



Available online at www.journal.unrika.ac.id

Jurnal KOPASTA
Jurnal KOPASTA, 1(11), (2024) 58-63



P-ISSN : 2442-4323
E-ISSN : 2599 0071

Received : Mei 2024
Revision : Mei 2024
Accepted : Juni 2024
Published : Juni 2024

KONTRIBUSI KECANDUAN GAME ONLINE TERHADAP NOMOPHOBIA THE CONTRIBUTION OF ONLINE GAME ADDICTION TO NOMOPHOBIA

Rahma Putri Karlin¹, Afdal²

¹(Bimbingan dan Konseling, Universitas Negeri Padang, Indonesia)

²(Bimbingan dan Konseling, Universitas Negeri Padang, Indonesia)

¹rahmapkarlin26@gmail.com, ²adal@konselor.org

Abstrak

Kemajuan teknologi modern memunculkan alat-alat canggih seperti smartphone yang membantu berbagai aspek kehidupan manusia. Namun, penggunaan berlebihan dapat menyebabkan ketergantungan, seperti nomophobia (ketakutan kehilangan smartphone) dan kecanduan game online. Penelitian ini melibatkan 247 siswa usia 15-18 tahun, dengan jumlah laki-laki 107 dan perempuan 140 perempuan. Menganalisis tingkat kecanduan game dan nomophobia dengan menggunakan instrumen berdasarkan aspek kecanduan game online (salience, tolerance, mood modification, replace, withdrawal, conflict, problems) dan dimensi nomophobia (not being able to communicate, losing connectedness, not being able to access information, giving up conversation). Hasil menunjukkan kecanduan game berkontribusi terhadap nomophobia, di mana peningkatan kecanduan game online berkaitan dengan peningkatan nomophobia. Hasil regresi menunjukkan kontribusi kecanduan game terhadap nomophobia sebesar 11.0%, sisanya dipengaruhi variabel lain. Temuan ini berpotensi membantu guru bimbingan dan konseling dalam memberikan layanan yang sesuai untuk mengatasi masalah nomophobia dan kecanduan game online, baik secara individu maupun kelompok.

Kata Kunci: kecanduan game online, nomophobia

Abstract

Advances in modern technology have led to sophisticated tools such as smartphones that help various aspects of human life. However, excessive use can lead to dependencies, such as nomophobia (fear of losing your smartphone) and addiction to online games. This study involved 247 students aged 15-18 years, with 107 boys and 140 girls. Analyze the level of game addiction and nomophobia using instruments based on aspects of online game addiction (salience, tolerance, mood modification, replace, withdrawal, conflict, problems) and the nomophobia dimensions (not being able to communicate, losing connectedness, not being able to access information, giving up conversation). The results show that game addiction contributes to nomophobia, where an increase in online game addiction is related to an increase in nomophobia. The regression results show that the contribution of game addiction to nomophobia is 11.0%, the rest is influenced by other variables. These findings have the potential to assist guidance and counseling teachers in providing appropriate services to overcome the problem of nomophobia and online game addiction, both individually and in groups.

Keywords; online game addiction, nomophobia

PENDAHULUAN

Pada tahun 2022, penggunaan *smartphone* di Indonesia mencapai 192,15 juta dan menempati peringkat ke-4 di dunia (Sadya, 2023). *Smartphone* merupakan salah satu alat yang tercipta dari kemajuan teknologi modern saat ini yang memiliki fitur-fitur canggih dan menarik seperti komputer sehingga banyak yang menggunakannya. *Smartphone* memberikan kemudahan secara instan bagi penggunanya dalam berinteraksi, membangun hubungan, mengekspresikan emosi dan pemikiran, serta berbagi informasi di era komunikasi digital. Hal ini menjadi alasan utama mengapa banyak orang menggunakan *smartphone* untuk memenuhi kebutuhan tersebut (Rahmah, 2015; Kanmani et al., 2017; Yasan & Yildirim, 2018). Putra

(2015) berpendapat terdapat tiga aspek dalam penggunaan *smartphone*, yaitu durasi, frekuensi, dan aktivitas fisik. Penggunaan *smartphone* dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti keamanan, kemudahan dan praktisitas dalam penggunaan, kebebasan dalam mengakses informasi, mendukung *branding* diri, menjadi pelarian dari kebosanan, serta menimbulkan rasa ketagihan (Wardhana, 2015). Rasa ketagihan ini akan cenderung mengarahkan individu pada rasa takut jauh dari *smartphone* atau yang saat ini dikenal dengan sebutan *nomophobia*. Penelitian Pavithra et al. (2015) menyebutkan bahwa fenomena *nomophobia* banyak terjadi di kalangan siswa, di mana 23% siswa mengalami kehilangan konsentrasi dan stres saat jauh dari *smartphone*, 39,5% mengidap *nomophobia*, dan 27% beresiko mengalami *nomophobia*. Data *nomophobia* di Sumatera Barat dapat dilihat pada penelitian sebelumnya, (Rahayuningrum & Sary, 2019) mendapatkan hasil bahwa 46% remaja SMA di kota Padang mengalami *nomophobia*. Penelitian yang dilakukn pada SMA Negeri 1 Batang Anai Padang Pariaman menunjukkan hasil bahwa siswa kelas XI IPS memiliki tingkat kecanduan game online dalam kategori sedang (50%) dan tinggi (50%) (Ngesti et al., 2023). Salah satu yang berkontribusi dalam penyebab perilaku *nomophobia* adalah kecanduan *game online*. Bmspaces (Lukito, 2017) juga menyebutkan bahwa *Game Addiction Disorder* merupakan salah satu etiologi *nomophobia*. Kecanduan *game online* dan *nomophobia* adalah dua hal yang berbeda akan tetapi memiliki keterikatan. Sebagaimana yang disebutkan oleh Ayar & Berkats (2021) adanya korelasi positif, sedang, dan signifikan antara kecanduan game online dan tingkat *nomophobia* dengan penjelasan bahwa remaja yang memiliki tingkat penggunaan internet bermasalah dan kecanduan game online yang tinggi dapat meningkatkan tingkat *nomophobia* juga.

METODOLOGI (Material dan Metode)

Penelitian ini bertujuan untuk melihat gambaran kecanduan *game online* dan *nomophobia* serta kontribusi kecanduan *game online* terhadap *nomophobia*. Metode yang dilakukan yaitu kuantitatif analisis deskriptif regresi dengan teknik regresi linear sederhana dengan sampel 247 orang siswa SMAN 8 Padang dengan karakteristik remaja pertengahan usia 15-18 tahun dengan jumlah laki-laki 107 dan perempuan 140 perempuan yang diperoleh melalui teknik *random sampling*. Data dikumpulkan menggunakan instrumen kecanduan *game online* (*salience, tolerance, mood modification, replase, withdrawal, conflict, problems*) dan dimensi *nomophobia* (*not being able to communicate, losing connectedness, not being able to access information, giving up convervation*) dengan menggunakan skala likert dengan 5 alternatif jawaban, Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Cukup Sesuai (CS), Kurang Sesuai (KS), Tidak Sesuai (KS) dengan jumlah item sebanyak 55. Pengumpulan data dilakukan secara online dengan bantuan google form yang diisi secara langsung oleh siswa. Selanjutnya data diolah dan dianalisis menggunakan rumus persentase, regresi sederhana dengan bantuan aplikasi SPSS versi 25.00.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil analisis data instrumen yang dilakukan dengan pengolahan kuantitatif dijelaskan pada tabel berikut :

Skor Kecanduan Game Online

No	Indikator	Skor							
		Ideal	Ter-tinggi	Terendah	Total	Rata-rata	% rata-rata	Sd	Ket
1	<i>Salience</i> (Perhatian)	20	17	5	2772	11	55	2.8	SD
2	<i>Tolerance</i> (Toleransi)	15	14	4	1954	7	46.6	3.1	SD
3	<i>Mood modification</i> (Perubahan suasana hati)	20	19	5	2564	10	50	3.9	SD
4	<i>Relapse</i> (Pengulangan)	20	19	5	2627	11	55	3.5	SD
5	<i>Withdrawal</i> (Penarikan diri)	20	18	5	2755	11	55	3.4	SD
6	<i>Conflict</i> (Konflik)	30	29	7	3870	16	55	5.2	SD
7	<i>Problems</i> (Masalah)	25	24	7	3538	14	65	3.8	SD
Keseluruhan Kecanduan Game Online		150	126	44	20080	81	54	21,6	SD

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa secara keseluruhan skor ideal dari kecanduan *game online* adalah sebesar 150, terdapat siswa yang mendapat skor kecanduan *game online* tertinggi yaitu 126 dan juga terdapat siswa yang mendapat skor kecanduan *game online* terendah yaitu 44, secara keseluruhan skor total yang diperoleh yaitu 20080 dengan rata-rata skor yang diperoleh siswa yaitu 81 atau 54% dari skor ideal dengan standar deviasi sebesar 21.6. Dengan demikian secara rata-rata tingkat kecanduan *game online* siswa berada pada kategori **sedang**.

Tingkat kecanduan *game online* siswa berada pada kategori yang berbeda-beda. Namun, berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, maka peneliti dapat menyimpulkan bahwa siswa SMAN 8 Padang memiliki tingkat kecanduan *game online* sedang yang menunjukkan bahwa mereka mengalami gangguan ketergantungan meskipun tidak dalam kategori yang tinggi. Namun hal ini tetap harus diperhatikan dan diberi tindakan agar tidak meningkat atau dengan kata lain dapat diturunkan dan dihilangkan kecanduan tersebut. Sebab, jika masalah ini tidak diselesaikan maka akan timbul masalah-masalah lainnya pada diri siswa. Dapat dilihat pada aspek *conflict* yang memiliki skor rata-rata tertinggi diantara aspek lainnya. Maksudnya siswa yang kecanduan *game online* akan menghadapi masalah pada kehidupannya seperti interaksi dilingkungan sosial maupun di rumah dan bermasalah akibat mengabaikan tugas dan tanggung jawab. Individu ini akan lebih memilih bermain *game online* daripada melakukan interaksi secara langsung dengan orang tua, teman dan lingkungan. Mereka juga akan menunjukkan sikap mengabaikan tugas utama menjadi seorang siswa yaitu belajar dan mengerjakan tugas.

Skor Nomophobia Siswa

No	Indikator	Skor							
		Ideal	Ter-tinggi	Terendah	Total	rata-rata	% rata-rata	Sd	Ket
1	<i>Not being able to communicate</i> (tidak dapat berkomunikasi)	35	33	8	4786	19	54	5.4	SD
2	<i>Losing connectedness</i> (kehilangan koneksi)	30	28	8	4328	17	56	4.1	SD
3	<i>Not being able to access information</i> (tidak dapat mengakses informasi)	30	27	6	4690	19	63	3.7	T
4	<i>Giving up convenience</i> (menyerah pada kenyamanan)	30	28	8	4720	19	63	3.9	T
Keseluruhan Nomophobia Siswa		125	111	38	18524	75	60	13.93	SD

Berdasarkan Tabel 14 dapat diketahui bahwa secara keseluruhan skor ideal dari *nomophobia* siswa adalah sebesar 125, terdapat siswa yang mendapat skor tertinggi yaitu 111 dan terdapat juga siswa yang mendapat skor terendah yaitu 38 secara keseluruhan skor total yang diperoleh yaitu 18524 dengan rata-rata skor yang diperoleh siswa yaitu 75 atau 60% dari skor ideal dengan standar deviasi sebesar 13.9. Dengan demikian secara rata-rata tingkat *nomophobia* siswa berada pada kategori **sedang**.

Tingkat *nomophobia* siswa berada pada kategori yang berbeda-beda. Namun berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, maka peneliti dapat menyimpulkan siswa SMAN 8 Padang memiliki tingkat *nomophobia* sedang yang menunjukkan bahwa mereka mengalami gangguan kecanduan atau rasa takut tanpa *mobile phone* atau *smartphone*. Namun, meskipun berada pada kategori yang sedang, masalah *nomophobia* ini tetap harus diberi perhatian dan diberi perlakuan agar tingkatnya tidak meningkat atau dapat menurun bahkan hilang. Sebab apabila masalah ini tidak diselesaikan maka akan timbul masalah-masalah lainnya yang dirasakan oleh siswa.

Analisis Regresi Linier Sederhana Variabel (X) terhadap Variabel (Y)

Model	R	R Square
-------	---	----------

1	0.170	0.029
---	-------	-------

Pada Tabel diatas terlihat bahwa nilai R sebesar 0.170 dengan signifikansi 0.000, yang menunjukkan koefisien regresi antara kecanduan *game online* dengan *nomophobia*. Nilai R Square sebesar 0029. Hal ini menunjukkan bahwa 2.9% variasi pada *nomophobia* dapat dijelaskan oleh kecanduan *game online* sedangkan sisanya dijelaskan oleh variabel lain yang tidak disebutkan dalam penelitian ini.

Analisis Uji Signifikansi Regresi

No	Variabel	F	Sig.
1	XY	7.309	0.007

Pada Tabel di atas, diperoleh nilai F adalah 7.309 dengan tingkat signifikan 0.007. Probabilitas 0.007 jauh lebih kecil dari taraf signifikan 0.05 yang menunjukkan koefisien regresi antara kecanduan *game online* dengan *nomophobia* siswa adalah signifikan dan berarti.

Analisis Koefisien Regresi Sederhana Variabel (X) terhadap Variabel (Y)

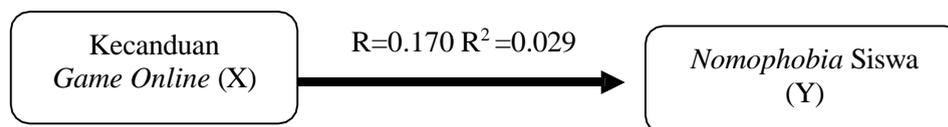
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
(Constant)	66.068	3.416		19.339	0.000
Kecanduan <i>Game Online</i>	0.110	0.041	0.170	2.703	0.007

Berdasarkan tabel diatas, diperoleh gambaran persamaan garis regresi sebagai berikut.

$$\hat{Y} = a + bX_1 = 66.068 + 0.11 X_1$$

Selanjutnya, dilakukan pengujian signifikansi konstanta dan variabel dependen (*nomophobia*). Dari Tabel 14 diketahui t_{hitung} adalah 2.703 pada taraf signifikan 0.007 dan t_{tabel} adalah 1.651 jadi $t_{hitung} > t_{tabel}$ maka H_a diterima, artinya koefisien regresi signifikan. Dapat disimpulkan bahwa terdapat kontribusi kecanduan *game online* terhadap *nomophobia* siswa.

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis di atas, maka dapat dirangkum hasil penelitian dalam bentuk bagan “Kontribusi kecanduan *game online* terhadap *nomophobia* siswa” seperti berikut.



Gambar 1. 1. Kontribusi variabel X terhadap Y

Terdapatnya kontribusi kecanduan *game online* terhadap *nomophobia* siswa, artinya bahwa tinggi rendahnya *nomophobia* siswa salah satu aspek yang menentukannya adalah dari tinggi rendahnya kecanduan *game online*. Dengan demikian, untuk setiap peningkatan yang terjadi pada kecanduan terhadap *game online* maka akan berakibat kepada meningkatnya *nomophobia* pada siswa.

Setelah mendapatkan hasil penelitian, selanjutnya peneliti akan melakukan analisis temuan hasil penelitian tersebut mengenai kontribusi kecanduan *game online* terhadap *nomophobia* siswa SMAN 8 Padang, sebagai berikut:

Hasil penelitian tentang kecanduan *game online* pada remaja yaitu siswa SMAN 8 padang kelas X dan XI usia 15-18 tahun, didapatkan hasil bahwa secara umum siswa berada pada tingkat kecanduan *game online* yang sedang yaitu dengan memperoleh skor rata-rata 81. Dilihat dari ketujuh aspek kecanduan *game online* (*salience, tolerance, mood modification, replase, withdrawal, conflict, problems*) seluruhnya berada pada kategori sedang dengan *conflict* memiliki skor nilai rata-rata yang paling tinggi. Sehingga dapat dilihat bahwa siswa yang mengalami kecanduan *game online* akan cenderung mengalami konflik dalam hidupnya. Dari hasil penelitian ini meskipun kecanduan *game online* berada pada kategori sedang, namun tetap butuh intervensi agar dapat menurunkan dan mencegah kecanduan ini. Sehingga dibutuhkan bantuan

guru BK di sekolah dan kesadaran siswa untuk menurunkan dan mencegah kecanduan game online ini.

Hasil penelitian tentang nomophobia pada remaja yaitu siswa SMAN 8 Padang kelas X dan XI usia 15-18 tahun, didapatkan hasil bahwa secara umum siswa berada pada tingkat nomophobia yang sedang yaitu dengan memperoleh rata-rata skor 75. Ini memiliki arti bahwa nomophobia menjadi masalah yang perlu untuk diatasi. King (2014) yang menyatakan bahwa nomophobia adalah ketakutan modern yang disebabkan tidak dapat melakukan komunikasi melalui ponsel serta tidak bisa mengakses internet. Karena penggunaan smartphone juga dapat mempengaruhi proses interaksi yang bersifat tatap muka (Putra et al., 2019), maka apabila siswa nomophobia maka hal ini akan mengganggu proses interaksinya sehari-hari.

Siswa merasa cemas saat tidak dapat berkomunikasi dengan orang lain melalui smartphone, gelisah apabila tidak dapat mengikuti dan mencari informasi atau bahkan terdapat perilaku buruk yang ditimbulkan yaitu mengabaikan tugas sebagai siswa. Sejalan dengan penelitian Pavithra et al. (2015) menyebutkan bahwa fenomena nomophobia banyak terjadi di kalangan siswa, di mana 23% siswa mengalami kehilangan konsentrasi dan stres saat jauh dari smartphone.

Maka dapat disimpulkan bahwa dari nomophobia ini dapat menimbulkan banyak masalah lain atau kecanduan lainnya, sehingga perlu adanya intervensi yang diberikan guna menurunkan dan menghindari diri dari nomophobia. Dengan adanya guru BK di sekolah dapat membantu siswa untuk menurunkan dan mencegah nomophobia.

Hasil temuan dari penelitian yang dilakukan, peneliti mendapatkan hasil bahwa terdapat kontribusi yang positif signifikan antara kecanduan game online terhadap nomophobia dengan signifikansi $0.007 < 0.05$. Adanya kontribusi positif signifikan ini dapat diartikan bahwa tingkat kecanduan game online tinggi, maka tingkat nomophobia tinggi juga. Pada hasil penelitian ini didapatkan tingkat kecanduan game online sedang, maka tingkat nomophobia sedang pula. Dari hal tersebut maka diketahui bahwa kecanduan game online sebagai salah satu penyebab nomophobia pada siswa.

Pelaksanaan penelitian ini telah dilakukan dengan berusaha cermat berdasarkan metode dan prosedur yang sesuai dengan jenis penelitian yang diambil, namun kesempurnaan hasil merupakan hal yang tidak mudah. Peneliti menyadari bahwa penelitian ini tidak lepas dari keterbatasan dan kelemahan yang tidak dapat dihindari, diantaranya. *Pertama*, jumlah sampel yang diambil terbatas hanya dua angkatan, tidak satu sekolah. *Kedua*, hasil yang diperoleh didapatkan bahwa hanya sedikit kontribusi kecanduan *game online* terhadap *nomophobia*. Masih banyak variabel lain yang memberi kontribusi kepada *nomophobia*. Diharapkan untuk peneliti setelah ini dapat meneliti variabel lain yang memberikan kontribusi kepada *nomophobia*. *Ketiga*, pembahasan dalam penelitian ini belum meluas dan mendetail karena keterbatasan peneliti maka penelitian ini hanya membahas pada variabel kecanduan *game online*.

Keterbatasan tersebut, peneliti berharap adanya masukan yang bersifat membangun dari para pembaca. Peneliti berharap penelitian ini dapat menjadi dasar dalam penelitian selanjutan dengan kajian teori yang lebih baik, sehingga menjadi bahan rujukan dalam pelaksanaan pemberian layanan bimbingan dan konseling kepada siswa khususnya terkait dengan fenomena yang dekat terjadi pada siswa dilingkungan sekolah yaitu berkaitan dengan *nomophobia* dan kecanduan *game online*.

KESIMPULAN

Secara umum tingkat kecanduan game online pada Siswa SMAN 8 Padang berada pada kategori sedang menunjukkan bahwa mereka mengalami gangguan ketergantungan meskipun tidak dalam kategori yang tinggi. Namun hal ini tetap harus diperhatikan dan diberi tindakan agar tidak meningkat atau dengan kata lain dapat diturunkan dan dihilangkan kecanduan tersebut. Sebab, jika masalah ini tidak diselesaikan maka akan timbul masalah-masalah lainnya pada diri siswa. Secara umum tingkat nomophobia Siswa SMAN 8 Padang berada pada kategori sedang menunjukkan bahwa mereka mengalami gangguan kecanduan atau rasa takut tanpa mobile phone atau smartphone. Namun, meskipun berada pada kategori yang sedang, masalah nomophobia ini tetap harus diberi perhatian dan diberi perlakuan agar tingkatnya tidak meningkat atau dapat menurun bahkan hilang. Sebab apabila masalah ini tidak diselesaikan maka akan timbul masalah-masalah lainnya yang dirasakan oleh siswa. Terdapat kontribusi kecanduan game online terhadap nomophobia siswa, artinya semakin tinggi kecanduan game online pada siswa maka akan semakin tinggi pula nomophobia pada siswa tersebut, tersebut meskipun secara statistik, kontribusi tersebut tidak terlihat besar namun tetap perlu untuk menjadi perhatian sehingga dapat menghindari

variabel lain yang dapat berkontribusi dalam mempengaruhi *nomophobia*. Dari penelitian ini diharapkan siswa mendapatkan informasi mengenai *nomophobia* dan kecanduan *game online*, informasi berupa pemahaman tentang pengertian, dampak, dan ciri-ciri yang ditimbulkan, sehingga diharapkan siswa dapat menghindari aktifitas yang dapat mengarahkan mereka pada *nomophobia* dan kecanduan *game online*. Melalui pemberian layanan secara klasikal atau bimbingan kelompok diharapkan guru bimbingan dan konseling dapat membantu memberikan pemahaman kepada siswa dan mengantisipasi ataupun menurunkan *nomophobia* dan kecanduan *game online*.

REFERENSI

- Afdal, A., Alizamar, A., Ihdil, I., Zadrian, A., Sukmawati, I., Zikra, Z., ... & Syahputra, Y. (2018). An analysis of phubbing behaviour: Preliminary research from counseling perspective.
- Ayar, D., & Berkats, M. (2021). The effect of problematic internet use and digital game addiction in adolescents on *nomophobia* levels. *International Journal of Caring Sciences*, 14(2), 1081. www.internationaljournalofcaringsciences.org
- Griffiths, M. D., & Davies, M. N. O. (2005). *Video game addiction: does it exist?*. MIT Press.
- Kanmani, A. S., Bhavani, U., & MaragathamR, S. (2017). *Nomophobia – an insight into its psychological aspects in india*. *The International Journal of Indian Psychology*, 4(2), 2349–3429.
- Lukito, Alamsyah. (2017). *Nomophobia*. *Prosiding Ibnu Sina: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*, 25(2), 58-61.
- Putra, M. D. (2015). *Hubungan antara penggunaan smartphone dengan ketergantungan berinteraksi di dunia maya (studi pada mahasiswa pengguna smartphone jurusan sosiologi angkatan tahun 2011-2014 FISIP Universitas Lampung)*. Fakultas FISIP Universitas Lampung.
- Rahmah, A. (2015). *Pengaruh penggunaan smartphone terhadap aktifitas kehidupan siswa*. Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Riau.
- Sadya, S. (2023). *Penggunaan smartphone indonesia terbesar keempat dunia pada 2022*. Data Indonesia.Id.
- Silvani, P. M. (2021). *Pengaruh kontrol diri dan kompetensi sosial terhadap kecenderungan nomophobia pada mahasiswa*. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9.
- Wardhana, H. (2015, June 24). *Beragam alasan menggunakan ponsel dari keamanan hingga pencitraan*. Kompasiana.
- Weinstein, A. M. (2010). *Computer and video game addiction—a comparison between game users and non-game users*. *The American journal of drug and alcohol abuse*, 36(5), 268-276.
- Yasan, N., & Yildirim, S. (2018). *Nomophobia among undergraduate students: the case of a turkish state university*. *International Journal on New Trends in Education and Their Implications*, 9(4), 11–20.
- Yildirim, C., & Correia, A. P. (2015). *Exploring the dimensions of nomophobia: Development and validation of a self-reported questionnaire*. *Computers in human behavior*, 49, 130-137.
- Young, K. S. (2009). *Understanding online gaming addiction and treatment issues for adolescents*. *The American Journal of Family Therapy*, 37, 355–372.