

**TINGKAT STRES AKADEMIK PADA SISWA YANG BERMAIN *GAME*
ONLINE KELAS XI IPS DI SMA NEGERI 4 MUARA ENIM**

SKRIPSI

Oleh

Tiara Meilinda

NIM: 06071381823046

Program Studi Pendidikan Bimbingan dan Konseling



FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS SRIWIJAYA

2022

**TINGKAT STRES AKADEMIK PADA SISWA YANG BERMAIN *GAME*
ONLINE KELAS XI IPS DI SMA NEGERI 4 MUARA ENIM**

SKRIPSI

Oleh

Tiara Meilinda

NIM: 06071381823046

Program Studi Pendidikan Bimbingan dan Konseling

Mengesahkan

Pembimbing,



Dra. Rahmi Sofah, M.Pd., Kons

NIP. 195902201986112001

Mengetahui :

Ketua Jurusan,



**Dr. Azizah Husin, M. Pd
NIP. 196006111987032001**

Pth. Program Studi,



**Dr. Azizah Husin, M. Pd
NIP. 196006111987032001**

**TINGKAT STRES AKADEMIK PADA SISWA YANG BERMAIN *GAME*
ONLINE KELAS XI IPS DI SMA NEGERI 4 MUARA ENIM**

SKRIPSI

Oleh:

Tiara Meilinda



NIM: 06071381823046

Program Studi: Bimbingan dan Konseling

Telah diujikan dan lulus pada:

Senin, 18 Juli 2022

TIM PENGUJI

1. Ketua : Dra Rahmi Sofah, M.Pd., Kons ()
2. Anggota : Fadhlina Rozzaqyah, M.Pd ()

Palembang, 25 Juli 2022

Mengetahui,

Pth. Program Studi,



Dr. Azizah Husin, M. Pd

NIP. 196006111987032001

PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Tiara Meilinda

NIM : 06071381823046

Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Menyatakan dengan sungguh-sungguh bahwa skripsi yang berjudul “Tingkat Stres Akademik Pada Siswa Yang Bermain *Game Online* Kelas XI IPS Di SMA Negeri 4 Muara Enim” ini adalah benar-benar karya saya sendiri dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku sesuai dengan Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 17 tahun 2010 tentang Pencegahan dan Penanggulangan Plagiat di Perguruan Tinggi. Apabila di kemudian hari, ada pelanggaran yang ditemukan dalam skripsi ini dan/atau ada pengaduan dari pihak lain terhadap keaslian karya ini, saya bersedia menanggung sanksi yang dijatukan kepada saya.

Demikianlah pernyataan ini dibuat dengan sungguh-sungguh tanpa pemaksaan dari pihak manapun.

Palembang, 21 juni 2022

Yang membuat pernyataan,



Tiara Meilinda

NIM: 06071381823046

PRAKATA

Skripsi dengan judul “Tingkat Stres Akademik Pada Siswa Yang Bermain *Game Online* Kelas XI IPS Di SMA Negeri 4 Muara Enim. Disusun untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.) pada Program Studi Bimbingan Dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sriwijaya. Dalam mewujudkan skripsi ini, penulis telah mendapatkan bantuan dari berbagai pihak. Oleh sebab itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Dra. Rahmi Sofah, M.Pd.,Kons. Sebagai dosen pembimbing terima kasih atas segala bimbingan yang telah diberikan dalam penulisan skripsi ini.
2. Bapak Dr. Hartono, M.A., Dekan FKIP Unsri
3. Ibu Dr. Azizah Husin, M.Pd., Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan.
4. Ibu Dra. Harlina, M.Sc., Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling
5. Ibu Risma Anita Puriani, M.Pd. sebagai pembimbing Akademik terima kasih atas segala bimbingan yang telah diberikan selama perkuliahan.
6. Bapak Dr. Yosef, M.A., Bapak Drs. Syarifuddin Gani, M.Si.,Kons., Ibu Ratna Sari Dewi, M.Pd., Ibu Rani Mega Putri, M.Pd., Kons., Bapak Sigit Dwi Sucipto, M.Pd., Ibu Nurwisma, S.Pdi., M.Pd., Ibu Fadhlina Rozzaqyah, M.Pd., Ibu Silvia AR, M.Pd., Sebagai Dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan ilmu kepada saya.

Akhir kata semoga skripsi ini dapat bermanfaat untuk pembelajaran bidang studi Bimbingan dan Konseling serta pengembangan Ilmu Pengetahuan, Teknologi, dan seni.

Palembang, 04 Juli 2022

Penulis,



Tiara Meilinda

NIM:06071381823046

HALAMAN PERSEMBAHAN

Bismillahirrohmanirrohim

Kupanjatkan kepada Allah SWT, atas berkat dan rahmat serta kesempatan yang telah diberikan saya dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi saya walaupun ada kekurangannya. Segala puji dan syukur kuucapkan kepada Mu Ya Rabb, karena sudah menghadirkanku orang-orang yang berarti dan selalu memberi semangat dan Do'a, sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik. Untuk karya yang sederhana ini, saya persembahkan kepada:

- Kedua orang tua tercinta dan tersayang yakni Ayahanda Sakarudin dan Ibunda Samsiah. Karena apa yang saya dapatkan hari ini, belum mampu membayar segala kebaikan yang telah kalian berdua berikan kepada saya baik itu keringat, kasih sayang, dan juga air mata. Terima kasih atas segala dukungan ayah dan ibu, baik dalam bentuk materi, dukungan dan semangat. Karya ini saya persembahkan untuk kalian, sebagai bentuk wujud rasa terima kasih saya atas pengorbanan dan jerih payah kalian sehingga saya dapat menggapai cita-cita yang saya inginkan.
- Adikku tersayang dan tercinta Hengki Antoni. Terima kasih telah menjadi semangatku selama mengerjakan skripsi.
- Nenek Lanang Maluni dan Nenekku Hasning. Terima kasih banyak sudah membantu baik dari materi, dan semangat untuk memperjuangkan cucungmu sehingga bisa menyelesaikan kuliah dengan tepat waktu. Karya ini saya persembahkan untuk kalian.
- Wakku H. Munandar dan wak Hj. Asmawati. Terima kasih atas segala yang kalian berikan, terima kasih dari awal perkuliahan sudah memperjuangkan saya, sudah membantu dalam segala hal baik dari materi, dukungan dan semangat. Karya ini saya persembahkan untuk kalian.
- Terima kasih juga untuk keluarga besar dari Alm. Nenek H. Arifa'i dan Alm. Nenek Hj. Rohmah serta keluarga besar dari Nenek Maluni dan Nenek

Hasning yang telah memberikan semangat dan dukungan kepada saya, sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi saya dengan tepat waktu.

- Untuk Support system terbaikku yang tersayang Gilang Maekhendra, S.Pd terima kasih telah memberikan support, dukungan, masukan, serta nasehat dalam pengerjaan skripsi ini.
- Terima kasih kepada Bapak Fakhrizal, S.Pd., M.Si selaku kepala sekolah SMA Negeri 4 Muara Enim. Terima kasih kepada Ibu Yunita Sari, S.Pd. Selaku guru BK dan terima kasih juga kepada wakil kesiswaan dan seluruh staf guru yang mengajar di SMA Negeri 4 Muara Enim
- Untuk adik-adik kelas XI IPS terima kasih sudah bersedia membantu untuk mengisi angket penelitian saya semoga kalian semua juga di berikan kemudahan dalam menimba ilmu.
- Untuk sahabat saya Nasa Ade Dwiyana, Yulia Puspita Sari, Uldiyah Elensari, Rini Wariska, Terima kasih sudah menemaniku dari awal perkuliahan sampai sekarang, sudah menjadi penyemangat dimasa-masa sulit. Dan ntuk Ridha Meli Lanasari terimakasih sudah mengajarkan banyak hal tentang skripsi mulai dari ngolah data sampai dengan selesai.
- Untuk teman-teman seperjuangan selama kuliah, BK 2018 Palembang dan Indralaya, terima kasih telah memberikan kesan yang baik selama perkuliahan.
- Dan yang terakhir untuk Almamaterku.

Motto

Jangan Katakan Tidak Sebelum Mencoba
Abaikan Suara Orang-Orang Yang Merendahkanmu

~Tiara Meilinda~

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
LEMBAR PENGUJI	iii
PERNYATAAN	iv
PRAKATA	v
PERSEMBAHAN SKRIPSI	vi
MOTTO	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
ABSTRAK	xv
<i>ABSTRACT</i>	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.4 Manfaat Penelitian.....	4
1.4 Manfaat Teoritis.....	4
1.4 Manfaat Praktis.....	4
BAB II TINJAUNAN PUSTAKA	5
2.1 Stres Akademik.....	5

2.1.1 Definisi Stres Akademik.....	5
2.1.2 Jenis-Jenis Stres Akademik.....	6
2.1.3 Gejala Stres Akademik.....	6
2.1.4 Faktor-Faktor Stres Akademik.....	8
2.1.5 Aspek-Aspek Sres Akademik.....	9
2.1.6 Tingkat Stres.....	11
2.1.7 TahapStres.....	11
2.2 Kecanduan Game Online.....	13
2.2.1 Definsi Kecanduan Game Online.....	13
2.2.2 Ciri-Ciri Kecanduan Game Online.....	14
2.2.3 Dampak Positif Dan Negatif Bermain Game Online.....	14
2.2.4 Aspek-Aspek Bermain Game Online.....	15
2.2.5 Jenis-Jenis Game Online.....	16
BAB III METODE PENELITIAN.....	18
3.1 Jenis Penelitian.....	18
3.2 Variabel Penelitian.....	18
3.3 Definisi Operasional.....	19
3.4 Tempat Dan Waktu Penelitian.....	19
3.4.1 Tempat Penelitian.....	19
3.5 Populasi Dan Sampel.....	19
3.5.1 Populasi.....	19
3.5.2 Sampel.....	20
3.6 Teknik Pengumpulan Data.....	21
3.7 Instrumen Penelitian.....	22

3.8 Pengujian Instrumen.....	23
3.8.1 Uji Validitas.....	24
3.8.2 Uji Reliabilitas.....	25
3.9 Teknik Analisis Data.....	26
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	28
4.1 Deskripsi Hasil Penelitian.....	28
4.1.1 Hasil Presentase Stres Akademik Siswa Yang Kecnduan Bermain Game Online.....	29
4.2 Pembahasan Hasil Penelitian.....	33
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	38
5.1 Kesimpulan.....	38
5.2 Saran.....	38
1 Sekolah.....	38
2 Guru Bimbingan Dan Konseling.....	39
3 Bagi Siswa.....	39
4. Bagi Peneliti Selanjutnya.....	39
DAFTAR PUSTAKA.....	40
LAMPIRAN.....	44

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Jumlah Populasi Penelitian.....	20
Tabel3. 2 Jumlah Sampel Penelitian.....	20
Tabel 3.3 Kisi- Kisi Instrumen	22
Tabel 3.4 Skor Skala Likert	23
Tabel 3.5 Rumus Analisis Norma Skala.....	27
Tabel 4.1 Data Statistik Dasar Variabel Penelitian.....	28
Tabel 4.2 Tingkat Stres Akademik Pada Siswa Yang Bermain Game Online Pada Kelas IPS.....	29
Tabel 4.3 Tingkat Stres Akademik Berdasarkan Aspek	31

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1 Grafik Stres Akademik Pada Siswa Yang Bermain <i>Game Online</i> Kelas XI IPS	28
Gambar 4.2 Grafik Stres Akademik Pada Siswa Yang Bermain <i>Game Online</i> Dari Segi Aspek	30

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Usul Judul Penelitian.....	45
Lampiran 2 Sk Pembimbing.....	46
Lampiran 3 Sk Penelitian.....	47
Lampiran 4 Sk Validasi.....	49
Lampiran 5 Lembar Pengesahan.....	50
Lampiran 6 Validitas Dan Reliabilitas.....	51
Lampiran 7 Angket Stres Akademik.....	60
Lampiran 8 Dokumentasi Pengisian Angket.....	68
Lampiran 9 Instrumen Stres Akademik Pada Siswa Yang Bermain <i>Game Online</i> Kelas XI IPS	69
Lampiran 10 Kategorisasi Stres Akademik Dari Segi Aspek Psikologis.....	70
Lampiran 11 Kategorisasi Stres Akademik Dari Segi Aspek Fisiologis	71
Lampiran 12 Kategorisasi Stres Akademik Dari Segi Aspek Kognitif	72
Lampiran 13 Kategorisasi Stres Akademik Dari Segi Aspek Perilaku	74
Lampiran 14 Ruang BK SMA Negeri 4 Muara Enim	74

**TINGKAT STRES AKADEMIK PADA SISWA YANG BERMAIN *GAME*
ONLINE KELAS XI IPS DI SMA NEGERI 4 MUARA ENIM**

Oleh
Tiara Meilinda
NIM: 06071381823046
Pembimbing: Dra. Rahmi Sofah, M.Pd., Kons.
Program Studi Bimbingan Dan Konseling

ABSTRAK

Penelitian ini adalah suatu penelitian yang menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif dengan metode deskriptif. Yang memiliki tujuan untuk mengetahui tingkat stres akademik pada siswa yang bermain *game online* di SMA Negeri 4 Muara Enim. Teknik pengumpulan data menggunakan skala likert. Populasi dalam penelitian ini yakni sebanyak 82 siswa dengan pengambilan sampel menggunakan teknik "*purposive sampling*", yang terindikasi mengalami tingkat kecanduan bermain *game* yang tinggi yakni dengan jumlah 62 siswa, Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa tingkat stres akademik pada siswa yang bermain *game online* dengan kategori tinggi yaitu 19,35% jumlah siswa 12 orang, kategori sedang 64,51% dengan jumlah siswa 40 orang, dan rendah 16,12% dengan jumlah siswa 10 orang. Berdasarkan aspek yang di teliti (1) aspek psikologis dengan hasil presentase tertinggi yakni 69,35% dalam kategori sedang dengan jumlah siswa 43 orang. (2) aspek fisiologis dengan hasil presentase tertinggi yakni 64,51% dalam kategori sedang dengan jumlah siswa 40 orang. (3) aspek kognitif dengan hasil presentase tertinggi yakni 62,90% dalam kategori sedang dengan jumlah siswa 39 orang (4) aspek perilaku dengan hasil presentase tertinggi yakni 69,35%, dalam kategori sedang dengan jumlah siswa 43 orang. Jadi dapat di lihat rata-rata siswa tersebut cenderung mengalami tingkat stres yang sedang akibat dari bermain *game online*.

Kata Kunci: Stres Akademik, *Game Online*

***THE LEVEL OF ACADEMIC STRESS ON STUDENTS PLAYING ONLINE
GAMES FOR CLASS XI SOCIAL SCIENCES AT SMA NEGERI 4
MUARA ENIM***

By

Tiara Meilinda

NIM: 06071381823046

*Supervisor: Dra. Rahmi Sofah, M.Pd., Kons.
Guidance and Counseling Study Program*

ABSTRACT

This research is a study that uses a quantitative research approach with a descriptive method. Which has the purpose of knowing the level of academic stress in students who play online games at SMA Negeri 4 Muara Enim. The data collection technique uses a likert scale. The population in this study was 82 students with sampling using the "purposive sampling" technique, which was indicated to have a high level of addiction to playing games, namely by the number of 62 students, The results of the study showed that the level of academic stress in students who played online games with a high category was 19.35% the number of students was 12 people, the medium category was 64.51% with the number of students 40 people, and a low 16.12% with the number of students 10 people. Based on the aspects studied , (1) psychological aspects with the highest percentage results, namely 69.35% in the moderate category with a total of 43 students. (2) physiological aspects with the highest percentage results, namely 64.51% in the moderate category with 40 students. (3) cognitive aspects with the highest percentage results, namely 62.90% in the moderate category with 39 students (4) behavioral aspects with the highest percentage results, namely 69.35%, in the medium category with 43 students. So it can be seen that the average student tends to experience a moderate level of stress as a result of playing online games.

Keywords: *Academic Stress, Online Gaming*

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pada era yang serba digital dan modern seperti sekarang ini kemajuan teknologi dan komunikasi sangat canggih dan mempengaruhi segala bidang, salah satunya di bidang hiburan yang berupa *game online*. *Game online* adalah jenis permainan yang berbasis elektronik dan visual, *game online* dimainkan dengan memanfaatkan media visual elektronik yang biasanya menyebabkan radiasi pada mata, sehingga mata terasa menjadi lelah. Tetapi kemunculan *game online* ini menarik para kalangan remaja khususnya siswa-siswi yang masih sekolah sehingga dikhawatirkan berpengaruh negatif terhadap stres akademiknya. Ondang (2020: 2)

Sarwono (januar, 2017:2) mengatakan stres adalah respon kejiwaan ketika individu mendapatkan tekanan. Stres dikategorikan menjadi 3 jenis: stres berat, ringan, sedang. Stres ringan dapat memberikan gairah nyata dalam kehidupan yang setiap harinya menjenuhkan. Stres yang berlebihan apabila tidak ditangani dapat mempengaruhi kesehatan. Untuk remaja sendiri stres seringkali disebabkan karena tuntutan dari orang tua dan masyarakat. Orang tua biasanya menuntut anaknya untuk mempunyai prestasi yang bagus di sekolah dan seringkali tanpa melihat batasan si anak, hal tersebut dapat menimbulkan beban yang berat kepada sang anak serta dapat menyebabkan munculnya penurunan nafsu makan, sakit kepala, kecemasan yang berlebih, emosi yang tidak terkendali dan lain - lain.

Dalam pengertian umum, stress adalah suatu tekanan atau sesuatu yang terasa menekan dalam diri individu. Sesuatu tersebut dapat terjadi disebabkan oleh ketidak seimbangan antara harapan dan kenyataan yang diinginkan oleh individu, baik keinginan yang bersifat jasmaniah maupun rohaniah. Menurut McGrath (dalam Sukadiyanto, 2010: 56)

Menurut Fajar (2019:7) menjelaskan *game online* kata yang sering digunakan merepresentasikan sebuah permainan digital yang sedang marak di zaman sekarang. *Game online* sering dan banyak dijumpai dimanapun walaupun

game online ini tidak hanya identik dengan komputer, game dapat berupa konsol, bahkan game ada di *handphone*. *Game online* bertujuan untuk hanya sekedar refreking menghilangkan rasa jenuh dan mengisi waktu luang. *Game online* pertama di ciptakan pada tahun 1969, berbasis *game* daring, permainan atau *game* ini dikembangkan dengan tujuan awal untuk pendidikan.

Di dalam *game* terkandung hal yang namanya story atau alur cerita yang harus diselesaikan oleh individu yang sedang bermain *game* tersebut. Alur cerita setiap *game* atau tingkatan level permainan sangatlah panjang, tidak bisa diselesaikan atau ditamatkan pada saat itu juga. Hal inilah yang dapat menyebabkan seseorang lupa waktu. Perkara ini dikhawatirkan dapat membuat seorang siswa yang bermain *game online* ketika sedang belajar di sekolah tetapi siswa tersebut malah memikirkan game yang belum ia tamatkan levelnya.

Menurut Andrew & Ernest (dalam, Azizah, 2018: 6) *game online* lebih tepatnya disebut sebagai sebuah teknologi dibandingkan sebagai sebuah genre atau jenis permainan, sebuah mekanisme untuk menghubungkan pemain bersama dibandingkan pola tertentu dalam sebuah permainan. *Game online* adalah jenis permainan komputer yang memanfaatkan jaringan komputer (LAN atau internet) sebagai medianya.

Febriani (2021: 4) pemain *game online* mayoritas dari kalangan pelajar, mulai dari SD, SMP, SMA dan Mahasiswa. Pelajar yang sering bermain *game online* akan menjadi kecanduan dan ketagihan. Jika keseringan bermain *game online* akan berdampak pada pola hidup para siswa dan berdampak pada konsentrasi belajar siswa dan juga dapat meningkatkan stres akademik pada siswa.

Berdasarkan hasil wawancara bersama guru Bimbingan dan Konseling di SMA Negeri 4 Muara Enim, mengatakan bahwa siswa-siswi di kelas XI IPS terutama kelas XI IPS 1,2 dan 3 banyak yang bermain *game online* menurut informasi yang telah di sampaikan oleh seorang murid ke guru BK, siswa yang bermain *game online* ini biasanya sering telat masuk ke kelas yang mana siswa yang bermain *game online* ini sering sekali mudah tersinggung bahkan marah-marah ketika teman mengingatkan yang berhubungan dengan tugas, untuk lebih

membuktikan nya saya melakukan wawancara dengan perwakilan masing-masing murid kelas XI IPS melalui *whatsapp*, saya bertanya kegiatan yang sering dilakukan pada saat jam kosong siswa tersebut menjawab pertanyaan saya. menurut informasi yang telah di sampaikan, biasanya siswa yang aktif bermain *game online* ini sering menghabiskan jam pelajaran yang kosong dengan bermain *game* dikelas sesama rekannya sehingga mengabaikan tugas yang sudah diberikan. Informasi selanjutnya siswa yang bermain *game* bahkan bisa menghabiskan waktu lebih dari 3 jam dalam sekali bermain *game* setiap hari nya. Selanjutnya saya melakukan wawancara bersama guru mata pelajaran, menurut informasi yang di peroleh, guru sering bertanya ketika mau memulai pelajaran pasti ada siswa yang terlambat masuk ke kelas, alasannya jika di tanya pasti menjawab selalu begadang, sehingga ketika untuk mulai pelajaran, siswa-siswi banyak yang tidak fokus belajar dikhawatirkan masalah ini disebabkan oleh keseringan bermain *game*. Dalam ketepatan hari mengumpulkan tugas, siswa-siswi di kelas XI IPS sering telat dalam mengumpulkan tugas, dikarenakan waktu luang nya banyak habis digunakan untuk bermain *game online* bersama rekan-rekan nya. Guru wali kelas juga menyatakan hal yang sama karena mendapatkan laporan dari guru-guru yang mengajar di kelas tersebut kalau siswa-siswi nya sering telat masuk karena kesiangannya ada beberapa siswa juga yang kadang tidak menyimak ketika guru sedang menjelaskan di depan.

Ketergantungan pada *game online* dapat mempengaruhi aspek sosial dalam kehidupan sehari-hari, siswa banyak membuang waktu nya di dunia maya untuk bermain *game online* seperti *Mobile legend*, *Free fire*, *Domino* dan *game online* sejenis lainnya. Maka dari itu untuk mengetahui tingkat stres akademik terhadap siswa yang bermain *game online* maka dilakukan dengan cara menyebar angket ke kelas XI IPS supaya dapat mengetahui seberapa tinggi tingkat stres akademik yang dialami siswa tersebut.

Berdasarkan masalah di atas menjadikan peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut tentang Tingkat Stress Akademik Pada Siswa Yang Bermain *Game Online* Kelas XI IPS Di SMA Negeri 4 Muara Enim

1.2 Rumusan Masalah

Sesuai latar belakang dan identifikasi masalah di atas, maka rumusan masalah penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

Bagaimana Tingkat Stres Akademik Pada Siswa Yang Bermain *Game Online* Kelas XI IPS Di SMA Negeri 4 Muara Enim?

1.3 Tujuan Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui Tingkat Stres Akademik Pada Siswa Yang Bermain *Game Online* Kelas XI IPS Di SMA Negeri 4 Muara Enim.

1.4 Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini di harapkan dapat memberikan sejumlah manfaat, antara lain:

1.4.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini banyak manfaatnya bagi pembaca, bahkan penelitian ini bisa digunakan sebagai referensi pada penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan Tingkat Stres Akademik Pada Siswa Yang Bermain *Game Online* kelas XI IPS Di SMA Negeri 4 Muara Enim.

1.4.2 Manfaat Praktis

Manfaat dari penelitian ini yaitu:

1. Memberikan manfaat bagi sekolah sebagai bahan informasi mengenai tingkat stres akademik siswa yang bermain *game online*
2. Memberikan manfaat bagi guru agar lebih memberikan perhatian kepada siswa, mengingat pengaruh *game online* terhadap tingkat stres akademik
3. Memberikan manfaat bagi siswa untuk memberikan pemahaman tentang dampak-dampak kebiasaan bermain *game online*
4. Memberikan manfaat bagi peneliti selanjutnya dan dapat menambah ilmu pengetahuan serta wawasan tentang gambaran tingkat stres akademik pada siswa yang bermain *game online* pada kelas XI IPS di SMA Negeri 4 Muara Enim yang dapat di jadikan sebagai referensi untuk melaksanakan penelitian selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Ade, A. H. (2019). *Stres Akademik Siswa SMA dan Implikasinya dalam Bimbingan dan Konseling* (Phd Thesis. Universitas Negeri Padang)
- Afhani, AR (2021). *Tingkat stres akademik pada mahasiswa dalam pembelajaran berani selama masa pandemi covid-19* (Disertai Doktor, Universitas Muhammadiyah Malang).
- Akbar, H (2020). Penyuluhan Dampak Perilaku Kecanduan Bermain Game Online Terhadap Kesehatan Remaja di SMA Negeri 1 Kotamubagu. *Community engagemenet and emergence journal (CEEJ)*, 2020, 1. 2: 42-47
- Anggraini, D. V. (2018). Faktor Penyebab Stres Akademik pada Siswa (Studi Deskriptif pada Siswa Kelas 4 dan 5 SD Bentara Wacana Muntilan). *Universitas Sanata Dharma, Yogyakarta*.
- AR, Amelia Oktaviana. *Pengaruh Game Online Pubg Terhadap Disiplin Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Pai Kelas X Di Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 03 Bengkulu Utara*. (2021 PhD Thesis. Uin Fatmawati Sukarno Bengkulu)
- Azizah, L. (2018). *Hubungan Kebiasaan Bermain Games Online dengan Kualitas Tidur Remaja pada Kelas X (Studi di SMK Dwija Bhakti 2 Jombang)* (PhD. Thesis. STIKes Insan Cendekia Medika Jombang).
- Barseli, M., Ifdil, I., & Fitria, L. (2020). Stress akademik akibat Covid-19. *JPGI (Jurnal Penelitian Guru Indonesia)*, 5(2), 95-99.
- Barseli, M., Ifdil, I., & Nikmarijal, N. (2017). Konsep stres akademik siswa. *Jurnal konseling dan pendidikan*, 5(3), 143-148.
- Bunjamin, A. (2021). Mengelola Stres dengan Pendekatan Islami dan Psikologi. *Idaarah: Jurnal Mnajemen Pendidikan*, 5(1), 145-159

- Dewanti, D. E. (2016). Tingkat Stres Akademik pada Mahasiswa BIDIKMISI dan non BIDIKMISI Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta. *Universitas Negeri Yogyakarta, 147*, 11-40.
- Dinda, S. (2022). *Hubungan Efikasi Diri Dan Stres Akademik Dengan Perilaku Menyontek Siswa* (PhD Thesis. Uin Raden Intan Lampung).
- Fajar Anugerah, M. (2019). *Pengaruh Game Online Terhadap Etika Berkomunikasi (Studi Siswa Sman 1 Payaraman)* (Doctoral dissertation, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik).
- Febriani, N., Rosadi, K. I., & Jaya, J. (2021). *Dampak Game Online Terhadap Konsentrasi Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Islam Di Sekolah Sekolah Menengah Pertama Negeri 11 Kecamatan Rimbo Ulu Kabupaten Tebo Provinsi Jambi* (Doctoral dissertation, UIN Sulthan Thaha Saifuddin Jambi).
- Fitri, E., Erwinda, L., & Ifdil, I. (2018). Konsep Adiksi Game Online dan Dampaknya terhadap Masalah Mental Emosional Remaja serta Peran Bimbingan dan Konseling. *Jurnal Konseling dan Pendidikan, 6*(3), 211-219.
- Indriani, T. (2021). Gambaran Stres Akademik Saat Pembelajaran Jarak Jauh (Pjj) Pada Siswa Di SMK Negeri 1 Godean Tahun Pelajaran 2020/2021. *Ristekdik: Jurnal Bimbingan dan Konseling, 6*(1), 1.Konseling, 4(6).
- Lebho, M. A., Lerik, M. D. C., Wijaya, R. P. C., & Littik, S. K. (2020). Perilaku Kecanduan Game Online Ditinjau dari Kesepian dan Kebutuhan Berafiliasi pada Remaja. *Journal of Health and Behavioral Science, 2*(3), 202-212.
- Lestari, I. F. (2021). *Pengaruh Game Online Terhadap Perilaku Sosial Remaja SMK Di Desa Pener Kecamatan Taman Kabupaten Pemalang Tahun 2021* (PhD Thesis, Universitas Pancasakti Tegal).

- Lusiana, I. R. (2019). *Pengaruh relaksasi otot progresif terhadap penurunan stres akademik pada siswa SMP* (Doctoral dissertation, UIN Sunan Ampel Surabaya).
- Melinda, P. A. (2017). *Hubungan Tingkat Stres Dengan Kejadian Dysmenorrhea Pada Remaja Putri Di Man 1 Kota Madiun* (PhD Thesis. Stikes Bhakti Husada Mulia).
- Mertika, M., & Mariana, D. (2020). Fenomena Game Online di Kalangan Anak Sekolah Dasar. *Journal of Educational Review and Research*, 3(2), 99-104.
- Nasution, I. K. (2007). *Stres Pada Remaja*. Universitas Sumatera Utara, 1-26
- Novrialdy, E. (2019). Kecanduan game online pada remaja: Dampak dan pencegahannya. *Buletin Psikologi*, 27(2), 148-158.
- Ondang, G. L., Moku, B. J., & Goni, S. Y. (2020). Dampak Game Online terhadap Motivasi Belajar Mahasiswa Jurusan Sosiologi Fispol Unsrat. *Holistik, Journal Of Social and Culture*.
- Pardosi, D. S. (2020). Skripsi Literature Review: *Hubungan Kecanduan Game Online Dengan Tingkat Stres 2020*
- Pramesta, D. K., & Dewi, D. K. (2021). Hubungan Antara Efikasi Diri dengan Stres Akademik pada Siswa di SMA X. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(7), 23-33.
- Prasetyo, P. W., Rohmadani, Z.V., Psi, S., Dyorita, A., & Psi, S. (2021) *Hubungan Kecenderungan Bermain Game Online Dengan Tingkat Stres Pada Remaja* (Doctoral dissertation, Universitas 'Aisyah Yogyakarta).
- Rohmatillah, W., & Kholifah, N. (2021). Stres Akademik Antara Laki-laki dan Perempuan Siswa School From Home. *Jurnal Psikologi: Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan*, 8(1), 38-52

- Salim, A. (2016). *Pengaruh Game Online Terhadap Perilaku Belajar Mahasiswa Jurusan Pendidikan Agama Islam Fakultas Tarbiyah Dan Keguruan Uin Alauddin Makassar* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar).
- Setiawati, OR, & Setyowati, S. (2021). Game kecanduan online dengan stres akademik pada siswa SMP. *Jurnal Kesehatan Holistik*, 15 (1), 81-88.
- Sugiyono, (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Alfabeta
- Sukadiyanto, S. (2010). Stress dan cara menguranginya. *Jurnal Cakrawala Pendidikan*, 1(1).
- Syaripudin, A. (2021). *Pola Kecanduan Game Online Mobile Legend Pada Perilaku Konsumtif (Studi Kasus di SMPN 01 Kedungbanteng Kelas VIII Tahun Pelajaran 2019/2020)* (Doctoral dissertation, Universitas Pancasakti Tegal).
- Ulum, M. C. (2018). Hubungan Sikap Mahasiswa dengan Tingkat Stress dalam Penyusunan Skripsi pada Mahasiswa Semester VIII S1 Keperawatan Stikes Icme Jombang. *Stikes Insan Cendikia Medika*.
- Utami, S. D. (2015). Hubungan antara efikasi diri dengan stres akademik pada siswa kelas xi di man 3 yogyakarta. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, 4(6)
- Wibowo, J. J. H. (2017). Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Kecanduan Game Online Pada Remaja Kelurahan Ploso Baru Surabaya Penelitian Cross Sectional Study (Doctoral dissertation, Universitas Airlangga).
- Yusuf, n A. M. (2019), *Metode penelitian pendidikan (Pendekatan kuantitatif, dan penelitian gabungan)*. Jakarta: Prenadamedia Group