Ash-Shudur: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam
Volume 6. No. 1. Januari-Juni 2026
Office: UIN Sultanah Nahrasiyah Lhokseumawe
P-ISSN: 2809-3038

Kecanduan *Game Online* pada Remaja: Tinjauan Pustaka Naratif mengenai Faktor Risiko, Dampak, dan Pendekatan Intervensi

Reda Yani[1], Ira Kusumawaty[2]

[1]Universitas Semarang
[2]Politeknik Kesehatan Kemenkes Palembang
Redayaniumar@gmail.com[1], Irakusumawaty@poltekkespalembang.ac.id[2]

Article:
Received: 2 Mei 2026
Accepted: 9 Juli 2026
Published: 15 Juni 2026

© 2025 The Author(s).

This is an open-access article under the CC BY-SA license

Correspondence Address:
Redayaniumar@gmail.com

Abstrak: Kecanduan *game online* telah menjadi masalah kesehatan mental yang signifikan di kalangan remaja, ditandai dengan pengakuan formal dari American Psychiatric Association yang memasukkan *Internet Gaming Disorder* (IGD) ke dalam DSM-5 (2013) sebagai kategori diagnostik yang memerlukan penelitian lebih lanjut. Fenomena ini semakin meningkat pascapandemi COVID-19 seiring bertambahnya waktu remaja dalam mengakses aktivitas digital, sementara penelitian terdahulu masih bersifat terpisah sehingga belum tersedia sintesis komprehensif mengenai faktor penyebab, dampak, dan strategi intervensi kecanduan *game online* pada remaja. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang berkontribusi terhadap kecanduan *game online* pada remaja, menganalisis dampaknya terhadap kesehatan mental, fisik, akademik, dan sosial, serta mengidentifikasi strategi intervensi yang telah dikembangkan dalam literatur ilmiah. Penelitian ini menggunakan metode kajian pustaka naratif (*narrative literature review*) dengan data bersumber dari artikel terindeks Scopus yang ditelusuri menggunakan kata kunci *"online gaming addiction adolescent"* dan *"internet gaming disorder adolescent"*, mencakup rentang publikasi tahun 2005-2026. Melalui proses penyaringan judul, abstrak, dan teks lengkap, sembilan belas artikel ditetapkan sebagai sumber data dan dianalisis menggunakan analisis tematik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dinamika keluarga menjadi prediktor terkuat, diikuti faktor psikologis (kesepian, *escapism*) dan demografis (remaja laki-laki lebih rentan). Kecanduan ini berdampak pada kesehatan mental, fisik, akademik, dan sosial remaja yang saling memperkuat satu sama lain. *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) teridentifikasi sebagai strategi intervensi dengan dukungan bukti paling konsisten, idealnya diintegrasikan dengan pendekatan berbasis keluarga dan sekolah.

Kata kunci : *Internet Gaming Disorder*, Remaja, Faktor Risiko, Intervensi.

Abstract*: Online gaming addiction has become a significant mental health concern among adolescents, marked by formal recognition from the American Psychiatric Association, which included Internet Gaming Disorder (IGD) in the DSM-5 (2013) as a diagnostic category requiring further research. This phenomenon has continued to rise following the COVID-19 pandemic, alongside adolescents' increasing engagement with digital activities, while prior research remains fragmented, leaving a comprehensive synthesis of the risk factors, impacts, and intervention strategies for online gaming addiction among adolescents still unavailable. This study aims to identify the factors contributing to online gaming addiction among adolescents, analyze its impact on mental, physical, academic, and social well-being, and identify intervention strategies that have been developed in the scientific literature. This study employed a narrative literature review method, with data sourced from Scopus-indexed articles retrieved using the keywords "online gaming addiction adolescent" and "internet gaming disorder adolescent," covering publications from 2005 to 2026. Through a screening process involving titles, abstracts, and full texts, nineteen articles were identified as the final data sources and analyzed using thematic analysis. The findings reveal that family dynamics (interparental conflict, insecure attachment) emerged as the strongest predictor, followed by psychological factors (loneliness, escapism) and demographic factors (male adolescents being more vulnerable). This addiction affects adolescents' mental health, physical health, academic performance, and social functioning in a mutually reinforcing manner. Cognitive Behavioral Therapy (CBT) was identified as the intervention strategy with the most consistent evidence support, ideally integrated with family-based and school-based approaches.*

Keywords *: Internet Gaming Disorder, Adolescent, Risk Factors, Intervention.*

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi digital yang pesat dalam dua dekade terakhir telah mengubah pola perilaku rekreasi remaja secara signifikan, salah satunya melalui meningkatnya intensitas bermain *game online*. Aktivitas yang semula dipandang sebagai hiburan kini bertransformasi menjadi perilaku kompulsif yang berpotensi mengganggu kehidupan sehari-hari penggunanya. Pengakuan formal atas fenomena ini ditandai oleh keputusan American Psychiatric Association (APA) yang memasukkan *Internet Gaming Disorder* (IGD) ke dalam *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* edisi kelima (DSM-5) pada tahun 2013 sebagai kategori diagnostik yang memerlukan penelitian lebih lanjut. Meskipun belum berstatus diagnosis formal, langkah ini menegaskan bahwa kecanduan *game online* bukan sekadar kebiasaan berlebihan, melainkan kondisi klinis yang memerlukan penanganan sistematis.

Urgensi kajian terhadap fenomena ini semakin meningkat pascapandemi COVID-19. Kebijakan pembatasan sosial dan pembelajaran jarak jauh yang berlangsung selama masa pandemi mendorong remaja menghabiskan lebih banyak waktu di ruang digital, dengan *game online* menjadi salah satu saluran utama untuk mengisi waktu luang sekaligus mempertahankan interaksi sosial secara virtual (Putra, Fithriyah, & Zahra, 2023). Pola ini turut diperkuat oleh temuan yang mengaitkan gangguan perilaku bermain game dengan peningkatan fobia sosial pada populasi muda selama masa pandemi berlangsung (Shaheen

et al., 2023), yang mengindikasikan bahwa dampak pandemi terhadap pola kecanduan digital remaja bersifat jangka panjang dan tidak serta-merta pulih seiring berakhirnya masa pembatasan sosial.

Kajian literatur yang berkembang menunjukkan bahwa kecanduan *game online* memberikan dampak yang bersifat multidimensi terhadap kehidupan remaja. Pada ranah psikologis, sejumlah studi mengonfirmasi keterkaitan antara *internet gaming disorder* dengan peningkatan risiko depresi, kecemasan, dan tekanan emosional (Rahul et al., 2025; Shaheen et al., 2023). Pada ranah fisik, kebiasaan bermain game secara berlebihan berasosiasi dengan gangguan pola tidur, obesitas, dan keluhan muskuloskeletal akibat posisi tubuh yang tidak ergonomis dalam durasi lama (Kurnia, Putra, Rahayu, Sugiarti, & Suhariadi, 2023; Ramachandran, Marimuthu, & Vishwa Prasanth, 2025). Selain itu, dampak terhadap capaian akademik turut dilaporkan secara konsisten di berbagai konteks budaya (Rahmawati, Setiawati, Ardani, Zain, & Pereira-Sanchez, 2022; Seok, Lee, Park, & Park, 2018), sebagaimana dampak terhadap relasi sosial dan keluarga yang cenderung memburuk seiring meningkatnya ketergantungan pada dunia virtual (H. Wang & Zhang, 2026).

Di sisi lain, faktor-faktor penyebab kecanduan *game online* pada remaja juga telah banyak diteliti secara terpisah, mencakup motivasi sosial (Muhaimin, Aziz, & Ariffin, 2019), pola asuh keluarga (Li, Shi, & Cai, 2022), maupun kebutuhan emosional sebagai bentuk pelarian dari tekanan psikologis (H. Wang & Zhang, 2026). Meskipun demikian, temuan-temuan tersebut umumnya dihasilkan dari studi empiris tunggal dengan konteks populasi, metode, dan instrumen pengukuran yang beragam, sehingga belum tersedia sintesis komprehensif yang memetakan secara terintegrasi faktor penyebab, dampak, dan strategi intervensi kecanduan *game online* pada remaja. Upaya intervensi psikologis memang telah mulai dikembangkan (Smrithi, Mathangi, & Kantipudi, 2025), namun efektivitasnya masih memerlukan kajian sistematis lintas studi guna memperoleh gambaran yang lebih menyeluruh.

Kesenjangan inilah yang mendasari perlunya sebuah kajian pustaka (*literature review*) yang mensistematisasi temuan-temuan penelitian terdahulu mengenai kecanduan *game online* pada remaja. Melalui pendekatan studi pustaka, penelitian ini bertujuan untuk: (1) mengidentifikasi faktor-faktor yang berkontribusi terhadap kecanduan *game online* pada remaja, (2) menganalisis dampak kecanduan *game online* terhadap aspek kesehatan mental, fisik, akademik, dan sosial remaja, serta (3) mengidentifikasi strategi intervensi yang telah dikembangkan dan diuji dalam literatur ilmiah. Hasil kajian ini diharapkan dapat memberikan landasan konseptual yang komprehensif bagi pengembangan kebijakan, program intervensi, maupun penelitian empiris lanjutan terkait kecanduan *game online* pada remaja.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kajian pustaka naratif (*narrative literature review*) untuk mengidentifikasi, menelaah, dan mensintesis temuan empiris mengenai kecanduan *game online* pada remaja, khususnya terkait faktor penyebab, dampak, dan strategi intervensi yang telah dikembangkan dalam literatur ilmiah. Data penelitian bersumber dari artikel yang terindeks pada basis data Scopus, ditelusuri pada bulan Juli 2026 dengan rentang tahun publikasi 2005–2026, guna mencakup baik studi klasik yang

menjadi rujukan dasar bidang ini maupun literatur mutakhir yang mencerminkan perkembangan isu terkini (Creswell & Plano Clark, 2017; Ismayani, 2019; Satori & Komariah, 2011).

Pencarian literatur dilakukan menggunakan dua kata kunci utama berbahasa Inggris, yaitu "online gaming addiction adolescent" dan "internet gaming disorder adolescent", yang dipilih karena merepresentasikan dua terminologi paling umum digunakan dalam literatur ilmiah untuk merujuk pada fenomena kecanduan *game online* pada populasi remaja. Artikel yang disertakan dalam penelitian ini adalah artikel berbahasa Inggris terindeks Scopus yang secara eksplisit membahas kecanduan *game online* pada remaja (usia 10–19 tahun), memiliki desain penelitian empiris atau merupakan tinjauan sistematis/meta-analisis, serta memiliki akses teks lengkap. Sebaliknya, artikel berupa opini atau editorial tanpa dukungan data empiris, artikel duplikat, serta artikel yang membahas kecanduan digital secara umum tanpa fokus spesifik pada *game online* dikeluarkan dari penelitian ini. Melalui proses penyaringan judul, abstrak, dan teks lengkap tersebut, sembilan belas artikel akhirnya ditetapkan sebagai sumber data akhir dalam penelitian.

Data yang telah terkumpul dianalisis menggunakan analisis tematik, dengan mengelompokkan temuan dari setiap artikel ke dalam tiga tema utama yang selaras dengan tujuan penelitian, yaitu faktor penyebab (dimensi keluarga, psikologis, sosial-pertemanan, dan demografis), dampak (aspek kesehatan mental, fisik, akademik, dan sosial), serta strategi intervensi (pendekatan psikologis, berbasis keluarga, berbasis sekolah, dan pendekatan inovatif lainnya). Temuan dari setiap tema kemudian disintesis secara naratif untuk menghasilkan gambaran yang komprehensif mengenai fenomena kecanduan *game online* pada remaja.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Faktor-Faktor yang Berkontribusi terhadap Kecanduan *Game Online* pada Remaja

Faktor keluarga merupakan tema yang paling konsisten muncul dalam literatur. Dinamika keluarga, khususnya konflik antarorangtua, paparan kekerasan domestik, dan kualitas kelekatan orangtua-anak, teridentifikasi sebagai prediktor terkuat kecanduan *game online* pada remaja (Cheng & Jiang, 2026; Quancai, Meng, & Kunjie, 2023; R. Wang et al., 2025). Cheng dan Jiang (2026) menunjukkan bahwa hubungan antara konflik antarorangtua dan kecanduan *game online* berlangsung melalui rangkaian mediasi dalam konteks keluarga, sedangkan Quancai et al. (2023) menemukan bahwa keterkaitan antara paparan kekerasan domestik dan kecanduan *game* dijembatani oleh kontrol sosial dan kontrol diri remaja. Gaya pengasuhan juga berperan dalam membedakan bentuk kecanduan digital yang dialami remaja (Li et al., 2022).

Temuan ini sejalan dengan perspektif teori kelekatan (*attachment theory*) yang menempatkan kualitas relasi primer pada masa kanak-kanak sebagai fondasi bagi kemampuan regulasi emosi individu di kemudian hari (Bowlby, 1969). Ketika kebutuhan kelekatan tidak terpenuhi secara adekuat dalam lingkup keluarga, remaja cenderung mencari sumber pemenuhan emosional alternatif, dan dunia *game online* dengan struktur penghargaan (*reward structure*) yang instan dan dapat diprediksi menawarkan kompensasi yang mudah diakses bagi kekosongan relasional tersebut. Sebaliknya, kepuasan hidup

dalam keluarga berperan sebagai faktor protektif yang menurunkan risiko kecanduan (Gupta et al., 2026). Dengan demikian, fungsi keluarga bekerja secara dua arah: sebagai faktor risiko ketika disfungsional dan sebagai faktor pelindung ketika berjalan sehat.

Pada ranah psikologis, kesepian sosial dan kecenderungan pelarian (*escapism*) teridentifikasi sebagai prediktor signifikan (Gan & Wang, 2026). Gan dan Wang (2026) menunjukkan bahwa pengaruh kesepian sosial terhadap kecanduan *game* dimediasi oleh motivasi pelarian dan kontrol diri, sehingga *game online* berfungsi sebagai sarana untuk menghindari afek negatif. Pola ini dapat dijelaskan melalui model I-PACE (*Interaction of Person-Affect-Cognition-Execution*), yang memandang kerentanan individu berinteraksi dengan respons afektif dan kognitif sehingga memicu penggunaan *game* sebagai mekanisme koping maladaptif, yang lambat laun melemahkan fungsi kontrol eksekutif (Brand, Young, Laier, Wölfling, & Potenza, 2016). Dimensi kognitif tersebut diperkuat oleh temuan S. Wang, Zhu, Wang, Gao, dan Chen (2026) mengenai peran metakognisi dalam membentuk *craving* terhadap *game*. Pola ini juga sejalan dengan hipotesis kompensasi sosial, yang dalam kajian adiksi internet dirumuskan sebagai model penggunaan internet kompensatoris (Kardefelt-Winther, 2014): remaja dengan keterampilan sosial rendah atau kebutuhan psikososial yang tidak terpenuhi cenderung memanfaatkan ruang virtual sebagai kompensasi, meskipun pada akhirnya justru memperburuk isolasi sosial mereka dalam jangka panjang.

Selain keluarga dan kondisi psikologis, lingkungan sosial di luar rumah turut berkontribusi. H. Wang dan Zhang (2026) menunjukkan bahwa kualitas relasi dengan teman sebaya, keluarga, dan guru berhubungan dengan kecanduan *game* melalui kebutuhan interaksi sosial dan kebutuhan emosional remaja. Pada *game* daring multipemain, motivasi sosial menjadi daya tarik utama yang mempertahankan keterlibatan bermain (Muhaimin et al., 2019). Lingkungan sekolah juga memuat sejumlah faktor risiko gangguan penggunaan internet (Kindt, Szász-Janocha, Rehbein, & Lindenberg, 2019), sementara viktimisasi oleh teman sebaya memoderasi keterkaitan antara kepuasan hidup keluarga, kecanduan *game online*, dan perkembangan positif remaja (Gupta et al., 2026). Temuan-temuan ini menunjukkan bahwa ruang virtual kerap menjadi tempat remaja mencari pengakuan dan rasa memiliki yang tidak mereka peroleh dalam relasi sosial nyata.

Dari aspek demografis, studi klasik (Ko, Yen, Chen, Chen, & Yen, 2005) hingga studi yang lebih kontemporer (C.-W. Wang et al., 2014) secara konsisten menunjukkan bahwa remaja laki-laki lebih rentan terhadap kecanduan *game online* dibandingkan remaja perempuan. Stabilitas temuan gender ini lintas dua dekade mengindikasikan bahwa pola tersebut kemungkinan berakar pada perbedaan motivasi bermain *game* yang bersifat mendasar, misalnya orientasi terhadap kompetisi dan pencapaian, bukan semata artefak dari jenis *game* yang tersedia pada periode tertentu. Meskipun demikian, temuan ini tidak berarti remaja perempuan terbebas dari risiko; perbedaan gender lebih tepat dipahami sebagai perbedaan tingkat kerentanan yang perlu dipertimbangkan dalam merancang program pencegahan.

Dampak Kecanduan *Game Online* pada Remaja

Kecanduan *game online* terbukti berdampak pada kesehatan mental, fisik, akademik, dan sosial remaja secara bersamaan (Fraiwan & Almomani, 2025; Kindt et al., 2019). Pada ranah kesehatan mental, *Internet Gaming Disorder* berkaitan dengan tekanan psikologis dan penurunan kesejahteraan mental (Rahul et al., 2025) serta berasosiasi dengan fobia sosial (Shaheen et al., 2023). Pada ranah fisik, kebiasaan bermain *game* secara berlebihan dikaitkan dengan gangguan pola tidur dan keluhan fisik akibat durasi bermain yang panjang (Kurnia et al., 2023; Ramachandran et al., 2025). Adapun pada ranah akademik dan sosial, studi kasus dan penelitian kualitatif menggambarkan menurunnya capaian belajar serta merenggangnya relasi remaja dengan keluarga dan teman sebaya (Rahmawati et al., 2022; Seok et al., 2018; H. Wang & Zhang, 2026).

Pola dampak tersebut tidak tepat dipahami sebagai konsekuensi yang terjadi secara paralel dan independen, melainkan lebih sesuai dimaknai sebagai siklus yang saling memperkuat (*reinforcing cycle*). Gangguan tidur akibat durasi bermain berlebihan, misalnya, tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik, tetapi juga melemahkan kapasitas regulasi emosi remaja, yang selanjutnya meningkatkan kerentanan terhadap kecemasan dan depresi serta menurunkan konsentrasi yang berimplikasi pada performa akademik. Penurunan performa akademik kemudian memicu tekanan psikologis tambahan, yang kembali mendorong remaja melarikan diri ke aktivitas bermain *game*. Dengan demikian, dampak-dampak yang tampak berdiri sendiri pada praktiknya membentuk lingkaran umpan balik negatif yang secara progresif memperberat kondisi kecanduan.

Temuan mengenai fenomena *craving* dan pikiran obsesif terkait *game* (S. Wang et al., 2026) turut memperkuat pemahaman bahwa kecanduan *game online* memiliki kemiripan mekanisme dengan kecanduan zat (*substance-related addiction*). Pemahaman ini sejalan dengan keputusan World Health Organization (WHO) yang mengklasifikasikan *gaming disorder* sebagai gangguan kesehatan mental dalam ICD-11 (World Health Organization, 2019). Implikasinya, penanganan kecanduan *game online* tidak dapat disamakan dengan sekadar "kebiasaan berlebihan" yang diatasi melalui nasihat untuk mengurangi durasi bermain, melainkan memerlukan pendekatan klinis yang sebanding dengan penanganan gangguan adiksi lainnya.

Strategi Intervensi

Cognitive Behavioral Therapy (CBT) menunjukkan dukungan bukti paling konsisten sebagai modalitas intervensi (Kim & Noh, 2019; Lindenberg et al., 2025; R. Wang et al., 2025). Tinjauan terhadap riset intervensi psikologis (Kim & Noh, 2019), meta-analisis yang membandingkan efektivitas berbagai intervensi psikologis (R. Wang et al., 2025), serta pedoman intervensi dini (Lindenberg et al., 2025) menempatkan CBT sebagai pendekatan utama. Sasaran CBT mencakup restrukturisasi pikiran maladaptif terkait *game*, penguatan kontrol diri, dan pengembangan strategi koping alternatif, sehingga pendekatan ini relevan dengan mekanisme psikologis yang teridentifikasi pada bagian faktor risiko.

Meskipun demikian, temuan ini mengungkap kesenjangan penting: jika faktor keluarga terbukti menjadi determinan utama kecanduan *game online*, intervensi yang berfokus eksklusif pada individu remaja berpotensi kurang optimal apabila tidak

diintegrasikan dengan intervensi pada sistem keluarga. Bukti mengenai peran konteks keluarga, kontrol sosial, dan kepuasan hidup keluarga (Cheng & Jiang, 2026; Gupta et al., 2026; Quancai et al., 2023) mengindikasikan bahwa intervensi berbasis keluarga, seperti perbaikan komunikasi dan pola asuh, berpotensi memberikan manfaat yang sepadan. Hal ini menegaskan perlunya pergeseran dari pendekatan individual-sentris menuju pendekatan sistemik-ekologis, sejalan dengan teori sistem ekologi Bronfenbrenner (1979) yang menekankan bahwa perilaku remaja tidak dapat dipahami maupun diintervensi terpisah dari konteks keluarga, sekolah, dan kebijakan yang melingkupinya.

Sekolah merupakan latar yang strategis untuk pencegahan dan intervensi dini, mengingat adanya faktor risiko yang bersumber dari lingkungan sekolah (Kindt et al., 2019) serta penekanan pada deteksi dan penanganan sejak dini dalam pedoman intervensi (Lindenberg et al., 2025). Pengembangan modul intervensi psikologis komprehensif bagi remaja (Smrithi et al., 2025) juga menunjukkan arah yang menjanjikan, meskipun karena masih berupa protokol, efektivitasnya perlu dibuktikan melalui uji empiris.

Kemunculan pendekatan neurokognitif seperti *Approach Bias Modification* (Wei et al., 2025) menandai babak baru pengembangan intervensi yang bergerak melampaui pendekatan psikoterapeutik konvensional menuju modifikasi mekanisme neurobiologis. Wei et al. (2025) melaporkan bahwa pendekatan ini menurunkan kecenderungan otomatis untuk bermain *game* dan meningkatkan sinkronisasi otak pada individu dengan *Internet Gaming Disorder*. Namun, sebagai pendekatan yang relatif baru, bukti efektivitasnya masih memerlukan replikasi pada sampel yang lebih besar sebelum direkomendasikan sebagai standar intervensi klinis.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kajian pustaka terhadap sembilan belas artikel ilmiah, penelitian ini menyimpulkan tiga hal utama. Pertama, kecanduan *game online* pada remaja disebabkan oleh gabungan beberapa faktor, yaitu masalah dalam keluarga (seperti pertengkaran orang tua dan kurangnya kedekatan emosional antara orang tua dan anak), kondisi psikologis remaja (seperti rasa kesepian dan kebiasaan menghindar dari masalah dengan bermain game), relasi dengan teman sebaya, serta perbedaan jenis kelamin, di mana remaja laki-laki lebih rentan mengalami kecanduan dibandingkan remaja perempuan. Di antara faktor-faktor tersebut, masalah dalam keluarga terbukti menjadi penyebab yang paling banyak didukung oleh penelitian. Kedua, kecanduan *game online* memberikan dampak buruk yang saling berkaitan pada empat aspek kehidupan remaja, yaitu kesehatan mental (kecemasan dan depresi), kesehatan fisik (gangguan tidur dan nyeri tubuh), prestasi belajar (nilai menurun dan sering tidak masuk sekolah), serta hubungan sosial (menarik diri dari pergaulan dan keluarga). Keempat dampak ini saling memperburuk satu sama lain, sehingga jika tidak ditangani sejak awal, kondisi remaja dapat semakin memburuk. Ketiga, dari berbagai cara penanganan yang telah diteliti, terapi perilaku kognitif (*Cognitive Behavioral Therapy*/CBT) terbukti paling efektif untuk membantu remaja mengubah pola pikir dan kebiasaan bermain game yang berlebihan. Namun, karena penyebab utamanya berasal dari masalah keluarga, penanganan akan lebih berhasil jika CBT digabungkan

dengan program yang melibatkan orang tua dan pihak sekolah, bukan hanya berfokus pada remaja itu sendiri.

DAFTAR PUSTAKA

Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment*. New York, NY: Basic Books.

Brand, M., Young, K. S., Laier, C., Wölfling, K., & Potenza, M. N. (2016). Integrating psychological and neurobiological considerations regarding the development and maintenance of specific Internet-use disorders: An Interaction of Person-Affect-Cognition-Execution (I-PACE) model. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews, 71*, 252–266. https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2016.08.033

Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development: Experiments by nature and design*. Cambridge, MA: Harvard University Press.

Cheng, Y., & Jiang, S. (2026). Family context matters: A serial mediation model extending the relationship between interparental conflict and online gaming addiction of adolescents. *Child and Adolescent Social Work Journal, 43*(1), 145–155. https://doi.org/10.1007/s10560-025-01021-1

Creswell, J. W., & Plano Clark, V. L. (2017). *Designing and conducting mixed methods research* (3rd ed.). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.

Fraiwan, M., & Almomani, F. (2025). Internet gaming disorder: Prevalence and associated factors among university students. *Acta Psychologica, 260*, 105690. https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2025.105690

Gan, Q., & Wang, H. (2026). Social loneliness and internet gaming addiction among adolescents: The mediating roles of escape motivation and self-control. *Frontiers in Psychology, 17*, 1793599. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2026.1793599

Gupta, S., Budhiraja Thakur, R., Khurshid, S., Amin, F., Chandele, A., Khan, A., & Masoodi, N. (2026). Family life satisfaction, online gaming addiction, and adolescent flourishing: Moderating role of peer victimization. *The Family Journal*. Advance online publication. https://doi.org/10.1177/10664807261415868

Ismayani, A. (2019). *Metodologi penelitian*. Banda Aceh: Syiah Kuala University Press.

Kardefelt-Winther, D. (2014). A conceptual and methodological critique of internet addiction research: Towards a model of compensatory internet use. *Computers in Human Behavior, 31*, 351–354. https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.10.059

Kim, S., & Noh, D. (2019). The current status of psychological intervention research for internet addiction and internet gaming disorder. *Issues in Mental Health Nursing, 40*(4), 335–341. https://doi.org/10.1080/01612840.2018.1534910

Kindt, S., Szász-Janocha, C., Rehbein, F., & Lindenberg, K. (2019). School-related risk factors of internet use disorders. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 16*(24), 4938. https://doi.org/10.3390/ijerph16244938

Ko, C.-H., Yen, J.-Y., Chen, C.-C., Chen, S.-H., & Yen, C.-F. (2005). Gender differences and related factors affecting online gaming addiction among Taiwanese adolescents. *Journal of Nervous and Mental Disease, 193*(4), 273–277. https://doi.org/10.1097/01.nmd.0000158373.85150.57

Kurnia, I., Putra, F. K., Rahayu, P. P., Sugiarti, R., & Suhariadi, F. (2023). Interaksi sosial pecandu game online: Studi kasus siswa SMA di Kabupaten Pemalang. *Jurnal Pendidikan, 7*, 24547–24551.

Li, Z.-K., Shi, L.-J., & Cai, X.-L. (2022). Smartphone addiction is more harmful to adolescents than internet gaming disorder: Divergence in the impact of parenting styles. *Frontiers in Psychology, 13*, 1044190. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1044190

Lindenberg, K., Petersen, K. U., Brandhorst, I., Müller, K. W., Spahn, M., Wölfling, K., . . . Rumpf, H.-J. (2025). Guideline on early interventions for internet use disorders. *Sucht, 71*(2), 123–129. https://doi.org/10.1024/0939-5911/a000917

Muhaimin, M., Aziz, N., & Ariffin, M. (2019). Problematic of massively multiplayer online game addiction in Malaysia. In F. Saeed, N. Gazem, F. Mohammed, & A. Busalim (Eds.), *Recent trends in data science and soft computing* (Advances in Intelligent Systems and Computing, Vol. 843, pp. 749–760). Cham, Switzerland: Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-319-99007-1_69

Putra, P. Y., Fithriyah, I., & Zahra, Z. (2023). Internet addiction and online gaming disorder in children and adolescents during COVID-19 pandemic: A systematic review. *Psychiatry Investigation, 20*(3), 196.

Quancai, L., Meng, C., & Kunjie, C. (2023). Social control and self-control: Factors linking exposure to domestic violence and adolescents' internet gaming addiction. *Frontiers in Psychiatry, 14*, 1245563. https://doi.org/10.3389/fpsyt.2023.1245563

Rahmawati, N. A., Setiawati, Y., Ardani, G. A. I., Zain, E., & Pereira-Sanchez, V. (2022). Internet gaming disorder in an adolescent during the COVID-19 pandemic: A case report. *Pan African Medical Journal, 41*, 224. https://doi.org/10.11604/pamj.2022.41.224.33941

Rahul, R., R, T. K., M, S. M., Kareem, S. A., Gowda, K. C., & Sajna, S. J. (2025). Impact of internet gaming disorder on mental well-being: Prevalence and psychological distress among adolescents and young adults. *Psychiatry Research, 349*, 116512. https://doi.org/10.1016/j.psychres.2025.116512

Ramachandran, V., Marimuthu, A., & Vishwa Prasanth, G. (2025). Internet gaming addiction: Prevalence, causes, consequences, and intervention strategies. In *2025 International Conference on Data Science, Agents and Artificial Intelligence (ICDSAAI)*. Institute of Electrical and Electronics Engineers. https://doi.org/10.1109/ICDSAAI65575.2025.11011874

Satori, D., & Komariah, A. (2011). *Metodologi penelitian kualitatif*. Bandung: Alfabeta.

Seok, H. J., Lee, J. M., Park, C.-Y., & Park, J. Y. (2018). Understanding internet gaming addiction among South Korean adolescents through photovoice. *Children and Youth Services Review, 94*, 35–42. https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2018.09.009

Shaheen, N., Shaheen, A., Elmasry, M., Abdelwahab, O. A., Mohamed, A., Swed, S., . . . Shoib, S. (2023). Gaming behavior disorder and its association with social phobia during COVID-19 pandemic: A cross-sectional study among the young Arabs. *Frontiers in Psychiatry, 14*, 1071764. https://doi.org/10.3389/fpsyt.2023.1071764

Smrithi, L., Mathangi, D. C., & Kantipudi, S. J. (2025). Combatting adolescent gaming addiction: Protocol for the comprehensive psychological intervention module. *Journal of Education and Health Promotion, 14*(1). https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_32_25

Wang, C.-W., Chan, C. L. W., Mak, K.-K., Ho, S.-Y., Wong, P. W. C., & Ho, R. T. H. (2014). Prevalence and correlates of video and internet gaming addiction among Hong Kong

adolescents: A pilot study. *The Scientific World Journal, 2014*, 874648. https://doi.org/10.1155/2014/874648

Wang, H., & Zhang, W. (2026). Peer, family, and teacher relationships and adolescent internet gaming addiction: Mediating roles of social interaction and emotional needs. *Acta Psychologica, 263*, 106282. https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2026.106282

Wang, R., Zhang, Y., Liu, Z., Dong, H., Zhang, Z., Yang, K., . . . Niu, Y. (2025). Comparative efficacy of psychological interventions for internet gaming disorder: A meta-analysis of randomized controlled trials. *Frontiers in Psychiatry, 16*, 1619138. https://doi.org/10.3389/fpsyt.2025.1619138

Wang, S., Zhu, X., Wang, X., Gao, L., & Chen, H. (2026). The desire trap: Metacognitions and the cognitive mechanisms of adolescent online gaming craving. *Addictive Behaviors, 172*, 108516. https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2025.108516

Wei, M., Luo, X., Fu, J., Dong, Y.-S., Liu, J., Li, X., & Dong, G.-H. (2025). Approach bias modification reduces automatic gaming tendencies and enhances brain synchronization in internet gaming disorder. *Journal of Psychiatric Research, 186*, 263–272. https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2025.04.012

World Health Organization. (2019). *International classification of diseases for mortality and morbidity statistics* (11th Revision). Retrieved from https://icd.who.int/browse11