for Windows, melalui grafik P-P Plot serta metode Kolmogorov-Smirnov (K-S). hasil pengujian normalitas dapat dilihat pada tabel berikut:



Gambar 4.1 Hasil Uji Normalitas P-P Plot

Sumber : Hasil Uji SPSS Versi 25, 2025.

Hasil uji normalitas melalui P-P Plot di atas menunjukkan bahwa sebaran residual mengikuti pola distribusi normal, yang

ditunjukkan oleh penyebaran titik-titik yang mendekati garis diagonal.

Oleh karena itu, data dapat dianggap memenuhi asumsi normalitas.

Tabel 4. 33 Hasil Uji Kolmogorov-Smirnov

<i>One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test</i>	<i>Unstandardized Residual</i>
N	67
Asymp. Sig (2-tailed)	0,200

Sumber : Output Data SPSS Versi 25, 2025.

Berdasarkan output yang diperoleh, diketahui bahwa jumlah responden dalam penelitian ini sebanyak 67 orang. Hasil pengujian menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,200. Karena nilai tersebut lebih besar dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa data dalam penelitian ini berdistribusi normal.

Uji normalitas harus normal karena banyak analisis aluatic parametrik seperti regresi linear, uji t, dan analisis parametrik lainnya yang mensyaratkan uji normalitas, mengasumsikan bahwa data berdistribusi normal. Jika tidak normal, maka hasil analisis data bisa menjadi tidak akurat, beresiko bias, dan kesimpulan penelitian tidak valid.

4. Uji Linieritas

Uji linearitas dilakukan untuk menganalisis hubungan antara variabel Y dan variabel X dalam model persamaan regresi. Pengujian ini mempunyai tujuan untuk membuktikan bahwa ada hubungan fungsional yang linear antara kedua variabel dalam populasi, sebagai salah satu syarat analisis regresi. Linearitas diuji untuk menentukan apakah memiliki pengaruh antara kedua variabel bersifat signifikan secara linear atau tidak. Keputusan pengujian didasarkan pada nilai signifikansi *deviation from linearity*, apabila nilainya lebih dari 0,05, maka hubungan antar variabel dianggap linear, sedangkan jika kurang dari 0,05, maka hubungan tersebut tidak linear.

Tabel 4. 34 Hasil Uji Linieritas

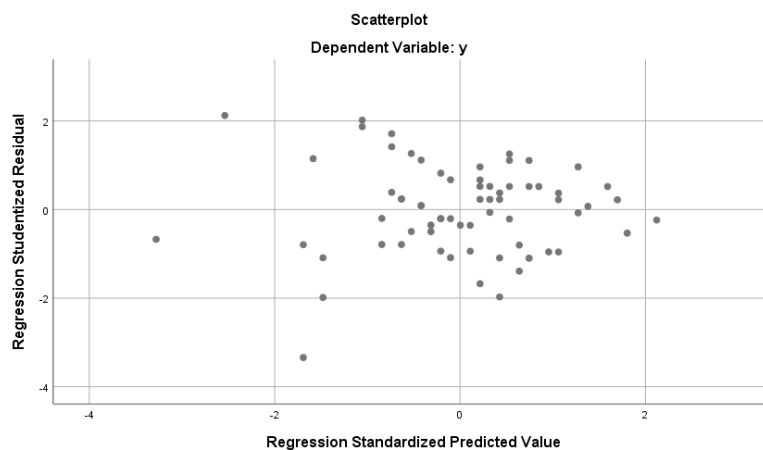
ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
y * x	Between Groups	(Combined)	7540.225	29	260 .008	6.60 1	.000
		Linearity	6370.594	1	637 0.594	161. 733	.000
		Deviation from Linearity	1169.632	28	41. 773	1.06 0	.428

Within Groups	1457.417	37	39.		
			390		
Total	8997.642	66			

Sumber : Output Data SPSS Versi 25, 2025.

Berdasar dari hasil pengujian yang ditampilkan dalam tabel di atas, nilai signifikansi *deviation from linearity* sebesar 0,428, yang mana lebih besar dari 0,05. Dengan demikian, bisa ditarik kesimpulan bahwa ada hubungan linear antara kecanduan game online dengan kesehatan mental.

5. Uji Heteroskedastisitas



Gambar 4.2 Hasil Uji Heteroskedastisitas

Sumber : Hasil Uji SPSS Versi 25, 2025.

Dari gambar di atas dapat dilihat bahwa titik-titik data penyebaran tidak hanya mengumpul diatas atau dibawah angka 0 saja, penyebaran titik-titik data tidak membentuk pola tertentu, dan penyebaran titik-titik data tidak membentuk pola bergelombang.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi masalah heteroskedastisitas dan hal ini menunjukkan bahwa model memiliki varian residual yang konstan, sehingga layak digunakan untuk analisis lebih lanjut. Uji heteroskedastisitas harus menunjukkan tidak terjadi heteroskedastisitas karena jika varians error tidak konstan, maka hasil regresi bisa bias, uji statistik menjadi tidak valid dan model sulit memberikan prediksi yang akurat.

6. Uji Regresi Linear Sederhana

Analisis regresi linear sederhana merupakan metode yang diterapkan guna menentukan hubungan antara satu variabel bebas (X) dan satu variabel terikat (Y). Analisis ini memiliki tujuan untuk mengetahui arah hubungan antara kedua variabel, apakah bersifat positif atau negatif, serta memprediksi nilai variabel dependen. Berikut merupakan hasil uji regresi linear sederhana menggunakan SPSS:

Tabel 4. 35 Hasil Uji Regresi Linier Sederhana

Variabel	<i>Unstandardized Coefficients</i>
	B
<i>Constant</i>	11.091
Kecanduan Game Online (X)	1.007

Sumber : Output Data SPSS Versi 25, 2025.

Persamaan regresi linier sederhana yakni:

$$Y = a + bX + e$$

$$Y = 11.091 + 1.007 + e$$

Keterangan:

Y: Kesehatan Mental

1. Konstanta dengan nilai 11.091, Jika nilai variabel Kecanduan Game Online (X) adalah 0, maka nilai variabel Y diperkirakan sebesar 11.091.
2. Koefisien variabel Kecanduan Game Online (X) yaitu sebesar 1.007. Hal ini menunjukkan bahwa setiap penambahan 1 satuan pada variabel X, akan menyebabkan peningkatan sebesar 1.007 satuan pada variabel Y, dengan asumsi variabel lainnya tetap.

7. Uji Parsial (Uji T)

Uji t bertujuan untuk menilai pengaruh setiap variabel independen secara individual terhadap variabel dependen. Apabila nilai signifikansi kurang dari 0,05, maka variabel independent tersebut memiliki pengaruh yang signifikan terhadap variabel dependen.

Tabel 4. 36 Hasil Uji T (Uji Parsial)

Variabel	T _{hitung}	Sig	Keterangan
Kecanduan Game Online (X)	11.23 9	0,0 00	Signifikan (berpengaruh positif)

Sumber : Output Data SPSS Versi 25, 2025.

Hasil dari Uji T di atas menunjukkan bahwa Faktor Internal (X1) memiliki nilai t_{hitung} 11,239 dan nilai signifikansi 0,000 yang berarti kecanduan game online berpengaruh signifikan secara parsial terhadap kesehatan mental. Hal ini dikarenakan nilai t hitung lebih besar daripada t tabel ($11,239 > 1,668$) dan nilai signifikansi lebih kecil daripada α ($0,000 < 0,05$), sehingga hipotesis H_a diterima dan H_o ditolak.

8. Uji Determinasi (R^2)

Tabel 4. 37 Hasil Uji Determinasi (R^2)

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	0.813 ^a	0.660	0.655	6.87693

a. Predictors: (Constant), x

b. Dependent Variable: y

Sumber : Output Data SPSS Versi 25, 2025.

Berdasarkan hasil output diatas, besarnya angka koefisien determinasi R Square adalah 0,660 atau sama dengan 66%. Hal ini menunjukkan bahwa pengaruh variabel Kecanduan Game Online (X) terhadap variabel Kesehatan Mental (Y) dengan persentase sebesar 66%. Sedangkan sisanya

yakni 34% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak ada dalam penelitian ini.

C. Pembahasan

1. Pengaruh Kecanduan Game Online Terhadap Kesehatan Mental Siswa SMP Negeri 7 Banjarmasin

Berdasarkan hasil uji t (parsial) diperoleh nilai t hitung sebesar 11,239 dengan nilai signifikansi 0,000. Karena nilai signifikansi $< 0,05$ ($0,000 < 0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa variabel kecanduan game online (X) berpengaruh signifikan secara parsial terhadap variabel kesehatan mental (Y). Hasil ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat kecanduan game online pada siswa, maka semakin besar pula pengaruh yang ditimbulkan terhadap kondisi kesehatan mental mereka.

Efek ini bisa muncul dalam berbagai bentuk seperti: perubahan suasana hati yang cepat, gangguan tidur, pelampiasan emosi secara verbal atau fisik, bahkan gangguan dalam interaksi sosial dengan teman dan keluarga, sebagaimana ditunjukkan oleh hasil deskriptif dalam penelitian. Dengan koefisien regresi sebesar 1,007, hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kecanduan game online, maka semakin tinggi pula tingkat gangguan atau penurunan pada aspek kesehatan mental siswa.

Kecenderungan seperti ini menguatkan hasil deskriptif yang menunjukkan adanya perilaku impulsif, gangguan tidur, hingga pelampiasan emosi secara negatif. Dengan Nilai R Square sebesar 0,660 berarti bahwa sebesar 66% variasi dalam kesehatan mental siswa dapat

dijelaskan oleh variabel kecanduan game online. Sisanya sebesar 34% dijelaskan oleh variabel lain di luar model, seperti tekanan akademik, kondisi keluarga, atau interaksi sosial lainnya. Persentase yang cukup tinggi ini mengindikasikan bahwa kecanduan game online memberikan kontribusi yang cukup besar terhadap kondisi kesehatan mental siswa SMP Negeri 7 Banjarmasin.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian dari Besty Sri Kurniawati, yang hasilnya memberikan gambaran bahwa paparan game online dapat meningkatkan risiko gangguan emosional dengan menunjukkan bahwa anak sekolah yang kecanduan game cenderung menunjukkan indikasi depresi, kecemasan, dan ledakan emosi, seperti kesulitan tidur, mudah marah, dan mengabaikan interaksi sosial.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian dari A'la Nur Royan, penelitian tersebut menyoroti bahwa remaja yang bermain game secara berlebihan menunjukkan perubahan emosi dan kecenderungan menarik diri. Penelitian ini memperluas wawasan tersebut dengan menggunakan instrumen kuesioner terstruktur dan melibatkan lebih banyak indikator kesehatan mental, seperti pengabaian tanggung jawab sosial, ketergantungan pada interaksi online, hingga pelampiasan emosi secara fisik.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian dari Rahmi, penelitiannya menyoroti bahwa kecanduan game berpengaruh terhadap perilaku antisosial dan gangguan komunikasi. Hal ini sesuai dengan

temuan skripsi ini, di mana lebih dari 50% responden menunjukkan kecenderungan mengolok-olok teman, marah saat kalah, dan merasa gelisah bila tidak bermain, yang semuanya berdampak pada pembentukan karakter dan relasi sosial