

**PENGARUH KONSEP DIRI TERHADAP KESEHATAN
MENTAL PADA SISWA YANG BERMAIN GAME ONLINE
DI MAN 2 BREBES**



SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Dakwah
UIN PROF. K.H Saifuddin Zuhri Purwokerto
Untuk Memenuhi Syarat Guna Memperoleh
Gelar Sarjana Sosial (S.Sos)**

Oleh:

**Ririn Novia Zulfatur Rohman
NIM. 1817101081**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
JURUSAN KONSELING DAN PENGEMBANGAN MASYARAKAT
FAKULTAS DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI PROF. K.H. SAIFUDDIN ZUHRI
PURWOKERTO
2022**

PERNYATAAN KEASLIAN

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini

Nama : Ririn Novia Zulfatur Rohman

NIM : 1817101081

Jenjang : S1

Fakultas : Dakwah

Jurusan : Bimbingan dan Konseling Islam

Judul Skripsi : **Pengaruh Konsep Diri Terhadap Kesehatan Mental Pada Siswa Yang Bermain Game Online Di MAN 2 BREBES**

Dengan ini menyatakan bahwa sesungguhnya skripsi ini merupakan hasil penelitian atau hasil karya sendiri. semua sumber yang digunakan dalam penulisan ini telah dicantumkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku di UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto. Apabila dikemudian hari pernyataan ini terbukti tidak benar, maka peneliti bersedia menerima sanksi yang berlaku.

Purwokerto,



Ririn Novia Zulfatur Rohman
NIM. 1817101081

PENGESAHAN



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
PROFESOR KIAI HAJI SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO
FAKULTAS DAKWAH

Jalan Jenderal A. Yani, No. 40A Purwokerto 53126
Telepon (0281) 635624 Faksimili (0281) 636553,
www.uinsaizu.ac.id

PENGESAHAN

Skripsi Berjudul

Pengaruh Konsep Diri Terhadap Kesehatan Mental Pada Siswa Yang Bermain Game Online Di MAN 2 BREBES

Yang disusun oleh RIRIN NOVIA ZULFATUR ROHMAN
NIM.1817101081 Program Studi **Bimbingan dan Konseling Islam** Jurusan
Konseling dan Pengembangan Masyarakat Fakultas Dakwah Universitas Islam
Negeri Prof.K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, telah diujikan pada hari Senin
tanggal 6 Juni 2022 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk memperoleh
gelar Sarjana Sosial (S.Sos.) Dalam Bimbingan dan Konseling Islam oleh
Sidang Dewan Penguji Skripsi.

Ketua Sidang/Pembimbing

Sekretaris Sidang/Penguji II

Nur Azizah, M.S.i
NIP. 19810117 200801 2 010

Lutfi Faishol, M.Pd
NIP. 192221028 201903 1 013

Penguji Utama

Dr. Alief Budiyono, M.Pd
NIP. 199790217 200912 1 003

Mengesahkan

Purwokerto, 27 Juni 2022.

Dekan,



Prof. Dr. H. Abdul Basit, M.Ag.
NIP. 19691219 199803 1 001

NOTA DINAS PEMBIMBING

Kepada Yth.
Dekan Fakultas Dakwah
UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto
Di Purwokerto

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Setelah saya melakukan bimbingan, koreksi, dari perbaikan terhadap penulisan Skripsi, maka bersama ini kami kirimkan naskah skripsi saudara:


Nama : Ririn Novia Zulfatur Rohman
NIM : 1817101081
Jenjang : S1
Fakultas : Dakwah
Jurusan : Bimbingan dan Konseling Islam
Judul Skripsi : **Pengaruh Konsep Diri Terhadap Kesehatan Mental Pada Siswa Yang Bermain Game Online Di MAN 2 BREBES**

Saya berpendapat bahwa skripsi tersebut sudah dapat diujikan kepada Dekan Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto untuk diujikan dalam rangka memperoleh gelar Sarjana Sosial (S. Sos).

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Purwokerto, 6 Juni 2022

Pembimbing,


Nuf Azizah, S.Sos. I., M.Si.
NIP. 19810117 200801 2 010

**PENGARUH KONSEP DIRI TERHADAP KESEHATAN MENTAL PADA
SISWA YANG BERMAIN GAME ONLINE DI MAN 2 BREBES**

Ririn Novia Zulfatur Rohman

1817101081

Email: rinnoviazr@gmail.com

**Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah
Universitas Islam Negeri Prof. K.H Saifuddin Zuhri**

ABSTRACT

Pengaruh konsep diri terhadap Kesehatan mental pada siswa yang bermain game online di MAN 2 BREBES dengan adanya penelitian ini maka diharapkan siswa siwi MAN 2 BREBES sehat akan mental yang dimilikinya dengan penerapan konsep diri sebagai pokok untuk menentukan perilaku pada siswa yang bermain game online. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adakah pengaruh konsep diri terhadap Kesehatan mental pada siswa yang bermain game online di MAN 2 BREBES . Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang dilakukan di MAN 2 BREBES serta DI MAN 1 BANYUMAS sebagai uji perbandingan dengan jumlah sample 54 siswa. Metode pengumpulan data yang dilakukan dalam penelitian ini yaitu menggunakan angket/kuesioner. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa MAN 2 BREBES kelas 11 Ipa, Ips, dan Keagamaan yang masing-masing kelas terdiri dari 40 siswa sehingga total keseluruhan ada 400 siswa. Penelitian ini menggunakan korelasi product moment (KPM) yang menjadi hipotesis asosiatif (uji hubungan) dan variabel.

Hasil dari penelitian ini adalah ada pengaruh antara konsep diri terhadap kesehatan mental pada siswa yang bermain game online di MAN 2 BREBES. Dimana hipotesis menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima. Sehingga dapat disimpulkan jika hasil uji regresi adalah terdapat nilai F hitung 1.998 dengan tingkat signifikansi sebesar 0,000 kurang dari 0,05 maka model regresi dapat dipakai untuk memprediksi variabel X dan Y atau dengan kata lain maka ada pengaruh antara konsep diri terhadap Kesehatan mental pada siswa yang bermain game online.

Kata Kunci: *Konsep diri, Kesehatan Mental, Game Online*

MOTTO

**Siapa yang menanam dengan benih yang baik, esok akan menuai dengan
hasil yang terbaik
(Ririn Novia Zr)**



PERSEMBAHAN

Dengan menyebut nama Allah SWT, yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang Alhamdulillah rabbilalamin atas segala nikmat dan karunianya yang telah memberikan kasih sayangnya, sehingga penelitian skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik. Shalawat serta salam semoga tetap tercurah kepada baginda agung Nabi Muhammad SAW. semoga motivasi ini dapat membangun semangat bagi para pembaca.

Karya skripsi ini peneliti persembahkan pada:

1. Almamater UIN Prof.KH. Saifuddin Zuhri
2. MAN 2 BREBES
3. MAN 1 BANYUMAS



KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, Puji syukur atas kehadiran Allah yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-nya sehingga dengan kekurangan dan kemampuan penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini. Tidak lupa shalawat serta salam tetap tercurah kepada baginda Rasulullah Nabi Muhammad SAW. Yang telah memberikan zaman dari zaman kegelapan hingga zaman yang terang benderang. semoga terus memotivasi kita untuk terus bertambah baik lagi kedepannya. Penulisan skripsi ini berjudul **Pengaruh Konsep Diri Terhadap Kesehatan Mental Pada Siswa Yang Bermain Game Online Di MAN 2 BREBES** Merupakan persyaratan guna memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) Program Studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah. berkaitan dengan terselesaikannya skripsi ini, penulis mengucapkan terimakasih kepada seluruh pihak yang sudah memberi dukungan, semangat dan doa dalam penyusunan skripsi ini, terutama kepada:

1. Dr. H. Moh. Roqib, M.Ag., Rektor Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
2. Prof. Dr. H. Abdul Basit, M.Ag., Dekan Fakultas Universitas Islam Negeri Prof. H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
3. Nur Azizah, S.Sos.I, M.Si., Ketua Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam, Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto dan sekaligus dosen pembimbing yang sudah mencurahkan waktu, tenaga seta arahan dan nasehat kepada penulis
4. Dr. Hj. Khusnul Khotimah, M.Ag., Dosen Pembimbing Akademik Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
5. Segenap Jajaran Staf Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.yang telah memberikan pelayanan terbaik kepada Mahasiswa.
6. Keluarga besar MAN 2 BREBES khususnya Ibu lia, guru BK yang sudah mengarahkan dan mensukseskan penyebaran questioner di kelas 11. dan guru-

guru yang tidak bisa disebutkan satu per satu atas bantuan motivasi dan dukungannya.

7. Ibu dan bapak yang sudah memberikan dukungan penuh kepada anaknya hingga bisa menyekolahkan sampai gelar sarjana S1
8. H. Lukmanul hakim, kakak laki-laki yang sudah memberikan banyak budi kepada saya hingga lulus dengan gelar sarjana. tanpa panjenengan entah bagaimana nasib saya selama diperantauan khususnya selama mengenyam bangku perkuliahan.
9. Teman hidup saya insyaallah, yang sudah memberikan motivasi semangat dan dukungannya
10. Kepada teman saya via irhas, Wilda dan mba nurtiasih yang sudah membantu penulis dalam proses penyelesaian skripsi.
11. Kepada abah dan ibu pengasuh PP. DARUL ABROR yang telah memberi semangat serta doa yang insyaallah mustajab.
12. Segenap keluarga besar pengurus pondok pesantren Darul Abror yang telah memberikan semangat dan do'a.
13. Segenap teman-teman BKI B 2018 yang telah memberikan support yang luar biasa yang sudah berjuang bersama sama untuk melewati proses yang panjang dan penuh tantangan ini. terimakasih semangat dan motivasi kalian semoga tali silaturahmi kita tetap terjalin dengan baik
14. Seluruh teman teman MAN 2 BREBES dan MAN 1 BANYUMAS yang sudah ikut bersedia menjadi responden dalam proses penyusunan skripsi ini. mudah mudahan Allah membalas segala kebaikan kalian.
15. Semua pihak yang sudah terlibat langsung maupun tidak langsung dalam proses penyusunan skripsi ini.

Kritik dan saran sangat perlu untuk adanya motivasi yang membangun penulis lebih baik lagi. semoga karya ini bermanfaat bagi penulis dan bagi pembacanya.

Purwokerto,



Ririn Novia Zulfatur Rohman
NIM. 1817101081



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN KEASLIAN	ii
PENGESAHAN	iii
NOTA DINAS PEMBIMBING	iv
ABSTRACK	v
MOTTO	vi
PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. LATAR BELAKANG.....	1
B. DEFINISI OPERASIONAL	6
C. RUMUSAN MASALAH	8
D. TUJUAN PENELITIAN	8
E. MANFAAT PENELITIAN.....	8
F. KAJIAN PUSTAKA	9
G. SISTEMATIKA PENULISAN.....	12
BAB II LANDASAN TEORI	13
A. KESEHATAN MENTAL.....	13
1. PENGERTIAN KESEHATAN MENTAL	13
2. FAKTOR PENYEBAB KESEHATAN MENTAL	14
3. MENTAL SEHAT DAN TIDAK SEHAT	14
4. PENCEGAHAN KESEHATAN MENTAL	15
B. KONSEP DIRI	16
1. PENGERTIAN KONSEP DIRI	16
2. DIMENSI KONSEP DIRI.....	17
3. KOMPONEN KONSEP DIRI.....	18

	C. GAME ONLINE.....	19
	1. PENGERTIAN GAME ONLINE	19
	2. DAMPAK NEGATIF BERMAIN GAME ONLINE.....	21
	3. TIPE-TIPE GAME ONLINE	22
	4. BEBERAPA PENYAKIT YANG DITIMBULKAN AKIBAT BERMAIN GAME ONLINE.....	22
	5. PENANGANAN KHUSUS TERHADAP PERILAKU BERMAIN GAME ONLINE.....	23
	D. PENGARUH KONSEP DIRI TERHADAP KESEHATAN MENTAL.....	24
	E. HIPOTESIS	27
BAB III	METODE PENELITIAN	28
	A. PENDEKATAN DAN JENIS PENELITIAN.....	28
	B. TEMPAT DAN WAKTU PENELITIAN	29
	C. POPULASI DAN SAMPEL PENELITIAN	29
	1. POPULASI PENELITIAN.....	29
	2. SAMPEL PENELITIAN	30
	D. VARIABEL PENELITIAN.....	31
	1. VARIABEL BEBAS.....	31
	2. VARIABEL TERIKAT.....	33
	E. METODE PENGUMPULAN DATA	35
	1. OBSERVASI.....	35
	2. ANGKET/KUESIONER.....	35
	F. UJI VALIDITAS DAN REALIBILITAS	38
	1. UJI VALIDITAS	38
	2. UJI REALIBILITAS	39
	G. TEKNIK ANALISIS DATA	39
	1. UJI SYARAT REGRESI.....	40
BAB IV	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	41
	A. GAMBARAN MAN 2 BREBES.....	41
	1. SEJARAH MAN 2 BREBES	41

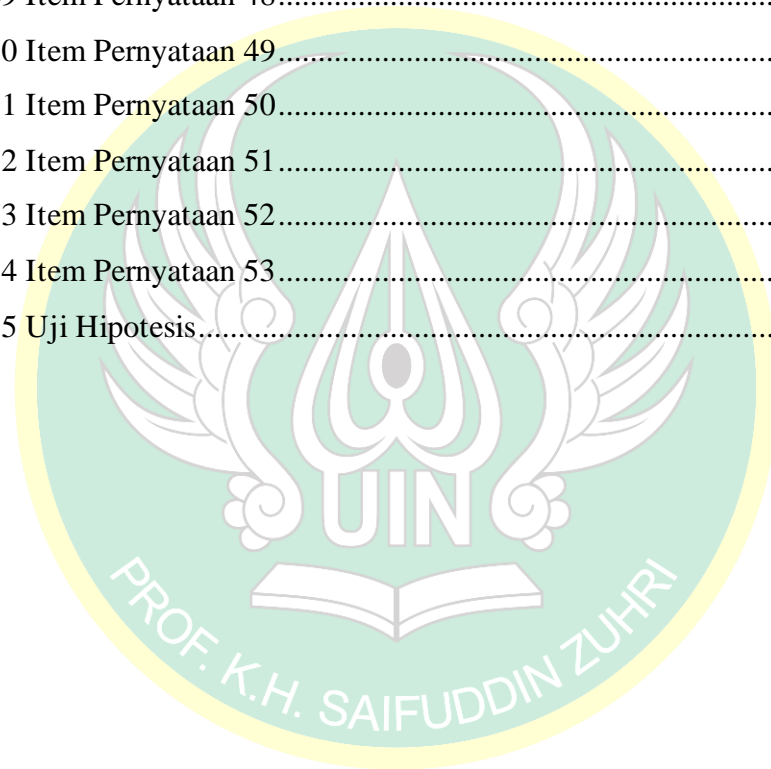
2. PROFIL MAN 2 BREBES	41
3. DATA KEPEMILIKAN TANAH DAN BANGUNAN	41
4. DATA RUANG DAN GEDUNG	42
5. DATA KETENAGAAN.....	42
6. VISI MISI MAN 2 BREBES	43
7. PROFIL RESPONDEN.....	44
B. HASIL PENELITIAN	45
1. UJI VALIDITAS	45
2. UJI REALIBILITAS	47
3. DATA DESKRIPTIF STATISTIK.....	48
4. UJI NORMALITAS	50
5. UJI LINEARITAS.....	50
C. PENYAJIAN DAN ANALISIS DATA	51
1. UJI KORELASI	51
2. ANALISIS DATA.....	51
3. HIPOTESIS	106
4. PEMBAHASAN DAN HASIL ANALISIS.....	106
BAB V PENUTUP	107
A. KESIMPULAN	107
B. SARAN.....	107
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Data Siswa MAN 2 BREBES	30
tabel 2.2 Angket Variabel X.....	32
Tabel 2.3 Angket Variabel Y	34
Tabel 3.4 Skala Likert	35
Tabel 3.5 Kisi-Kisi Konsep Diri	36
Tabel 3.6 Kisi-kisi Kesehatan Mental	37
Tabel 4.7 Uji Normalitas One Sample Kolomogorov-Smirnov Test.....	40
Tabel 4.8 Uji Linearitas Anova Table	41
Tabel 5.9 Data Guru	42
Tabel 5.10 Data Pegawai.....	42
Tabel 5.11 Data Kesiswaan	43
Tabel 5.12 Jumlah Responden Berdasarkan Kelas	44
Tabel 6.13 Hasil Uji Validitas Variabel X.....	45
Tabel 6.14 Hasil Uji Validitas Variabel Y	46
Tabel 7.15 Hasil Uji Realibilitas Variabel X	47
Tabel 7.16 Hasil Uji Realibilitas Variabel Y	47
Tabel 8.17 Descriptive Statistik Variabel X.....	48
Tabel 8.18 Descriptive Statistik Variabel Y.....	49
Tabel 9.19 Uji Normalitas One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test One-S	50
Tabel 10.20 Uji Linearitas Anova Table.....	50
Tabel 11.21 Hasil Uji Korelasi Product Moment.....	51
Tabel 12.22 Item Pernyataan 1	52
Tabel 12.23 Item Pernyataan 2.....	53
Tabel 12.24 Item Pernyataan 3.....	54
Tabel 12.25 Item Pernyataan 4.....	55
Tabel 12.26 Item Pernyataan 5.....	56
Tabel 12.27 Item Pernyataan 6.....	57
Tabel 12.28 Item Pernyataan 7.....	58
Tabel 12.29 Item Pernyataan 8.....	59

Tabel 12.30 Item Pernyataan 9.....	60
Tabel 12.31 Item Pernyataan 10.....	61
Tabel 12.32 Item Pernyataan 11.....	62
Tabel 12.33 Item Pernyataan 12.....	63
Tabel 12.34 Item Pernyataan 13.....	64
Tabel 12.35 Item Pernyataan 14.....	65
Tabel 12.36 Item Pernyataan 15.....	66
Tabel 12.37 Item Pernyataan 16.....	67
Tabel 12.38 Item Pernyataan 17.....	68
Tabel 12.39 Item Pernyataan 18.....	69
Tabel 12.40 Item Pernyataan 19.....	70
Tabel 12.41 Item Pernyataan 20.....	71
Tabel 12.42 Item Pernyataan 21.....	72
Tabel 12.43 Item Pernyataan 22.....	73
Tabel 12.44 Item Pernyataan 23.....	74
Tabel 12.45 Item Pernyataan 24.....	75
Tabel 12.46 Item Pernyataan 25.....	76
Tabel 12.47 Item Pernyataan 26.....	77
Tabel 12.48 Item Pernyataan 27.....	78
Tabel 12.49 Item Pernyataan 28.....	79
Tabel 12.50 Item Pernyataan 29.....	80
Tabel 12.51 Item Pernyataan 30.....	81
Tabel 12.52 Item Pernyataan 31.....	82
Tabel 12.53 Item Pernyataan 32.....	83
Tabel 12.54 Item Pernyataan 33.....	84
Tabel 12.55 Item Pernyataan 34.....	85
Tabel 12.56 Item Pernyataan 35.....	86
Tabel 12.57 Item Pernyataan 36.....	87
Tabel 12.58 Item Pernyataan 37.....	88
Tabel 12.59 Item Pernyataan 38.....	89
Tabel 12.60 Item Pernyataan 39.....	90

Tabel 12.61 Item Pernyataan 40.....	91
Tabel 12.62 Item Pernyataan 41.....	92
Tabel 12.63 Item Pernyataan 42.....	93
Tabel 12.64 Item Pernyataan 43.....	94
Tabel 12.65 Item Pernyataan 44.....	95
Tabel 12.66 Item Pernyataan 45.....	96
Tabel 12.67 Item Pernyataan 46.....	97
Tabel 12.68 Item Pernyataan 47.....	98
Tabel 12.69 Item Pernyataan 48.....	99
Tabel 12.70 Item Pernyataan 49.....	100
Tabel 12.71 Item Pernyataan 50.....	101
Tabel 12.72 Item Pernyataan 51.....	102
Tabel 12.73 Item Pernyataan 52.....	103
Tabel 12.74 Item Pernyataan 53.....	104
Tabel 13.75 Uji Hipotesis.....	105



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kesehatan jiwa merupakan penyimpangan dari cita-cita dan ditandai dengan gangguan yang disebabkan oleh pikiran, emosi dan perilaku. Orang yang depresi bisa jadi karena kurangnya energi positif yang mentalnya terhalang oleh pikirannya. Di sisi lain, orang-orang yang bermain game online sering terlibat dalam kesehatan mental karena pikiran dan tindakan mereka. Makna Kesehatan mental mulai berubah jika pendapat lama mengatakan bahwa seseorang yang terganggu mentalnya jika mereka memiliki tanda-tanda yang cukup terlihat. Kesehatan individu yang optimal dapat menjadikan mereka mampu dalam mengatasi masalah-masalah yang sedang dihadapinya¹

DSM IV mendefinisikan gangguan jiwa sebagai sindrom atau gangguan perilaku atau gangguan jiwa yang terjadi pada individu, dan sindrom tersebut berhubungan dengan kondisi sebagai berikut: Gejala atau gangguan yang menyakitkan. Sementara itu, *Group for Advances in Psychiatry* mendefinisikan penyakit mental sebagai penyakit yang mengurangi kemampuan seseorang untuk menggunakan atau mempertahankan penilaian. Berdasarkan pengertian di atas, gangguan jiwa meliputi penurunan fungsi mental, yang mempengaruhi perilaku yang berbeda dari yang seharusnya²

Kesehatan mental merupakan suatu aspek sebagai suatu proses yang dapat menjadikan individu itu negative atau positif. Seperti baik atau buruk terhadap Kesehatan mental. Diantara yang berkaitan dengan sehat mental adalah kondisi pikiran dimana pikiran itu dapat menjadi pengaruh terhadap olah rasa yang dirasakan setiap individu. Kesehatan mental dapat menjadi tameng

¹ M Noor Rochman Hadjam, Wahyu Widhiarso., "Pengujian Model Peranan Kecakapan Hidup Terhadap Kesehatan Mental", Jurnal Psikologi Vol 38 No 1 Tahun 2011., di akses dari <https://journal.ugm.ac.id/jpsi/article/view/7665/5942>

² Moeljono notosoedirjo Kesehatan Mental Konsep dan Penerapan Universitas Muhammadiyah Malang, Tahun 2001, Hlm42-43

bagi dirinya serta masyarakat karena berkaitan dengan bagaimana dirinya dapat menyesuaikan dengan lingkungannya³

Ada banyak cara orang dapat menemukan kebahagiaan. Salah satu kesenangan yang dipilih tentu tergantung pada orangnya. Beberapa orang senang menulis, bermain bola, atau melakukan aktivitas lain seperti berbelanja, nongkrong, atau sekadar menikmati memancing. Tren di kalangan remaja pada beberapa tahun terakhir ini mengalami antusiasme remaja memainkan video dan game online secara online berbasis internet⁴

Semakin tinggi ilmu pengetahuan dan perkembangan zaman, maka semakin cepat pula teknologi dan produk yang akan diproduksi. Tentunya produk rekayasa yang dihasilkan beragam untuk memenuhi kebutuhan sumber daya manusia seperti pendidikan, ilmu pengetahuan, kesehatan bahkan hiburan. Perkembangan teknologi berbasis video salah satu produk populer bagi remaja. Video game dan game online keberadaan dapat memberikan manfaat hiburan bagi remaja⁵

Di Indonesia, game online banyak diminati remaja. Tidak sedikit remaja bermain game online bahkan sampai menghabiskan uang jajan. Gamer juga dapat menghabiskan sebagian besar waktunya untuk mengabaikan aktivitas penting lainnya seperti makan, minum, dan belajar. Dari pagi, siang dan sore hingga dini hari saat para remaja sibuk bermain game online⁶

Pengguna game online juga menghabiskan waktunya untuk terus bermain game online, yang berdampak negatif bagi individu. Negatif akibat sering bermain game online dapat menyebabkan sakit kepala, penglihatan kabur,

³ Meilanny Budiarti Santoso., "Kesehatan Mental Dalam Perspektif Pekerjaan Sosial", Social Work Jurnal vol 6 No 1., diakses dari <http://jurnal.unpad.ac.id/share/article/view/13160>

⁴ Ridwan Syahrani., "ketergantungan online game dan penanganannya.", jurnal psikologi pendidikan dan konseling., vol 1 No 1., juni 2015 hal 85 diakses dari <https://ojs.unm.ac.id/index.php/JPPK/article/view/1537>

⁵ Ridwan Syahrani., "ketergantungan online game dan penanganannya.", jurnal psikologi pendidikan dan konseling., vol 1 No 1., juni 2015 hal 85 diakses dari <https://ojs.unm.ac.id/index.php/JPPK/article/view/1537>

⁶ Ridwan Syahrani., "ketergantungan online game dan penanganannya.", jurnal psikologi pendidikan dan konseling., vol 1 No 1., juni 2015 hal 85 diakses dari <https://ojs.unm.ac.id/index.php/JPPK/article/view/1537>

gangguan tidur, kehilangan nafsu makan, dan melemahnya sistem kerja otak karena kelelahan. Selain itu, efek negatif lain dari bermain game online yang sangat mematikan adalah bisa berakibat fatal karena terlalu lama berhadapan dengan komputer dalam waktu yang sangat lama. Khusus untuk remaja, mereka terlalu sibuk untuk bermain⁷

Terdapat beberapa definisi mengenai game online, Pertama Rupita Wulan bahwa game online merupakan game multiplayer yang dapat diakses oleh pemain yang terhubung dengan internet.⁸ Kedua menurut Chandra Zaebah Aji dimana game online adalah suatu bentuk permainan yang terhubung melalui akses internet. Game online tidak terbatas pada perangkat yang digunakan, game online dapat dimainkan di komputer, laptop, dan perangkat lainnya, selama terhubung ke Internet.⁹ Ketiga menurut Young bahwa game online merupakan game berbasis akses internet yang dapat dimainkan oleh pemain secara online¹⁰

Konsep diri merupakan suatu aspek kepribadian yang sangat penting dalam kehidupan individu, dengan adanya konsep diri individu sangat dapat terbantu dalam berinteraksi dengan masyarakat. Konsep diri dalam pengaruh Kesehatan mental tidak melulu positif. Bisa saja negative tergantung bagaimana individu itu berperilaku dalam kesehariannya.¹¹

Adanya konsep diri terhadap pengaruh Kesehatan mental maka dalam hal ini dapat menjadikan sebuah edukasi tentang pentingnya menjaga Kesehatan jiwa melalui konsep diri yang dimiliki setiap individu. Konsep diri itu

⁷ Irma msutika sari, Eska Dwi Prajayanti., *Peningkatan Pengetahuan Siswa Smp Tentang Dampak Negatif Game Oline Bagi Kesehatan*., Jurnal Pengabdian kepada masyarakat., vol 1 no 2 th 1017 Hal 2-3 diakses dari <file:///C:/Users/LENOVO/Downloads/216-411-1-SM.pdf>

⁸ Maurice Andrew suplig., "Pengaruh Kecanduan Game Online Siswa SMA kelas X Terhadap Kecerdasan Sosial Sekolah Kristen Swasta Di Makasar"., jurnal jaffray., Vol 15 No 2 oktober 2017 hal 178. diakses dari <10.25278/jj71.v15i2.261>

⁹ Maurice Andrew suplig., "Pengaruh Kecanduan Game Online Siswa SMA kelas X Terhadap Kecerdasan Sosial Sekolah Kristen Swasta Di Makasar"., jurnal jaffray., Vol 15 No 2 oktober 2017 hal 178. diakses dari <10.25278/jj71.v15i2.261>

¹⁰ Maurice Andrew suplig., "Pengaruh Kecanduan Game Online Siswa SMA kelas X Terhadap Kecerdasan Sosial Sekolah Kristen Swasta Di Makasar"., jurnal jaffray., Vol 15 No 2 oktober 2017 hal 178. diakses dari <10.25278/jj71.v15i2.261>

¹¹ Budi Andayani., Tina Afiatin., "Konsep Diri Dan Kepercayaan Diri Remaja"., Universitas Gadjah Mada., dikutip dari <https://journal.ugm.ac.id/jpsi/article/view/10046/7554>

merupakan salah satu hal terpenting yang mudah dipahami dalam kehidupan seseorang. Desmita menyatakan jika konsep diri adalah sikap yang dimiliki individu yang mencakup keyakinan, pandangan dan penilaian terhadap orang lain atas dasar dirinya sendiri. Motivasi dan minat merupakan suatu hal yang dapat merubah energi positif untuk mencapai reaksi dalam mencapai masa depannya. Siswa yang bermain game memiliki konsep diri yang cukup keras. Karena pandangan dirinya terhadap permainan itu adalah sebuah kondisi yang dapat menjadikan kesenangan yang tak ada ujungnya¹²

Individu yang memiliki konsep diri yang baik maka akan mudah menilai dirinya sendiri secara terstruktur. Konsep diri juga memiliki sifat yang dinamis dimana dalam konteks itu pasti tidak akan jauh dari perubahan. Ada beberapa aspek yang memang akan mudah berubah tapi aspek itu tidak akan bertahan lama. Misalnya individu itu merasa dirinya pandai ataupun merasa dirinya paling hebat. Kenyataan akan membuktikan bahwasanya semua akan berubah membandingkan diri dari hal-hal kecil merupakan sesuatu yang menyenangkan karena dengan adanya hal tersebut maka akan mudah sekali menggali kesalahan dan memperbaikinya¹³

Penggunaan dan perilaku yang berlebihan dianggap negatif oleh para gamer, dan efek negatif dari game online sangat melekat pada para gamer. Situasi ini terasa ketika perilaku adiktif bermain game online, tanpa disadari oleh kedua subjek penelitian, menyentuh sikap dan perilaku berlebihan bermain game online. Perilaku dan efek perilaku yang diciptakan dengan bermain game online berupa perilaku. Anak-anak juga enggan untuk mengulang seperti yang mereka lakukan dalam permainan favorit mereka. Seperti *game Point Blank* dan *Counter-Strike* dimana format gamenya adalah perang dan kekerasan. Hal ini

¹² Lin Suciani Astuti., "Penguasaan Konsep Ipa Ditinjau Dari Konsep Diri Dan Minat Belajar Siswa".,Jurnal Formatif Vol 7 No 1., diakses dari <https://journal.lppmunindra.ac.id/index.php/Formatif/article/view/1293/1451>

¹³ Farid Yaponu, suharnan., "Konsep Diri ,Kecerdasan Emosi, Dan Efikasi Diri"., Jurnal Psikologi Inonesia Vol 2 No 3 Tahun 2013 diakses dari <http://jurnal.untagsby.ac.id/index.php/persona/article/view/136/4>

membuat anak menjadi keras kepala, tidak mendengarkan siapa pun, dan bahkan orang tua dapat menjadi antisosial dan lebih aktif dalam hubungan¹⁴

Dengan demikian konsep diri merupakan bentuk dari mental yang memiliki struktur dari pola yang individu tersebut miliki. Begitu pula dengan pikiran, dan perasaan nya yang masih berkaitan dengan Kesehatan mental. Konsep diri terbentuk dari ciri khas individu tersebut tentang “aku” dan tentang hubungan “aku” dengan yang lain. Sejalan dengan devinisi tersebut konsep diri juga merupakan bagian dari sifat evaluatif. Dimana tidak hanya menilai tentang dirinya tetapi juga bisa mengevaluasi dirinya sendiri dalam berbagai keadaan¹⁵

Kondisi siswa di MAN 2 BREBES terbilang baik dan sehat secara fisik, namun dalam hal ini rata-rata dari mereka memiliki sikap yang cukup keras karena banyak dari mereka yang mementingkan waktu luangnya untuk bermain game online. Sehingga pengaruh konsep diri terhadap Kesehatan mental menjadi cara penilaian terhadap individu tersebut. terlebih mereka sebagai siswa seharusnya kewajiban mereka jangan dilalaikan yaitu belajar. jadi jika keinginan bermain mereka lebih besar ketimbang belajar maka itu sudah termasuk dalam kategori yang mentalnya terganggu dan sampel dalam penelitian ini sebanyak 103 siswa yang bermain game online sebanyak 60,6%.¹⁶

Alasan meneliti pengaruh konsep diri terhadap Kesehatan mental pada siswa yang bermain game online di MAN 02 BREBES karena peneliti tertarik dalam hal kesehatan mental dimana jaman sekarang banyak siswa dibawah umur, remaja maupun dewasa yang bermain game online untuk mengatasi rasa jenuh mereka dalam belajar. salah satu kasus yang pernah saya temui adalah pecandu game online yang seharian penuh tidak tidur demi mendapatkan

¹⁴ Drajat Edy Kurniawan.,Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Yogyakarta “Pengaruh Intensitas Bermain Game Online Terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Bimbingan Konseling “.Jurnal Konseling., vol 3 no 1 th 2017 diakses dari <https://jurnal.umk.ac.id/index.php/gusjigang/article/view/1120>

¹⁵ Muhammad Harfin Zuhdi.,”Istiqomah dan Konsep Diri Seorang Muslim”., Jurnal religia Vol 14 No 1 Tahun 2011., dikutip dari <http://e-journal.iainpekalongan.ac.id/index.php/Religia/article/view/36/539>

¹⁶ Dokumentasi Google Form

peringkat satu dalam ajang perlombaan yang diadakan di salah satu tempat permainan online. disana orang tersebut jatuh pingsan dan tidak sadarkan diri selama beberapa hari salah satu penyebabnya adalah kurang tidur dan setelah di cek oleh medis beliau mengalami pembuluh darah yang ada di otaknya pecah. setelah sembuh beliau mengalami gangguan sehat mental dimana organ syaraf yang ada di otaknya terus menggerakkan kedua tangan seperti orang yang sedang bermain game.

B. Definisi Operasional

1. Konsep diri

Konsep diri merupakan suatu padangan terhadap dirinya sendiri yang dibawa dari lingkungan dan pengalaman yang dibawa oleh individu itu. Konsep diri juga bisa dikatakan esensi awal pengembangan manusia. Dimana konsep diri disini dapat mengubah sifat manusia dalam upaya penilaian terhadap dirinya sendiri. Dan akan lebih efektif jika mengubah kebiasaan tersebut dengan memotivasinya atau bisa dengan kesadaran individu itu sendiri.¹⁷

Konsep diri sendiri menariknya yaitu bisa melakukan penilaian terhadap dirinya sendiri karena sudah banyak sifat dan beragamnya tipe manusia yang bervariasi. Dengan begitu maka akan muncul sikap kemampuan untuk mengapresiasi dirinya sendiri, kemampuan untuk menerima dirinya sendiri dan hal itu akan mudah masuk dalam performance dirinya terhadap motivasi yang ia bangun. ¹⁸

¹⁷ Amarillya Puspasari, "Mengukur Konsep Diri Anak", Book Online diakses dari, https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=1C2DQNiWg50C&oi=fnd&pg=PP9&dq=konsep+diri&ots=DV-j5J6q2K&sig=-pP1KpUfa7wos9S-P8kZwMibJws&redir_esc=v#v=onepage&q=konsep%20diri&f=false

¹⁸ Amarillya Puspasari, "Mengukur Konsep Diri Anak", Book Online diakses dari, https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=1C2DQNiWg50C&oi=fnd&pg=PP9&dq=konsep+diri&ots=DV-j5J6q2K&sig=-pP1KpUfa7wos9S-P8kZwMibJws&redir_esc=v#v=onepage&q=konsep%20diri&f=false

2. Kesehatan Mental

Kesehatan mental yaitu keadaan individu yang memiliki gangguan-gangguan yang berbeda pada umumnya. menurut santrock Penyebab psikosis sering diklasifikasikan ke dalam aspek fisik dan mental, misalnya genetik, kecenderungan obesitas untuk psikosis, manik depresi dan genetik, kecenderungan obesitas untuk psikosis, manik depresi dan mungkin juga skizofrenia, temperamen karena manusia terlalu sensitif dan tubuh terluka Kesehatan mental yang dimaksud disini adalah kondisi idividu yang terpengaruh gadget terlalu lama akibat bermain game sehingga kondisi yang dialami oleh inidvidu tersebut mati rasa atau tidak peduli dengan lingkungan sekitar, merasa lelah dan tidak bersinergi, dan merasa sulit berkonsentrasi.¹⁹

3. Game online

Game merupakan salah satu bentuk kegiatan yang dapat membuat ketagihan, sehingga sering digunakan untuk hiburan, menghilangkan kebosanan dalam melakukan aktivitas sehari-hari, dan dapat disimpulkan bahwa game online merupakan salah satu bentuk hiburan melalui akses internet.²⁰

Game online adalah salah satu bentuk kreasi aplikasi bermain secara online atau offline sebagai peran penghibur atau memberi kesenangan tersendiri bagi mereka yang menggunakannya. Tapi tidak banyak pula para pemain game online yang masih menyalah gunakan game online sebagai bahan bermain tetapi tidak sesuai porsinya, jadi masih banyak yang

¹⁹ Adisty wismani putri , Budhi Wibhawa, Arie Surya Gutama., "Kesehatan Mental Masyarakat Indonesia (Pengetahuan Dan Keterbukaan Masyarakat Terhadap Gangguan Kesehatan Mental)".jurnal prosiding ks riset dan pkm vol 2 no 2, diakses dari <http://jurnal.unpad.ac.id/prosiding/article/view/13535>

²⁰ Edrizal., "Pengaruh Kecanduan Siswa Terhadap Game Online Studi Tentang Kebiasaan Siswa Bermain Game Online Di Smp Negeri 3 Teluk Kuantan".jurnal pajar (pendidikan dan pengajaran) vol 2 no 6 tahun 2018 diakses dari <https://pajar.ejournal.unri.ac.id/index.php/PJR/article/view/6543>

bergadang demi bermain sehingga kecanduan tersebut terus-menerus mereka lakukan dan akibatnya menimbulkan mental yang kurang sehat. ²¹

Game online yang dimaksud adalah semua jenis game online yang dapat mempengaruhi kesehatan mental individu dan juga dapat menyebabkan kecanduan bagi individu jika menggunakan tidak sesuai porsinya.

C. Rumusan masalah

Rumusan masalah penelitian ini adalah apakah ada Pengaruh Konsep Diri Terhadap Kesehatan Mental Pada Siswa Yang Bermain Game Di MAN 2 BREBES?

D. Tujuan penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengaruh Konsep Diri Terhadap Kesehatan Mental Pada Siswa Yang Bermain Game Di MAN 2 BREBES.

E. Manfaat penelitian

1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritisnya adalah untuk menambah ilmu pengetahuan dan wawasan tentang Pengaruh Konsep Diri Terhadap Kesehatan Mental Pada Siswa Yang Bermain Game Di MAN 2 BREBES

2. Manfaat praktis

a. Bagi siswa

Penelitian ini bertujuan untuk menambah dan memperdalam pengetahuan siswa mengenai pengaruh konsep diri terhadap Kesehatan mental pada siswa yang bermain game online.

²¹ Edrizal., "Pengaruh Kecanduan Siswa Terhadap Game Online Studi Tentang Kebiasaan Siswa Bermain Game Online Di Smp Negeri 3 Teluk Kuantan".jurnal pajar (pendidikan dan pengajaran) vol 2 no 6 tahun 2018 diakses dari <https://pajar.ejournal.unri.ac.id/index.php/PJR/article/view/6543>

b. Bagi Guru

Penelitian ini supaya dapat digunakan untuk mengontrol siswa siswinya untuk mengatur pola belajar dan membimbing anaknya agar tidak terlalu sering menggunakan gadget atau memberikan batasan waktu untuk bermain game online

c. Bagi Orangtua

Penelitian ini diharapkan agar para orang tua senantiasa memberi pengertian dan kasih sayang terhadap anak memberikan waktu luang untuk berkumpul bersama keluarga sehingga anakpun tidak terlalu fokus terhadap gadget karena pola asuh dirumah pun terkontrol dengan baik.

d. Bagi masyarakat

Menambah informasi bagi masyarakat mengenai pengaruh konsep diri terhadap Kesehatan mental pada siswa yang bermain game online serta dampak yang akan ditimbulkan.

e. Bagi penulis

Memberikan edukasi kepada pembaca terkait dengan terhadap pengaruh konsep diri terhadap Kesehatan mental pada siswa yang bermain game.

F. Kajian Pustaka

Kajian mengenai penelitian tentang pengaruh kebiasaan bermain game online bukanlah sesuatu yang pertama kali dibuat, dikarenakan sudah banyak yang menggunakan penelitian tersebut. Akan tetapi yang terlihat berbeda dengan penelitian orang lain terlihat pada pengaruh konsep diri terhadap Kesehatan mental pada siswa yang bermain game online di MAN 2 BREBES Terdapat penelitian yang mempelajari hal serupa dengan apa yang dilakukan oleh peneliti diantara lain sebagai berikut:

Pertama Penelitian dari Sri Lutfiwatyang diterbitkan pada tahun 2018 hasil penelitiannya adalah kecanduan game online terjadi akibat penggunaan yang terus menerus yang dilakukan dalam jangka panjang dan berulang-ulang

sehingga masalah dan tekanan yang ia alami dikehidupan nyata memiliki tekanan hidup yang kurang mampu berkomunikasi dengan baik karena sulitnya mereka melepaskan kegiatan tersebut dari kehidupan mereka sehingga dapat memicu perilaku yang disebut sebagai pecandu game online. Kecanduan game online juga merupakan kecanduan psikis yang tidak diketahui keberadaannya dan faktor yang sangat gampang menyebabkan kecanduan game online adalah lingkungan, sosial, dan keluarga.²² Persamaan nya sama sama meneliti mengenai game online yang dimana individu tersebut mengalami gangguan mental akibat terlalu sering bermain. Perbedaan nya adalah game online yang saya teliti objeknya adalah siswa MAN 2 BREBES dimana siswa tersebut mengalami kebiasaan buruk yang mengganggu belajar mereka sehingga tak banyak dari mereka yang secara tidak sadar mentalnya terganggu akibat kebiasaan bermain game online.

Kedua penelitian dari ridwan syahrhan yang diterbitkan pada tahun 2015 hasil penelitiannya adalah bahwa tujuan dari game online yang banyak dimainkan siswa adalah dengan tujuan untuk sarana hiburan dimana jika seseorang memaainkan nya maka merasa senang setelah melakukan aktifitas dunia siswa yang cukup melelahkan. Karna bagi siswa game online adalah aktifitas unik yang mampu membuat siswa itu bahagia ketika memainkannya.²³ Persamaan dengan penelitian ini adalah sama sama membahas kecanduan game online dengan dampak negatif dan positifnya. Perbedaan dari penelitian ini juga tidak terlalu signifikan karena perbedaan nya harga terletak pada bagaimana cara menangani kecanduan game online beserta faktor yang disebabkan oleh game online.

Ketiga penelitian dari Suciati yang diterbitkan pada tahun 2013 hasil penelitian nya adalah bahwa konseling keluarga mampu membantu siswa dalam membantu mengatasi kecanduan terhadap siswa MAN 2 BREBES dimana

²² Sri Lutfiwati.,”Memahami Kecanduan Game Online Melalui Pendekatan Neurobiologi *JOURNAL OF PSYCHOLOGY* “. Volume 1, Nomor 1, Desember Tahun 2018 Hlm. 11. Diakses dari <http://ejournal.radenintan.ac.id/index.php/anfusina/article/view/3643>

²³ Ridwan Syahrhan.,”Ketergantungan Online Game Dan Penanganannya *Jurnal Psikologi Pendidikan & Konseling* “. Volume 1 Nomor 1 Juni 2015. Hal 84-92 Hlm. 89 diakses dari <https://ojs.unm.ac.id/index.php/JPPK/article/view/1537>

dapat diamati dengan berapa banyaknya siswa yang kecanduan dan mengontrol perkembangan siswa yang sedang dalam proses penyembuhan. Dan peran konseling keluarga disini adalah untuk mengarahkan dan memotivasi bahwa bermain game online terlalu lama dapat menyebabkan kesehatan mentalnya terganggu.²⁴ persamaan dengan penelitian di atas adalah sama sama meneliti pengaruh kecanduan game online dengan secara gamblang menjelaskan gambaran pengaruh yang dialami oleh siswa. Perbedaannya jelas ada salah satunya yaitu dari hasil yang diteliti dan tujuan yang diteliti pula dari masing-masing jurnal.

Keempat penelitian dari Ardi yang diterbitkan pada tahun 2019 hasil penelitiannya adalah bahwa peran bimbingan konseling sangat mampu memberikan pengembangan bagi siswa yang mengalami kecanduan game online dengan menggunakan tiga bentuk fungsi yang pertama adalah fungsi preventif dimana membantu siswa mengendalikan masalah bagi dirinya. Dan yang kedua adalah fungsi kuratif dimana fungsi ini mampu membantu memecahkan masalah siswa yang sedang dihadapi atau dialaminya. Dan yang terakhir yaitu fungsi presvatif, fungsi yang dapat membantu individu menjaga agar masalah yang dianggapnya buruk menjadi baik-baik saja karena mampu memberi arahan kepada otak untuk selalu berfikir positif.²⁵ Persamaan dari jurnal di atas adalah bahwa dampak kecanduan game online itu beragam jenisnya yang sejatinya banyak ditemukan di sekeliling kita contohnya adalah siswa MAN 02 BREBES sendiri. Jadi tidak jauh beda antara jurnal 1 sampai 4 di atas. Perbedaannya tidak jauh pula antara ke 4 jurnal tersebut.

Kelima penelitian dari Nurina Aprilya pada tahun 2017 hasil penelitiannya adalah bahwa konsep diri merupakan suatu pelajaran yang dapat menilai dirinya sendiri dan menilai orang lain. Dalam penelitian nurina konsep diri dapat membantu melihat kondisi Kesehatan mental yang dialami

²⁴Ridwan Syahrani., "Ketergantungan Online Game Dan Penanganannya Jurnal Psikologi Pendidikan & Konseling "., Volume 1 Nomor 1 Juni 2015. Hal 84-92 Hlm. 89 diakses dari <https://ojs.unm.ac.id/index.php/JPPK/article/view/1537>

²⁵ Ardi., "Peran Bimbingan Konseling Islam Mengatasi Kecanduan Game Online "., jurnal penelitian hukum dan pendidikan., volume 18 nomor 1 2019. <https://www.jurnal.iain-bone.ac.id/index.php/ekspose/article/view/370>

oleh individu. Banyak faktor yang dapat menyebabkan peran konsep diri tidak bisa dirasakan oleh individu tersebut karena sulit dalam dirinya untuk menerima segala bentuk sifat yang positif dan negatif. Persamaan dalam penelitian ini adalah sama-sama meneliti tentang konsep diri dan Kesehatan mental. Yang membedakan adalah jika penelitian Nurima membahas tentang konsep diri terhadap Kesehatan mental pada orang tua yang bercerai. Sedangkan yang peneliti tulis adalah konsep diri terhadap Kesehatan mental pada siswa yang bermain game online di MAN 2 BREBES.²⁶

G. Sistematika penulisan

Sistematika penulisan terdapat 5 BAB yaitu:

BAB 1 Pendahuluan: terdiri dari latar belakang masalah, definisi operasional, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, tinjauan pustaka, dan sistematika penulisan.

BAB II Kajian Teoritis. Ini terdiri dari teori konsep diri dan teori kesehatan mental.

BAB III. Metode penelitian, terdiri dari pendekatan dan jenis penelitian, populasi dan sampel, variabel, metode pengumpulan data, dan metode analisis data.

BAB IV Hasil Penelitian, Analisis data dan penyajian data

BAB V Penutup, terdiri dari: Kesimpulan, dan Saran.

²⁶ Nurina Aprilya., "Dampak Perceraian Orang Tua Terhadap Konsep Diri Dan Kesehatan Mental Remaja Madya Di Kabupaten Jember" Skripsi Universitas Jember., Diakses dari <https://repository.unej.ac.id/handle/123456789/83390>

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Kesehatan Mental

1. Pengertian Kesehatan Mental

Masalah kejiwaan yang dialami Sebagian individu merupakan faktor yang sering kita jumpai. Bahkan pandangan terkait gangguan jiwa mendapatkan respon yang negative dari Sebagian masyarakat. Pengertian Kesehatan mental menurut zakiyah darajat yaitu kemampuan seseorang untuk menyesuaikan dirinya sendiri terhadap lingkungan sekitarnya dan membiasakan sikap dan Tindakan yang biasanya memperhatikan pola kehidupan yang baik. Sedangkan menurut Dr. jalaludin Kesehatan mental merupakan kondisi dimana individu itu merasa nyaman dan dan bebas dari tekanan upaya untuk menemukan kenyamanan bisa dilakukan dengan pendekatan dirinya dengan tuhan nya.²⁷

Pentingnya peranan agama dalam Kesehatan mental merupakan pondasi yang kuat untuk memberikan energi positif terhadap individu yang memiliki gangguan kecemasan karena depresi. Dalam menjalani setiap kehidupan pasti akan mengalami cobaan, apabila individu tersebut tidak bisa mengendalikan cobaan maka akan cenderung terganggu Kesehatan mentalnya. Indikator Kesehatan mental menurut al-ghazali didasarkan pada 3 aspek yang pertama ada 1) habl min Allah, 2) habl min al-nas 3) habl min al-alam²⁸

²⁷ Purmansyah Ariadi., "Kesehatan Mental Dalam Perspektif Islam., Jurnal Syifa Medikan Vol 3 No 2 Th 2013., diakses dari <file:///C:/Users/Administrator/Downloads/1433-2592-1-SM.pdf>

²⁸ Iredho Fani Reza., "Efektivitas Pelaksanaan Ibadah Dalam Upaya Mencapai Kesehatan Mental., Jurnal Psikologi Islami Vol 1 No 1 Th 2015 diakses dari <file:///C:/Users/Administrator/Downloads/561-Article%20Text-1194-1-10-20160515.pdf>

2. Faktor yang mempengaruhi kesehatan mental

Kesehatan mental merupakan pokok penting dalam mewujudkan Kesehatan secara menyeluruh Kesehatan mental juga penting untuk selalu dijaga layakna menjaga Kesehatan fisik. Kondisi Kesehatan mental pada individu memang tidak bisa disamaratakan karena setiap individu pasti memiliki beban dan masalah masing-masing. Berikut adalah beberapa faktor yang mempengaruhi Kesehatan mental.²⁹ Kesehatan mental juga termasuk pada keserasian antara fungsi-fungsi kejiwaan yang sama serasi dengan dirinya sendiri dan lingkungan sekitar. Berikut adalah beberapa faktor yang mempengaruhi Kesehatan mental antara lain:

- a. Faktor internal
- b. Faktor internal ini meliputi kepribadian, kondisi fisik, perkembangan dan kematangan, kondisi psikologis dan keseimbangan dalam berpikir.
- c. Faktor eksternal

Faktor eksternal meliputi kedaan social, ekonomi, politik, adat kebiasaan dan lain sebagainya. Dalam faktor ini juga dapat melihat bagaimana kita memiliki kepedulian terhadap orang lain.

Saat kita berpikir dan merasakan emosional tentu otak kita akan merespon dan menghasilkan senyawa kimiawi yang disebut neuropeptida. Senyawa ini membawa pesan kedalam tubuh untuk mengirimkan kepada DNA dalam Sel³⁰

3. Mental sehat dan tidak sehat

Pada dasarnya seseorang memiliki mental yang sehat, namun beberapa dari kenyataannya banyak yang mengalami gangguan mental akibat dari pola hidup yang kurang baik. Orang yang mentalnya tidak sehat

²⁹ Herlianita Cahyani DKK., "*Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kesehatan Mental Pada Narapidana Narkoba Di Rutan Kelas IIB Sidrap*", Jurnal Ilmiah Vol 1 No 1 diakses dari <http://jurnal.umpar.ac.id/index.php/makes/article/view/289/317>

³⁰ Yuli Asmi Rozali DKK., "*Meningkatkan Kesehatan Mental Di MasPandemic*", Jurnal Abdimas Vol 2 No 7 Th 2021, diakses dari https://digilib.esaunggul.ac.id/public/UEU-Journal-18260-11_0838.pdf

memiliki tekanan batin, depresi dan memiliki gangguan kecemasan. Dengan adanya mental yang tidak sehat maka aktivitas dalam keseharian pun akan terhambat. Banyak faktor yang menyebabkan Kesehatan mental tidak stabil diantaranya adalah mengabaikan citra dirinya sebagai seorang yang tak patuh terhadap tuhan. Dalam konsep diri tentunya kita belajar akan menjaga mental yang sehat didalam konsep diri kita bisa menilai bagaimana diri kita dalam ber-perilaku terhadap lingkungan sekitar³¹

Kemudian dalam sehat mental konsep diri ikut terlibat karena individu harus mengetahui bagaimana kondisinya yang menantang akan seluruh perilakunya. Sehat mental bukan juga kita sebut sebagai masalah yang baru tetapi Kesehatan mental juga sudah mendapatkan banyak perhatian dikalangan masyarakat. Sehat fisik maupun sehat mental sama sama penting yang harus kita jaga betul. Konsep yang sehat mental itu merupakan bagian dari individu yang terhindar dari gangguan-gangguan jiwa atau depresi³²

4. Pencegahan Kesehatan Mental

Gangguan mental merupakan gangguan yang akan menghambat kinerja individu yang akhirnya akan menyebabkan beban terhadap dirinya. Oleh karena itu gangguan Kesehatan tidak bisa diremehkan karena merupakan sesuatu yang harus kita jaga, meskipun dalam kenyataannya masih banyak yang mentalnya terganggu akibat depresi atau memang kurangnya support terhadap diri sendiri dan lingkungannya.³³

pencegahan Kesehatan bisa meliputi lingkungan yang baik. Lingkungan yang baik akan membawa pengaruh yang baik. Kepada diri

³¹ Perdana Akhmad., "Terapi Ruqyah Sebagai Sarana Mengobati Orang Yang Tidak Sehat Mental", Jurnal Psikologi Islami., Vol 1 No 1 Th 2005 diakses dari <http://jpi.api-himpsi.org/index.php/jpi/article/view/21/8>

³² Anak Agung Rai Tirtawati., "Kesehatan Mental Sumber Daya Manusia Pada Guru", Jurnal Kajian Pendidikan Vol 5 No 1 Th 2015
<http://ejournal.undwi.ac.id/index.php/widyaaccarya/article/view/235/203>

³³ Dumilah Ayuningtyas DKK., "Analisis Situasi Kesehatan Mental Pada Masyarakat Di Indonesia Dan Srategi Penanggulangannya", Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat Vol9 No 1 Tahun 2018 dikutip dari <http://ejournal.fkm.unsri.ac.id/index.php/jikm/article/view/241>

individu tersebut. Cara yang tepat untuk menjaga Kesehatan mental bisa dengan menerapkan Kesehatan fisik serta pemenuhan psikologisnya. Faktor Lingkungan pun sangat menentukan untuk menjadikan mental yang sehat. sikap dan perilaku yang hangat dari orang tua dan teman-teman memudahkan untuk mencegah terjadinya gangguan pada Kesehatan mental. Perkembangan interpersonal antara keluarga dan anak dapat pula dijadikan sebagai dukungan untuk menciptakan mental yang baik³⁴

B. Konsep Diri

1. Pengertian konsep Diri

Konsep diri adalah cara pandang individu dalam mengenal dirinya sendiri berdasarkan karakteristik, tingkah laku, dan kemampuan dirinya. Konsep diri memegang peranan penting dalam Kesehatan mental antara lain yaitu bisa menilai dirinya berperilaku negative atau positif.³⁵ Konsep diri juga bisa memandang dirinya akan keseluruhan tingkah laku yang ia miliki dan apa yang ia lihat maka sepadan dengan apa yang dia miliki. Jika dirinya memandang tidak cukup akan kemampuannya, maka seluruh perilakunya akan menilai ketidakmampuannya dalam berbuat. Konsep diri akan berusaha memberikan yang terbaik bagi setiap individunya dan memiliki keinginan kuat untuk mencapai hal-hal besar, hal ini berkaitan dengan pengaruh Kesehatan mental yang akan berdampak terhadap bagaimana ia bertingkah laku.³⁶

³⁴ Diana Vidya Fakhriyani, "Kesehatan Mental" vol 124., dikutip dari

https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=Gan8DwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA1&dq=pencegahan+kesehatan+mental+remaja&ots=4dP3JX_cF5&sig=uiyAk-AHNBKaxeE8NC7lkwpB-3c&redir_esc=y#v=onepage&q=pencegahan%20kesehatan%20mental%20remaja&f=false

³⁵ Niko Reski.,DKK., "Konsep Diri dan Kedisiplinan Dalam Belajar"., Jurnal Pendidikan Indonesia Vol 3 No 2 Tahun 2017., diakses dari <file:///C:/Users/Administrator/Downloads/184-403-1-PB.pdf>

Khoirul Bariyyah Hidayati, "Konsep Diri Adversity Quotient dan Penyesuaian Diri Pada Diri Remaja"., Jurnal Psikologi Indonesia Vol 5 No 2 diakses dari <http://jurnal.untag-sby.ac.id/index.php/persona/article/view/730/659>

2. Dimensi Konsep Diri

Menurut Susana konsep diri yang sehat tidak selalu tentang positif. Tetapi merupakan dari bagian penggambaran dirinya sesuai dengan keaslian yang ada pada diri individu itu tersebut. Apabila keinginan tidak sesuai dengan harapan maka yang akan terjadi adalah kesenjangan kepada individu itu. Dampak itu akan muncul terhadap perasaan tidak senang dalam diri individu itu. Semakin tinggi rasa tidak senang maka akan semakin tinggi pula rasa ketidak nyamanan yang akan dialami oleh individu tersebut.³⁷ Beberapa penjelasan terkait konsep diri diantaranya yaitu

a. Dimensi pengetahuan

Dalam dimensi ini individu harus mengetahui tentang dirinya sendiri seperti usia, jenis kelamin, kebangsaan dan suku. Biasanya dalam kelompok tersebut individu menempatkan dirinya sebagai bagian dari social yang akhirnya mereka akan mendapat suatu julukan atau suatu geng seperti Wanita karir. Dan julukan itu akan berganti sesuai dengan apa yang akan individu itu temui terhadap sekumpulan kelompok selanjutnya.³⁸

b. Dimensi harapan

Dimensi harapan yang dikemukakan oleh rogers merupakan pola satu kesatuan yang memiliki suatu pandangan terhadap diri kita. Dan pandangan tersebut bisa menjadi cermin bagaimana akan bagaimana

³⁷ Beatriks Novianti Killing, Indra Yohanes Killing, "Tinjauan Konsep Diri Dan Dimensinya Pada Anak Dalam Masa Kanak-Kanak Akhir.", Jurnal Psikologi Pendidikan Vol 1 No 2 Th 2015., diakses dari https://www.researchgate.net/profile/Indra-Kiling/publication/320079138_TINJAUAN_KONSEP DIRI DAN DIMENSINYA PADA ANAK DALAM MASA KANAK-KANAK AKHIR/links/5ab973d745851515f5a0cc2f/TINJAUAN-KONSEP-DIRI-DAN-DIMENSINYA-PADA-ANAK-DALAM-MASA-KANAK-KANAK-AKHIR.pdf

³⁸ Beatriks Novianti Killing, Indra Yohanes Killing, "Tinjauan Konsep Diri Dan Dimensinya Pada Anak Dalam Masa Kanak-Kanak Akhir.", Jurnal Psikologi Pendidikan Vol 1 No 2 Th 2015., diakses dari https://www.researchgate.net/profile/Indra-Kiling/publication/320079138_TINJAUAN_KONSEP DIRI DAN DIMENSINYA PADA ANAK DALAM MASA KANAK-KANAK AKHIR/links/5ab973d745851515f5a0cc2f/TINJAUAN-KONSEP-DIRI-DAN-DIMENSINYA-PADA-ANAK-DALAM-MASA-KANAK-KANAK-AKHIR.pdf

kita dimasa depan dan ketika harapan itu tidak sesuai dengan keinginan kita maka individu itu akan terus merasa kurang. Artinya individu itu memiliki harapan untuk menemukan jati diri yang sempurna. Adapaun dalam pengharapan tersebut dapat menjadikan motivasi untuk menggapai apa yang ia inginkan.³⁹

c. Dimensi Penilaian

Dalam dimensi ini dapat mengukur bagaimana dirinya terhadap penilaian tentang dirinya dan dapat menjadi patokan akan jadi apa untuk menentukan masa depan.⁴⁰

C. Komponen konsep diri

Konsep diri memiliki cara pandang terhadap dirinya sendiri baik yang bersifat social, fisik maupun psikologis. Dan konsep diri akan berkembang terhadap bagaimana ia mengamulasikan perannya terhadap lingkungan serta memiliki kebiasaan yang sering dihadapinya. Konsep diri ini memili peran yang dapat menyimpulkan akan pendapat dirinya sendiri.⁴¹ ada beberapa komponen konsep diri menurut Berzonsky meliputi:

³⁹ Beatriks Novianti Killing.,Indra Yohanes Killing.,”*Tinjauan Konsep Diri Dan Dimensinya Pada Anak Dalam Masa Kanak-Kanak Akhir.*,”Jurnal Psikologi Pendidikan Vol 1 No 2 Th 2015.,diakses dari https://www.researchgate.net/profile/Indra-Kiling/publication/320079138_TINJAUAN_KONSEP DIRI DAN DIMENSINYA PADA ANAK DALAM MASA KANAK-KANAK AKHIR/links/5ab973d745851515f5a0cc2f/TINJAUAN-KONSEP-DIRI-DAN-DIMENSINYA-PADA-ANAK-DALAM-MASA-KANAK-KANAK-AKHIR.pdf

⁴⁰ Beatriks Novianti Killing.,Indra Yohanes Killing.,”*Tinjauan Konsep Diri Dan Dimensinya Pada Anak Dalam Masa Kanak-Kanak Akhir.*,”Jurnal Psikologi Pendidikan Vol 1 No 2 Th 2015.,diakses dari https://www.researchgate.net/profile/Indra-Kiling/publication/320079138_TINJAUAN_KONSEP DIRI DAN DIMENSINYA PADA ANAK DALAM MASA KANAK-KANAK AKHIR/links/5ab973d745851515f5a0cc2f/TINJAUAN-KONSEP-DIRI-DAN-DIMENSINYA-PADA-ANAK-DALAM-MASA-KANAK-KANAK-AKHIR.pdf

⁴¹ Beny Dwi Pratama.,Suharnan.,”*Hubungan Antara Konsep Diri Dan Internal Locus Of Control Dengan Kematangan Karir Siswa SMA*”., Jurnal Psikologi Indoesia Vol 3 No 3 diakses dari <http://jurnal.untag-sby.ac.id/index.php/persona/article/view/411/375>

- a. Aspek Fisik (physical self) adalah penilaian terhadap dirinya sendiri terkait dengan pandangan yang orang lain lihat seperti tubuh, pakaian, ataupun benda yang individu kenakan dan sebagainya.
- b. Aspek social (social self) meliputi sikap bagaimana individu itu berperan dalam lingkungannya dan sejauh mana individu itu bisa menyesuaikan dirinya terhadap citranya sendiri
- c. Aspek Moral (moral self) meliputi nilai dan norma yang memberi arah bagi jalan kehidupannya.
- d. Aspek psikis (psychological) meliputi pikiran, perasaan, tindakan⁴²

C. Game Online

1. Pengertian Game Online

Game online merupakan salah satu jenis permainan yang dimainkannya secara online. permainan game online sudah sangat canggih dibuktikan dengan akses penyambungan yang tanpa harus dengan menggunakan jaringan kabel tapi juga sudah bisa menggunakan jaringan nirkabel. jika pada game jaringan individu hanya bisa memainkannya dengan bersebelahan dengan teman yang lainnya, maka dengan game online siapapun yang memainkannya bisa terhubung dengan siapapun dari berbagai belahan dunia. Game pada dasarnya diciptakan hanya untuk melepas penat dan sters tetapi jika terlalu sering akan mengakibatkan yang bermain game akan mengalami kecanduan atau keinginan lebih untuk bermain. oleh karena itu pemain hanya boleh bermain jika mempunyai waktu luang saja untuk meminimalisir adanya kecanduan yang akan menimpa individu tersebut. ⁴³

Maka dalam konteks lain pengertian game online adalah keadaan dimana seseorang memainkan dengan menggunakan koneksi internet

⁴² Yulius Beny Prawoto., "Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Kecemasan Sosial Pada Remaja Kelas XI SMA Kristen 2 Surakarta". Skripsi Universitas 11 Maret., diakses dari <file:///C:/Users/Administrator/Downloads/SKRIPSI.pdf>

⁴³ Khabiburrohman., "Agresif Anak Kecanduan Game Online"., Jurnal Perempuan dan Anak Vol 2 No 1 Julo 2018., Di akses dari <http://ejournal.iaintulungagung.ac.id/index.php/martabat/article/view/1435>

menurut Fita Rahim game online adalah gabungan dua kata yaitu game yang artinya permainan dan online yang artinya daring (dalam jaringan) jika kedua kata tersebut digabung maka artinya adalah tak jauh dari pengertian dasar keduanya. Kebanyakan dari remaja memainkan game online menggunakan akses internet yang akan terhubung kemana saja bahkan dibelahan dunia sekalipun. Permainan game online memiliki dampak yang cukup signifikan bagi dipemainnya. karena dapat menyebabkan kecanduan dan ketergantungan yang akhirnya dapat menimbulkan gangguan pada mentalnya, psikologisnya maupun pada hal sosial lain. karena itu orang tua sangat berperan penting dalam mengawasi anak-anaknya guna menjaga kesehatan jiwa dan perilakunya ketika sedang bermain. ⁴⁴

Dari segi psikologis, individu yang selalu memprioritaskan game online sebagai aktivitas adiktif cenderung lebih egosentris. karena selalu memikirkan dirinya sendiri tanpa pikir peduli terhadap yang dibicarakan orang lain. dan memungkinkan dirinya tergolong kedalam kaum marjinal yang menganggap kehidupan dirinya hanya terpaku pada game online saja dan tempat sosialnya adalah hanya pada game online. hal ini yang akan Akibatnya, kebanyakan dari mereka terjebak dalam aktivitas negatif yang akan sulit hilang jika tidak ditangani dengan baik dan sedari dini. individu tersebut juga akan mengalami penurunan minat belajar/ akibat terlalu fokus pada permainannya sehingga prestasi akademikpun akan mengikuti dan berpengaruh besar terhadap prestasi yang akan di peroleh. oleh karena itu sebagian psikiater berpendapat bahwa orang yang kecanduan game online lebih sulit disembuhkan daripada individu yang kecandua pornografi. ⁴⁵

⁴⁴ Muhammad Darwis, Khairul Amri, Hardy Reymond., "Dampak Dari Kecanduan Game Online Di Kalangan Remaja Usia 15-18 Tahun Di Kelurahan Kayuombun ", Jurnal Bimbingan Dan Konseling Vol 5 No 2 Di akses dari <http://jurnal.um-tapsel.ac.id/index.php/Ristekdik/article/view/2088/pdf>

⁴⁵ Ria Susanti Johan., "Pengaruh Game Online Terhadap Minat Belajar Peserta Didik Kelas X Di MA ALHIDAYAH DEPOK",. Jurnal Research and Development Journal of Education Vol 2 No 2 April 2019.,Di akses dari <https://journal.lppmunindra.ac.id/index.php/RDJE/article/view/3748/2517>

2. Dampak Negative Bermain Game Online

- a. Semangat belajar akan menurun akibat bermain game online dan akan berdampak pada hasil belajar yang kurang memuaskan dan bahkan mengecewakan di akhir semester. dampak ini sekaligus akan merambat ke psikologis individu tersebut karena merasa tertekan dengan hasil yang di capainya dan menurun tingkat konsentrasi dalam belajar.⁴⁶
- b. Individu yang terobsesi dengan game online, kehilangan rasa hormat terhadap interaksi sosial, cenderung menyendiri dibandingkan berinteraksi dengan orang lain. Orang yang kecanduan merasa mandiri dengan bermain game online. Individu tidak lagi membutuhkan orang lain untuk menyampaikan apa yang penting dalam dirinya.⁴⁷
- c. Sebagai perbandingan, interaksi sosial yang tidak efisien antar individu saat bermain game online juga berdampak kurang optimal terhadap pembelajaran. Penggemar game online cenderung berbagi pekerjaan dengan tugas sehingga mempengaruhi keberhasilan akademis.⁴⁸

⁴⁶ Meidy D.Ar Noya ,Jenny M.Salamor., "Dampak Kecanduan Bermain Game Online Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling (Studi Tentang Kebiasaan Mahasiswa Bermain Game Online Di Universitas Hein Namotemo", Jurnal Bimbingan Dan Konseling Terapan Vol 5 No 1 Th 2021., di akases dari <file:///C:/Users/LENOVO/Downloads/1142-3313-2-PB.pdf>

⁴⁷ Meidy D.Ar Noya ,Jenny M.Salamor., "Dampak Kecanduan Bermain Game Online Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling (Studi Tentang Kebiasaan Mahasiswa Bermain Game Online Di Universitas Hein Namotemo", Jurnal Bimbingan Dan Konseling Terapan Vol 5 No 1 Th 2021., di akases dari <file:///C:/Users/LENOVO/Downloads/1142-3313-2-PB.pdf>

⁴⁸ Meidy D.Ar Noya ,Jenny M.Salamor., "Dampak Kecanduan Bermain Game Online Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling (Studi Tentang Kebiasaan Mahasiswa Bermain Game Online Di Universitas Hein Namotemo", Jurnal Bimbingan Dan Konseling Terapan Vol 5 No 1 Th 2021., di akases dari <file:///C:/Users/LENOVO/Downloads/1142-3313-2-PB.pdf>

3. Tipe-tipe game online

Tipe-tipe game online terdiri dari beberapa bentuk

a. First person shooter (FPS)

Game ini condong ke arah orang pertama, jadi mainkan game seperti kita di game, kebanyakan game ini memiliki fitur perang dan senjata (di Indonesia game disebut game tembak-tembakan).

b. Real- Time Strategy

Game ini merupakan game yang cara bermainnya dengan menekan pada hebatnya yang memainkan. biasanya game ini tidak hanya satu karakter tetapi memiliki beberapa karakter.

c. Croos- Platform Online

Game ini hanya dapat dimainkan dengan hadware misalnya need for speed undercover yang cara bermainnya hanya dapat melalui online karena memiliki konektivitas ke internet.

d. Browser Gamers

Game ini dimainkan pada browser firefox, opera, IE dan harus memiliki browser yang sudah mendukung contohnya seperti jayascript.

e. Massive multiplayer Online Games

Game ini merupakan permainan berskala besar dalam dunia dan setiap orang bisa bermain seperti pada dunia nyata.⁴⁹

4. Beberapa Penyakit yang ditimbulkan akibat bermain game online

a. Stress

Stress dapat dialami oleh siapapun yang mentalnya terganggu apalagi ketika individu tersebut sedang ada masalah atau pengaruh negative dari luar hal itu bisa menyebabkan individu itu depresi, Ini juga dapat mempersempit pemikiran, mengurangi sosialisasi pribadi dan

⁴⁹ Hardiansyah masya, Dian Adi Candra., “ *Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perilaku Gangguan Kecanduan Game Online pada Peserta Didik Kelas X di Madrasah Aliyah AlFurqon Prabumulih Tahun Pelajaran 2015/2016* ”., junal BimbingaJn Dan konseling Islam., di akses dari <http://www.ejournal.radenintan.ac.id/index.php/konseli/article/view/575/466>

bersosialisasi dengan orang lain. Pikiran merasa tertekan, bingung, cemas saat tidak memainkan game, dan tertekan saat tidak menyelesaikan game.

b. RSI

RSI adalah cedera regangan berulang yang dapat menyebabkan gangguan berikut: B. Sering nyeri pada tulang belakang. Hal ini dapat menyebabkan tulang belakang berubah bentuk secara tidak seimbang.

c. kerusakan mata

Kerusakan mata Gamer online sering menggunakan kacamata untuk melindungi mata mereka, karena cahaya biru di layar TV dan monitor komputer dapat menyebabkan kerusakan mata.

d. Gangguan pencernaan

Banyak anak yang menjadi pecandu judi umumnya lupa waktu seperti lupa makan. Situasi seperti itu dapat menyebabkan tukak lambung

e. Epilepsi (kejang)

Lampu berkedip dalam pola tertentu dari video game dapat menyebabkan epilepsi atau epilepsi.⁵⁰

5. Penanganan Khusus terhadap perilaku bermain game online

Orang tua adalah yang pertama bagi anaknya, peran orang tua sangat penting untuk kebutuhan spiritual, sehingga tidak dapat dipungkiri bahwa tumbuh kembang seorang anak tergantung pada didikan orang tua sejak kecil. Remaja yang kecanduan game online memiliki banyak faktor lain termasuk kebutuhan dan motivasi secara psikologis. Kebutuhan psikologis dan motivasi dikategorikan menjadi tujuh tema yaitu:

⁵⁰ Sri Wahyuni Adiningtiyas., "Peran Guru Dalam Mengatasi Kecanduan Game Online", *Jurnal Kopasta Vol 4 No 1 tahun 2017* Di akses Dari <https://doi.org/10.33373/kop.v4i1.1121>

1. Hiburan dan Rekreasi
2. Sebagai coping emosi (pengalihan dari kesepian, isolasi, kebosanan, melepaskan stress, relaksasi, melampiaskan kemarahan, dan frustrasi)
3. Melarikan diri dari kenyataan
4. Memenuhi kebutuhan interpersonal
5. kebutuhan sosial. (menciptakan rasa dengan orang lain)
6. kebutuhan untuk prestasi dengan cara memberikan rasa senang terhadap dirinya sendiri.
7. kebutuhan untuk lebih kuat (menambah kepercayaan diri)

D. Pengaruh konsep diri terhadap kesehatan mental pada siswa yang bermain game online

Konsep diri memiliki pengaruh terhadap kesehatan mental dimana konsep diri ini dapat melihat tingkah dari individu itu tersebut. Dan tingkah laku dirinya dapat sangat jelas dilihat dan dipahami dari konsep internal itu sendiri. Konsep diri merupakan gagasan atau gambaran dirinya terhadap penilaian seseorang yang diyakini dapat membawa pengaruh negative maupun positif. Kesehatan mental merupakan sebuah kondisi dimana individu tersebut memiliki kemampuan berpikir normal yang tidak memiliki beban pikiran dan perasaan. Gangguan perilaku termasuk kedalam salah satu kondisi dimana mental individu itu terganggu. salah satu yang dapat menilai apakah mental itu sehat atau tidak adalah dengan memiliki konsep diri. Dengan begitu kita mudah untuk menilai diri kita sendiri dengan adanya konsep diri yang setiap individu pasti memilikinya.⁵¹

⁵¹ Lailatul Rokhmata, Eko Darminto., “*Hubungan Antara Persepsi Terhadap Dukungan Sosial Teman Sebaya Dan Konsep Diri Dengan Penyesuaian Diri Sekolah Pada Siswa Kelas Unggulan*”, Jurnal Mahasiswa Bimbingan Dan Koseling Vol 1 No 1 Tahun 2013., diakses dari <https://core.ac.uk/download/pdf/230608785.pdf>

Setiap individu memiliki kejiwaan yang berbeda-beda hal itu bisa dilihat dari bagaimana cara individu itu berinteraksi dengan lingkungan sosialnya. Karena secara umum setiap individu itu istimewa dan unik mereka dapat melihat bagaimana dirinya dari sudut pandang yang disukainya. Kesehatan mental juga tidak harus terkait dengan gangguan jiwa berat. Pikiran dan tekanan pun dapat mempengaruhi individu itu terkena gangguan mental ringan. Siswa yang bermain game online akan merasa dirinya selalu diawasi oleh sekitar, akhirnya pola yang dirasakan oleh siswa yang bermain game online tentunya akan merasa tertekan dan was was. Bahkan selalu berpikir lebih dari individu normal lainnya. Hal itu karena game online dapat merusak sistem saraf yang ada di otak sehingga respon dari luar akan merangsang dengan otomatis ke dalam tubuh.⁵²

Kesehatan mental menjadi sangat penting karena dapat memberikan efek yang begitu luar biasa bagi setiap individunya. Semakin sehat individu maka akan semakin sehat pula kejiwaannya. Remaja merupakan generasi penerus bangsa yang perlu dijaga serta di kembangkan pola piker kreatifnya. Karena usia mereka merupakan usia milenial yang sangat produktif bagi zaman sekarang ini. Menurut saimun kesehatan mental merupakan suatu yang dapat merusak dan melumpuhkan efisiensi mental, kestabilan emosi dan terganggunya ketenangan pikiran. Ada banyak faktor yang dapat menjaga kesehatan mental diantaranya adalah bergaul dengan teman sabaya yang satu frekuensi atau yang positif. Memiliki motivasi yang baik terhadap jalan menuju masa depan serta Pengendalian emosi yang terkontrol. Kemampuan untuk mengelola emosi serta pikiran yang

⁵² Yeni Duriana Wijaya., "Kesehatan Mental di Indonesia : Kini dan Nanti", Jurnal Buletin Jagaditha Vol 1 No 1 diakses dari <https://media.neliti.com/media/publications/276147-kesehatan-mental-di-indonesia-kini-dan-n-b871dafa.pdf>

tertekan dapat dilakukan dengan dengan memiliki semangat yang tinggi dan bebaskan hal-hal yang dapat merusak ketenangan.⁵³

Game online merupakan suatu bentuk permainan yang memiliki efek candu serta menyenangkan. Siswa yang bermain game online tentunya akan memiliki efek candu akibat kesenangan terhadap permainan yang mereka mainkan. Sikap ketagihan pada individu tersebut akan berpengaruh terhadap mental mereka akibatnya mereka akan mengabaikan hal-hal yang ada disekitarnya. Penting adanya konsep diri ini merupakan suatu pola yang dapat melihat keadaan dirinya sendiri terhadap perilaku yang dialaminya. Sehingga dapat disimpulkan jika terdapat pengaruh antara konsep diri terhadap kesehatan mental pada siswa yang bermain game. Hasil penelitian yang fransisca vivi dan Dr. G arum mengatakan jika konsep diri merupakan suatu bahan evaluasi terhadap dirinya sendiri dan orang lain. Kemudian di dalam konsep diri itu individu perlu melakukan self awareness (kesadaran diri). Dengan kata lain konsep diri memiliki pengaruh terhadap kesehatan mental dengan adanya konsep diri maka setiap individu dapat mudah menilai dirinya sendiri terhadap kejiwaannya. Dimana kesehatan mental merupakan sebuah wadah untuk dapat menangkap energi-energi yang dilakukannya terhadap sesuatu yang dialaminya dalam lingkungannya.⁵⁴

⁵³ Shinta Mutiara Puspita., "Kemampuan Mengelola Emosi Sebagai Dasar Kesehatan Mental Usia Dini", Jurnal Program Studi PGRA Vol 5 No 1 diakses dari <http://jurnal.stitnualhikmah.ac.id/index.php/seling/article/view/434/402>

⁵⁴ Fransisca vivi shinta viana, Arum Yudarwati., "Konsep Diri Seta Faktor-Faktor Pembentuk Konsep Diri Berdasarkan Teori Interaksionisme Simbolik", Universitas Atma Jaya Yogyakarta diakses dari <https://core.ac.uk/download/pdf/35389459.pdf>

E. Hipotesis

Hipotesis dalam penelitian yang diajukan sebagai berikut:

1. Ho: Tidak ada Pengaruh Konsep Diri Terhadap Kesehatan Mental Pada Siswa Yang Bermain Game Online Di MAN 02 BREBES
2. Ha: Ada Pengaruh Konsep Diri Terhadap Kesehatan Mental Pada Siswa Yang Bermain Game Online Di MAN 02 BREBES



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan Penelitian dan Jenis Penelitian

1. Jenis Penelitian

Studi ini menggunakan jenis studi penelitian yang menyediakan data dasar yang terukur untuk mengontekstualisasikan studi skala kecil yang mendalam dengan mengambil sampel dari suatu populasi. Dan data tersebut diambil hanya dari data statistik resmi, seperti data sensus atau analisis sekunder data skala besar. Kedua metode kuantitatif dapat digunakan untuk menguji hipotesis yang diajukan oleh penelitian kualitatif. Namun jika ini terjadi, peran kepastian cenderung menang. Meskipun kedua penelitian tersebut jelas terkait, mereka juga independen (lihat publikasi terpisah) dan menunjukkan hasil yang lebih baik dalam penelitian selanjutnya ketika kedua metode digunakan secara setara. Penelitian kuantitatif dapat menjadi dasar untuk pengambilan sampel kasus dan kelompok kontrol yang membentuk studi mendalam.⁵⁵

Penelitian kuantitatif terfokus pada sikap bukan dengan perilaku saja karena penelitian yang ada di kuantitatif terkait dengan data dan hasil yang diperoleh semuanya akan ikut di jadikan sebagai bahan penelitian lanjutan. penelitian kuantitatif juga terfokus dalam teknik penelitian antara lain wawancara terstruktur, dan kuesioner-kuesioner yang tersusun rapi di dalam penelitian, observasi dan analisis isi. teknik-teknik itulah yang biasanya digunakan dalam penelitian kuantitatif yang penelitiannya berhubungan dengan statistika atau angka-angka.⁵⁶

Penelitian yang saya teliti juga menggunakan teknik observasi atau penelitian penelitian dan penyebaran angket dimana pada siswa kelas XI mengisinya menggunakan Goggle Form yang telah disediakan oleh peneliti

⁵⁵ Julia Brannen., "Memadu Metodologi Penelitian" .,(Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2004), Hal 42-43

⁵⁶ Julia Brannen., "Memadu Metodologi Penelitian" .,(Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2004), Hal 83

guna mempermudah proses penelitian serta pengisian angket. angket tersebut tidak serta merta peneliti saja yang berperan tetapi ada beberapa pihak sekolah juga yang ikut membantu jalannya pengisian dan penyebaran terutama guru BK sebagai gerbang utama penelitian ini akan berjalan karena penyebaran angket akan dihandle oleh guru BK sehingga semuanya akan terkondisi dan tertib. Penelitian dilakukan secara alamiah tanpa ada campur tangan siapa pun agar data yang di dapat pun akan segera tampak dan diamati. Penyebaran angket berarti membuat pertanyaan melalui google form yang hasil pengisian tersebut akan muncul otomatis. Penelitian kuantitatif menekankan pendekatan melalui data yang diperoleh dari hasil yang diteliti penyebaran angket adalah metode riset dengan menggunakan google form sebagai pengumpulan datanya.⁵⁷

B. Tempat Dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

Survey ini dilakukan di MAN 2 BEREKES Kecamatan Bumiayu Kabupaten Brebes Jawa Tengah, sehingga lokasi ini menjadi lokasi survey lapangan

2. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada tanggal 12 Juni 2021 di MAN 2 BEREKES di Kecamatan Bumiayu Kabupaten Brebes, Jawa Tengah.

C. Populasi dan sampel penelitian

1. Populasi Penelitian

Populasi dapat dirumuskan sebagai sekelompok orang, kejadian atau objek yang akan dirumuskan secara jelas. populasi juga terbentuk oleh tujuan dan topik yang akan diteliti. populasi yang digunakan dalam

⁵⁷ Amni Faoziah DKK., "Hubungan Antara Motivasi Belajar Dengan Minat Belajar Siswa Kelas IV SDN Poris Gaga 05 Kota Tangerang"., Jurnal JPSD Vol 4 No 1 Tahun 2017., Di akses dari https://scholar.google.com/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=HUBUNGAN+ANTARA+MOTIV+ASI+BELAJAR+DENGAN+MINAT++BELAJAR+SISWA+KELAS+IV+SDN+PORIS+

penelitian ini adalah seluruh siswa kelas 11 MAN 2 BREBES yang terdiri dari Ipa, Ips dan Keagamaan yang jumlahnya ada 10 kelas dan masing masing kelas terdiri dari 40 siswa sehingga semua jumlah kelas ada 400 siswa.

Tabel 1.1 Data Siswa MAN 2 BREBES

NO	KELAS	JUMLAH KELAS	TOTAL SISWA
1	IPA	5 KELAS	200 SISWA
2	IPS	4 KELAS	160 SIWA
3	KEAGAMAAN	1 KELAS	40 SIWA
	JUMLAH		400 SISWA

2. Sampel Penelitian

Sampel adalah bagian dari kuantitas dan sifat yang dimiliki oleh suatu populasi. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sampel acak sistematis. Pengambilan sampel acak sistematis adalah metode di mana hanya item pertama dalam sampel yang dipilih secara acak, dan item berikutnya dipilih secara sistematis sesuai dengan sampel yang dibutuhkan.

Teknik ini dapat dijalankan apabila ada dua keadaan apabila identifikasi individu dalam populasi itu dapat diberi nomer urut. apabila populasi tersebut mempunyai pola beraturan, seperti menurut abjad dan sebagainya.⁵⁸ penelitian menggunakan teknik korelasi product moment (KPM) yang merupakan alat uji statistik yang digunakan untuk menguji hipotesis asosiatif (uji hubungan/pengaruh) dua variabel bila datanya berskala interval atau rasio dan rumus statistiknya sebagai berikut.

$$r_{xy} = \frac{n \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{\{n \sum x^2 - (n \sum x^2)\}\{n \sum y^2 - (\sum y^2)\}}}$$

⁵⁸ DR. M . ZAIM , M.HUM., “ *Populasi Dan Sampel Serta Jenis Dan Sumber Data*” (Padang 2000) diakses dari http://repository.unp.ac.id/1616/1/M.ZAIN_4282_00.pdf

- r : koefisien korelasi Pearson
 N : Banyak Pasangan Nilai X dan Yh
 $\sum_x Y$: Jumlah dari hasil kali nilai x dan nilai Y
 $\sum X$: jumlah nilai X
 $\sum Y^2$: jumlah nilai Y
 $\sum X^2$: jumlah dari kuadrat nilai X
 $\sum Y^2$: jumlah dari kuadrat Y

Berdasarkan jumlah angket yang terkumpul sampel dalam penelitian ini berjumlah 170 siswa yang diketahui sebanyak 103 siswa memainkan game online jika dipersenkan adalah 60.6 % dan 68 siswa yang tidak bermain game online atau sama dengan 40 %, data lain yang saya peroleh masih ada beberapa diantaranya siswa yang menyukai game online 37,6 % dan sekitar 72,9 % mengatakan bahwa game online memiliki pengaruh negatif bagi yang menggunakannya.

D. Variabel Penelitian

Semua variabel penelitian adalah bentuk yang peneliti ambil untuk mengumpulkan informasi dan menarik kesimpulan. Jenis variabel dibedakan menjadi dua yaitu variabel terikat dan variabel bebas. Kesimpulannya adalah bahwa variabel adalah alat penelitian yang berharga.⁵⁹ adapun dalam penelitian ini terdapat dua variabel diantaranya adalah:

1. Variabel bebas

Variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi variabel lain untuk mendapatkan data. Dan variabel ini sering dilambangkan dengan variabel X. Keberadaan variabel ini dalam penelitian kuantitatif merupakan variabel

⁵⁹ Sangkot nasution., "variabel penelitian", Jurnal Raudhah vol 5 no 2 diakses dari <http://jurnaltarbiyah.uinsu.ac.id/index.php/raudhah/article/view/182/163>

yang menjelaskan terjadinya fokus dalam suatu penelitian.⁶⁰ variabel bebas dalam penelitian ini adalah konsep diri. konsep diri merupakan suatu aspek kepribadian yang terbentuk melalui interaksi dirinya dan lingkungan sekitar.

Adapun indikator variabel bebas dalam penelitian ini adalah Kebiasaan bermain game online dari teori konsep diri⁶¹ dalam penelitian ini antara lain:

- a. Cara pandang dan sikap terhadap dirinya sendiri
- b. Penilaian negatif terhadap dirinya sendiri
- c. Keinginan kuat untuk mencapai hal-hal besar dalam hidup
- d. Selalu merasa kekurangan jika hal yang biasa dilakukan tidak dilaksanakan
- e. Penilaian negatif yang dilakukan terhadap diri sendiri
- f. Sebuah perasaan yang sering dirasakan dirinya sendiri
- g. Sebuah kebiasaan yang sering dihadapi
- h. Sebuah perilaku yang sering dirasakan diriya sendiri

Tabel 2.2 Angket Variabel X

Indikator	No item		Jumlah
	Positif	Negatif	
Cara pandang dan sikap terhadap dirinya sendiri	2,17	1,3,4	5
Penilaian negatif terhadap dirinya sendiri	32,33	11,15,21	5
Keinginan kuat untuk mencapai hal-hal besar dalam hidup	13,20,5	10,12	5

⁶⁰ Nanang Martono.,” Metode Penelitian Kuantitatif”, (jakarta ., PT Raja Grafinfo Persada)Hlm 55

⁶¹ Budi Andayani.,Tina Afiatin., “Konsep Diri Dan Kepercayaan Diri Remaja”.,Uniersitas Gadjah Mada., dikutip dari <https://journal.ugm.ac.id/jpsi/article/view/10046/7554>

Indikator	No item		Jumlah
	Positif	Negatif	
Selalu merasa kekurangan jika hal yang biasa dilakukan tidak dilaksanakan	19,34	23,24,25	5
Penilaian negatif yang dilakukan terhadap diri sendiri	16,18	6,7,8	5
Sebuah perasaan yang sering dirasakan dirinya sendiri	35,36	27,28,29	5
Sebuah kebiasaan yang sering dihadapi	39,40	22,37,38	5
Sebuah perilaku yang sering dirasakan diri sendiri	9,14	30,31,26	5
Jumlah			40

2. Variabel Terikat

Variabel terikat adalah variabel yang mempunyai hubungan dengan variabel bebas. Keberadaan variabel ini dalam penelitian kuantitatif sebagai fokus atau topik penelitian sering ditunjukkan oleh variabel Y. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah kesehatan mental. Kesehatan mental merupakan komponen yang sangat penting dalam kehidupan manusia. Kesehatan mental berkaitan dengan bagaimana kita berpikir, merasa dan bertindak dalam situasi yang berbeda dalam hidup. Kewarasan memiliki dua rentang, baik negatif maupun positif. Kesehatan mental juga dapat dipahami sebagai sesuatu untuk menghindari penyakit mental dan untuk dapat beradaptasi dan menyadari potensi seseorang.⁶²

⁶² Syamsu Yusuf LN., "Kesehatan Mental Perspektif Psikologis dan Agama" ., (Bandung., PT Remaja Rosdakarya) Hlm 25

Adapun indikator yang merupakan variabel terikat kesehatan mental dari teori kepribadian dan Kesehatan mental⁶³ dalam penelitian ini yaitu:

- a. Sikap dan tindakan memperhatikan pola hidup sehat dan baik
- b. Sebuah kebiasaan positif terhadap dirinya sendiri
- c. Cara pandang dan sikap seseorang terhadap dirinya sendiri
- d. Sikap dan tindakan yang memiliki kepedulian terhadap orang lain
- e. Sikap dan tindakan yang memiliki kepedulian terhadap orang lain

Tabel 2.3 Angket Variabel Y

Indikator	No Item		Jumlah
	Positif	Negatif	
Sikap dan tindakan memperhatikan pola hidup sehat dan baik	1,2,14,15	3, 4,5,6	8
Sebuah kebiasaan positif terhadap dirinya sendiri	7,8,16,	9,10,11,12,13	8
Cara pandang dan sikap seseorang terhadap dirinya sendiri	20,21, 22,17	23,24,25,26	8
Sikap dan tindakan yang memiliki kepedulian terhadap orang lain	27,28,29,30	31,32,33,18	8
Sikap dan tindakan yang memiliki kepedulian terhadap orang lain	34,35,36,37	38,39,40,19	8

⁶³ Yamani Muhammad Dira., *Implikasi Kepribadian Syahadatain Terhadap Pembentukan Kesehatan Mental.*,(Jakarta:UIN syariif hidayatullah,2007) dikutip dari <https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/7648/1/YAMANI%20MUHAMMAD%20DIRA-PSI.pdf>

E. Metode penumpulan data

1. Observasi

Observasi adalah sarana untuk melakukan penilaian dengan melakukan pengamatan secara langsung dan sistematis. Data yang diperoleh selama pengamatan ini dicatat dalam catatan pengamatan.⁶⁴ dalam penelitian ini observasi dilakukan pengamatan secara langsung dengan guru BK khusus kelas 11 kemudian penelitian dilakukan beberapa kali untuk mendapatkan hasil yang maksimal 2 Angket

2. Angket

Angket (quisionnaire) merupakan suatu daftar pertanyaan atau pernyataan tentang topik tertentu yang diberikan kepada subyek, baik secara individual atau kelompok, untuk mendapatkan informasi tertentu, seperti preferensi, keyakinan, minat dan perilaku.

Tabel 3.4 Skala Likert

No	Pilihan Jawaban	Nilai Positif	Nilai Negatif
1	Sangat Setuju	4	1
2	Setuju	3	2
3	Kurang Setuju	2	3
4	Tidak Setuju	1	4

Dalam penilaian ini terdapat beberapa pertanyaan yang menggunakan skala likert, dengan jawaban sebagai berikut:

a. Untuk item positif

- 1) Sangat setuju (SS) dikenai poin 4
- 2) Setuju (S) dikenai poin 3
- 3) Kurang Setuju (KS) diberi poin 2
- 4) Tidak Setuju (TS) diberi poin 1

b. Untuk item Negatif

- 1) Sangat Setuju (SS) diberi poin 1
- 2) Setuju (S) diberi poin 2

⁶⁴ Prof. Dr. Tukiran Taniredja., "*Penelitian Kuantitatif (sebuah pengantar)*"., (Bandung: Alfabeta , cv 2011)

- 3) Kurang Setuju (KS) diberi poin 3
- 4) Tidak Setuju (TS) diberi poin 4

Menurut deskripsi diatas maka peneliti dapat menarik kesimpulan jika Sangat Setuju merupakan perbuatan yang dilakukan dengan bukti yang ada dan tidak pernah dilanggar oleh individu serta banyak yang terlibat dalam hal itu. Respon setuju dijelaskan oleh peneliti bahwa perbuatan yang dilakukan secara berulang-ulang tetapi masi bisa di handle dan masih bisa diatasi dalam hal ini tidak banyak pula seseorang yang satu frekuensi sehingga tidak semua jawaban sama. Respon kurang setuju disini peneliti menjelaskan jika respon individu yang tidak sama dengan apa yang dilakukan/ucapakan. Respon tidak setuju peneliti menjelaskan bawa respon atau ungkapan seseorang jika yang sangat bersangkutan tidak cocok dengan apa yang mereka lihat/dengar atau yang mereka rasakan.

Tabel 3.5 kisi-kisi konsep Diri

Indikator	No item		Jumlah
	Positif	Negatif	
Cara pandang dan sikap terhadap dirinya sendiri	2*,17*	1*,3,4*	5
Penilaian negatif terhadap dirinya sendiri	32*,33*	11*,15*,21	5
Keinginan kuat untuk mencapai hal-hal besar dalam hidup	13*,20*,5*	10*,12*	5
Selalu merasa kekurangan jika hal yang biasa dilakukan tidak dilaksanakan	19*,34*	23*,24*,25*	5
Penilaian negatif yang dilakukan terhadap diri sendir	16*,18*	6*,7*,8*	5
Sebuah perasaan yang sering dirasakan dirinya sendir	35,36	27*,28*,29*	5

Indikator	No item		Jumlah
	Positif	Negatif	
Sebuah kebiasaan yang sering dihadap	39*,40	22*,37*,38*	5
Sebuah perilaku yang sering dirasakan diriya sendiri	9*,14	30*,31*,26*	5
Jumlah			40

Dalam penelitian ini peneliti membuat angket atau kuesioner sebanyak 40 item, melakukan eksperimen dengan responden, membagikannya kepada 54 responden, dan memberikan 27 data yang valid dan 13 kuesioner sehingga menghasilkan data yang tidak valid. kemudian peneliti menggunakan soal tersebut yaitu 40 butir pertanyaan untuk melanjutkan sebagai data penelitian sebagaimana dalam tabel 3.5

Tabel 3.6 kisi-kisi Kesehatan mental

Indikator	No Item		Jumlah
	Positif	Negatif	
Sikap dan tindakan memperhatikan pola hidup sehat dan baik	1*,2*,14*,15*	3*,4*,5,6	8
Sebuah kebiasaan positif terhadap dirinya sendiri	7,8*,16*	9*,10,11*,12,13	8
Cara pandang dan sikap seseorang terhadap dirinya sendiri	20,21*,22*,17*	23*,24*,25,26*	8
Sikap dan tindakan yang memiliki kepedulian terhadap orang lain	27*,28*,29*,30*	31*,32,33*,18*	8
Sikap dan tindakan yang memiliki kepedulian terhadap orang lain	34*,35*,36*,37*	38*,39,40*,19*	8

Dalam penelitian ini peneliti membuat angket atau kuesioner sebanyak 40 item, melakukan eksperimen dengan responden, membagikannya kepada 54 responden, dan memberikan 26 data yang valid dan 14 kuesioner sehingga menghasilkan data yang tidak valid. kemudian peneliti menggunakan soal tersebut yaitu 40 butir pertanyaan untuk melanjutkan sebagai data penelitian sebagaimana dalam tabel 3.6

F. Uji validitas dan Realibilitas

1. Uji validitas

Uji validitas merupakan alat yang digunakan untuk mengukur sesuatu dengan alat ukur ala survey.⁶⁵

Alat pengumpulan data yang efektif dan andal yang digunakan diharapkan hasil penelitian akan menjadi efektif dan andal, sehingga alat yang efisien dan andal sebagai syarat mutlak untuk hasil penelitian yang efektif dan andal.⁶⁶

Menurut Arikunto, validitas adalah ukuran validitas atau tingkat kecukupan alat yang digunakan. Arikunto menyampaikan validitas sebagai suatu kondisi yang mewakili kemampuan alat yang digunakan untuk mengukur sesuatu yang diteliti.

Sebuah instrumen dikatakan valid apabila mampu mengukur apa yang diinginkan, sebuah instrumen dikatakan valid apabila dapat mengungkap data dari variabel yang diteliti secara tepat. validitas yan digunakan dalam penelitian ini yaitu mengukur suatu pengaruh konsep diri terhadap Kesehatan mental pada siswa yang bermain game online dalam hal ini validitas akan diajikan per item dengan menggunakan rumus.⁶⁷

$$r_{xy} = \frac{n \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{\{n \sum x^2 - (n \sum x^2)\}\{n \sum y^2 - (\sum y^2)\}}}$$

r : koefisien korelasi Pearson

N : Banyak Pasangan Nilai X dan Y

$\sum_x Y$: Jumlah dari hasil kali nilai x dan nilai Y

$\sum X$: jumlah nilai X

$\sum Y^2$: jumlah nilai Y

⁶⁵ Febrianawatiyusuf., "Uji Validitas dan Realibilitas Instrumen Penelitian Kuantitatif"., Jurnal ilmu pendidikan ., Vol 7 No 1 juni 2018., Di akses dari <http://jurnal.uin-antasari.ac.id/index.php/jtik/article/view/2100/1544>

⁶⁶ Prof. DR. Sugiyono., "Metode Penelitian Bisnis"., (Bandung, Alfabeta CV) 2018 .

⁶⁷ Prof. Dr. Tukiran Taniredja., " Penelitian Kuantitatif"., (Bandung, Alfabeta) 2011

Dalam penelitian ini responden wajib mengisi kuesioner/angket yang sudah disebar oleh peneliti yaitu ada variabel X dan variabel Y, dimana masing-masing variabel terdapat 40 butir pertanyaan. uji validitas ini dilakukan di MAN 1 BANYUMAS dengan jumlah responden 54. Hasil dari penelitian yang telah terkumpul dan diisi oleh responden kemudian akan diolah kembali oleh peneliti dengan menggunakan SPSS versi 26.

2. Uji Realibilitas

Uji reliabilitas merupakan alat ukur yang handal sebagai alat akuisisi data karena sudah sangat baik. Dan ketika mengukur gejala, dapat diandalkan jika peralatan selalu menunjukkan hasil yang sama pada waktu yang berbeda.⁶⁸ Dalam penelitian ini reliabilitas digunakan untuk memperoleh hasil uji pengukuran yang valid yang sesuai dengan hasil sehingga penelitian tersebut dapat memberikan hasil yang konsisten.

Pengujian realibilitas menggunakan rumus *alpha*.

$$r_{11} = \left(\frac{k}{k-1} \right) \left(1 - \frac{\sum \sigma b^2}{\sigma^2_1} \right)$$

Keterangan:

r_{11} = realibilitas instrumen

K = banyaknya butir pertanyaan atau banyaknya soal

$\sum \sigma b^2$ = Jumlah varian butir

σ^2_1 = varians total

G. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data adalah proses yang digunakan untuk memperoleh hasil penelitian melalui pengolahan, penyajian, dan interpretasi. Penelitian ini menggunakan Regresi untuk melihat pengaruh antar dua variabel. Dimana regresi tersebut mempunyai peran untuk melihat apakah ada keterkaitan antara variabel X dan variabel Y. dan Teknik analisis data yang cocok untuk

⁶⁸ Tukiran Taniredja., “ Penelitian Kuantitatif“, (Bandung., Alfabeta) 2011

penelitian ini adalah analisis koefisien korelasi bivariat Adapun penjabaran dalam analisis ini sebagai berikut:

1. Uji syarat Regresi
 - a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan guna mengamati apakah variabel X dan variabel Y sudah ter akses mendekati normal atau tidak. ⁶⁹ pengujian yang dilakukan berdasarkan nilai probalitas yaitu: jika nilai probalitas (sigg) lebih dari 0,05 maka data dapat dikatakan terdistribusi normal sedangkan jika nilai probalitas (sig) kurang dari 0.05 maka data dikatakan terdistribusi tidak normal.

Tabel 4.7

Uji Normalitas one-sample kolmogorov-smirnov test

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

N		54
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	2.46
	Std. Deviation	.905
Most Extreme Differences	Absolute	.242
	Positive	.177
	Negative	-.242
Test Statistic		.242
Asymp. Sig. (2-tailed)		.000 ^c

- a. Test distribution is Normal.
- b. Calculated from data.
- c. Lilliefors Significance Correction.

Berdasarkan tabel 5.9 diatas Dari hasil uji normalitas uji Kolmogorovskmirnov didapatkan nilai signifikansi $0,000 > 0,05$ atau nilai probabilitas uji Kolmogorovskmirnov $0,000 > 0,05$, dan disimpulkan nilai residual tidak berdistribusi normal.

⁶⁹ Mudrajat Kuncoro,. "Metode Kuantitatif Teori dan Aplikasi Untuk Bisnis dan Ekonomi", JI Kaliurang KM 14 2007

b. Uji linearitas

Uji linieritas adalah prosedur yang dilakukan untuk menentukan keadaan linier dari distribusi nilai yang diperoleh dan untuk menentukan apakah data tersebut linier. Hal ini dapat dilakukan dengan mengetahui nilai pada tabel pada taraf signifikansi 5%.

4.8 Uji Linearitas Anova Table

ANOVA Table

			Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Total * total	Between Groups	(Combined)	4013.149	32	125.411	1.979	.046
		Linearity	2292.008	1	2292.008	36.161	.000
		Deviation from Linearity	1721.141	31	55.521	.876	.640
	Within Groups		1457.833	23	63.384		
	Total		5470.982	55			

Menurut tabel diatas terdapat nilai signifikansi sebesar 0.640 yang artinya lebih besar dari 0,05. dengan demikian hasil data antara variabel X dan variabel Y Linear.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. GAMBARAN MAN 2 BREBES

1. Sejarah MAN 2 BREBES

MAN 2 Brebes atau yang sering masyarakat singkat menjadi mandubes merupakan madrasah yang berdiri dari sejarah yang panjang dimulai berdiri dari desa Benda, Kecamatan Sirampog. Madrasah Aliyah Negeri 2 Brebes berdiri sejak tahun 1980.

Sebelum memiliki bangunan tetap, madrasah ini masih bergabung Bersama Yayasan Pondok Pesantren Al-Hikmah, Kecamatan Sirampog (tahun 1983 hingga 1987) disebut MAN Babakan Lebaksiu Filliah di Benda Sirampog. Kemudian tahun 1987 dibangun di desa Laren di kecamatan Bumiayu, dan pada tahun 1995 berganti nama menjadi MAN2 BREBES.

2. Profil MAN 2 BREBES

Nama Madrasah : Madrasah Aliyah Negeri (MAN) Brebes
Nomor Statistik Madrasah : 131133290002
NPSN : 20364965
Alamat : Jl. Sudirman No 11 Laren Bumiayu
Kabupaten : Brebes Kode Pos 52273
Tahun Berdiri : 1980
Tahun Penegerian : 1995
Nama Kepala Madrasah : Drs. H. Lutfil Hakim, M.Pd
Pendidikan Terakhir : S.2 Tahun 2005
Email & Telp : manbrebes.2@gmail.com & (0283) 325056

3. Data kepemilikan tanah dan bangunan:

- a. Jumlah tanah yang dimiliki : 7487 m²
- b. Jumlah tanah yang telah bersertifikat : 7487 m²
- c. Luas bangunan seluruhnya : 2678 m²

4. Data Ruang dan gedung:

- a. Ruang Kelas : 31
- b. R. Kantor/TU : 1
- c. Ruang Kepala : 1
- d. Ruang Perpustakaan : 1
- e. Ruang Lab Komputer : 1
- f. Ruang UKS : 2
- g. Ruang OSIS : 1
- h. Ruang BK : 1
- i. Ruang Ketrampilan : 3
- j. Ruang Musik : 1
- k. Kamar Kecil : 20
- l. Mushola : 1
- m. Aula : 1

5. Data Ketenagaan

- a. Data guru

Tabel 5.9 DATA GURU

Jabatan	Jumlah	Jenjang Pendidikan		
		S1	S2	S3
Guru PNS	41	36	4	-
GBPNS	33	33	1	-
Jumlah	74	69	5	-

- b. Data Pegawai

Tabel 5.10 DATA PEGAWAI

Jabatan	Jumlah	Status		Pendidikan terakhir			
		PNS	Non PNS	SLA	D.2	D.3	S.1
Tenaga kependidikan	12	4	8	10			2

c. Data Kesiswaan

Tabel 5.11 DATA KESISWAAN

Kelas	Jumlah kelas	Jumlah siswa
X	10	360
X1	10	358
XII	11	381
Jumlah	31	1.097

d. Data staf tenaga kependidikan MAN 2 BREBES

Struktur pengurus MAN 2 BREBES

Jaenudin, S.PD.I	: Kepala TU
Nurfajriah	: Bendahara DIPA
Harso Purnomo	: Staf Ur. Umum
Baihaqi, S.Pd.I	: Staf Ur, Sarpras
M. Dzihni Al-Faqih	: Staf Bagian Umum
Eli Fariha	: Staf Bagian Kesiswaan
Aep Muhammad Yusup	: Staf Ajli IT
Siti Rofiqoh	: Staf Bagian Lab. IPA
Siti mahbubah	: Pustakawati
Ahmad Subehi	: Keamanan
Jahidin	: Keamanan
Iman Hanafi	: Kebersihan
Sulistio	: Kebersihan
Adamy	: Keamanan
Abdul Mutolib	:Keamanan

6. Visi misi MAN 2 BREBES

a. Visi MAN 2 BREBES

“CITRA MANDUA”

Cerdas, Islami, TRampil, MANfaat, Daya Unggul BerAkhlak

b. Misi

- 1) Meningkatkan pemahaman dan pengalaman Ajaran dan Nilai-nilai Islam dalam kehidupan sehari-hari
- 2) Menciptakan generasi muslim yang memiliki IMTAQ dan IMTEK, berakhlak mulia, serta berintegras tinggi terhadap Negara Kesatuan Republik Indonesia
- 3) Melaksanakan dan mengembangkan metode pembelajaran berbasis Teknologi Informasi dan Komunikasi, yang bersifat kreatif, inovatif dan menyenangkan, baik di sekolah maupun di rumah
- 4) Meningkatkan kualitas dan kompetensi tenaga pendidik dan kependidikan, serta mengembangkan sarana dan prasarana pendidikan yang baik dan memadai
- 5) Meningkatkan prestasi siswa, baik secara akademik maupun non akademik, serta memberikan penghargaan kepada mereka secara berkelanjutan.
- 6) Memberikan ketrampilan yang sesuai dengan kemampuan siswa, serta menumbuhkan potensi peserta melalui kegiatan ekstrakurikuler
- 7) Mempersiapkan lulusan yang mampu bersaing masuk perguruan tinggi dan di dunia usaha secara global.

7. Profil Responden

Berikut ini merupakan data responden yang diperoleh melalui penyebaran questioner serta wawancara sekilas dengan kurikulum MAN 1 BANYUMAS populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas 11 dengan jumlah kelas sebanyak 9 kelas dan jumlah siswa 400 siswa berikut tabel berdasarkan populasi penelitian.

Tabel 5.12 Jumlah responden berdasarkan kelas

KELAS XI	IPA 1	IPA 2	IPA 3	IPA 4	IPA 5	IPS 1	IPS 2	IPS 3	IPS 4
	45	42	45	43	45	45	45	45	45
Total	400 siswa								

Berdasarkan tabel 7.14 diatas pengelompokan responden berdasarkan kelas dapat disimpulkan populasi penelitian ini terdapat 400 siswa dan diambil 174 untuk membuat sampel penelitian.

B. HASIL PENELITIAN

1. UJI VALIDITAS

Tabel 6.13 Hasil Uji Validasi Variabel X

Variabel	R hitung	R tabel	Kesimpulan
X1	0.487	0.2681	Valid
X1_A	0.464	0.2681	Valid
X1_B	0.063	0.2681	Tidak Valid
X1_C	0.433	0.2681	Valid
X1_D	0.371	0.2681	Valid
X1_E	0.384	0.2681	Valid
X1_F	0.515	0.2681	Valid
X1_G	0.436	0.2681	Valid
X1_H	0.361	0.2681	Valid
X1_I	0.148	0.2681	Tidak Valid
X1_J	0.314	0.2681	Valid
X1_K	0.269	0.2681	Tidak Valid
X1_L	0.611	0.2681	Valid
X1_M	0.240	0.2681	Tidak Valid
X1_N	0.242	0.2681	Tidak Valid
X1_O	0.297	0.2681	Valid
X1_P	0.286	0.2681	Valid
X1_Q	0.091	0.2681	Tidak Valid
X1_R	0.014	0.2681	Tidak Valid
X1_S	0.246	0.2681	Tidak Valid
X1_T	0.210	0.2681	Tidak Valid
X1_U	0.323	0.2681	Valid
X1_V	0.313	0.2681	Valid
X1_W	0.464	0.2681	Valid
X1_X	0.596	0.2681	Valid
X1_Y	0.548	0.2681	Valid
X1_Z	0.136	0.2681	Tidak Valid
X1_AA	0.444	0.2681	Valid
X1_AB	0.192	0.2681	Tidak Valid
X1_AC	0.435	0.2681	Valid
X1_AD	0.555	0.2681	Valid
X1_AE	0.334	0.2681	Valid
X1_AF	0.348	0.2681	Valid
X1_AG	0.445	0.2681	Valid

Variabel	R hitung	R tabel	Kesimpulan
X1_AH	0.367	0.2681	Valid
X1_AI	0.066	0.2681	Tidak Valid
X1_AJ	0.165	0.2681	Tidak Valid
X1_AK	0.304	0.2681	Valid
X1_AL	0.326	0.2681	Valid
X1_AM	0.340	0.2681	Valid

Tabel 6.14 Hasil Uji Validasi Variabel Y

Variabel	R hitung	R tabel	Kesimpulan
Y1	0.296	0.2681	Valid
Y1_A	0.454	0.2681	Valid
Y1_B	0.231	0.2681	Tidak Valid
Y1_C	0.160	0.2681	Tidak Valid
Y1_D	0.214	0.2681	Tidak Valid
Y1_E	0.057	0.2681	Tidak Valid
Y1_F	-0.02	0.2681	Tidak Valid
Y1_G	0.190	0.2681	Tidak Valid
Y1_H	0.219	0.2681	Tidak Valid
Y1_I	0.072	0.2681	Tidak Valid
Y1_J	0.093	0.2681	Tidak Valid
Y1_K	0.167	0.2681	Tidak Valid
Y1_L	0.224	0.2681	Tidak Valid
Y1_M	-0.001	0.2681	Tidak Valid
Y1_N	0.219	0.2681	Tidak Valid
Y1_O	0.428	0.2681	Valid
Y1_P	0.258	0.2681	Tidak Valid
Y1_Q	0.575	0.2681	Valid
Y1_R	0.527	0.2681	Valid
Y1_S	0.372	0.2681	Valid
Y1_T	0.499	0.2681	Valid
Y1_U	0.631	0.2681	Valid
Y1_V	0.619	0.2681	Valid
Y1_W	0.350	0.2681	Valid
Y1_X	0.371	0.2681	Valid
Y1_Y	0.384	0.2681	Valid
Y1_Z	0.399	0.2681	Valid
Y1_AA	0.761	0.2681	Valid
Y1_AB	0.615	0.2681	Valid
Y1_AC	0.473	0.2681	Valid
Y1_AD	0.584	0.2681	Valid
Y1_AE	0.439	0.2681	Valid

Variabel	R hitung	R tabel	Kesimpulan
Y1_AF	0.373	0.2681	Valid
Y1_AG	0.397	0.2681	Valid
Y1_AH	0.493	0.2681	Valid
Y1_AI	0.368	0.2681	Valid
Y1_AJ	0.436	0.2681	Valid
Y1_AK	0.545	0.2681	Valid
Y1_AL	0.383	0.2681	Valid
Y1_AM	0.304	0.2681	Valid
Y1_AN	0.121	0.2681	Tidak Valid

2. UJI REALIBILITAS

Tabel 7.15 Hasil Uji Reabilitas Variabel X

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.710	41

Dari hasil di atas, koefisien alpha cronbach adalah 0,710, dan jika koefisien alpha cronbach melebihi 0,60, penelitian dinyatakan reliabel atau konsisten dan data penelitian dapat digunakan sebagai alat pengumpulan data.

Tabel 7.16 Hasil Uji Reabilitas Variabel Y

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.713	42

Dari hasil di atas, koefisien alpha cronbach adalah 0,713, dan jika koefisien alpha cronbach melebihi 0,60, penelitian dinyatakan reliabel atau konsisten dan data penelitian dapat digunakan sebagai alat pengumpulan data.

3. DATA DESKRIPTIF STATISTIK

Tabel 8.17 descriptive statistics variabel X

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
X1	54	1	4	1.80	.877
X1	54	1	4	1.74	.805
X1	54	2	4	2.94	.627
X1	54	1	4	1.54	.818
X1	54	1	4	1.91	.784
X1	54	1	4	2.74	.782
X1	54	1	4	2.65	.850
X1	54	1	4	1.78	.691
X1	54	1	3	1.35	.588
X1	54	1	4	3.13	.778
X1	54	1	4	1.74	.732
X1	54	1	4	2.15	.940
X1	54	1	4	1.87	.933
X1	54	2	4	3.17	.607
X1	54	2	4	3.41	.599
X1	54	1	4	2.17	.720
X1	54	1	4	2.85	1.017
X1	54	1	3	2.78	.572
X1	54	1	4	2.91	.708
X1	54	1	4	3.33	.644
X1	54	1	4	2.93	.723
X1	54	1	4	3.02	1.107
X1	54	1	4	2.02	.789
X1	54	1	4	2.39	.763
X1	54	1	4	2.26	.782
X1	54	1	4	2.59	.813
X1	54	1	4	1.63	.681
X1	54	1	4	2.06	.834
X1	54	1	4	1.98	.739
X1	54	1	3	1.44	.604
X1	54	1	4	2.57	.903
X1	54	1	4	1.98	.714
X1	54	1	4	2.96	.643
X1	54	1	5	3.17	.841
X1	54	1	4	2.43	.838
X1	54	1	4	2.46	.794
X1	54	1	4	3.06	.811
X1	54	1	4	1.31	.577
X1	54	1	4	2.22	.984
X1	54	1	4	2.69	.668
Valid N (listwise)	54				

Tabel 8.18 Descriptive Statistics variabel Y

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Y1	54	1	4	2.46	.905
Y1	54	1	4	3.37	.653
Y1	54	1	4	3.09	.680
Y1	54	1	2	1.31	.469
Y1	54	1	4	1.52	.720
Y1	54	1	3	1.61	.656
Y1	54	1	3	1.37	.525
Y1	54	1	4	3.04	.751
Y1	54	1	4	2.46	.665
Y1	54	1	3	1.70	.603
Y1	54	1	4	1.91	.734
Y1	54	1	3	1.78	.634
Y1	54	1	4	1.93	.887
Y1	54	1	4	1.61	.738
Y1	54	1	4	3.17	.771
Y1	54	1	4	2.96	.910
Y1	54	1	4	2.50	.720
Y1	54	2	4	3.39	.627
Y1	54	2	4	3.44	.604
Y1	54	1	4	1.91	.708
Y1	54	2	4	3.52	.574
Y1	54	2	4	3.50	.575
Y1	54	3	4	3.50	.505
Y1	54	1	3	1.07	.328
Y1	54	1	4	2.07	.749
Y1	54	1	2	1.22	.420
Y1	54	1	2	1.15	.359
Y1	54	1	4	3.43	.633
Y1	54	2	4	3.46	.573
Y1	54	1	4	3.13	.702
Y1	54	2	4	3.37	.525
Y1	54	1	4	1.52	.795
Y1	54	1	4	2.74	.894
Y1	54	1	4	2.04	.699
Y1	54	1	5	3.33	.801
Y1	54	2	4	3.44	.691
Y1	54	1	4	3.09	.853
Y1	54	2	4	3.30	.603
Y1	54	1	4	1.44	.664
Y1	54	1	4	1.57	.792
Y1	54	1	3	1.54	.605
Valid N (listwise)	54				

4. UJI NORMALITAS

Tabel 9.19
Uji Normalitas one-sample kolmogorov-smirnov test

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

N		54
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	2.46
	Std. Deviation	.905
Most Extreme Differences	Absolute	.242
	Positive	.177
	Negative	-.242
Test Statistic		.242
Asymp. Sig. (2-tailed)		.000 ^c

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

Berdasarkan tabel 11.21 diatas Dari hasil uji normalitas uji Kolmogorovskmirnov didapatkan nilai signifikansi $0,000 > 0,05$ atau nilai probabilitas uji Kolmogorovskmirnov $0,000 > 0,05$, dan disimpulkan nilai residual tidak berdistribusi normal

5. UJI LINEARITAS

10.20 Uji Linearitas Anova Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Total * total	Between Groups	(Combined)	4013.149	32	125.411	1.979	.046
		Linearity	2292.008	1	2292.008	36.161	.000
		Deviation from Linearity	1721.141	31	55.521	.876	.640
	Within Groups		1457.833	23	63.384		
	Total		5470.982	55			

Dengan menggunakan tabel di atas, kita dapat menjelaskan bahwa signifikansi deviasi dari linieritas adalah 0,640, yang lebih besar dari 0,05. Dari sini kita dapat menyimpulkan bahwa hubungan antara variabel X dan variabel Y adalah linier.

C. PENYAJIAN DAN ANALISIS DATA

1. UJI KORELASI PRODUCT MOMENT

Uji hubungan Product Moment mempunyai kegunaan yaitu mengetahui derajat interaksi & donasi variabel bebas (independent) menggunakan variabel terikat (dependent)⁷⁰

Tabel 11.21 Hasil Uji Korelasi Product Moment

		VAR X	VAR Y
Total	Pearson Correlation	1	.647**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	56	56
Total	Pearson Correlation	.647**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	56	56

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Jika nilai signifikansi **lebih kecil** dari 0,05 maka variabel X berkorelasi dengan variabel Y, dan jika nilai signifikansi **lebih besar** dari 0,05 maka variabel X tidak berkorelasi dengan variabel Y. **Berdasarkan persamaan korelasi product-moment (KPM) dengan nilai signifikansi 0,000 berarti signifikansi nilai tersebut lebih kecil dari 0,05, dan terdapat hubungan yang signifikan antara variabel X dan variabel Y, yang artinya jika salah satu variabel kuat maka variabel yang lainnya mengikuti.**

2. ANALISIS DATA

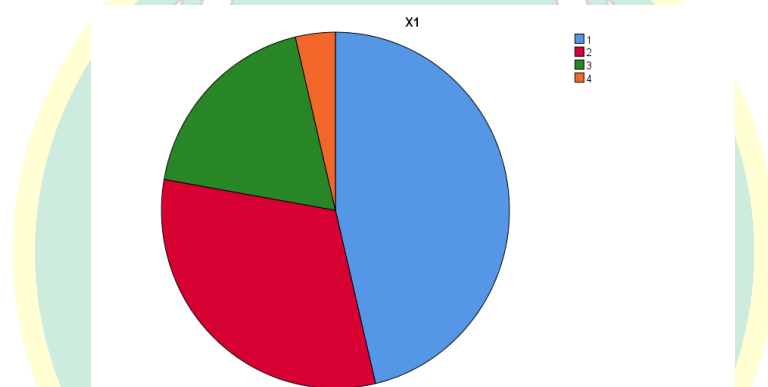
Pengaruh konsep diri terhadap Kesehatan mental pada siswa yang bermain game online di MAN 2 BREBES dengan responden 184 siswa dan jumlah item 40 untuk variabel X dan 40 untuk variabel Y kemudian data diolah dengan bantuan SPSS versi 26.

Adapun hasil penelitian per-item dapat disimpulkan yaitu:

⁷⁰ Dr.Riduwan., DKK "Pengantar Statistika".,ALFABETA.,Bandung.,2012.,Hal 79

Tabel 12.22 “Saya selalu bermain game online”

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	25	44.6	46.3	46.3
	2	17	30.4	31.5	77.8
	3	10	17.9	18.5	96.3
	4	2	3.6	3.7	100.0
	Total	54	96.4	100.0	
Missing	System	2	3.6		
Total		56	100.0		

Gambar 12.22 “Saya selalu bermain game online”

Berdasarkan tabel dan diagram diatas dapat dideskripsikan bahwa terdapat 25 responden yang menjawab sangat setuju atau jika di persenkan ada 44,6% dan yang menjawab setuju ada 17 responden atau setara dengan 30,4% dan ada 2 responden yan menjawab tidak suka bermain game online atau setara dengan 3,6%. hasil tersebut telah di uji menggunakan SPSS versi 26 dengan cara Analyze-descriptive statistic-frekuensi(chart-pie chart) – continue – ok.

Karena game online sekarang sudah diminati oleh banyak kalangan baik anak-anak maupun dewasa sehingga penyebarannya pun sangat pesat. karena sifatnya yang membuat candu maka game online laris tersebar di belahan dunia ⁷¹ Kemudian peneliti menarik kesimpulan bahwa siswa

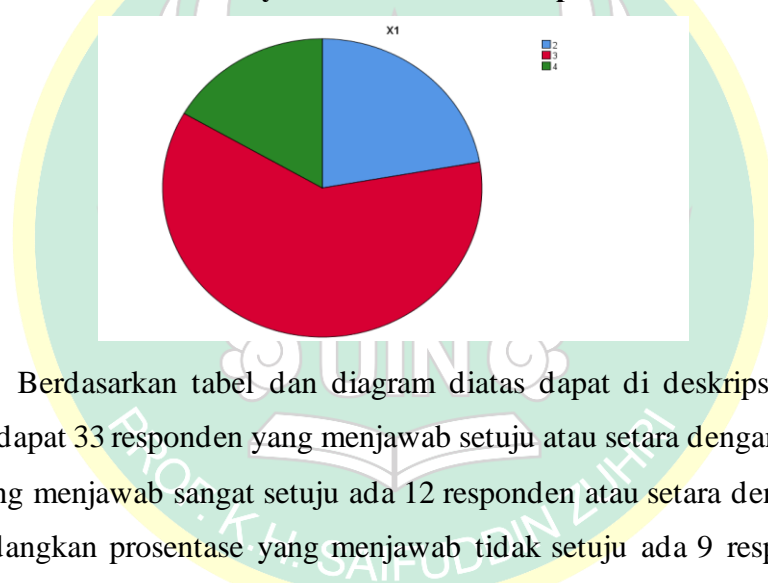
⁷¹ Rika Agustina Amansa., “Pengaruh Game Online Terhadap Perubahan Perilaku Agresif Remaja Di Samarinda” Jurnal Ilmu Komunikasi Vol 4 No 3 th 2016. Dikutip dari [https://ejournal.ilkom.fisip-unmul.ac.id/site/wp-content/uploads/2016/08/JURNAL%20RIKA%20AGUSTINA%20AMANDA%20\(08-23-16-12-52-34\).pdf](https://ejournal.ilkom.fisip-unmul.ac.id/site/wp-content/uploads/2016/08/JURNAL%20RIKA%20AGUSTINA%20AMANDA%20(08-23-16-12-52-34).pdf)

kelas XI disekolah tersebut dengan dengan pertanyaan yang diajukan peneliti. karena beberapa dari mereka suka menggunakan game online sebagai wadah hiburan. serta ada beberapa yang menjawab tidak dikarenakan kemungkinan besar mereka tidak suka bermain game online.

Tabel 12.23 “Saya selalu bermain tanpa kenal waktu”

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	2	12	21.4	22.2	22.2
	3	33	58.9	61.1	83.3
	4	9	16.1	16.7	100.0
	Total	54	96.4	100.0	
Missing	System	2	3.6		
Total		56	100.0		

Gambar 12.23 “Saya selalu bermain tanpa kenal waktu”



Berdasarkan tabel dan diagram diatas dapat di deskripsikan bahwa terdapat 33 responden yang menjawab setuju atau setara dengan 58.9% dan yang menjawab sangat setuju ada 12 responden atau setara dengan 21,4 % sedangkan prosentase yang menjawab tidak setuju ada 9 responden atau setara dengan 16,1 %. hasil tersebut telah di uji menggunakan SPSS versi 26 dengan cara Analyze-descriptive statistic-frekuensi(chart-pie chart) – continue – ok.

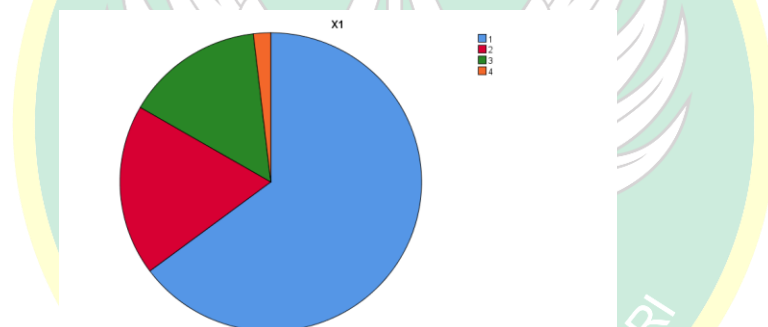
Kemudian peneliti menarik kesimpulan jika rata-rata dari responden yang menjawab prosentase lebih tinggi adalah mereka yang suka bermain game online sedangkan prosentase terendah menjawab tidak suka bermain game online apalagi sampai tidak mengenal waktu jika bermain. dan akan banyak faktor jika itu dilakukan terus menerus contoh kecilnya adalah mereka mudah malas jika akan mengerjakan sesuatu dan tentunya bermain

game online menumbuhkan efek yang cukup menyenangkan bagi siapa saja yang memainkannya ⁷²

Tabel 12.24 Saya tidak bisa meninggalkan game online”

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	35	62.5	64.8	64.8
	2	10	17.9	18.5	83.3
	3	8	14.3	14.8	98.1
	4	1	1.8	1.9	100.0
	Total	54	96.4	100.0	
Missing	System	2	3.6		
Total		56	100.0		

Gambar 12.24 “Saya tidak bisa meninggalkan game online”



Berdasarkan tabel dan diagram diatas di deskripsikan jika ada 35 responden yang menjawab sangat setuju dengan pertanyaan yang diajukan oleh peneliti atau setara dengan 62,5% sedangkan yang menjawab setuju ada 10 responden dengan prosentase 17,9% Prosentase terendah terdapat 1 reponden atau setara dengan 1,8% yang menjawab tidak setuju. hasil tersebut telah di uji menggunakan SPSS versi 26 dengan cara Analyze-descriptive statistic-frekuensi(chart-pie chart) – continue – ok.

Kemudian peneliti menarik kesimpulan jika rata-rata dari mereka adalah menyukai game online sampai dengan cara apapun mereka akan tetap bermain karena sudah menjadi hobi dan kebiasaan dan dari sifat game

⁷²Sri Wahyuni Adiningtyas., “ Peran Guru Dalam Mengatasi Game Online”, Jurnal Kopasta Vol 4 No 1 Th 2017 di akses dari <file:///C:/Users/Administrator/Downloads/1121-2793-1-SM.pdf>

online itu yang membuat candu maka sebagian besar yang sudah sangat menyukai akan sulit sekali terlepas dari genggamannya game online. ⁷³ karena itu pertanyaan yang diajukan oleh peneliti dapat menjawab jika mereka tidak bisa terlepas dari game online.

Tabel 12.25 “Saya mudah sekali berganti permainan dalam bermain game”

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	18	32.1	33.3	33.3
	2	24	42.9	44.4	77.8
	3	11	19.6	20.4	98.1
	4	1	1.8	1.9	100.0
	Total	54	96.4	100.0	
Missing	System	2	3.6		
Total		56	100.0		

Gambar 12.25 “Saya mudah sekali berganti permainan dalam bermain game”



Berdasarkan tabel dan diagram diatas di deskripsikan jika ada 18 responden yang menjawab sangat setuju dengan prosentase 32,1%, sedangkan yang menjawab setuju ada 24 responden atau 42,9 % dan prosentase terendah ada pada prosentase 1,8 atau hanya ada 1 yang menjawab tidak setuju. hasil tersebut telah di uji menggunakan SPSS versi 26 dengan cara Analyze-descriptive statistic-frekuensi(chart-pie chart) – continue – ok.

⁷³ Rezy Safitri DKK., “ Dampak Game Online Pubg Terhadap Perilaku Prokrastinasi Siswa ”., Jurnal International Of Natural sciences and Engineering Vol 4No 1 Th 2020 diakses dari <https://doi.org/10.23887/ijnse.v4i1.29079>

Kemudian peneliti menarik kesimpulan jika rata-rata dari mereka mudah sekalai berganti permainan jadi tidak hanya satu permainan saja yang mereka mainkan, karena jumlah dan ragamnya yang sangat banyak maka pemainpun dengan sesuka nya memilih dan memainkan game online meskipun banyak sekali dampak yang akan didapat jika sering bermain atau sering bergonta-ganti tetapi mereka tetap cuek dengan hasil seperti itu. ⁷⁴

Tabel 12.26 “ Saya selalu ingin melakukan sesuatu yang menantang”

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	5	8.9	9.3	9.3
	2	10	17.9	18.5	27.8
	3	33	58.9	61.1	88.9
	4	6	10.7	11.1	100.0
	Total	54	96.4	100.0	
Missing	System	2	3.6		
Total		56	100.0		

Gambar 12.26 “Saya selalu ingin melakukan sesuatu yang menantang”



Berdasarkan tabel dan diagram diatas maka dapat di deskripsikan jika 33 responden menjawab tidak setuju dengan prosentase 58,9%. sedangkan prosentase terbesar kedua di peroleh 17,9% atau 10 responden. hasil tersebut telah di uji menggunakan SPSS versi 26 dengan cara Analyze-descriptive statistic-frekuensi(chart-pie chart) – continue – ok.

Kemudian peneliti menarik kesimpulan jika rata-rata pertanyaan yang diajukan peneliti kemungkinan besar responden menjawab tidak suka

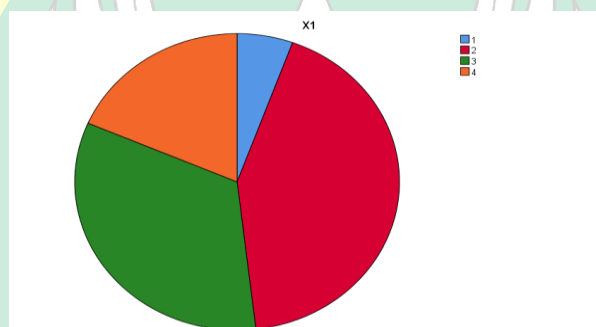
⁷⁴ Cesaria Septa Nirwanda, Annastasia Ediati., “Adiksi Game online dan Ketrampilan Penyesuaian Sosial Pada Remaja”, Jurnal Empati Vol 5 No 1 diakses dari <https://doi.org/10.14710/empati.2016.14940>

melakukan hal yang menantang hal ini dapat menjadi acuan jika konsep diri dalam individu tersebut kurang yakin dengan dirinya sendiri.

Tabel 12.27 “Saya suka menyendiri”

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	3	5.4	5.6	5.6
	2	23	41.1	42.6	48.1
	3	18	32.1	33.3	81.5
	4	10	17.9	18.5	100.0
	Total	54	96.4	100.0	
Missing	System	2	3.6		
Total		56	100.0		

Gambar 12.27 “Saya suka menyendiri”

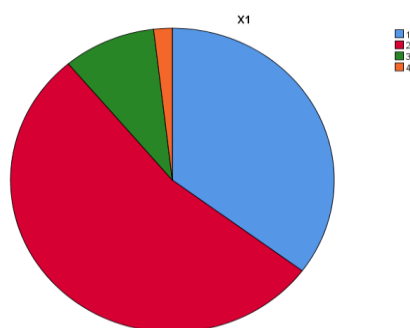


Berdasarkan tabel dan diagram diatas maka dapat di deskripsikan jika prosentase terbanyak yang menjawab setuju ada 41,1 % atau ada 23 responden. artinya siswa MAN 1 banyumas memiliki tingkat kebiasaan yang besar karena selalu meluangkan waktunya untuk menyendiri Bersama game online serta memiliki tingkan kemalasan yang tinggi. pertanyaan ini menunjukkan bahwa dirinya kurang baik. sedangkan prosentase terkecil ada pada 3 responden atau setara dengan 5,4 %. hasil tersebut telah di uji menggunakan SPSS versi 26 dengan cara Analyze-descriptive statistic-frekuensi (chart-pie chart) continue ok.

Dengan demikian peneliti dapat menarik kesimpulan jika kebiasaan suka menyendiri sering dilakukan oleh siswa kelas XI.

Tabel 12.28 “Saya mudah menyimpan dendam”

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	19	33.9	35.2	35.2
	2	29	51.8	53.7	88.9
	3	5	8.9	9.3	98.1
	4	1	1.8	1.9	100.0
	Total	54	96.4	100.0	
Missing	System	2	3.6		
Total		56	100.0		

Gambar 12.28 “Saya mudah menyimpan dendam”

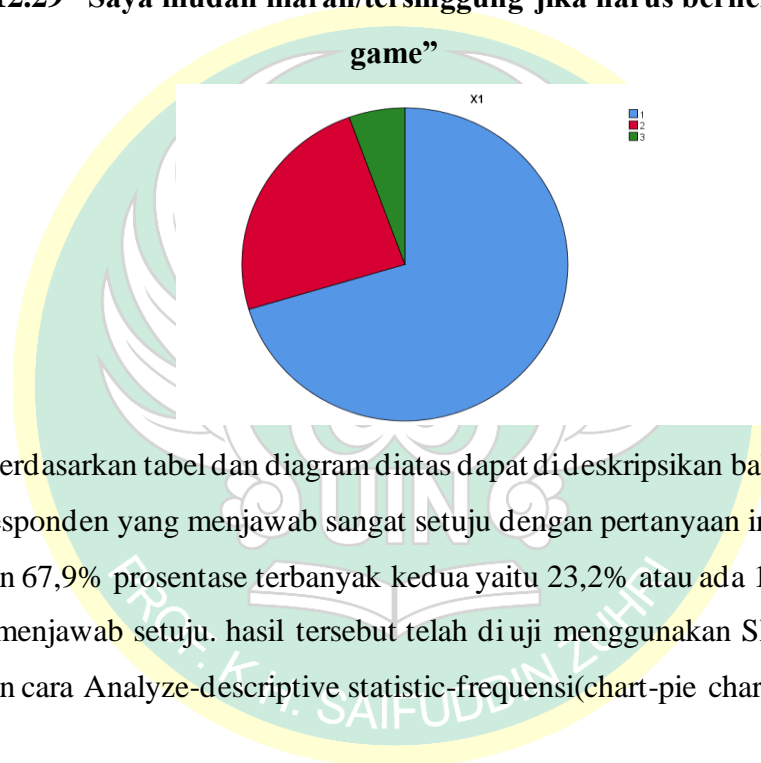
Berdasarkan tabel dan diagram diatas dapat di dekskripsikan jika prosentase terbanyak ada 29 responden yang menjawab setuju atau setara dengan 51,9% dan prosentase sangat setuju terdapat 19 responden atau setara dengan 33,9 %. hasil tersebut telah di uji menggunakan SPSS versi 26 dengan cara Analyze-descriptive statistic-frekuensi(chart-pie chart) – continue – ok.

Dengan demikian peneliti dapat menarik kesimpulan jika rata-rata dari siswa kelas XI disekolah tersebut memiliki tingkat sikap yang kurang baik. karena mudah menyimpan dendam termasuk kedalam kebiasaan yang buruk. prosentase terenda terdapat 1 responden atau setara dengan 1,8 yang menjawab tidak setuju maka dari itu rata-rata dari hasil yang diperoleh mereka termasuk kedalam pribadi yang tidak menyenangkan.

Tabel 12.29 “Saya mudah marah/tersinggung jika harus berhenti bermain game”

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	38	67.9	70.4	70.4
	2	13	23.2	24.1	94.4
	3	3	5.4	5.6	100.0
	Total	54	96.4	100.0	
Missing	System	2	3.6		
Total		56	100.0		

Gambar 12.29 “Saya mudah marah/tersinggung jika harus berhenti bermain game”

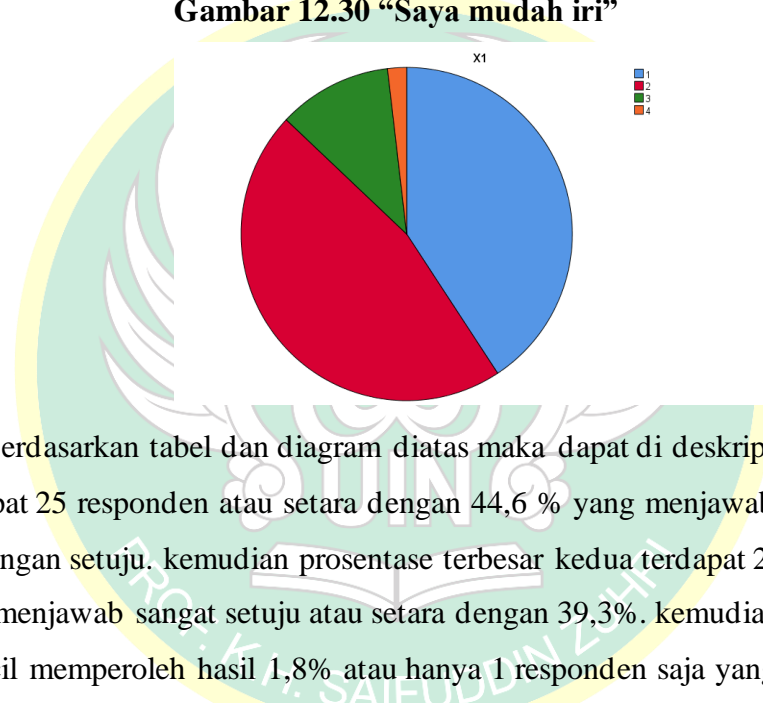


Berdasarkan tabel dan diagram diatas dapat di deskripsikan bahwa terdapat 38 rj esponden yang menjawab sangat setuju dengan pertanyaan ini atau setara dengan 67,9% prosentase terbanyak kedua yaitu 23,2% atau ada 13 responden yang menjawab setuju. hasil tersebut telah di uji menggunakan SPSS versi 26 dengan cara Analyze-descriptive statistic-frekuensi(chart-pie chart) – continue – ok.

Dengan demikian maka peneliti dapat menarik kesimpulan bahwa siswa kelas XI memiliki tingkat sikap agresif yang tinggi karena terlihat bagaimana dia menyikapi dalam bermain game online

Tabel 12.30” Saya mudah iri”

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	22	39.3	40.7	40.7
	2	25	44.6	46.3	87.0
	3	6	10.7	11.1	98.1
	4	1	1.8	1.9	100.0
	Total	54	96.4	100.0	
Missing	System	2	3.6		
Total		56	100.0		

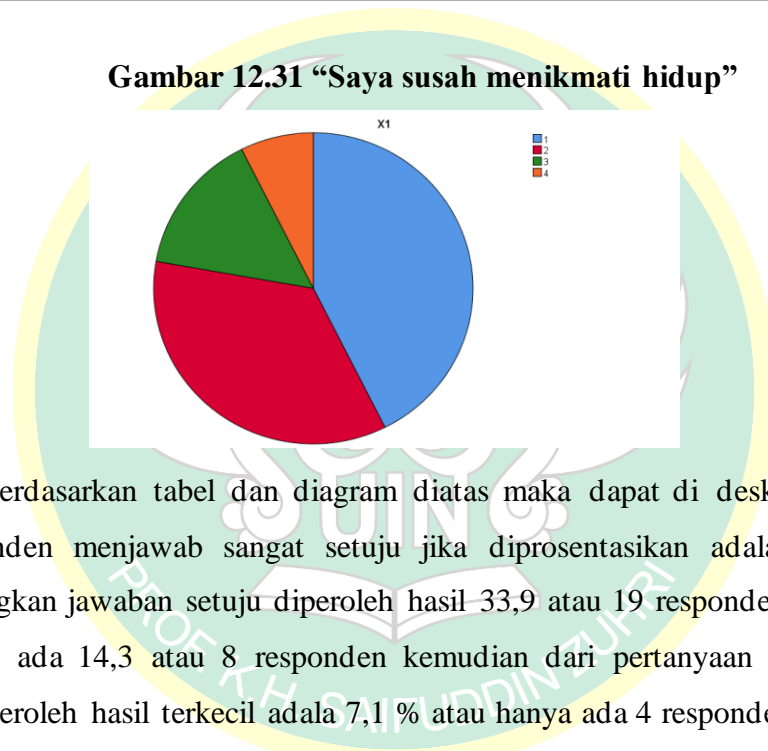
Gambar 12.30 “Saya mudah iri”

Berdasarkan tabel dan diagram diatas maka dapat di deskripsikan bahwa terdapat 25 responden atau setara dengan 44,6 % yang menjawab pertanyaan ini dengan setuju. kemudian prosentase terbesar kedua terdapat 22 responden yang menjawab sangat setuju atau setara dengan 39,3%. kemudian prosentase terkecil memperoleh hasil 1,8% atau hanya 1 responden saja yang menjawab. hasil tersebut telah di uji menggunakan SPSS versi 26 dengan cara Analyze-descriptive statistic-frekuensi(chart-pie chart) – continue – ok.

Kemudian peneliti menarik kesimpulan jika rata-rata siswa kelas XI memiliki sifat kurang baik. karena sifat iri dapat mengakibatkan individu kurang mensyukuri pemberian tuhan.

Tabel 12.31 “Saya susah menikmati hidup”

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	23	41.1	42.6	42.6
	2	19	33.9	35.2	77.8
	3	8	14.3	14.8	92.6
	4	4	7.1	7.4	100.0
	Total	54	96.4	100.0	
Missing	System	2	3.6		
Total		56	100.0		

Gambar 12.31 “Saya susah menikmati hidup”

Berdasarkan tabel dan diagram diatas maka dapat di deskripsikan 23 responden menjawab sangat setuju jika diprosentasikan adalah 41,1 %. sedangkan jawaban setuju diperoleh hasil 33,9 atau 19 responden. dan hasil ketiga ada 14,3 atau 8 responden kemudian dari pertanyaan diatas yang memperoleh hasil terkecil adala 7,1 % atau hanya ada 4 responden saja yang menjawab pertanyaan yang diajukan oleh peneliti. hasil tersebut telah di uji menggunakan SPSS versi 26 dengan cara Analyze-descriptive statistic-frekuensi(chart-pie chart) – continue – ok.

Dari hasil diatas maka peneliti dapat menarik kesimpulan bahwa kelas XI selalu mempunyai sikap overthinking yang berlebihan sehingga dapat memicu kecemasan yang tidak disadari dapat merusak pola fikir.

Tabel 12.32 “Saya ragu dengan diri sendiri”

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	7	12.5	13.0	13.0
	2	34	60.7	63.0	75.9
	3	10	17.9	18.5	94.4
	4	3	5.4	5.6	100.0
	Total	54	96.4	100.0	
Missing	System	2	3.6		
Total		56	100.0		

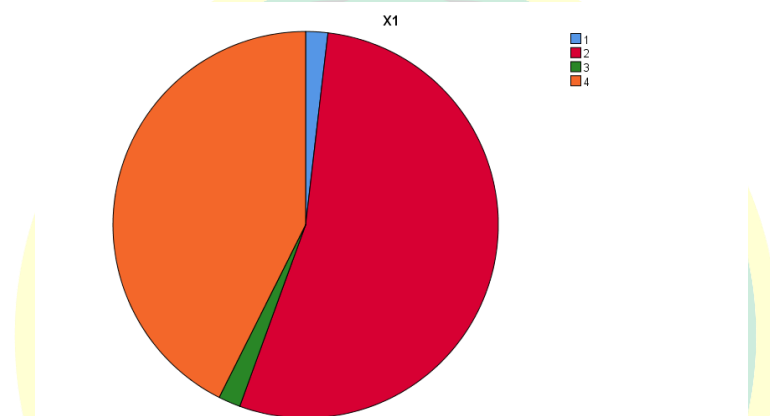
Gambar 12.32 “Saya ragu dengan diri sendiri”

Berdasarkan tabel dan diagram diatas maka dapat di deskripsikan bahwa prosentase terbanyak diperoleh hasil 60,7 % dengan 34 responden. dan prosentase kedua diperoleh hasil 10 responden atau setara dengan 17,9 %. Dari tabel diatas prosentase ketiga dan yang paling terkecil memiliki jarak yang cukup lumayan tidak jauh. Diantaranya yaitu 7 responden dengan prosentase 12,5% untuk prosentase ketiga sedangkan untuk prosentase terkecil terdapat 3 responden yang menjawab pertanyaan dari peneliti. hasil tersebut telah di uji menggunakan SPSS versi 26 dengan cara Analyze-descriptive statistic-frekuensi(chart-pie chart) – continue – ok

Dengan demikian maka peneliti dapat menarik kesimpulan jika siswa kelas XI didekolah tersebut setuju dengan pernyataan yang diajukan oleh peneliti.

Tabel 12.33 “Saya sulit menerima”

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	1	1.8	1.9	1.9
	2	29	51.8	53.7	55.6
	3	1	1.8	1.9	57.4
	4	23	41.1	42.6	100.0
	Total	54	96.4	100.0	
Missing	System	2	3.6		
Total		56	100.0		

Gambar 12.33 “Saya sulit menerima”

Berdasarkan tabel dan diagram diatas maka dapat di deskripsikan bahwa 29 responden menjawab sangat setuju dengan prosentase 51,8%. kemudian jawaban terbanyak kedua yang menjawab kurang setuju terdapat 23 responden atau 41,4%. keduanya memiliki prosentase yang hampir sama hanya selisih berapa angka saja. hasil tersebut telah di uji menggunakan SPSS versi 26 dengan cara Analyze-descriptive statistic-frekuensi(chart-pie chart) – continue – ok.

Dari hasil diatas maka peneliti dapat menarik kesimpulan jika rata-rata siswa kelas XI disekolah tersebut memiliki perasaan yang tidak mudah menerima keadaan. Sikap tersebut termasuk dalam konsep diri yang artinya individu bisa menilai bagaimana dirinya sendiri.

Tabel 12.34 “Saya takut jika tidak naik kelas karena sering bermain game”

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	9	16.1	16.7	16.7
	2	5	8.9	9.3	25.9
	3	16	28.6	29.6	55.6
	4	24	42.9	44.4	100.0
	Total	54	96.4	100.0	
Missing	System	2	3.6		
Total		56	100.0		

Gambar 12.34 “Saya takut jika tidak naik kelas karena sering bermain game”

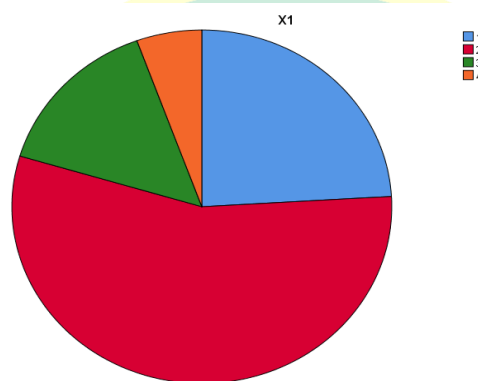


Berdasarkan tabel dan diagram diatas maka dapat di deskripsikan bahwa 24 responden menjawab kurang setuju dengan prosentase 42,9%. kemudian hasil terbanyak kedua dengan jawaban tidak setuju memiliki prosentase 28,6% dengan jumlah 16 responden. hasil yang lain memiliki prosentase yang hampir sama dengan hasil responden masing-masing yaitu 9 dan 5 dengan prosentase 16,1% dan 8,9%. hasil tersebut telah di uji menggunakan SPSS versi 26 dengan cara Analyze-descriptive statistic-frekuensi(chart-pie chart) – continue – ok.

Dari hasil diatas maka peneliti dapat menarik kesimpulan jika siswa kelas XI disekolah tersebut memiliki tingkat cukup percaya diri yang tinggi dengan jawaban rata-rata tidak setuju dengan pertanyaan yang diajukan oleh peneliti.

Tabel 12.35 “Saya sering tidur malam”

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	13	23.2	24.1	24.1
	2	30	53.6	55.6	79.6
	3	8	14.3	14.8	94.4
	4	3	5.4	5.6	100.0
	Total	54	96.4	100.0	
Missing	System	2	3.6		
Total		56	100.0		

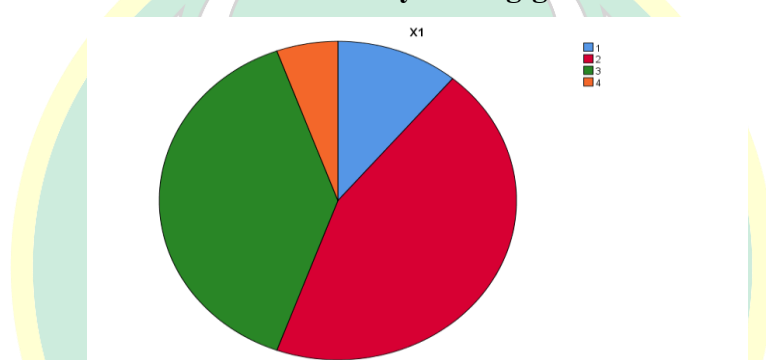
Gambar 12.35 “Saya sering tidur malam”

Berdasarkan tabel dan diagram diatas maka dapat di deskripsikan bahwa 3 responden menjawab kurang setuju dengan prosentase 5,4%. kemudian prosentase terkecil selanjutnya terdapat 8 responden yang menjawab tidak setuju dengan prosentase 14,3%. Prosentase ketiga dengan hasil sedang diperoleh jawaban dari responden sebanyak 13 dengan prosentase 23,2%. Dan hasil prosentase terbanyak ada 30 responden atau setara dengan 53,6%. Dapat ditarik kesimpulan bahwa siswa kelas XI disekolah tersebut dominan menjawab setuju dengan pernyataan ini.

Tabel 12.36 “Saya sering gelisah”

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	6	10.7	11.1	11.1
	2	24	42.9	44.4	55.6
	3	21	37.5	38.9	94.4
	4	3	5.4	5.6	100.0
	Total	54	96.4	100.0	
Missing	System	2	3.6		
Total		56	100.0		

Gambar 12.36 “Saya sering gelisah”



Berdasarkan tabel dan diagram diatas maka dapat dideskripsikan bahwa 3 responden menjawab kurang setuju dengan prosentase 5,4%. dan hasil terkecil kedua dengan jawaban setuju diperoleh 6 responden dengan prosentase 10,7%. kemudian hasil ketiga menjawab tidak setuju terdapat 21 responden atau setara dengan 37,5%. dan hasil terbanyak terdapat 24 responden dengan jawaban setuju atau setara dengan 42,9%. hasil tersebut telah di uji menggunakan SPSS versi 26 dengan cara Analyze-descriptive statistic-frekuensi(chart-pie chart) – continue – ok

Dengan hasil diatas maka peneliti dapat menarik kesimpulan jika siswa kelas XI disekolah tersebut sering merasakan gelisah, banyak faktor yang menyebabkan terjadinya sering gelisah bisa karena sering bermain gadget, kurangnya waktu tidur atau bisa saja menurunnya keseimbangan hormonal.

Tabel 12.37 “Saya sulit berkonsentrasi”

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	8	14.3	14.8	14.8
	2	27	48.2	50.0	64.8
	3	16	28.6	29.6	94.4
	4	3	5.4	5.6	100.0
	Total	54	96.4	100.0	
Missing	System	2	3.6		
Total		56	100.0		

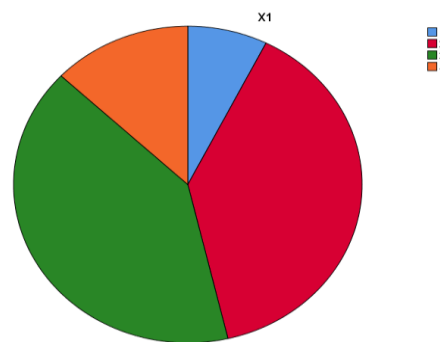
Gambar 12.37 “Saya sulit berkonsentrasi”

Berdasarkan tabel dan diagram diatas maka dapat di deskripsikan bahwa hasil terkecil diperoleh 3 responden dengan jawaban kurang setuju atau setara dengan 5,4%. dan jawaban terkecil selanjutnya diperoleh jawaban sangat setuju dengan 8 responden atau setara dengan 14,3%. kemudian hasil ketiga terdapat 16 responden yang menjawab tidak setuju atau setara dengan 28,6%. dan hasil terbanyak diperoleh prosentase 48,2 dengan 27 responden dari jawaban setuju. hasil tersebut telah di uji menggunakan SPSS versi 26 dengan cara Analyze-descriptive statistic-frekuensi(chart-pie chart) – continue – ok.

Dari hasil diatas peneliti dapat menarik kesimpulan jika siswa kelas XI disekolah tersebut memiliki tingkat konsentrasi yang rendah bisa jadi karena seringnya bermain game online atau kurangnya istirahat

Tabel 12.38 “Saya mudah berkeringat karena panik”

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	4	7.1	7.4	7.4
	2	21	37.5	38.9	46.3
	3	22	39.3	40.7	87.0
	4	7	12.5	13.0	100.0
	Total	54	96.4	100.0	
Missing	System	2	3.6		
Total		56	100.0		

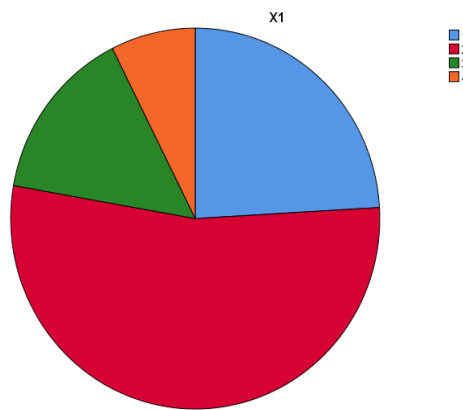
Gambar 12.38 “Saya mudah berkeringat karena panik”

Berdasarkan tabel dan diagram diatas maka dapat di deskripsikan bahwa hasil terkecil terdapat 4 responden yang menjawab sangat setuju dengan prosentase 7,1% kemudian jawaban kurang setuju terdapat 7 responden atau setara dengan 12,5%. Dan hasil ketiga terdapat 21 responden yang menjawab tidak setuju atau setara dengan 37,5% dan hasil terbanyak terdapat 22 responden yang menjawab tidak setuju dengan prosentase 39,3%. hasil tersebut telah di uji menggunakan SPSS versi 26 dengan cara Analyze-descriptive statistic-frekuensi(chart-pie chart) – continue – ok.

Maka peneliti dapat menarik kesimpulan jika siswa kelas XI disekolah tersebut tidak setuju dengan pernyataan yang diajukan oleh peneliti.

Tabel 12.39 “Saya selalu mengantuk”

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	13	23.2	24.1	24.1
	2	29	51.8	53.7	77.8
	3	8	14.3	14.8	92.6
	4	4	7.1	7.4	100.0
	Total	54	96.4	100.0	
Missing	System	2	3.6		
Total		56	100.0		

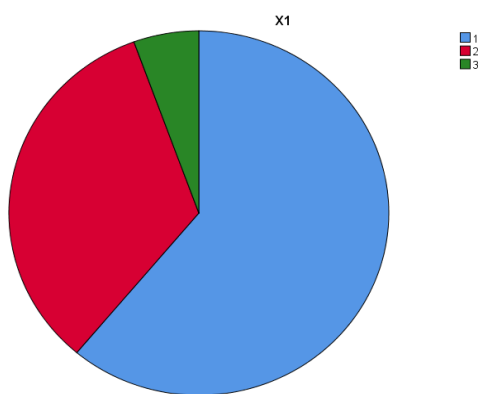
Gambar 12.39 “Saya selalu mengantuk”

Berdasarkan tabel dan diagram di atas maka dapat di deskripsikan jika jawaban terkecil terdapat 4 responden atau setara dengan 7,1% dengan jawaban kurang setuju kemudian jawaban terkecil selanjutnya terdapat 8 responden atau setara dengan 14,3%. dan hasil ketiga terdapat 13 responden yang menjawab setuju atau setara dengan 23,2%. dan hasil terbanyak terdapat 51.8% dengan 29 responden. hasil tersebut telah di uji menggunakan SPSS versi 26 dengan cara Analyze-descriptive statistic-frekuensi(chart-pie chart) – continue – ok.

Dengan demikian peneliti dapat menarik kesimpulan jika siswa kelas XI disekolah tersebut setuju dengan pernyataan yang diajukan oleh peneliti hal ini dikarenakan banyak faktor yang menyebabkan individu sering mengantuk bisa jadi karena jarang minum air putih, dan tidur terlalu larut malam.

Tabel 12.40 “Saya jarang tidur karena bermain game”

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	33	58.9	61.1	61.1
	2	18	32.1	33.3	94.4
	3	3	5.4	5.6	100.0
	Total	54	96.4	100.0	
Missing	System	2	3.6		
Total		56	100.0		

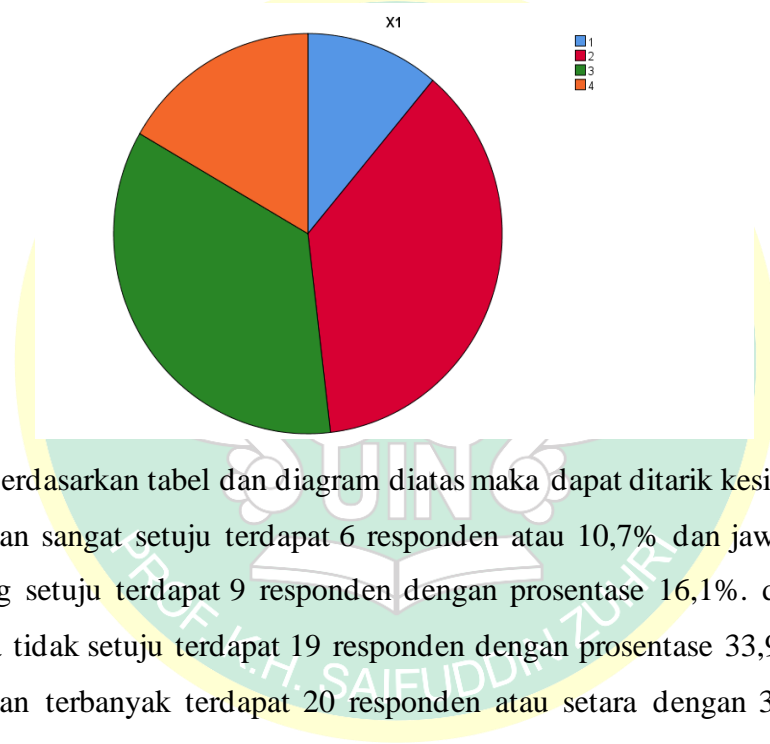
Gambar 12.40 “Saya jarang tidur karena bermain game”

Berdasarkan tabel dan diagram di atas maka dapat dideskripsikan bahwa hasil terbanyak dengan jawaban setuju terdapat 33 responden atau setara dengan 58,9%. dan jawaban kedua terdapat 18 responden yang menjawab setuju dengan prosentase 32,1%. kemudian hasil terkecil terdapat 3 responden yang menjawab tidak setuju dengan prosentase 5,4%. hasil tersebut telah di uji menggunakan SPSS versi 26 dengan cara Analyze-descriptive statistic-frekuensi(chart-pie chart) – continue – ok.

Sehingga peneliti dapat menarik kesimpulan jika rata-rata siswa kelas XI menjawab sangat setuju dengan pernyataan yang diajukan oleh peneliti. dan siswa disekolah ini dominan sering tidur larut malam karena bermain game online.

Tabel 12.41“Saya selalu ingin sesuatu dengan cepat”

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	6	10.7	11.1	11.1
	2	20	35.7	37.0	48.1
	3	19	33.9	35.2	83.3
	4	9	16.1	16.7	100.0
	Total	54	96.4	100.0	
Missing	System	2	3.6		
Total		56	100.0		

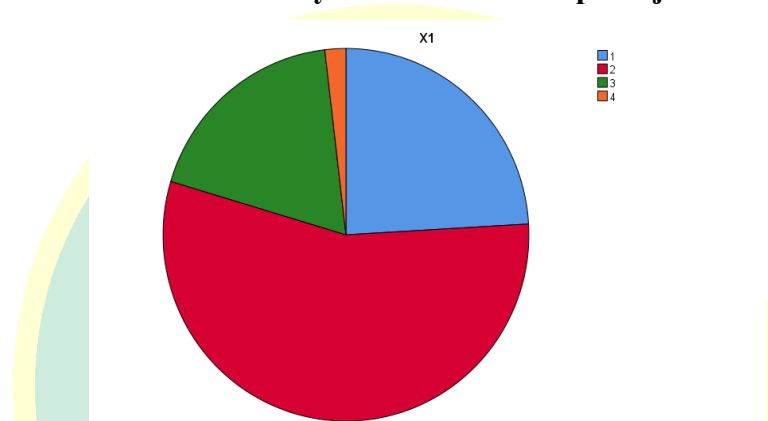
Gambar 12.41 “Saya selalu ingin sesuatu dengan cepat”

Berdasarkan tabel dan diagram diatas maka dapat ditarik kesimpulan jika jawaban sangat setuju terdapat 6 responden atau 10,7% dan jawaban kedua kurang setuju terdapat 9 responden dengan prosentase 16,1%. dan jawaban ketiga tidak setuju terdapat 19 responden dengan prosentase 33,9. kemudian jawaban terbanyak terdapat 20 responden atau setara dengan 35,7%. hasil tersebut telah di uji menggunakan SPSS versi 26 dengan cara Analyze-descriptive statistic-frekuensi(chart-pie chart) – continue – ok.

Berdasarkan penjelasan diatas maka peneliti dapat menarik kesimpulan bahwa siswa kelas XI dominan menjawab setuju dengan pernyataan yang diajukan oleh peneliti.

Tabel 12.42 “Saya selalu menunda pekerjaan”

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	13	23.2	24.1	24.1
	2	30	53.6	55.6	79.6
	3	10	17.9	18.5	98.1
	4	1	1.8	1.9	100.0
	Total	54	96.4	100.0	
Missing	System	2	3.6		
Total		56	100.0		

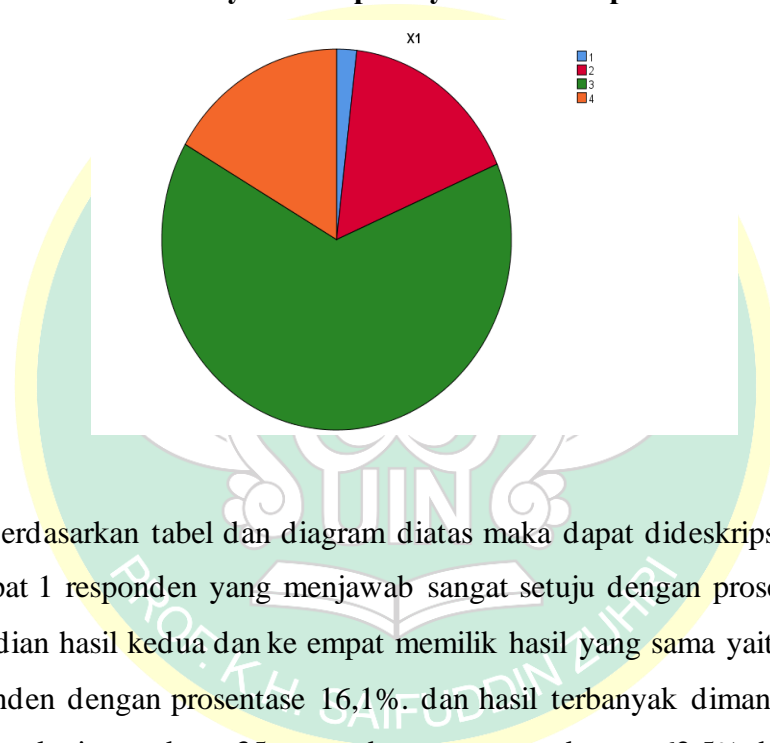
Gambar 12.42 “Saya selalu menunda pekerjaan”

Berdasarkan tabel dan diagram diatas maka dapat di deskripsikan bahwa jawaban terkecil terdapat 1 responden atau 1,8%. Dan jawaban tidak setuju terdapat 10 responden atau setara dengan 17,9% kemudian jawaban sangat setuju terdapat 13 responden atau 23,3%. Dan jawaban terbanyak terdapat 30 responden dengan prosentase 53,6 %. hasil tersebut telah di uji menggunakan SPSS versi 26 dengan cara Analyze-descriptive statistic-frekuensi(chart-pie chart) – continue – ok.

Sehingga peneliti dapat menarik kesimpulan jika siswa kelas XI disekolah tersebut setuju dengan pernyataan yang diajukan oleh peneliti. selalu menunda pekerjaan merupakan kebiasaan buruk yang nantinya akan berdampak pada rasa malas.

Tabel 12.43 “Saya selalu percaya diri walaupun tidak bisa”

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	1	1.8	1.9	1.9
	2	9	16.1	16.7	18.5
	3	35	62.5	64.8	83.3
	4	9	16.1	16.7	100.0
	Total	54	96.4	100.0	
Missing	System	2	3.6		
Total		56	100.0		

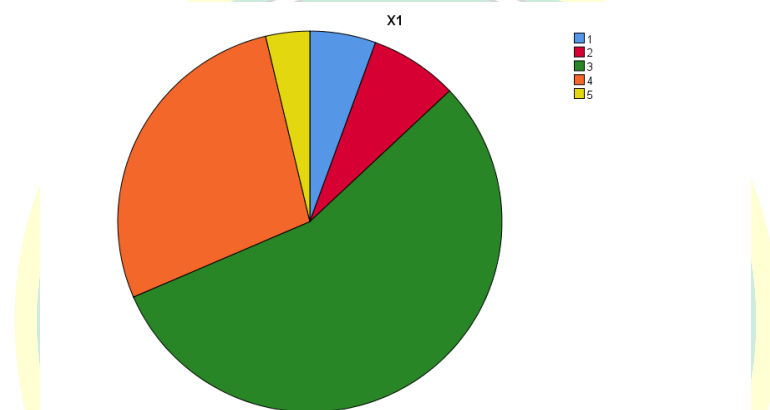
Gambar 12.43 “Saya selalu percaya diri walaupun tidak bisa”

Berdasarkan tabel dan diagram diatas maka dapat dideskripsikan bahwa terdapat 1 responden yang menjawab sangat setuju dengan prosentase 1,8% kemudian hasil kedua dan ke empat memiliki hasil yang sama yaitu terdapat 9 responden dengan prosentase 16,1%. dan hasil terbanyak dimana itu adalah jawaban ketiga terdapat 35 responden atau setara dengan 62,5%. hasil tersebut telah di uji menggunakan SPSS versi 26 dengan cara Analyze-descriptive statistic-frekuensi(chart-pie chart) – continue – ok.

Dari hasil diatas maka peneliti dapat menarik kesimpulan jika jawaban tidak setuju memperoleh hasil terbanyak dari jawaban siswa kelas XI jika siswa tersebut memiliki cara tersendiri untuk mendapatkan proses dari hasil belajarnya.

Tabel 12.44 “Saya suka menemukan hal-hal baru”

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	3	5.4	5.6	5.6
	2	4	7.1	7.4	13.0
	3	30	53.6	55.6	68.5
	4	15	26.8	27.8	96.3
	5	2	3.6	3.7	100.0
	Total	54	96.4	100.0	
Missing	System	2	3.6		
Total		56	100.0		

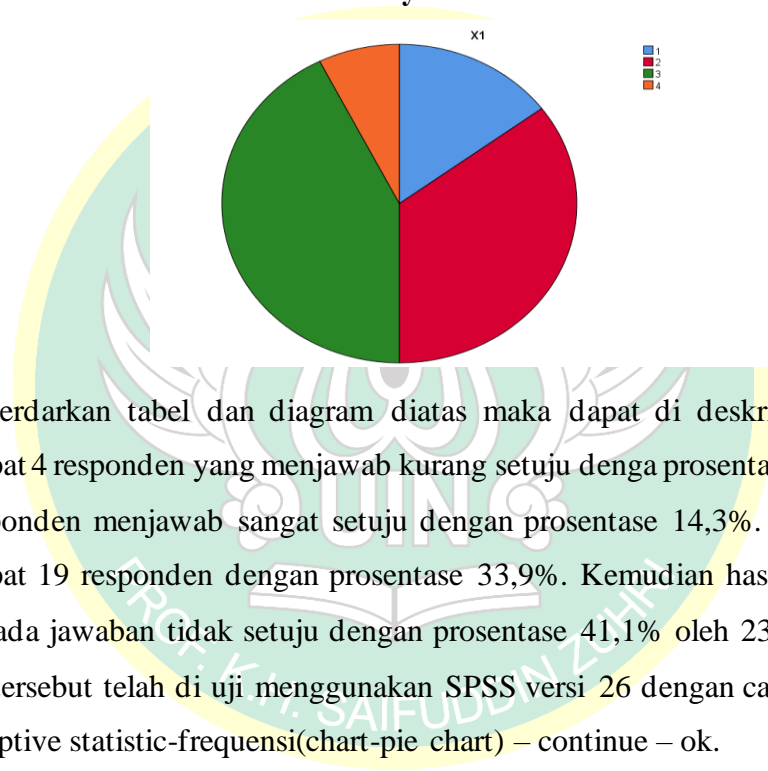
Gambar 12.44 “Saya suka menemukan hal-hal baru”

Berdasarkan tabel dan diagram diatas maka dapat di deskripsikan bahwa jawaban terkecil memiliki 3 responden dengan prosentase 5,4% dan jawaban kedua terdapat 4 responden dengan prosentase 7,1%. kemudian jawaban ketiga memiliki prosentase 26,8% yaitu ada 15 responden. Dan jawaban terbanyak terdapat 30 responden yaitu 53,6%. hasil tersebut telah di uji menggunakan SPSS versi 26 dengan cara Analyze-descriptive statistic-frekuensi(chart-pie chart) – continue – ok.

Sehingga peneliti dapat menarik kesimpulan bahwa siswa kelas XI disekolah tersebut tidak setuju dengan pernyataan yang diajukan peneliti.

Tabel 12.45 “Saya selalu mencoba menerima”

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	8	14.3	14.8	14.8
	2	19	33.9	35.2	50.0
	3	23	41.1	42.6	92.6
	4	4	7.1	7.4	100.0
	Total	54	96.4	100.0	
Missing	System	2	3.6		
Total		56	100.0		

Gambar 12.45 “Saya selalu mencoba menerima”

Berdasarkan tabel dan diagram diatas maka dapat di deskripsikan jika terdapat 4 responden yang menjawab kurang setuju dengan prosentase 7,1% dan 8 responden menjawab sangat setuju dengan prosentase 14,3%. hasil ketiga terdapat 19 responden dengan prosentase 33,9%. Kemudian hasil terbanyak ada pada jawaban tidak setuju dengan prosentase 41,1% oleh 23 responden. hasil tersebut telah di uji menggunakan SPSS versi 26 dengan cara Analyze-descriptive statistic-frekuensi(chart-pie chart) – continue – ok.

Dengan demikian peneliti dapat menarik kesimpulan jika tidak setuju memiliki prosentase jawaban terbanyak oleh siswa kelas XI disekolah tersebut. hal itu menunjukkan jika siswa kelas XI memiliki sikap yang dapat mendorong perubahan sosial terhadap dirinya kepada lingkungan sekitar.

Tabel 12.46 “Saya selalu menghamburkan uang untuk bermain game online”

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	39	69.6	72.2	72.2
	2	14	25.0	25.9	98.1
	4	1	1.8	1.9	100.0
	Total	54	96.4	100.0	
Missing	System	2	3.6		
Total		56	100.0		

Gambar 12.46 “Saya selalu menghamburkan uang untuk bermain game online”

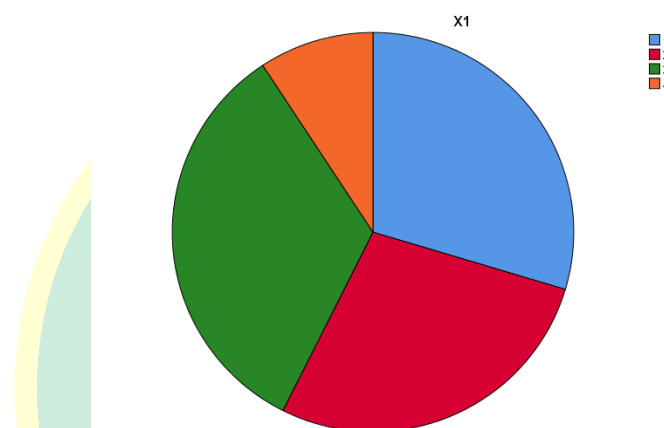


Berdasarkan tabel dan diagram diatas maka dapat di deskripsikan jika hasil terkecil terdapat 1 responden atau setara dengan 1,8%. dan hasil kedua terdapat 14 responden yang menjawab setuju dengan prosentase 25,0%. kemudian hasil terakhir dengan jawaban sangat setuju ada 39 responden dengan prosentase 69,6%. hasil tersebut telah di uji menggunakan SPSS versi 26 dengan cara Analyze-descriptive statistic-frekuensi(chart-pie chart) – continue – ok.

Jadi hasil diatas maka peneliti dapat menarik kesimpulan jika rata-rata siswa kelas XI selalu menghamburkan uang untuk bermain game online.

Tabel 12.47 “Saya tidak sadar sering menghamburkan uang”

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	16	28.6	29.6	29.6
	2	15	26.8	27.8	57.4
	3	18	32.1	33.3	90.7
	4	5	8.9	9.3	100.0
	Total	54	96.4	100.0	
Missing	System	2	3.6		
Total		56	100.0		

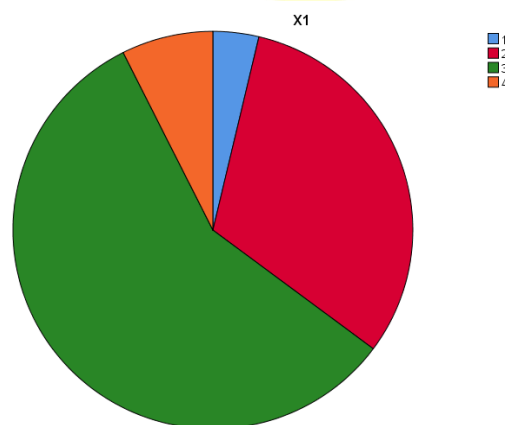
Gambar 12.47 “Saya tidak sadar sering menghamburkan uang”

Berdasarkan tabel dan diagram diatas maka dapat di deskripsikan jika jawaban kurang setuju terdapat 5 responden dengan prosentase 8,9%. dan jawaban kedua terdapat 15 responden dengan jawaban setuju atau setara dengan 26,8%. kemudian ada hasil ketiga yaitu terdapat 16 responden dengan prosentase 28,6%. dan hasil terbanyak dengan jawaban tidak setuju terdapat 18 responden atau setara dengan 32,1%. hasil tersebut telah di uji menggunakan SPSS versi 26 dengan cara Analyze-descriptive statistic-frekuensi(chart-pie chart) – continue – ok.

Dari hasil diatas maka dapat dideskripsikan jika siswa kelas XI disekolah tersebut tidak sadar sering menghamburkan uangkan untuk bermain game online hal tersebut merupakan kebiasaan buruk karena dapat menjadikan individu tersebut boros.

Tabel 12.48 “Saya selalu mencoba”

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	2	3.6	3.7	3.7
	2	17	30.4	31.5	35.2
	3	31	55.4	57.4	92.6
	4	4	7.1	7.4	100.0
	Total	54	96.4	100.0	
Missing	System	2	3.6		
Total		56	100.0		

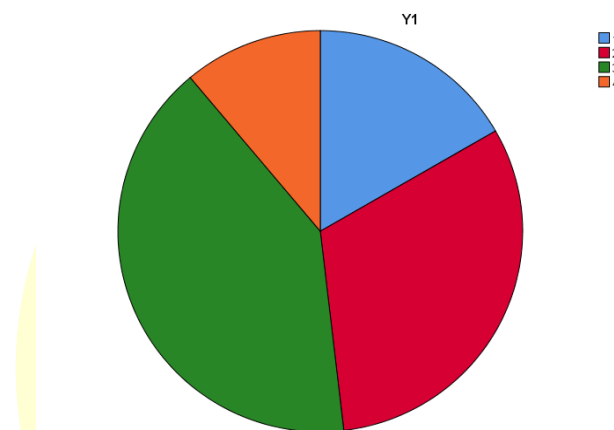
Gambar 12.48 “Saya selalu mencoba”

Berdasarkan tabel dan diagram diatas maka dideskripsikan jika jawaban terkecil terdapat 2 respondenden dengan jawaban 3,6% dan jawaban kedua terdapat 4 responden atau setara dengan 7,1%. kemudian dengan jawaban setuju terdapat 17 responden atau setara dengan 30,4%. dan hasil terbanyak terdapat 31 responden dengan jawaban tidak setuju atau setara dengan 55,4%. hasil tersebut telah di uji menggunakan SPSS versi 26 dengan cara Analyze-descriptive statistic-frekuensi(chart-pie chart) – continue – ok.

Dari hasil diatas maka peneliti dapat menarik kesimpulan jika siswa kelas XI disekolah tersebut tidak setuju dengan pernyataan yang diajukan oleh peneliti.

Tabel 12.49 “Saya selalu berteman dengan orang-orang pintar”

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	9	16.1	16.7	16.7
	2	17	30.4	31.5	48.1
	3	22	39.3	40.7	88.9
	4	6	10.7	11.1	100.0
	Total	54	96.4	100.0	
Missing	System	2	3.6		
Total		56	100.0		

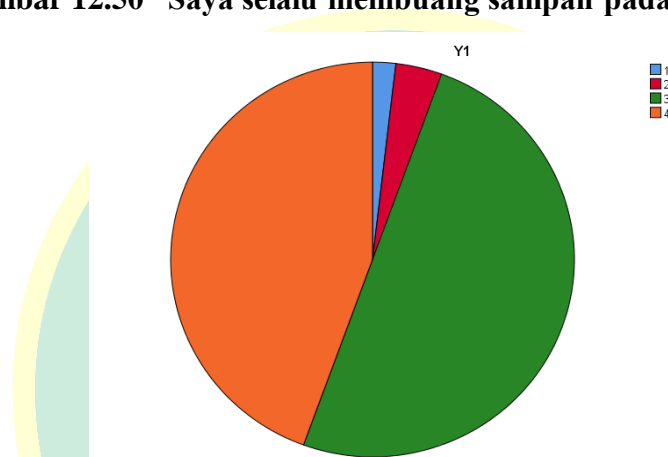
Gambar 12.49 “Saya selalu berteman dengan orang-orang pintar”

Berdasarkan tabel dan diagram diatas maka dapat di deskripsikan jika hasil terkecil memiliki 6 responden dengan prosentase 10,7%. kemudian hasil kedua terdapat 9 responden atau setara dengan 16,1%. dan hasil ketiga dengan jawaban tidak setuju terdapat 22 responden atau 39,3%. dan hasil terbanyak dengan jawaban setuju terdapat 17 responden atau setara dengan 30,4%. hasil tersebut telah di uji menggunakan SPSS versi 26 dengan cara Analyze-descriptive statistic-frekuensi(chart-pie chart) – continue – ok.

Dari hasil diatas maka peneliti dapat menarik kesimpulan jika hasil tidak setuju memiliki prosentase terbanyak dari jawaban yang diajukan oleh peneliti.

Tabel 12.50 “Saya selalu membuang sampah pada tempatnya”

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	1	1.8	1.9	1.9
	2	2	3.6	3.7	5.6
	3	27	48.2	50.0	55.6
	4	24	42.9	44.4	100.0
	Total	54	96.4	100.0	
Missing	System	2	3.6		
Total		56	100.0		

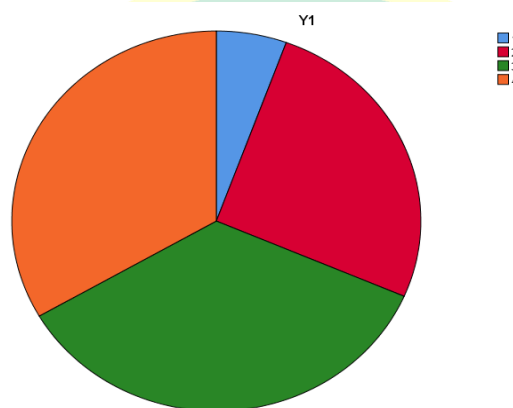
Gambar 12.50 “Saya selalu membuang sampah pada tempatnya”

Berdasarkan tabel dan diagram diatas maka dapat di deskripsikan jika hasil terkecil dengan jawaban sangat setuju memperoleh 1 responden atau setara dengan 1,8%. dan hasil kedua dengan jawaban setuju memiliki 2 responden atau setara dengan 3,6%. kemudian hasil ketiga memiliki 24 responden atau setara dengan 42,9% dan hasil terakhir dengan jawaban tidak setuju memiliki 27responden atau setara dengan 48,2% hasil tersebut telah di uji menggunakan SPSS versi 26 dengan cara Analyze-descriptive statistic-frekuensi(chart-pie chart) – continue – ok.

Dari hasil diatas maka dapat di deskripsikan jika jawaban siswa kelas XI dari sekolah tersebut tidak setuju dengan pernyataan yang diajukan oleh peneliti.

Tabel 12.51 “Saya selalu tidak enakan terhadap orang lain”

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	3	5.4	5.6	5.6
	2	14	25.0	25.9	31.5
	3	19	33.9	35.2	66.7
	4	18	32.1	33.3	100.0
	Total	54	96.4	100.0	
Missing	System	2	3.6		
Total		56	100.0		

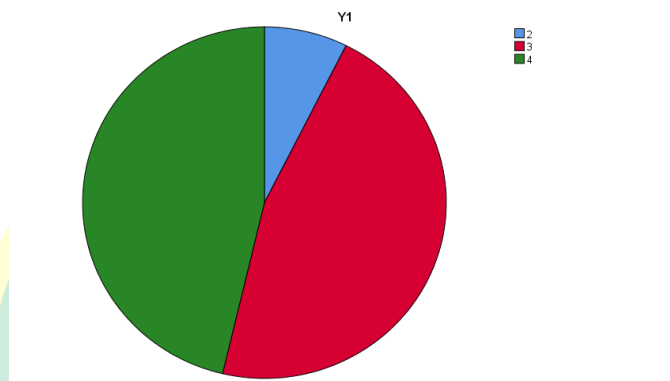
Gambar 12.51 “Saya selalu tidak enakan terhadap orang lain”

Berdasarkan tabel dan diagram diatas maka dapat di deskripsikan jika hasil terkecil terdapat 3 responden yang menjawab sangat setuju atau 5,4%. dan hasil kedua terdapat 14 responden yang menjawab setuju atau setara dengan 25,4%. kemudian ada hasil ketiga dengan 18 responden atau setara dengan 32,1%. dan prosentase terbanyak memiliki 19 responden dari jawaban kurang setuju atau jika diprosentasikan yaitu 33,9%. hasil tersebut telah di uji menggunakan SPSS versi 26 dengan cara Analyze-descriptive statistic-frekuensi(chart-pie chart) – continue – ok.

Dari hasil diatas maka peneliti dapat menarik kesimpulan jika siswa kelas XI dominan menjawab tidak setuju dengan pernyataan yang diajukan peneliti.

Tabel 12.52 “Saya selalu patuh norma dan agama”

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	2	4	7.1	7.4	7.4
	3	25	44.6	46.3	53.7
	4	25	44.6	46.3	100.0
	Total	54	96.4	100.0	
Missing	System	2	3.6		
Total		56	100.0		

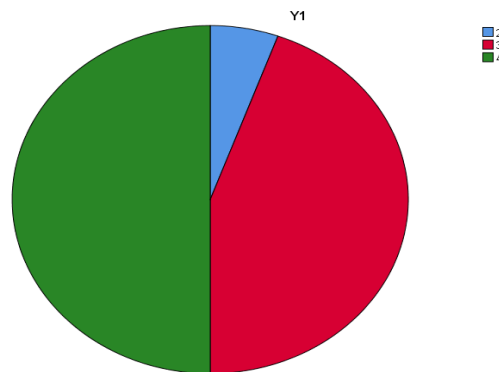
Gambar 12.52 “Saya selalu patuh norma dan agama”

Berdasarkan tabel dan diagram diatas maka dapat di deskripsikan jika jawaban terkecil memiliki 4 responden atau setara dengan 7,1% kemudian hasil kedua dan ketiga memiliki jawaban yang sama yaitu 25 responden dengan prosentase 44,6%. hasil tersebut telah di uji menggunakan SPSS versi 26 dengan cara Analyze-descriptive statistic-frekuensi(chart-pie chart) – continue – ok.

Dari hasil diatas maka peneliti dapat menarik kesimpulan jika siswa kelas XI disekolah tersebut memiliki pandangan yang berbeda yaitu menjawab setuju dan tidak setuju terhadap pernyataan yang diajukan peneliti.

Tabel 12.53 “Saya tidak suka melihat orang menangis”

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	2	3	5.4	5.6	5.6
	3	24	42.9	44.4	50.0
	4	27	48.2	50.0	100.0
	Total	54	96.4	100.0	
Missing	System	2	3.6		
Total		56	100.0		

Gambar 12.53 “Saya tidak suka melihat orang menangis”

Berdasarkan tabel dan diagram diatas maka dapat dideskripsikan jika hasil terkecil terdapat 3 responden atau setara dengan 5,4%. dan hasil kedua dengan jawaban setuju memiliki 24 responden atau setara dengan 42,9%. dan jawaban tidak setuju memiliki prosentase terbanyak yaitu ada 27 responden atau 48,2%. hasil tersebut telah di uji menggunakan SPSS versi 26 dengan cara Analyze-descriptive statistic-frekuensi(chart-pie chart) – continue – ok.

Dari hasil diatas maka peneliti dapat menarik kesimpulan jika siswa kelas XI tidak setuju dengan pernyataan yang diajukan oleh peneliti.

Tabel 12.54 “Saya tidak suka jika diingatkan”

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	2	3	5.4	5.6	5.6
	3	24	42.9	44.4	50.0
	4	27	48.2	50.0	100.0
	Total	54	96.4	100.0	
Missing	System	2	3.6		
Total		56	100.0		

Gambar 12.54 “Saya tidak suka jika diingatkan”

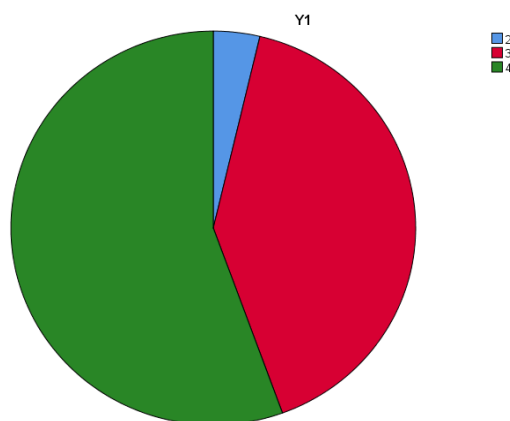
Berdasarkan tabel dan diagram diatas maka dapat dideskripsikan jika hasil terkecil terdapat 3 responden atau setara dengan 5,4%. dan hasil kedua dengan jawaban setuju memiliki 24 responden atau setara dengan 42,9%. dan jawaban tidak setuju memiliki prosentase terbanyak yaitu ada 27 responden atau 48,2%. hasil tersebut telah di uji menggunakan SPSS versi 26 dengan cara Analyze-descriptive statistic-frekuensi(chart-pie chart) – continue – ok.

Dari hasil diatas maka peneliti dapat menarik kesimpulan jika siswa kelas XI tidak setuju dengan pernyataan yang diajukan oleh peneliti.

Tabel 12.55 “Saya berbakti kepada orang tua”

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	2	2	3.6	3.7	3.7
	3	22	39.3	40.7	44.4
	4	30	53.6	55.6	100.0
	Total	54	96.4	100.0	
Missing	System	2	3.6		
Total		56	100.0		

Gambar 12.55 “Saya Saya berbakti kepada orang tua”

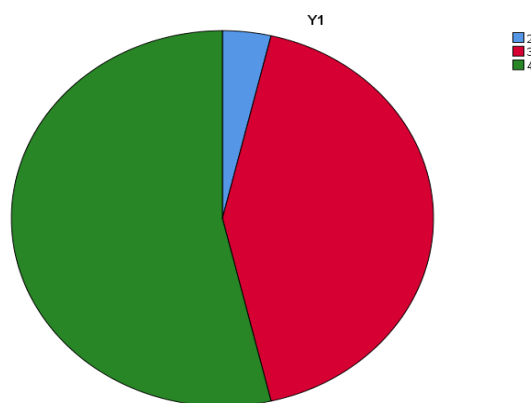


Berdasarkan tabel dan diagram diatas maka dapat di deskripsikan jika hasil terkecil menjawab sangat setuju yaitu ada 2 responden atau setara dengan 3,6%. dan hasil kedua menjawab setuju ada 22 responden atau setara dengan 39,3%. kemudian hasil terbanyak dengan jawaban tidak setuju terdapat 30 responden atau setara dengan 53,6%. hasil tersebut telah di uji menggunakan SPSS versi 26 dengan cara Analyze-descriptive statistic-frekuensi(chart-pie chart) – continue – ok.

Dari hasil diatas maka peneliti dapat menarik kesimpulan jika siswa kelas XI disekolah tersebut menjawab tidak setuju dengan pernyataan yang diajukan oleh peneliti

Tabel 12.56 “Saya suka menolong orang lain”

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	2	2	3.6	3.7	3.7
	3	23	41.1	42.6	46.3
	4	29	51.8	53.7	100.0
	Total	54	96.4	100.0	
Missing	System	2	3.6		
Total		56	100.0		

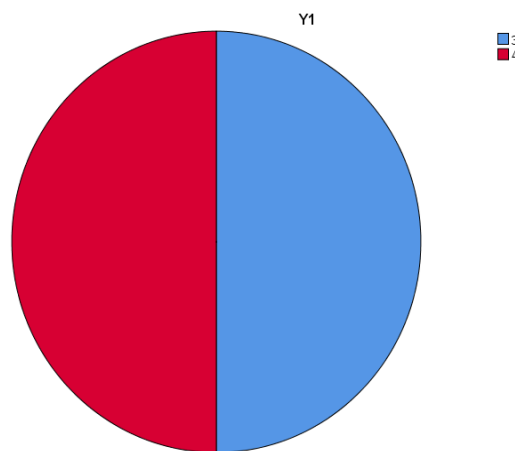
Gambar 12.56 “Saya suka menolong orang lain”

Berdasarkan tabel dan diagram diatas maka dapat di deskripsikan jika jawaban terkecil terdapat 2 responden yang menjawab sangat setuju atau setara dengan 3,6%. dan hasil kedua dengan jawaban setuju ada 23 responden atau setara dengan 41,1%. dan hasil terbesar dengan jawaban tidak setuju ada 29 responden atau setara dengan 51,8%. hasil tersebut telah di uji menggunakan SPSS versi 26 dengan cara Analyze-descriptive statistic-frekuensi(chart-pie chart) – continue – ok.

Dari hasil diatas maka peneliti dapat menarik kesimpulan jika siswa kela XI disekolah tersebut tidak setuju dengan pernyataan yang diajukan oleh peneliti.

Tabel 12.57 “Saya berteman dengan baik”

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	3	27	48.2	50.0	50.0
	4	27	48.2	50.0	100.0
	Total	54	96.4	100.0	
Missing	System	2	3.6		
Total		56	100.0		

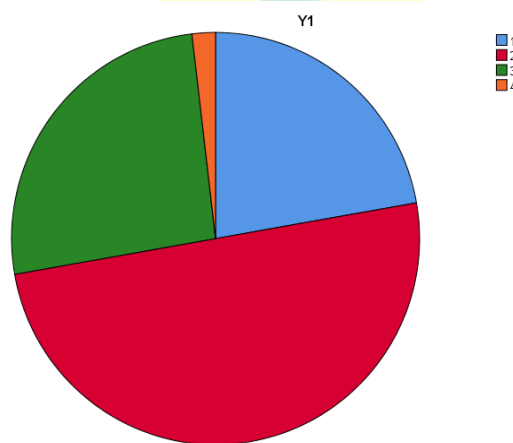
Gambar 12.57 “Saya berteman dengan baik”

Berdasarkan tabel dan diagram diatas maka dapat dideskripsikan jika jawaban sangat setuju dan setuju memiliki nilai keseimbangan dimana memperoleh 27 responden dan 48,2% untuk masing-masing jawaban. hasil tersebut telah di uji menggunakan SPSS versi 26 dengan cara Analyze-descriptive statistic-frekuensi(chart-pie chart) – continue – ok.

Dari hasil diatas maka peneliti dapat menarik kesimpulan jika siswa kelas XI disekolah tersebut memiliki pendapat yang hampir sama. yaitu setuju dan sangat setuju keduanya memiliki nilai positif yang sama.

Tabel 12.58 “Saya sulit berkonsentrasi”

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	12	21.4	22.2	22.2
	2	27	48.2	50.0	72.2
	3	14	25.0	25.9	98.1
	4	1	1.8	1.9	100.0
	Total	54	96.4	100.0	
Missing	System	2	3.6		
Total		56	100.0		

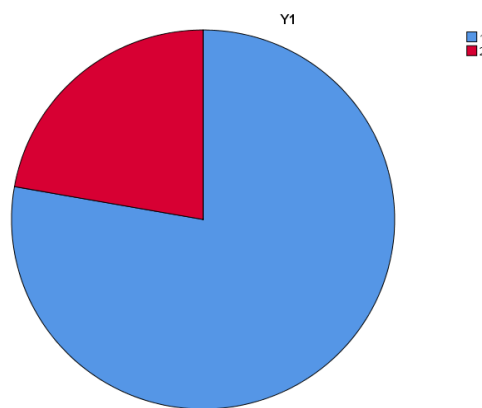
Gambar 12.58 “Saya sulit berkonsentrasi”

Berdasarkan tabel dan diagram diatas maka dapat di deskripsika jika hasil terkecil terdapat 1 responden atau setara dengan 1,8% dan hasil kedua dengan jawaban sangat setuju ada 12 responden atau setara dengan 21,4% dan hasil ketiga dengan jawaban tidak setuju ada 14 responden dengan prosentase 25,0%. dan jawaban terbanyak memiliki 27 responden atau 48,2%. hasil tersebut telah di uji menggunakan SPSS versi 26 dengan cara Analyze-descriptive statistic-frekuensi(chart-pie chart) – continue – ok.

Jadi hasil diatas maka peneliti dapat menarik kesimpulan bahwa jawaban setuju mendapat respon terbanyak dari siswa kelas XI disekolah tersebut.

Tabel 12.59“Saya sering melakukan kekerasan”

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	42	75.0	77.8	77.8
	2	12	21.4	22.2	100.0
	Total	54	96.4	100.0	
Missing	System	2	3.6		
Total		56	100.0		

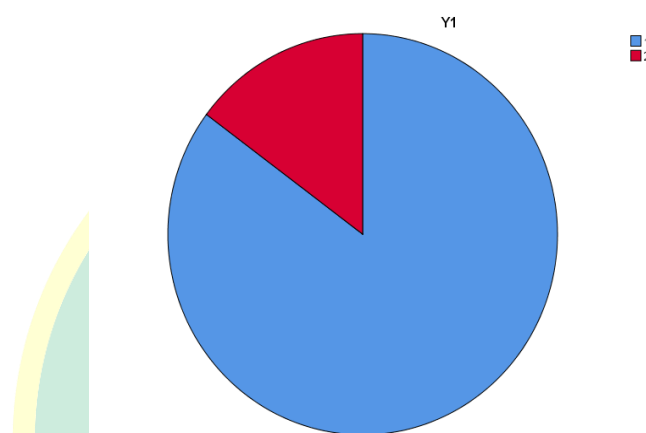
Gambar 12.59 “Saya sering melakukan kekerasan”

Berdasarkan tabel dan diagram diatas maka dapat di deskripsikan jika jawaban setuju memiliki 12 responden atau setara dengan 21,4% dan hasil kedua dengan jawaban sangat setuju memiliki jawaban terbanyak yaitu 42 responden atau setara dengan 75,0%. hasil tersebut telah di uji menggunakan SPSS versi 26 dengan cara Analyze-descriptive statistic-frekuensi(chart-pie chart) – continue – ok.

sehingga peneliti dapat menarik kesimpulan jika siswa kelas XI disekolah tersebut menyetujui dengan pernyataan yang diajukan oleh peneliti.

Tabel 12.60 “Saya suka berbuat onar”

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	46	82.1	85.2	85.2
	2	8	14.3	14.8	100.0
	Total	54	96.4	100.0	
Missing	System	2	3.6		
Total		56	100.0		

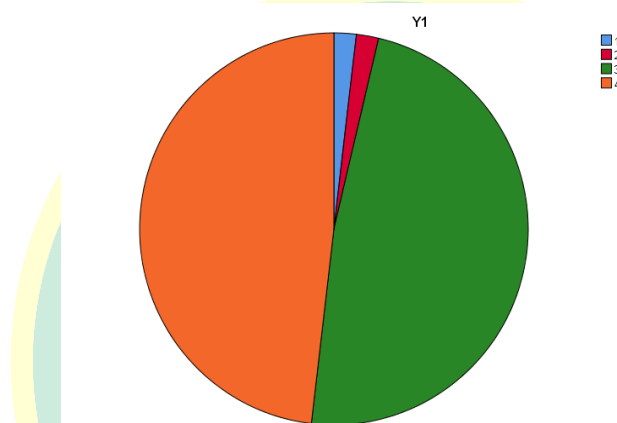
Gambar 12.61 “Saya suka berbuat onar”

Berdasarkan tabel dan diagram diatas maka dapat dideskripsikan jika hasil pertama dengan jawaban setuju memiliki 8 responden atau setara dengan 14,3% dan hasil kedua memiliki 46 responden atau setara dengan 82,1%. hasil tersebut telah di uji menggunakan SPSS versi 26 dengan cara Analyze-descriptive statistic-frekuensi(chart-pie chart) – continue – ok.

Dari hasil diatas maka peneliti dapat menarik kesimpulan jika jawaban sangat setuju memperoleh prosentase terbanyak dari siswa kelas XI.

Tabel 12.61 “Saya suka menolong orang lain”

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	1	1.8	1.9	1.9
	2	1	1.8	1.9	3.7
	3	26	46.4	48.1	51.9
	4	26	46.4	48.1	100.0
	Total	54	96.4	100.0	
Missing	System	2	3.6		
Total		56	100.0		

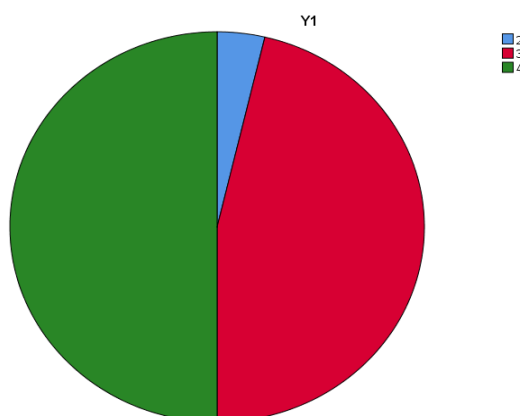
Gambar 12.61 “Saya suka menolong orang lain”

Berdasarkan tabel dan diagram diatas maka dapat dideskripsikan jika hasil kesatu dan kedua memiliki jawaban yang sama yaitu 1 responden dengan prosentase 1,8% dan hasil ketiga dan ke empat memiliki jawaban yang sama pula yaitu 26 responden atau setara dengan 46,4% hasil tersebut telah di uji menggunakan SPSS versi 26 dengan cara Analyze-descriptive statistic-frekuensi(chart-pie chart) – continue – ok.

Sehingga peneliti dapat menarik kesimpulan jika pernyataan yang diajukan oleh peneliti memiliki hasil yang seimbang.

Tabel 12.62 “Saya suka memberi dukungan kepada orang lain”

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	2	2	3.6	3.7	3.7
	3	25	44.6	46.3	50.0
	4	27	48.2	50.0	100.0
	Total	54	96.4	100.0	
Missing	System	2	3.6		
Total		56	100.0		

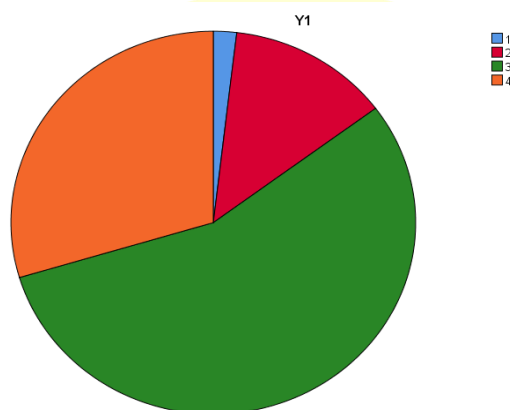
Gambar 12.62 “Saya suka memberi dukungan kepada orang lain”

Berdasarkan tabel dan diagram diatas maka dapat dideskripsikan jika hasil terkecil diperoleh 2 responden dengan prosentase 3,6% dan hasil kedua dengan jawaban setuju memiliki 25 responden yaitu 44,6% dan hasil ketiga memiliki 27 responden atau setara dengan 48,2%. hasil tersebut telah di uji menggunakan SPSS versi 26 dengan cara Analyze-descriptive statistic-frekuensi(chart-pie chart) – continue – ok.

Sehingga peneliti dapat menarik kesimpulan jika jawaban tidak setuju memiliki prosentase terbanyak dari siswa kelas XI disekolah tersebut.

Tabel 12.63 “Saya suka membawakan belanjaan ibu”

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	1	1.8	1.9	1.9
	2	7	12.5	13.0	14.8
	3	30	53.6	55.6	70.4
	4	16	28.6	29.6	100.0
	Total	54	96.4	100.0	
Missing	System	2	3.6		
Total		56	100.0		

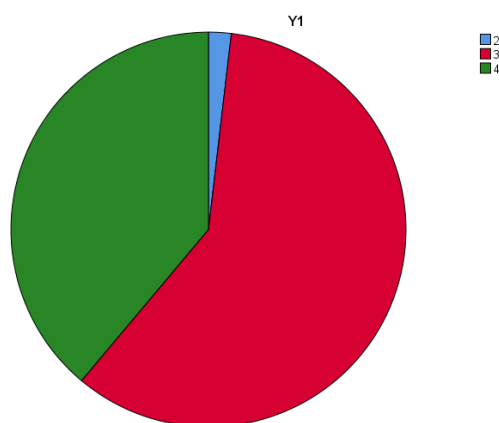
Gambar 12.63 “Saya suka membawakan belanjaan ibu”

Berdasarkan tabel dan diagram diatas maka dapat dideskripsikan jika jawaban terkecil terdapat 1 responden atau setara dengan 1,8%. dan jawaban kedua memiliki 7 responden dengan prosentase 12,5% dan hasil ketiga memiliki 16 responden dengan prosentase 28,6% kemudian hasil terakhir memiliki 30 responden dengan jawaban tidak setuju yaitu 53,6% hasil tersebut telah di uji menggunakan SPSS versi 26 dengan cara Analyze-descriptive statistic-frekuensi(chart-pie chart) – continue – ok.

Sehingga peneliti dapat menarik kesimpulan jika tidak setuju memiliki prosentase terbanyak dari siswa kelas XI

Tabel 12.64 “Saya selalu memberikan pujian yang baik”

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	2	1	1.8	1.9	1.9
	3	32	57.1	59.3	61.1
	4	21	37.5	38.9	100.0
	Total	54	96.4	100.0	
Missing	System	2	3.6		
Total		56	100.0		

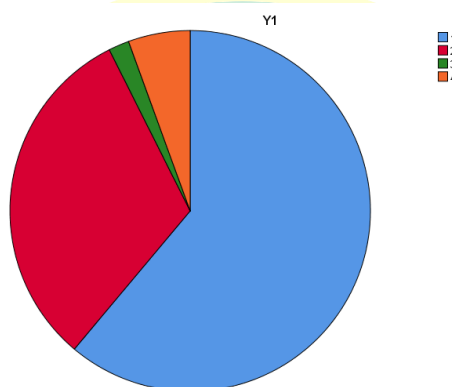
Gambar 12.64 “Saya selalu memberikan pujian yang baik”

Berdasarkan tabel dan diagram diatas maka dapat dideskripsikan jika hasil terkecil memiliki 1 responden atau setara dengan 1,8%. dan hasil kedua dari jawaban tidak setuju memiliki 21 responden atau setara dengan 37,5% dan hasil ketiga memiliki 32 responden atau 57,1% dengan jawaban setuju hasil tersebut telah di uji menggunakan SPSS versi 26 dengan cara Analyze-descriptive statistic-frekuensi(chart-pie chart) – continue – ok.

Sehingga peneliti dapat menarik kesimpulan jika jawaban dari siswa kelas XI setuju dengan pernyataan yang diajukan oleh peneliti.

Tabel 12.65 “Saya tidak suka melihat orang lain Bahagia”

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	33	58.9	61.1	61.1
	2	17	30.4	31.5	92.6
	3	1	1.8	1.9	94.4
	4	3	5.4	5.6	100.0
	Total	54	96.4	100.0	
Missing	System	2	3.6		
Total		56	100.0		

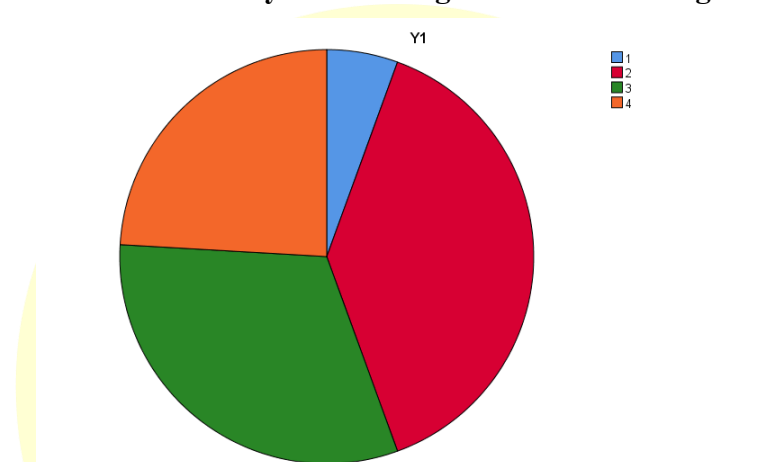
Gambar 12.65 “Saya tidak suka melihat orang lain Bahagia”

Berdasarkan tabel dan diagram diatas maka dapat dideskripsikan jika hasil terkecil memiliki 1 responden dengan prosentase 1,8% dan hasil kedua dari jawaban kurang setuju memiliki 3 responden atau setara dengan 5,4% dan hasil ke tiga dari jawaban setuju memiliki 17 responden atau setara dengan 30,4%. kemudian hasil terbanyak dari jawaban sangat setuju memiliki 33 responden atau setara dengan 58,9% hasil tersebut telah di uji menggunakan SPSS versi 26 dengan cara Analyze-descriptive statistic-frekuensi(chart-pie chart) – continue – ok.

Dari hasil diatas maka peneliti dapat menarik kesimpulan jika siswa kelas XI disekolah tersebut sangat setuju dengan pernyataan yang diajukan oleh peneliti. dan siswa kelas XI memiliki tingkat hubungan yang baik terhadap teman dekatnya karena senang jika salah satu diantara mereka Bahagia.

Tabel 12.66 “Saya mudah ingat kesalahan orang lain”

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	3	5.4	5.6	5.6
	2	21	37.5	38.9	44.4
	3	17	30.4	31.5	75.9
	4	13	23.2	24.1	100.0
	Total	54	96.4	100.0	
Missing	System	2	3.6		
Total		56	100.0		

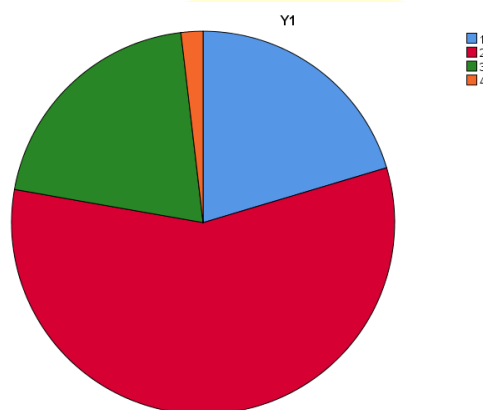
Gambar 12.66 “Saya mudah ingat kesalahan orang lain”

Berdasarkan tabel dan diagram diatas maka dapat dideskripsikan jika hasil terkecil dengan jawaban sangat setuju memiliki 3 responden atau setara dengan 5,4%. dan hasil kedua memiliki 13 responden atau setara dengan 23,2%. kemudian hasil ketiga dengan jawaban tidak setuju memiliki 17 responden atau setara dengan 30,2%. dan jawaban setuju memiliki 21 responden atau setara dengan 37,5%. hasil tersebut telah di uji menggunakan SPSS versi 26 dengan cara Analyze-descriptive statistic-frekuensi(chart-pie chart) – continue – ok.

Dari hasil diatas maka peneliti dapat menarik kesimpulan jika hasil terbanyak diperoleh jawaban setuju dari siswa kelas XI disekolah tersebut.

Tabel 12.67 “Saya suka mengkritik orang”

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	11	19.6	20.4	20.4
	2	31	55.4	57.4	77.8
	3	11	19.6	20.4	98.1
	4	1	1.8	1.9	100.0
	Total	54	96.4	100.0	
Missing	System	2	3.6		
Total		56	100.0		

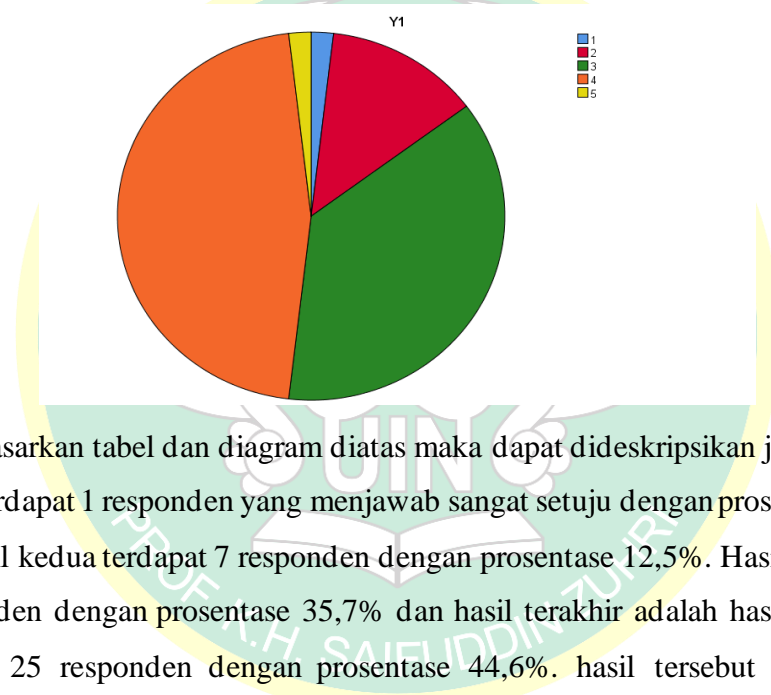
Gambar 12.67 “Saya suka mengkritik orang”

Berdasarkan tabel dan diagram diatas maka dapat dideskripsikan jika jawaban kurang setuju terdapat 1 responden atau setara dengan 1,8%. jawaban sangat setuju dan tidak setuju memiliki hasil yang sama yaitu 11 responden atau setara dengan 19,6%. dan hasil terbanyak memiliki 31 responden atau setara dengan 55,4%. hasil tersebut telah di uji menggunakan SPSS versi 26 dengan cara Analyze-descriptive statistic-frekuensi(chart-pie chart) – continue – ok.

Dari hasil diatas maka peneliti dapat menarik kesimpulan jika siswa kelas XI banyak yang menjawab setuju dengan pernyataan yang diajukan oleh peneliti.

Tabel 12.68 “Saya selalu peduli terhadap orang lain”

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	1	1.8	1.9	1.9
	2	7	12.5	13.0	14.8
	3	20	35.7	37.0	51.9
	4	25	44.6	46.3	98.1
	5	1	1.8	1.9	100.0
	Total	54	96.4	100.0	
Missing	System	2	3.6		
Total		56	100.0		

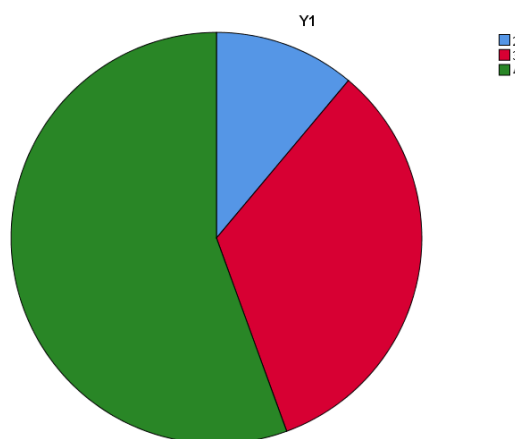
Gambar 12.68 “Saya selalu peduli terhadap orang lain”

Berdasarkan tabel dan diagram diatas maka dapat dideskripsikan jika jawaban terkecil terdapat 1 responden yang menjawab sangat setuju dengan prosentase 1,8% untuk hasil kedua terdapat 7 responden dengan prosentase 12,5%. Hasil ketiga ada 20 responden dengan prosentase 35,7% dan hasil terakhir adalah hasil terbanyak yaitu ada 25 responden dengan prosentase 44,6%. hasil tersebut telah di uji menggunakan SPSS versi 26 dengan cara Analyze-descriptive statistic-frekuensi(chart-pie chart) – continue – ok.

Dari hasil diatas maka dapat dideskripsikan jika siswa kelas XI hampir rata-rata menjawab kurang setuju dengan pernyataan yang diajukan peneliti.

Tabel 12.69 “Saya selalu memikirkan perasaan orang lain”

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	2	6	10.7	11.1	11.1
	3	18	32.1	33.3	44.4
	4	30	53.6	55.6	100.0
	Total	54	96.4	100.0	
Missing	System	2	3.6		
Total		56	100.0		

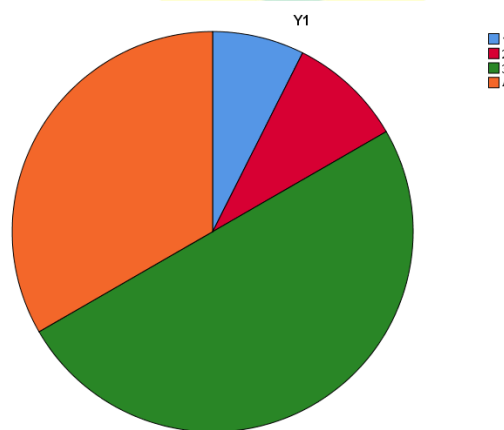
Gambar 12.69 “Saya selalu memikirkan perasaan orang lain”

Berdasarkan tabel dan diagram diatas maka dapat di deskripsikan bahwa 6 responden menjawab sangat setuju dengan prosentase 10,7% dan hasil kedua terdapat 18 responden menjawab setuju dengan prosentase 32,1%. dan hasil terbanyak terdapat 30 responden atau setara dengan 53,6%. hasil tersebut telah di uji menggunakan SPSS versi 26 dengan cara Analyze-descriptive statistic-frekuensi(chart-pie chart) – continue – ok.

kemudian peneliti menarik kesimpulan bahwa kebanyakan dari siswa kelas XI di sekolah tersebut memiliki tingkat respect yang tinggi terhadap sesama dan dapat memahami lingkungannya.

Tabel 12.70 “Saya selalu menjadi tempat curhat orang lain”

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	4	7.1	7.4	7.4
	2	5	8.9	9.3	16.7
	3	27	48.2	50.0	66.7
	4	18	32.1	33.3	100.0
	Total	54	96.4	100.0	
Missing	System	2	3.6		
Total		56	100.0		

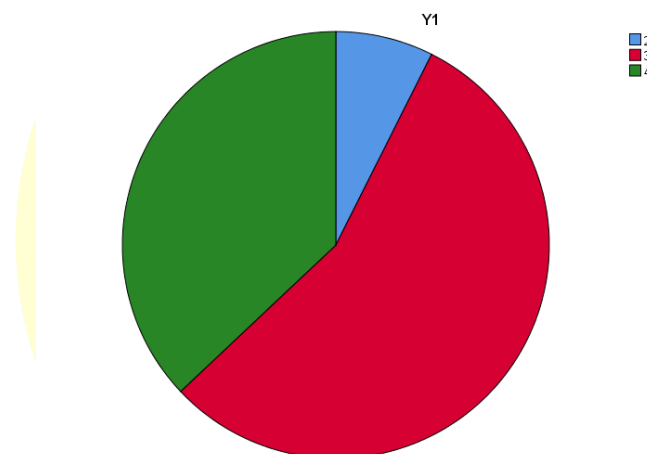
Gambar 12.70 “Saya selalu menjadi tempat curhat orang lain”

Berdasarkan tabel dan diagram diatas maka dapat dideskripsikan jika hasil terkecil terdapat 4 responden atau setara dengan 7,1%. dan hasil kedua terdapat 5 responden yang menjawab sangat setuju jika diprosentasikan adalah 8,9%. kemudian jawaban ketiga terdapat 18 responden yang menjawab kurang setuju dengan prosentase 32,1%. Dan hasil terbanyak yang menjawab tidak setuju ada 27 responden atau setara dengan 48,2%. hasil tersebut telah di uji menggunakan SPSS versi 26 dengan cara Analyze-descriptive statistic-frekuensi(chart-pie chart) – continue – ok.

Dari hasil diatas maka peneliti dapat menarik kesimpulan bahwa siswa kelas XI memilih tidak setuju untuk pernyataan yang diajukan oleh peneliti.

Tabel 12.71 “Saya selalu menjadi pendengar yang baik”

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	2	4	7.1	7.4	7.4
	3	30	53.6	55.6	63.0
	4	20	35.7	37.0	100.0
	Total	54	96.4	100.0	
Missing	System	2	3.6		
Total		56	100.0		

Gambar 12.71 “Saya selalu menjadi pendengar yang baik”

Berdasarkan tabel dan diagram diatas dapat di deskripsikan bahwa jawaban sangat setuju memperoleh 4 responden atau setara dengan 7,1%. dan jawaban setuju terdapat 20 responden atau setara dengan 35,7%. dan hasil terbanyak terdapat 30 responden atau setara dengan 53,6%. hasil tersebut telah di uji menggunakan SPSS versi 26 dengan cara Analyze-descriptive statistic-frekuensi(chart-pie chart) – continue – ok.

sehingga peneliti dapat menarik kesimpulan jika rata-rata siswa kelas XI mempunyai tingkat kepekaan yang tinggi terhadap sesama dengan hasil setuju.

Tabel 12.72 “Saya tidak suka mendengarkan orang lain”

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	34	60.7	63.0	63.0
	2	17	30.4	31.5	94.4
	3	2	3.6	3.7	98.1
	4	1	1.8	1.9	100.0
	Total	54	96.4	100.0	
Missing	System	2	3.6		
Total		56	100.0		

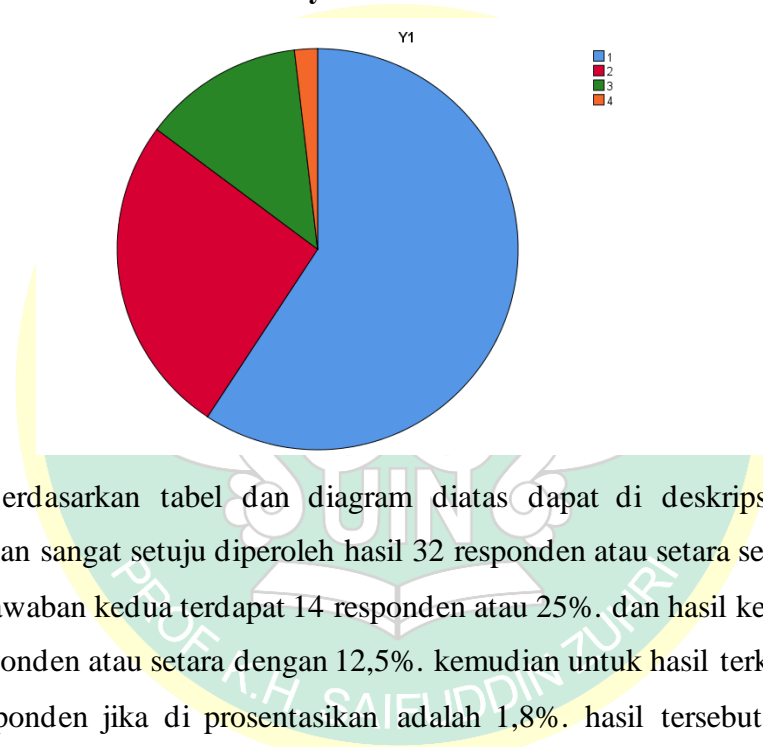
Gambar 12.72 “Saya tidak suka mendengarkan orang lain”

Berdasarkan tabel dan diagram diatas maka dapat di deskripsikan jika hasil terkecil dengan jawaban kurang setuju terdapat 1 responden atau setara dengan 1,8%. dan hasil kedua dengan jawaban tidak setuju terdapat 2 responden atau 3,8%. kemudian hasil ketiga dengan jawaban setuju terdapat 17 responden atau setara dengan 30,4%. dan hasil terbanyak dengan jawaban sangat setuju terdapat 34 responden atau 60,7%. hasil tersebut telah di uji menggunakan SPSS versi 26 dengan cara Analyze-descriptive statistic-frekuensi(chart-pie chart) – continue - ok

Dari hasil diatas maka dapat ditarik kesimpulan jika siswa kelas XI sangat setuju dengan pernyataan yang diajukan oleh peneliti.

Tabel 12.73 “Saya tidak suka makan Bersama”

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	32	57.1	59.3	59.3
	2	14	25.0	25.9	85.2
	3	7	12.5	13.0	98.1
	4	1	1.8	1.9	100.0
	Total	54	96.4	100.0	
Missing	System	2	3.6		
Total		56	100.0		

Gambar 12.73 “Saya tidak suka makan Bersama”

Berdasarkan tabel dan diagram diatas dapat di deskripsikan bahwa jawaban sangat setuju diperoleh hasil 32 responden atau setara sengan 57,1%. dan jawaban kedua terdapat 14 responden atau 25%. dan hasil ketiga terdapat 7 responden atau setara dengan 12,5%. kemudian untuk hasil terkecil terdapat 1 responden jika di prosentasikan adalah 1,8%. hasil tersebut telah di uji menggunakan SPSS versi 26 dengan cara Analyze-descriptive statistic-frekuensi(chart-pie chart) – continue – ok.

Berdasarkan hasil diatas maka peneliti dapat menarik kesimpulan jika siswa kelas XI dominan menjawab sangat setuju dengan pernyataan yang dianjurkan peneliti

Tabel 12.74 “Saya selalu marah jika ada yang menegur saya”

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	2	1	1.8	1.9	1.9
	3	32	57.1	59.3	61.1
	4	21	37.5	38.9	100.0
	Total	54	96.4	100.0	
Missing	System	2	3.6		
Total		56	100.0		

Gambar 12.74 “Saya selalu marah jika ada yang menegur saya”



Berdasarkan tabel dan diagram diatas maka dapat dideskripsikan jika hasil terkecil memiliki 1 responden atau setara dengan 1,8%. dan hasil kedua dari jawaban tidak setuju memiliki 21 responden atau setara dengan 37,5% dan hasil ketiga memiliki 32 responden atau 57,1% dengan jawaban setuju hasil tersebut telah di uji menggunakan SPSS versi 26 dengan cara Analyze-descriptive statistic-frekuensi(chart-pie chart) – continue – ok.

Sehingga peneliti dapat menarik kesimpulan jika jawaban dari siswa kelas XI setuju dengan pernyataan yang diajukan oleh peneliti

3. HIPOTESIS

Tabel 13.75 UJI REGRESI LINEAR SEDERHANA

Regresi Linear Sederhana^a						
Model		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	1.508	1	1.508	1.998	.163 ^b
	Residual	39.251	52	.755		
	Total	40.759	53			

a. Dependent Variable: X1

b. Predictors: (Constant), Y1

Berdasarkan tabel di atas, F-number hitung adalah 1,998 dan tingkat signifikansi 0,000 lebih kecil dari 0,05. Dan dapat menggunakan model regresi untuk memprediksi variabel X dan Y. Artinya, ada pengaruh konsep diri terhadap Kesehatan mental pada siswa yang bermain game di MAN 2 BREBES.

4. PEMBAHASAN HASIL PENELITIAN

Tujuan diadakannya angket/questioner yang disebar di MAN 1 BANYUMAS adalah untuk mengetahui adakah pengaruh konsep diri terhadap Kesehatan mental pada siswa yang bermain game online. berdasarkan teori yang tertera di BAB II dapat disebutkan jika konsep diri merupakan sesuatu yang didasari atas apa yang individu itu lakukan. Konsep diri juga membantu individu dalam berinteraksi dengan social.

Berdasarkan hasil analisis data untuk mengetahui adakah pengaruh konsep diri terhadap Kesehatan mental pada siswa yang bermain game online di MAN 2 BREBES yaitu hasilnya adalah terdapat pengaruh dapat dibuktikan dengan hasil uji validasi yang terdapat 52 responden dan hasil dari uji regresi membuktikan jika nilai F hitung yaitu 1.998 dengan jumlah signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$ maka model regresi dapat digunakan untuk memprediksi variabel X dan Y atau bisa dikatakan ada pengaruh konsep diri terhadap Kesehatan mental pada siswa yang bermain game online di MAN 2 BREBES.

Agar senantiasa Kesehatan mental itu bisa terjaga dengan baik maka peran orang tua pun ikut berperan penting dalam tumbuh kembang anak dan harus memiliki hubungan yang baik karena hal itu selian bisa menjadikan keluarga harmonis bisa juga menjaga psikologis anak terhadap sesuatu yang dia lihat dan dia rasakan.



BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh konsep diri terhadap Kesehatan mental pada siswa yang bermain game online di MAN 2 BREBES. Berdasarkan hasil penelitian dan analisis yang dilakukan, kami dapat disimpulkan bahwa hasil keseluruhan dari penelitian ini adalah menunjukan jika ada pengaruh konsep diri terhadap Kesehatan mental pada siswa yang bermain game online di MAN 2 BREBES yang memiliki pengaruh satu dengan yang lain. Dimana hipotesis menunjukan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima. maka dapat disimpulkan bahwa jawaban para siswa MAN 2 BREBES memiliki tingkat pengaruh konsep diri terhadap Kesehatan mental pada siswa yang bermain game online. Hasil dari penelitian ini adalah ada pengaruh antara konsep diri terhadap kesehatan mental pada siswa yang bermain game online di MAN 2 BREBES. Dimana hupotesis menunjukan bahwa H_0 ditolak dan H_a dierima. Sehingga dapat disimpulkan jika hasil uji regresi adalah terdapat nilai F hitung 1.998 dengan tingkat signfikansi sebesar 0,000 kurang dari 0,05 maka model regresi dapat dipakai untuk memprediski variabel X dan Y atau dengan kata lain maka ada pengaruh antara konsep diri terhadap Kesehatan mental pada siswa yang bermain game online

B. Saran

Dengan hasil yang sudah dilakukan dalam penelitian diatas, peneliti mengajukan saran diantaranya

1. Kepada kepala sekolah untuk memberikan layanan edukasi yang dapat membangun siswa untuk paham terkait Kesehatan mental masing-masing siswa. diharapkan dengan adanya edukasi itu dapat menjadi bahan pembelajaran siswa agar tetap waspada menghadapi perkembangan zaman yang kian pesat.

2. Bagi guru Bimbingan dan konseling untuk dijadikan sebagai bahan referensi atau masukan agar dapat meningkatkan layanan antara guru dan siswa sehingga dapat terkontrol dalam setiap kegiatan yang dilakukan siswa baik disekolah maupun diluar sekolah
3. Bagi siswa, bisa menyadari arti penting Kesehatan mental dalam diri masing-masing serta dapat menjadi bahan evaluasi agar tidak mengikuti hal-hal yang tidak baik.
4. Bagi orang tua, dapat mengontrol perkembangan anak dirumah sehingga dapat meminimalisir hal-hal yang kurang baik.
5. Bagi peneliti, untuk penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian sekarang dan dapat menjadi acuan untuk penelitian terdahulu.



DAFTAR PUSTAKA

- Akhmad, P. (2005). Terapi ruqyah sebagai sarana mengobati orang yang tidak sehat mental. *Jurnal Psikologi Islam*, 1(1), 87-96. <http://jpi.api-himpsi.org/index.php/jpi/article/view/21>
- Amanda, R. A. (2016). Pengaruh game online terhadap perubahan perilaku agresif remaja di samarinda. *EJournal Ilmu Komunikasi*, 4(3), 290-304. [https://ejournal.ilkom.fisip-unmul.ac.id/site/wp-content/uploads/2016/08/JURNAL%20RIKA%20AGUSTINA%20AMANDA%20\(08-23-16-12-52-34\).pdf](https://ejournal.ilkom.fisip-unmul.ac.id/site/wp-content/uploads/2016/08/JURNAL%20RIKA%20AGUSTINA%20AMANDA%20(08-23-16-12-52-34).pdf)
- Amiruddin, A. (2019). DAMPAK PENGGUNAAN GAME ONLINE TERHADAP SISWA DI MTs SULEE TUTUE ACEH UTARA. *Kalam: Jurnal Agama Dan Sosial Humaniora*, 7(2). <http://journal.lsamaaceh.com/index.php/kalam/article/view/64/63>
- Andayani, B., & Afiatin, T. (1996). Konsep diri, harga diri, dan kepercayaan diri remaja. *Jurnal Psikologi*, 23(2), 23-30. <https://journal.ugm.ac.id/jpsi/article/view/10046/7554>
- Aprilya, N. Dampak Perceraian Orangtua Terhadap Konsep Diri dan Kesehatan Mental Remaja Madya Di Kabupaten Jember. <https://repository.unej.ac.id/handle/123456789/83390>
- Ardi, A. (2019). "Peran Bimbingan Konseling Islam Mengatasi Kecanduan Game Online. *Ekspose: Jurnal Penelitian Hukum dan Pendidikan*, 18(1), 802-810. <https://www.jurnal.iain-bone.ac.id/index.php/ekspose/article/view/370>
- Ariantoro, T. R. (2016). Dampak Game Online Terhadap Prestasi Belajar Pelajar. *JUTIM (Jurnal Teknik Informatika Musirawas)*, 1(1). [file:///C:/Users/LENOVO/Downloads/22-Article%20Text-44-2-10-20180127%20\(2\).pdf](file:///C:/Users/LENOVO/Downloads/22-Article%20Text-44-2-10-20180127%20(2).pdf)
- Astuti, L. S. (2017). Penguasaan Konsep IPA Ditinjau dari Konsep Diri dan Minat Belajar Siswa. *Formatif: Jurnal Ilmiah Pendidikan MIPA*, 7(1). <https://journal.lppmunindra.ac.id/index.php/Formatif/article/view/1293>
- Ayuningtyas, D., & Rayhani, M. (2018). "Analisis situasi kesehatan mental pada masyarakat di Indonesia dan strategi penanggulangannya". *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 9(1), 1-10 <https://ejournal.fkm.unsri.ac.id/index.php/jikm/article/view/241/189>
- Brannen Julia, Memadu Metode Penelitian., Hal 42

- Cahyani, H., Asikin, M., & Hengky, H. K. (2020). Faktor-faktor yang mempengaruhi masalah kesehatan mental pada narapidana narkoba di rutan kelas IIB Sidrap. *Jurnal Ilmiah Manusia Dan Kesehatan*, 3(1), 43-52. <http://jurnal.umpar.ac.id/index.php/makes/article/view/289>
- Darwis, M., Amri, K., & Reymond, H. (2020). Dampak dari Kecanduan Game Online di Kalangan Remaja Usia 15–18 Tahun di Kelurahan Kayuombun. *Ristekdik: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 5(2), 228-233. <http://jurnal.umtapsel.ac.id/index.php/Ristekdik/article/view/2088/pdf>
- Dira, Y. M. Implikasi kepribadian syadain terhadap pembentukan kesehatan mental. <https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/7648/1/YAMANI%20MUHAMAD%20DIRA-PSI.pdf>

Dokumentasi Google Form

- Dr.Riduwan., DKK.,2012 “Pengantar Statistika”.,ALFABETA.,Bandung
- Edrizal, E. (2018). “Pengaruh Kecanduan Siswa Terhadap Game Online (Studi Tentang Kebiasaan Siswa Bermain Game Online) Di Smp N 3 Teluk Kuantan”. *JURNAL PAJAR (Pendidikan dan Pengajaran)*, 2(6), 1001-1008. dari <https://pajar.ejournal.unri.ac.id/index.php/PJR/article/view/6543>
- Fauziah, A., Rosnaningsih, A., & Azhar, S. (2017). Hubungan antara motivasi belajar dengan minat belajar siswa kelas IV SDN Poris Gaga 05 kota Tangerang. *Jurnal Jpsd*, 4(1), 47-53. https://scholar.google.com/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=HUBUNGAN+ANTARA+MOTIVASI+BELAJAR+DENGAN+MINAT++BELAJAR+SISWA+KELAS+IV+SDN+PORIS+
- Fakhriyani, D. V. (2019). *Kesehatan Mental* (Vol. 124). Duta Media Publishing. https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=Gan8DwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA1&dq=pencegahan+kesehatan+mental+remaja&ots=4dP3JX_cF5&sig=uiyAk-AHNBKaxeE8NC7lkwpB-3c&redir_esc=y#v=onepage&q=pencegahan%20kesehatan%20mental%20remaja&f=false
- Fitri, A., Neherta, M., & Sasmita, H. (2019). “Faktor–Faktor yang Memengaruhi Masalah Mental Emosional Remaja di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Swasta Se Kota Padang Panjang Tahun 2018”. *Jurnal Keperawatan Abdurrab*, 2(2), 68-72. <http://jurnal.univrab.ac.id/index.php/keperawatan/article/view/626>

GAME ONLINE DI UNIVERSITAS HEIN NAMOTEMO. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Terapan*, 5(01).

Gunawan, Muhammad Ali. 2015. *Statistik Penelitian Bidang Psikologi Sosial*. Yogyakarta: Parama Publishing.

Habibi, A. (2021). HUBUNGAN KEBIASAAN BERMAIN GAME ONLINE DENGAN KUALITAS TIDUR REMAJA PADA KELAS XI DI SMKN 1 SERUYAN TENGAH. *HUBUNGAN KEBIASAAN BERMAIN GAME ONLINE DENGAN KUALITAS TIDUR REMAJA PADA KELAS XI DI SMKN 1 SERUYAN TENGAH*.
<http://repository.stikesbcm.ac.id/id/eprint/110/1/SKRIPSI%20ALEM%20HABIBI.pdf>

Hadjam, M. N. R., & Widhiarso, W. (2011). Pengujian model peranan kecakapan hidup terhadap kesehatan mental. *Jurnal Psikologi*, 38(1), 61-72.
<https://journal.ugm.ac.id/jpsi/article/view/7665>

Hidayati, K. B., & Farid, M. (2016). Konsep diri, adversity quotient dan penyesuaian diri pada remaja. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 5(02).

Harlyan, L. I. (2012). Uji Hipotesis. *Statistik (MAM4137): University of Brawijaya*.
<http://www.ledhyane.lecture.ub.ac.id/files/2012/11/PENGUJIAN-HIPOTESIS.pdf>

Iqbal hasan, misbahudin., “*Analisis Data Penelitian Dengan Statistik*”, jakarta., bumi aksara 2014

Johan, R. (2019). PENGARUH GAME ONLINE TERHADAP MINAT UNTUK BELAJAR PESERTA DIDIK KELAS X DI MA AL HIDAYAH DEPOK. *Research and Development Journal of Education*, 5(2), 12-25.
<https://journal.lppmunindra.ac.id/index.php/RDJE/article/view/3748/2517>

Kiling, B. N., & Kiling, I. Y. (2015). Tinjauan konsep diri dan dimensinya pada anak dalam masa kanak-kanak akhir. *Jurnal Psikologi Pendidikan & Konseling*, 1(2).
https://www.researchgate.net/profile/Indra-Kiling/publication/320079138_TINJAUAN_KONSEP DIRI DAN DIMENSINYA PADA ANAK DALAM MASA KANAK-KANAK AKHIR/links/5ab973d745851515f5a0cc2f/TINJAUAN-KONSEP-DIRI-DAN-DIMENSINYA-PADA-ANAK-DALAM-MASA-KANAK-KANAK-AKHIR.pdf

Kuncoro Mudrajat, (2007) “Metode Kuantitatif Teori dan Aplikasi Untuk Bisnis dan Ekonomi”, UPP STIM YKPN

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

<https://jurnal.umk.ac.id/index.php/gusjigang/article/view/1120>
<https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/56307945/1120-5299-1-PB-with-cover-page.pdf?Expires=1622262350&Signature=>

Lutfiwati, S. (2018). "Memahami Kecanduan Game Online Melalui Pendekatan Neurobiologi. *ANFUSINA*": *Journal of Psychology*, 1(1), 1-16.
<http://ejournal.radenintan.ac.id/index.php/anfusina/article/view/3643>

Moeljono, N. (2001). Kesehatan Mental: Konsep dan Penerapan. *Malang: Universitas Muhammadiyah Malang*.

Mulyadi, M. (2011). "Penelitian kuantitatif dan kualitatif serta pemikiran dasar menggabungkannya." *Jurnal studi komunikasi dan media*, 15(1), 128-137.
<https://jurnal.kominfo.go.id/index.php/jskm/article/view/52>

Nasrum, A. (2018). Uji normalitas data untuk penelitian. *Jayapangus Press Books*, i-117. <http://jayapanguspress.penerbit.org/index.php/JPB/article/view/115>

Nasution, S. (2017). Variabel penelitian. *Jurnal Raudhah*, 5(2).
<http://jurnaltarbiyah.uinsu.ac.id/index.php/raudhah/article/view/182>

Nasution, L. M. (2017). Statistik deskriptif. *Hikmah*, 14(1), 49-55. <http://e-jurnal.staisumatera-medan.ac.id/index.php/hikmah/article/view/16>

Nirwanda, C. S., & Ediati, A. (2017). Adiksi game online dan ketrampilan penyesuaian sosial pada remaja. *Jurnal Empati*, 5(1), 19-23.
<https://doi.org/10.14710/empati.2016.14940>

Novianti, R. (2012). Teknik Observasi bagi pendidikan anak usia dini. *Jurnal Educhild: Pendidikan Dan Sosial*, 1(1), 22-29.
<https://educhild.ejournal.unri.ac.id/index.php/JPSBE/article/view/1621>

Martono Nanang, Metode Penelitian Kuantitatif, 2011 PT RAJA GRAFINDO PERSADA

Masya, H., & Candra, D. A. (2016). Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku gangguan kecanduan game online pada peserta didik kelas x di madrasah aliyah al furqon prabumulih tahun pelajaran 2015/2016. *KONSELI: Jurnal Bimbingan dan Konseling (E-Journal)*, 3(2), 103-118.
<http://www.ejournal.radenintan.ac.id/index.php/konseli/article/view/575/466>

- Muhson, A. (2006). Teknik analisis kuantitatif. *Universitas Negeri Yogyakarta. Yogyakarta.*
https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/62381283/Analisis_Kuantitatif
- Pratama, B. D., & Suharnan, S. (2014). Hubungan antara konsep diri dan internal locus of control dengan kematangan karir siswa SMA. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 3(03). [file:///C:/Users/Administrator/Downloads/document%20\(3\).pdf](file:///C:/Users/Administrator/Downloads/document%20(3).pdf)
- Prawoto, Y. B. (2010). HUBUNGAN ANTARA KONSEP DIRI DE NGAN KECEMASAN SOSIAL PADA REMAJ A KEL AS XI SMA KRISTEN 2 SURAKARTA. <file:///C:/Users/Administrator/Downloads/SKRIPSI.pdf>
- Purnamasari, V., & Wakhyudin, H. (2020). Dampak Game Online PUBG Terhadap Perilaku Prokrastinasi Siswa. *International Journal of Natural Science and Engineering*, 4(1), 30-38. <https://doi.org/10.23887/ijnse.v4i1.29079>
- Puspasari, A. (2007). *Mengukur konsep diri anak*. Elex Media Komputindo. https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=1C2DQnjWg50C&oi=fnd&pg=PP9&dq=konsep+diri&ots=DV-j5J6q2K&sig=-pP1KpUfa7wos9S-P8kZwMibJws&redir_esc=y#v=onepage&q=konsep%20diri&f=false
- Puspita, S. M. (2019). Kemampuan Mengelola Emosi Sebagai Dasar Kesehatan Mental Anak Usia Dini. *SELING: Jurnal Program Studi PGRA*, 5(1), 85-92. <http://jurnal.stitnualhikmah.ac.id/index.php/seling/article/view/434>
- Puspitosari, W. A., & Ananta, L. (2009). Hubungan antara kecanduan online game dengan depresi. *Mutiara Medika: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, 9(1), 50-56. <file:///C:/Users/LENOVO/Downloads/1592-4385-1-PB.pdf>
- Rahayu, S., & Lingga, I. S. (2009). "Pengaruh Modernisasi Sistem Administrasi Perpajakan terhadap Kepatuhan Wajib Pajak (Penelitian atas Wajib Pajak Badan pada KPP Pratama Bandung â€ Xâ€)." *Jurnal akuntansi*, 1(2), 119-138. <https://journal.maranatha.edu/index.php/jam/article/view/375>
- Reski, N., Taufik, T., & Ifdil, I. (2017). Konsep diri dan kedisiplinan belajar siswa. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 3(2), 85-91. <file:///C:/Users/Administrator/Downloads/184-403-1-PB.pdf>
- Reza, I. F. (2015). Efektivitas pelaksanaan ibadah dalam upaya mencapai kesehatan mental. *Psikis: Jurnal Psikologi Islami*, 1(1), 105-115. <http://jurnal.radenfatah.ac.id/index.php/psikis/article/view/561>
- Rohman, K. (2018). Agresifitas Anak Kecanduan Game Online. *Martabat*, 2(1), 155-172. <http://ejournal.iain-tulungagung.ac.id/index.php/martabat/article/view/1435>

- Rokhmatika, L. (1940). *Hubungan antara persepsi terhadap dukungan sosial teman sebaya dan konsep diri dengan penyesuaian diri di sekolah pada siswa kelas unggulan* (Doctoral dissertation, State University of Surabaya). <https://core.ac.uk/download/pdf/230608785.pdf>
- Rozali, Y. A., Sitasari, N. W., & Lenggogeni, A. (2021). Meningkatkan Kesehatan Mental Di Masa Pandemic. *Jurnal Pengabdian Masyarakat AbdiMas*, 7(2), 109-113. https://digilib.esaunggul.ac.id/public/UEU-Journal-18260-11_0838.pdf
- Santoso, M. B. (2016). Kesehatan mental dalam perspektif pekerjaan sosial. *Share: Social Work Journal*, 6(1). <http://jurnal.unpad.ac.id/share/article/view/13160>
- Sari, I. M., & Prajayanti, E. D. (2017). Peningkatan Pengetahuan Siswa SMP Tentang Dampak Negatif Game Online Bagi Kesehatan. *GEMASSIKA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2), 31-39. <file:///C:/Users/LENOVO/Downloads/216-411-1-SM.pdf>
- Shintaviana, F. V., & Yudarwati, G. A. (2014). Konsep Diri serta Faktor-faktor Pembentuk Konsep Diri berdasarkan Teori Interaksionisme Simbolik. *Online*. (uajy. ac. id, diakses 30 Juni 2016). <https://core.ac.uk/download/pdf/35389459.pdf>
- Sugiyono, M. P. P., & Kuantitatif, P. (2009). *Kualitatif, dan R&D*, Bandung: Alfabeta. *Cet. VII*
- Sukardi, S. (2021). Analisa Minat Membaca Antara E-Book Dengan Buku Cetak Menggunakan Metode Observasi Pada Politeknik Tri Mitra Karya Mandiri. *IKRA-ITH EKONOMIKA*, 4(2), 158-163. <file:///C:/Users/LENOVO/Pictures/Analisa%20Minat%20Membaca%20Antara%20E-Bok%20engan%20Buku%20Cetak%20Menggunakan%20Metode.pdf>.
- Suplig, M. A. (2017). "Pengaruh Kecanduan Game Online Siswa SMA Kelas X Terhadap Kecerdasan Sosial Sekolah Kristen Swasta Di Makassar". *Jurnal jaffray*, 15(2), 177-200. <https://repository.stjajffray.ac.id/media/269458-pengaruh-kecanduan-game-onlinesiswa-sma-20ff5ff2.pdf>
- Syahrani, R. (2015). "Ketergantungan online game dan penanganannya". *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Konseling: Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan Konseling*, 1(1), 84-92. <https://ojs.unm.ac.id/index.php/JPPK/article/view/1537>
- Tanzeh, A. (2009). *Pengantar metode penelitian*. Yogyakarta, TERAS
- Tirtawati, A. A. R. (2016). KESEHATAN MENTAL SUMBER DAYA MANUSIA PARA GURU (Implikasinya terhadap Penyelenggaraan Diklat/Pelatihan). *Widya Accarya*, 5(1). <http://ejournal.undwi.ac.id/index.php/widyaaccarya/article/view/235>

Th, M. D. A. N. S., & Psi, J. M. S. S. (2021). DAMPAK KECANDUAN GAME ONLINE MAHASISWA BIMBINGAN DAN KONSELING (STUDI TENTANG KEBIASAAN MAHASISWA BERMAIN

Wijaya, Y. D. (2019). Kesehatan Mental di Indonesia: Kini dan Nanti. *Buletin Jagaddhita*, 1(1), 1-4. <https://media.neliti.com/media/publications/276147-kesehatan-mental-di-indonesia-kini-dan-n-b871dafa.pdf>

Yapono, F. (2013). Konsep-Diri, Kecerdasan Emosi Dan Efikasi-Diri. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(3). <http://jurnal.untagsby.ac.id/index.php/persona/article/view/136>

Yusuf Syamsu., 2018 Kesehatan Mental Perspektif Psikolois dan Agama, Bandung PT Remaja Rosdakarya

Yusup, F. (2018). Uji validitas dan reliabilitas instrumen penelitian kuantitatif. *Tarbiyah: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 7(1). <http://jurnal.uin-antasari.ac.id/index.php/jtik/article/view/2100/1544>

Zaim, M. (2000). Populasi dan Sampel serta Jenis dan Sumber Data. http://repository.unp.ac.id/1616/1/M.ZAIN_4282_00.pdf

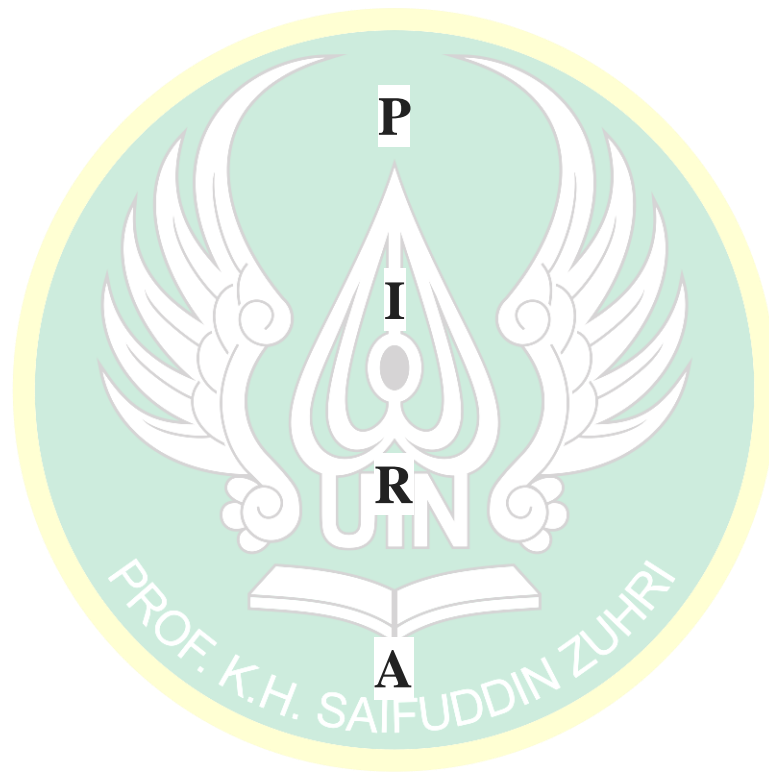
Zuhdi, M. H. (2017). Istiqomah dan Konsep Diri Seorang Muslim. *Religia*. <http://e-journal.iainpekalongan.ac.id/index.php/Religia/article/view/36>



L

A

M



N

Kuesioner Konsep diri

NO	PERNYATAAN	SS	S	KS	TS
1	Saya selalu bermain game tepat waktu				
2	Saya adalah seseorang yang rajin				
3	Saya tidak bisa meninggalkan Game online				
4	Saya mudah sekali berganti permainan dalam bermain game				
5	Saya selalu ingin melakukan sesuatu yang menantang				
6	Saya suka menyendiri				
7	Saya mudah menyimpan dendam				
8	Saya mudah marah/tersinggung jika harus berhenti bermain game				
9	Saya tidak suka berantakan				
10	Saya mudah iri				
11	Saya takut jika hidup tanpa gadget				
12	Saya susah menikmati hidup				
13	Saya adalah orang yang semangat				
14	Saya tidak suka kotor				
15	Saya ragu dengan diri sendiri				
16	Saya adalah lemah lembut				
17	Saya tidak suka dipaksa-paksa				
18	Saya selalu mengendalikan emosi				
19	Saya berusaha tegar				
20	Saya suka melakukan hal yang hebat				
21	Saya takut tidak naik kelas karna sering bermain game				
22	Saya sering tidur malam				
23	Saya sering gelisah				

24	Saya sulit berkonsentrasi				
25	Saya mudah berkeringat karena panik				
26	Saya tidak suka ramai saat pelajaran berlangsung				
27	Saya selalu mengantuk				
28	Saya jarang memperhatikan waktu				
29	Saya jarang tidur karena bermain game				
30	Saya selalu ingin sesuatu dengan cepat				
31	Saya selalu menunda pekerjaan				
32	Saya percaya diri walaupun saya tidak bisa				
33	Saya suka menemukan hal-hal baru				
34	Saya selalu mencoba menerima				
35	Saya selalu istirahat tepat waktu				
36	Saya tidak enakan terhadap orang lain.				
37	Saya selalu menghamburkan uang untuk bermain game				
38	Saya tidak sadar sering menghamburkan uang				
39	Saya selalu mencoba				
40	Saya selalu berteman dengan orang-orang pintar				

kuesioner Kesehatan mental

NO	PERNYATAAN	SS	S	KS	TS
1	Saya selalu membuang sampah pada tempatnya				
2	Saya adalah seseorang yang rajin mencuci baju				
3	Saya tidak pernah memotong kuku				
4	Saya jarang mandi				
5	Saya selalu tidur malam dan bangun siang				
6	Saya tidak suka cuci tangan				
7	Saya selalu sehat				
8	Saya tidak mudah Lelah				
9	Saya malas bangun pagi				
10	Saya tidak pernah olahraga				
11	Saya malas mengerjakan tugas sekolah				
12	Saya selalu meminum kopi				
13	Saya selalu bermain sampai tidak kenal waktu				
14	Saya selalu membereskan tempat tidur				
15	Saya selalu merapikan tempat tidur				
16	Saya sering olahraga				
17	Saya selalu patuh terhadap norma dan agama				
18	Saya tidak suka melihat oirang menangis				
19	Saya tidak suka jika diingatkan				
20	Saya berbakti kepada kedua orang tua				
21	Saya suka menolong orang lain				
22	Saya berteman dengan baik				
23	Saya sering mabuk-mabukan				

24	Saya sulit berkonsentrasi				
25	Saya sering melakukan kekerasan				
26	Saya suka berbuat onar				
27	Saya suka menolong orang lain				
28	Saya selau memberi dukungan kepada orang lain				
29	Saya selalu membawakan belanjaan ibu				
30	Saya selalu memberikan pujian yang baik				
31	Saya tidak suka melihat orang lain Bahagia				
32	Saya mudah ingat kesalahan orang lain				
33	Saya suka mengkritik orang				
34	Saya selalu peduli terhadap orang lain				
35	Saya selalu memikirkan perasaan orang lain				
36	Saya selalu menjadi tempat curhat orang lain				
37	Saya selalu menjadi pendengar yang baik				
38	Saya tidak suka mendengarkan orang lain				
39	Saya tidak suka Bersama sama				
40	Saya selalu merah jika ada yang menegur saya				