



**PENGARUH GAME ONLINE TERHADAP KESEHATAN  
MENTAL MAHASISWA IAIN PADANGSIDIMPUAN DI  
LINGKUNGAN I KELURAHAN SIHITANG**

**SKRIPSI**

*Diajukan untuk Melengkapi Tugas dan Syarat-syarat  
Mencapai Gelar Sarjana (S.Sos) Dalam Bidang  
Bimbingan Konseling Islam*

Oleh

**KADIR MAHMUD**  
NIM. 1630200025

PRODI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM

**FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI  
PADANGSIDIMPUAN  
2020**



**PENGARUH GAME ONLINE TERHADAP KESEHATAN  
MENTAL MAHASISWA IAIN PADANGSIDIMPUAN DI  
LINGKUNGAN I KELURAHAN SIHITANG**

**SKRIPSI**

*Diajukan untuk melengkapi Tugas dan Syarat-Syarat  
Mencapai Gelar Sarjana (S. Sos) Dalam Bidang  
Bimbingan Konseling Islam*

Oleh

**KADIR MAHMUD**  
**NIM: 1630200025**



**PRODI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM**

**FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI  
PADANGSIDIMPUAN**

**2020**



**PENGARUH GAME ONLINE TERHADAP KESEHATAN  
MENTAL MAHASISWA IAIN PADANGSIDIMPUAN DI  
LINGKUNGAN 1 KELURAHAN SIHITANG**

**SKRIPSI**

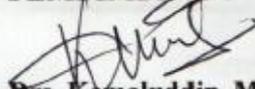
*Diajukan untuk melengkapi Tugas dan Syarat-Syarat  
Mencapai Gelar Sarjana (S. Sos) Dalam Bidang  
Bimbingan Konseling Islam*

**Oleh:**

**KADIR MAHMUD**  
NIM: 1630200025

**PRODI BIMBINGAN KONSELING ISLAM FAKULTAS DAKWAH DAN  
ILMU KOMUNIKASI**

**PEMBIMBING I**

  
**Drs. Kamaluddin, M. Ag**  
NIP.196511021991031001

**PEMBIMBING II**

  
**Dr. Mohd. Rafiq, S.Ag., M.A**  
NIP. 19780615 200312 2 003

**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI (IAIN)  
PADANGSIDIMPUAN  
TAHUN 2020**



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PADANGSIDIMPUAN  
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI**

Jalan T. Rizal Nurdin km 4,5 Sihitang, Padangsidimpuan 22733  
Telepon (0634) 22080 Faximile. (0634) 24022

Nomor : 779 /In.14/F.6a/PP.00.9/02/2020  
Lampiran : -  
Hal : **Pengesahan Judul dan Pembimbing Skripsi**

17 Februari, 2020

Kepada:

Yth. : 1. Drs. Kamaluddin, M.Ag  
2. Dr. Mohd.Rafiq.S. Ag.,M.A

Di tempat

Dengan hormat, disampaikan kepada Bapak/Ibu bahwa berdasarkan Hasil Sidang Keputusan Tim Pengkajian Kelayakan Judul Skripsi, telah ditetapkan judul skripsi mahasiswa/i tersebut di bawah ini sebagai berikut:

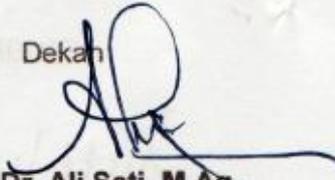
Dr. Mohd.Rafiq.S. Ag.,M.A

Nama/NIM : Kadir Mahmud/ 1630200025  
Fakultas/Prodi : Dakwah dan Ilmu Komunikasi/ BKI  
Judul Skripsi : **PENGARUH GAME ONLINE TERHADAP KESEHATAN MENTAL MAHASISWA IAIN PADANGSIDIMPUAN DI LINGKUANGAN 1 KELURAHAN SIHITANG**

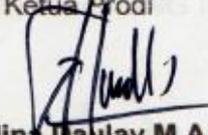
Seiring dengan hal tersebut, kami mengharapkan kesediaan Bapak/Ibu Menjadi **Pembimbing-I** dan **Pembimbing-II** penelitian penulisan Skripsi Mahasiswa/i dimaksud.

Demikian kami sampaikan, atas kesediaan dan kerjasama yang baik dari Bapak/Ibu kami ucapkan terima kasih.

Dekan

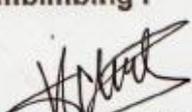
  
Dr. Ali Sati, M.Ag  
NIP. 1976030220031220001

Ketua Prodi

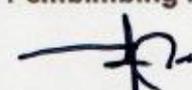
  
Maslina Daulay M.A  
NIP.19705102003122003

**Pernyataan Kesediaan Sebagai Pembimbing**

Bersedia/Tidak bersedia  
Pembimbing I

  
Drs. Kamaluddin, M.Ag  
NIP. 196511021991031001

Bersedia/Tidak Bersedia  
Pembimbing II

  
Dr. Mohd.Rafiq.S. Ag.,M.A  
NIP. 196806111999031003



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PADANGSIDIMPUAN  
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI**

Jalan Tengku Rizal Nurdin Km 4,5 Sihitang 22733  
Telepon (0634) 22080 Faximile (0634) 24022

Hal : Skripsi  
an. **Kadir Mahmud**  
lampiran : 7 (tujuh) Exemplar

Padangsidimpuan, November 2020  
Kepada Yth:  
Bapak Dekan FDIK  
IAIN Padangsidimpuan  
Di:  
Padangsidimpuan

Assalamu alaikum Wr.Wb.

Setelah membaca, menelaah dan memberikan saran-saran perbaikan seperlunya terhadap skripsi a.n **Kadir Mahmud** yang berjudul: **"Pengaruh Game Online Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa IAIN Padangsidimpuan di Lingkungan I Kelurahan Sihitang"** maka kami berpendapat bahwa skripsi ini telah dapat diterima untuk melengkapi tugas dan syarat-syarat mencapai gelar Sarjana Sosial (S.Sos) dalam bidang Ilmu Bimbingan Konseling Islam pada Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi IAIN Padangsidimpuan.

Seiring dengan hal di atas, maka saudara tersebut sudah dapat menjalani sidang munaqasyah untuk mempertanggung jawabkan skripsinya ini.

Dengan demikian kami sampaikan, semoga dapat dimaklumi dan atas perhatiannya, diucapkan terimakasih.

Wassalamu alaikum Wr.Wb.

PEMBIMBING I

**Drs. Kamaluddin.M.Ag**  
NIP. 196511021991031001

PEMBIMBING II

**Dr. Mohd. Rafiq S.Ag..M.A**  
NIP. 196806111999031002



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PADANGSIDIMPUAN  
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI**

Jalan Tengku Rizal Nurdin Km 4,5 Sihitang 22733  
Telepon (0634) 22080 Faximile (0634) 24022

**SURAT PERNYATAAN MENYUSUN SKRIPSI SENDIRI**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

**Nama : KADIR MAHMUD**  
**Nim : 16 302 00025**  
**Fak/Prodi : Dakwah dan Ilmu Komunikasi/BKI**  
**Judul Skripsi : Pengaruh Game Online Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa IAIN Padangsidimpuan Di Lingkungan I Kelurahan Sihitang**

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini adalah benar hasil karya saya sendiri tanpa meminta bantuan pihak lain, kecuali arahan tim pembimbing, kutipan-kutipan dari buku-buku dan tidak melakukan plagiasi sesuai kode Etik Mahasiswa Institut Agama Islam Negeri Padangsidimpuan.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi sebagaimana tercantum dalam Kode Etik Mahasiswa yang dimaksud, yaitu pencabutan gelar akademik dengan tidak hormat dan sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padangsidimpuan, 11 November, 2020

Pembuat Pernyataan



**Kadir Mahmud**

**NIM: 16 302 00025**



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PADANGSIDIMPUAN  
FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI**

Jalan Tengku Rizal Nurdin Km 4,5 Sihitang 22733  
Telepon (0634) 22080 Faximile (0634) 24022

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK**

: sebagai civitas akademika Institut Agama Islam Negeri Padangsidempuan saya yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : **KADIR MAHMUD**  
Nim : **16 302 000 25**  
Prodi : **Bimbingan Konseling Islam**  
Fakultas : **Dakwah dan Ilmu Komunikasi**  
Jenis Karya : **Skripsi**

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Institut Agama Islam Negeri Padangsidempuan Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-Exclusive Royalty-Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul **“PENGARUH GAME ONLINE TERHADAP KESEHATAN MENTAL MAHASISWA IAIN PADANGSIDIMPUAN DI LINGKUNGAN I KELURAHAN SIHITANG”** beserta perangkat yang ada (jika diperlukan), dengan Hak Bebas Royalti noneksklusif ini Institut Agama Islam Negeri Padangsidempuan berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya

Padangsidempuan, 11, November, 2020

Yang menyatakan,



## SURAT PERNYATAAN KEABSAHAN DAN KEBENARAN DOKUMEN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : KADIR MAHMUD  
Tempat/Tgl Lahir : Panobasan, 26 Mei 1998  
Nim : 1630200025  
Fak/Jurusan : Fdik/Bki

Menyatakan dengan sesungguhnya:

1. Segala data terdapat dalam dokumen permohonan ujian munaqosyah ini adalah benar dan sah.
2. Apabila di kemudian hari ditemukan bahwa dokumen-dokumen yang telah saya berikan tidak benar, maka saya bersedia dikenakan sanksi sesuai dengan peraturan dan ketentuan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk dapat digunakan seperlunya.

Padangsidimpuan, 11, November 2020  
Yang Membuat Pernyataan



*Kadir Mahmud*  
**KADIR MAHMUD**  
**NIM. 1630200025**



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA**  
**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PADANGSIDIMPUAN**  
**FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI**

Jalan. T. Rizel Nurdin Km 4,5Sihitang Padangsidimpuan 22733  
Telepon (0634) 22090 Faximile (0634) 24022

**BERITA ACARA UJIAN MUNAQASYAH**

Ketua Senat Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Padangsidimpuan bersama Anggota Penguji lainnya yang diangkat oleh Rektor IAIN Padangsidimpuan berdasarkan Surat Keputusan Nomor : 101 Tanggal 06 Februari 2020, setelah memperhatikan hasil ujian dari mahasiswa :

Nama : Kadir Mahmud  
NIM : 1630200025  
Fakultas/Jurusan : FDIK/ Bimbingan Konseling Islam

Dengan ini dinyatakan LULUS, ~~LULUS BERSYARAT~~, ~~MENGULANG~~ dalam Ujian Munaqasyah Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi IAIN Padangsidimpuan dengan nilai: 70. ( B ).

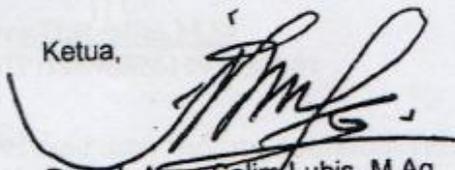
Dengan demikian mahasiswa tersebut telah menyelesaikan seluruh beban studi yang telah ditetapkan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi IAIN Padangsidimpuan dan memperoleh YUDISIUM :

- A. PUJIAN
- B. SANGAT MEMUASKAN
- C. MEMUASKAN
- D. CUKUP
- E. TIDAK LULUS

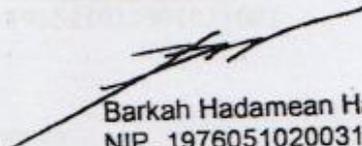
Dengan Indeks Prestasi Kumulatif : 3,39 oleh karena itu kepadanya diberikan hak memakai gelar **SARJANA SOSIAL (S.Sos)** dalam Ilmu Bimbingan Konseling Islam serta segala hal yang menyertainya. Alumni ke... 236

Padangsidimpuan, 23 - 12 - 2020  
Penguji Munaqasyah

Ketua,

  
Drs. H. Agus Salim Lubis, M.Ag  
NIP. 196606062002121003

Sekretaris,

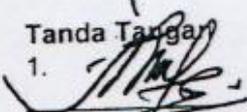
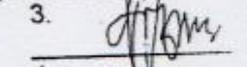
  
Barkah Hadamean Harahap, M.I.Kom  
NIP. 197605102003122003

**Anggota Penguji :**

1. Drs. H. Agus Salim Lubis, M.Ag
2. Barkah Hadamean Harahap, M.I.Kom
3. Dra. Hj. Replita, M.Si
4. Drs. Kamaluddin, M.Ag

- Bidang Ujian**
1. ISI/BAHASA
  2. UMUM
  3. METODOLOGI
  4. UMUM

**Tanda Tangan**

1. 
2. 
3. 
4. 



**KEMENTERIAN AGAMA**  
**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PADANGSIDIMPUAN**  
**FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI**

Jln.H.T.RizalNurdin Km. 4,5Sihitang, Padangsidimpuan, 22733  
Telp.(0634) 22080 Fax.(0634) 24022

**DEWAN PENGUJI**  
**SIDANG MUNAQASYAH SKRIPSI**

**NAMA** :KADIR MAHUD  
**NIM** :16 302 000 25  
**JUDUL SKRIPSI** :PENGARUH PEMAKAI GAME ONLINE TERHADAP KESEHATAN MENTAL MAHASISWA IAIN PADANGSIDIMPUAN DI LINGKUNGAN I KELURAHAN SIHITANG

**Ketua**

Drs. H. Agus Salim Lubis, M.Ag  
NIP.196308211993031003

**Sekretaris**

Barkah Hadamean Harahap, S.Sos., M.I.Kom  
NIP: 197908052006041004

**Anggota**

Drs. H. Agus Salim Lubis, M.Ag  
NIP.196308211993031003

Barkah Hadamean Harahap, S.Sos., M.I.Kom  
NIP: 197908052006041004

Dra.H.Replita, M.Si  
NIP:196905261995032001

Drs.Kamaluddin, M.Ag  
NIP: 196511021991031001

**Pelaksanaan Sidang Munaqasyah:**

Di : Padangsidimpuan  
Tanggal : 08 Desember 2020  
Pukul : 13:30 Wib s/d. Selesai  
Hasil/Nilai : 70 (B)  
Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) : 3.39  
Predikat : (Sangat Memuaskan)



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA**  
**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI**  
**PADANGSIDIMPUAN**  
**FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI**  
Jalan Tengku Rizal Nurdin Km 4,5 Sihitang 22733  
Telepon (0634) 22080 Faximile (0634) 24022

---

**PENGESAHAN**

**Nomor: 57 /In.14/F.4c/PP.00.9/01/2021**

Skripsi Berjudul : **PENGARUH PEMAKAI GAME ONLINE  
TERHADAP KESEHATAN MENTAL MAHASISWA  
IAIN PADANGSIDIMPUAN DI LINGKUNGAN I  
KELURAHAN SIHITANG.**

Ditulis oleh : **Kadir Mahmud**  
NIM : **16 302 00025**  
Program Studi : **Bimbingan Konseling Islam**

Telah diterima untuk memenuhi salah satu tugas  
dan syarat-syarat dalam memperoleh gelar  
**Sarjana Sosial (S.Sos)**

Padangsidempuan, 27 Januari 2021

Dekan



**Dr. Ali Sati, M.Ag**

**NIP.196209261993031001**

## ABSTRAK

**Nama** : Kadir Mahmud  
**Nim** : 1630200025  
**Fakultas/Jurusan** : FDIK/Bimbingan Konseling Islam  
**Judul Skripsi** : Pengaruh Pemakai Game Online Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa IAIN Padangsidempuan Di Lingkungan I Kelurahan Sihitang

Permasalahan dalam penelitian ini adalah Kebiasaan bermain *game online* membuat mahasiswa semakin sedikit berkomunikasi dengan lingkungan sekitarnya. Dari sisi lain jelas sekali adanya pengaruh yang ditimbulkan oleh *game online* pada mahasiswa seperti mahasiswa mudah melupakan waktu, karena waktu mereka bermain *game online* sehingga sering begadang, kesehatan tubuh menurun karna pola makan tidak teratur, emosional dan terkadang lupa ibadah sholat. Peneliti melihat adanya perilaku prokrastinasi.dapat dikatakan dengan menunda-nunda waktu dengan sengaja.

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dan menggunakan dua metode untuk menjawab rumusan masalah, yaitu deskriptif dan statistik, dengan menggunakan instrumen angket. Populasi berjumlah 41 mahasiswa. Untuk mengetahui Pengaruh pemakai *game online* terhadap kesehatan mental mahasiswa IAIN Padangsidempuan di Lingkungan 1 Kelurahan Sihitang, maka data yang diperoleh, diolah, dan dianalisis dengan metode kuantitatif dengan rumus korelasi *Product Moment*, Regresi Linear Sederhana dan Uji Signifikan r dan F.

Adapun mahasiswa pemakai *game online* di Lingkungan I Kelurahan Sihitang berada pada persentase 68% dengan kategori “Cukup”Selanjutnya dari segi kesehatan mental mahasiswa IAIN Padangsidempuan di Lingkungan I Kelurahan Sihitang berada pada persentase 70% dengan kategori “Tinggi” Adapun pengaruh dari pemakai *game online* terhadap kesehatan mental mahasiswa sebesar 35% berada pada kategori “Sangat Rendah” dan 65% di pengaruhi oleh variabel lain. Hal ini ditunjukkan besarnya koefisien korelasi penelitian  $r_{xy}$  sebesar  $0,592 > 0,316 F_{tabel}$  yakni  $F_{hitung} 12.985 > F_{tabel} = 4.09$ . Dengan demikian terdapat pengaruh yang signifikan antara *game online* dengan Kesehatan Mental Mahasiswa IAIN Padangsidempuan di Lingkungan I Kelurahan Sihitang.

**Kata Kunci:** Pengaruh, Pemakai *Game Online*, Kesehatan Mental

## PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN

### A. Konsonan

Fonem konsonan bahasa Arab yang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf dalam transliterasi ini sebagian dilambangkan dengan huruf, sebagian dilambangkan dengan tanda dan sebagian lain dilambangkan dengan huruf dan tanda sekaligus. Berikut ini daftar huruf Arab dan transliterasinya dengan huruf latin.

Huruf Arab	Nama Huruf Latin	Huruf Latin	Nama
ا	Alif	Tidak dilambangkan	Tidak dilambangkan
ب	Ba	B	Be
ت	Ta	T	Te
ث	ša	š	Es (dengan titik di atas)
ج	Jim	J	Je
ح	ħa	ħ	Ha (dengan titik di bawah)
خ	Kha	Kh	Ka dan ha
د	Dal	D	De
ذ	žal	ž	Zet (dengan titik di atas)
ر	Ra	R	Er
ز	Zai	Z	Zet
س	Sin	S	Es
ش	Syin	Sy	Es
ص	šad	š	Es(dengan titik di bawah)
ض	ḍad	ḍ	De (dengan titik di bawah)
ط	ṭa	ṭ	Te (dengan titik di bawah)
ظ	ẓa	ẓ	Zet (dengan titik di bawah)
ع	‘ain	‘	Koma terbalik di atas
غ	Gain	G	Ge
ف	Fa	F	Ef
ق	Qaf	Q	Ki
ك	Kaf	K	Ka
ل	Lam	L	El

م	Mim	M	Em
ن	Nun	N	En
و	Wau	W	We
ه	Ha	H	Ha
ء	Hamzah	..'	Apostrof
ي	Ya	Y	Ye

## B. Vokal

Vokal bahasa Arab seperti vokal bahasa Indonesia, terdiri dari vokal tunggal atau monoftong dan vokal rangkap atau diftong.

1. Vokal Tunggal adalah vokal tunggal bahasa Arab yang lambangnya berupa tanda atau harkat transliterasinya sebagai berikut:

Tanda	Nama	Huruf Latin	Nama
— /	fathah	A	A
— /	Kasrah	I	I
— ُ	ḍommah	U	U

2. Vokal Rangkap adalah vokal rangkap bahasa Arab yang lambangnya berupa gabungan antara harkat dan huruf, transliterasinya gabungan huruf.

Tanda dan Huruf	Nama	Gabungan	Nama
.....ي	fathah dan ya	Ai	a dan i
.....و	fathah dan wau	Au	a dan u

3. Maddah adalah vokal panjang yang lambangnya berupa harkat dan huruf, transliterasinya berupa huruf dan tanda.

Harkat dan Huruf	Nama	Huruf dan Tanda	Nama
.....ا.....	fathah dan alif atau ya	ā	a dan garis atas
.....ى	Kasrah dan ya	ī	i dan garis dibawah
.....و	ḍommah dan wau	ū	u dan garis di atas

### **C. Ta Mar butah**

Transliterasi untuk *tamar butah* ada dua:

1. *Ta Marbutah* hidup yaitu *Ta Marbutah* yang hidup atau mendapat harkat fathah, kasrah, dan dommah, transliterasinya adalah /t/.
2. *Ta Marbutah* mati yaitu *Ta Marbutah* yang mati atau mendapat harkat sukun, transliterasinya adalah /h/.

Kalau pada suatu kata yang akhir katanya *Ta Marbutah* diikuti oleh kata yang menggunakan kata sandang al, serta bacaan kedua kata itu terpisah maka *Ta Marbutah* itu ditransliterasikan dengan ha (h).

### **D. Syaddah (Tasydid)**

*Syaddah* atau *tasydid* yang dalam system tulisan Arab dilambangkan dengan sebuah tanda, tanda *syaddah* atau tanda *tasydid*. Dalam transliterasi ini tanda *syaddah* tersebut dilambangkan dengan huruf, yaitu huruf yang sama dengan huruf yang diberi tanda *syaddah* itu.

### **E. Kata Sandang**

Kata sandang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf, yaitu ّ . Namun dalam tulisan transliterasinya kata sandang itu dibedakan antara kata sandang yang diikuti oleh huruf *syamsiah* dengan kata sandang yang diikuti oleh huruf *qamariah*.

1. Kata sandang yang diikuti huruf *syamsiah* adalah kata sandang yang diikuti oleh huruf *syamsiah* ditransliterasikan sesuai dengan bunyinya, yaitu huruf /l/ diganti dengan huruf yang sama dengan huruf yang langsung diikuti kata sandang itu.

2. Kata sandang yang diikuti huruf *qamariah* adalah kata sandang yang diikuti oleh huruf *qamariah* ditransliterasikan sesuai dengan aturan yang digariskan didepan dan sesuai dengan bunyinya.

#### **F. Hamzah**

Dinyatakan didepan Daftar Transliterasi Arab-Latin bahwa hamzah ditransliterasikan dengan apostrof. Namun, itu hanya terletak di tengah dan diakhir kata. Bila hamzah itu diletakkan diawal kata, ia tidak dilambangkan, karena dalam tulisan Arab berupa alif.

#### **G. Penulisan Kata**

Pada dasarnya setiap kata, baik *fi'il*, *isim*, maupun *huruf*, ditulis terpisah. Bagi kata-kata tertentu yang penulisannya dengan huruf Arab yang sudah lazim dirangkaikan dengan kata lain karena ada huruf atau harakat yang dihilangkan maka dalam transliterasi ini penulisan kata tersebut bisa dilakukan dengan dua cara: bisa dipisah perkata dan bisa pula dirangkaikan.

#### **H. Huruf Kapital**

Meskipun dalam sistem kata sandang yang diikuti huruf tulisan Arab huruf capital tidak dikenal, dalam transliterasi ini huruf tersebut digunakan juga. Penggunaan huruf kapital seperti apa yang berlaku dalam EYD, diantaranya huruf capital digunakan untuk menuliskan huruf awal, nama diri dan permulaan kalimat. Bila nama diri itu dilalui oleh kata sandang, maka yang ditulis dengan huruf capital tetap huruf awal nama diri tersebut, bukan huruf awal kata sandangnya.

Penggunaan huruf awal capital untuk Allah hanya berlaku dalam tulisan Arabnya memang lengkap demikian dan kalau penulisan itu disatukan dengan kata lain sehingga ada huruf atau harakat yang dihilangkan, huruf kapital tidak dipergunakan.

## **I. Tajwid**

Bagi mereka yang menginginkan kefasihan dalam bacaan, pedoman transliterasi ini merupakan bagian tak terpisahkan dengan ilmu tajwid. Karena itu keresmian pedoman transliterasi ini perlu disertai dengan pedoman tajwid.

Sumber: Tim Puslitbang Lektor Keagamaan. *Pedoman Transliterasi Arab-Latin, Cetakan Kelima*, Jakarta: Proyek Pengkajian dan Pengembangan Lektor Pendidikan Agama, 2003.

## KATA PENGANTAR



Puji dan syukur kehadiran Allah SWT. Yang telah memberikan kesehatan dan kesempatan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“Pengaruh Game Online Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa IAIN Padangsidempuan di Lingkungan I Kelurahan Sihitang”**, dengan baik dan tepat waktu shalawat beriring salam keruh akhirat Nabi Muhammad SAW yang diharapkan safaatnya di hari pembalasannya nanti.

Penulisan skripsi ini dapat terselesaikan karena pengarahan, bimbingan, dorongan, dan bantuan baik moril maupun materil dari berbagai pihak. Karena itu sudah sepatutnya penulis sampaikan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak. Ucapan terimakasih terutama disampaikan kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Ibrahim Siregar, MCL sebagai Rektor Institut Agama Islam Negeri Padangsidempuan. Bapak Dr. H. Muhammad Darwis Dasopang, M.Ag Wakil Rektor Bidang Akademik dan Pengembangan Lembaga, Bapak Dr. Anhar, M.A Wakil Rektor Bidang Administrasi Umum Perencanaan dan Keuangan dan Bapak Dr. Sumper Mulia Harahap, M.Ag Wakil Rektor Bidang Kemahasiswaan dan Kerjasama.

2. Bapak Dr. Ali Sati, M. Ag Dekan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi, bapak Dr. Mohd. Rofiq, M.A selaku wakil Dekan I bidang Akademik, bapak Drs. H. Agus Salim Lubis, M. Ag selaku wakil Dekan II bidang Adm. Umum Perencanaan dan Keuangan, dan bapak Dr. Sholeh Fikri, M.Ag selaku wakil Dekan III bidang Kemahasiswaan Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi (FDIK) dan seluruh Civitas Akademika IAIN yang membekali peneliti berbagai pengetahuan dan motivasi sehingga mampu menyelesaikan penelitian ini.
3. Ibu Maslina Daulay M,A selaku Program Studi Bimbingan Konseling Islam. Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi IAIN Padangsidimpuan.
4. Bapak Dr. Mohd. Rofiq, M.A sebagai pembimbing II dan Bapak Drs. Kamaluddin, M.Ag sebagai Pembimbing I yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan dan mengarahkan penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak Ramadhan selaku Kepling I Sihitang banyak membantupeneliti dalam memperoleh data, informasi penelitian ini.
6. Terkhusus kepada sahabat-sahabatku Kos Kepling I, Ihwal hidayat, Dian Syaputra, Annisah, Indah Gusriani, Ade Eni, Ali Gusti, Amas Gunawan, Hafizul Khoir, Rini Kholila, Khairul Anwar, Diani, Siska, Saleha dan segenap UKM HIMAPSIQ. Sahabat-sahabat, teman-teman serta rekan-rekan mahasiswa terlebih untuk mahasiswa angkatan 2016/BKI-1 yang juga turut memberikan saran dan dorongan kepada

penulis, baik berupa diskusi maupun buku-buku yang berkaitan dalam penyelesaian skripsi ini.

Teristimewa keluarga tercinta AyahandaWardi dan Ibunda Ruriva Pane, saudara/saudariku tercintaAmir, Muhammad Musa,Juliani, Aswan Hadomuan, Royana Sari, Tulang Syahnan, Nenek Madalia Sormin selalu memberikan dukungan dan do'a terbaiknya untuk peneliti yang tiada terhingga demi keberhasilan peneliti, yang tiada mengeluh sebesar apapun pengorbanan yang telah dilakukannya. Semoga Allah nantinya dapat membalas perjuangan mereka dengan surge Firdaus-Nya.

Bantuan, bimbingan, dan motivasi yang telah bapak/ibu dan saudara-saudara berikan amatlah berharga, dan peneliti tidakdapat membalasnya. Semoga Allah SWT dapat memberi imbalan dari apa yang telah bapak/ibudan saudara-saudara berikan kepada peneliti.

Akhir kata, peneliti menyadari sepenuhnya bahwa apa yang peneliti paparkan dalam skripsi ini masihjauh dari apa yang diharapkan. Untuk itu peneliti mengharapkan saran dan kritik yang konstruktif dari semua pihak demi penyempurnaan penelitian ini.

Padangsidimpuan 10 November 2020

**Kadir Mahmud**  
**Nim. 1630200025**

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN MENYUSUN SKRIPSI SENDIRI.....</b>	<b>iii</b>
<b>HALAMAN SURAT KEABSAHAN DAN KEBENARAN DOKUMEN .</b>	<b>iv</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....</b>	<b>v</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>vi</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vii</b>
<b>TRANSLITERASI ARAB LATIN .....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	7
C. Batasan Masalah .....	8
D. Defenisi Operasional Variabel.....	9
1. Game Online.....	9
2. Kesehatan Mental.....	9
3. Mahasiswa IAIN Padangsidempuan .....	10
E. Rumusan Masalah .....	11
F. Tujuan Penelitian .....	12
G. Manfaat Penelitian .....	12
H. Sistematika Penulisan .....	13
<b>BAB II LANDASAN TEORI .....</b>	<b>14</b>
A. Kerangka Teori.....	14

1. Pengertian Game online .....	14
2. Jenis-jenis Game Online .....	16
a. Mobile Lagend .....	17
b. Fubg Mobile .....	18
c. Free Fire .....	18
3. Pengertian Kesehatan Mental.....	19
4. Karakteristik Kesehatan Mental .....	21
a. Emosional.....	20
b. Fisik.....	23
c. Spritual (Keagamaan).....	26
d. Sosial .....	28
B. Penelitian Terdahulu .....	30
C. Kerangka Berpikir .....	31
D. Hipotesis .....	32

### **BAB III METODOLOGI PENELITIAN ..... 34**

A. Waktu dan Lokasi Penelitian.....	34
B. Jenis Penelitian.....	35
C. Populasi dan Sampel .....	36
1. Populasi .....	36
2. Sampel.....	36
D. Intrumen Pengumpul Data .....	37
E. Pengukuran Variabel .....	40
F. Teknik Pengolahan Analisis Data .....	44

### **BAB IV HASIL PENELITIAN..... 53**

A. Temuan Umum.....	53
1. Kelurahan Sihitang .....	53
2. Peta Penduduk Dalam Lingkup Kelurahan Sihitang.....	53
3. Letak Geografis Lingkungan I Sihitang .....	54
4. Struktur Organisasi Kelurahan Sihitang.....	55

B. Temuan Khusus.....	56
1. Pemakai Game Online.....	56
2. Kesehatan Mental.....	65
C. Pengujian Hipotesis.....	72
D. Keterbatasan Peneliti.....	81

**BAB V PENUTUP..... 82**

A. Kesimpulan.....	82
B. Saran-saran.....	83

**DAFTAR KEPUSTAKAAN**

**BIODATA**

**LAMPIRAN**

## DAFTAR TABEL

Tabel 1 Jadwal Penelitian .....	32
Tabel 2 : Kisi-kisi Angket Game Online (Variabel X) .....	37
Table 3: Kisi-kisi Angket Kesehatan Mental (Variabel Y).....	38
Tabel 4 : Validitas variabel X .....	39
Tabel 5 : Validitas Variabel Y .....	40
Tabel 6 : Kriteria Interpretasi Skor .....	47
Tabel 7 :Keadaan Penduduk di Kelurahan Sihitang .....	50
Tabel 8 :Tingkat Pendidikan .....	51
Tabel 9 : Matapencaharian.....	51
Tabel 10 : Agama .....	51
Tabel 11 : Bermain Game Online Dapat Meningkatkan Konsentrasi Berpikir ..	53
Tabel 12 : Bermain Game Online Untuk Menambah Wawasan Dalam Bidang Ilmu Teknologi .....	54
Tabel 13 :Bermain Game Online Terkadang Sering Begadang Maka Tubuh Terasa Sakit .....	54
Tabel 14 :Bermain Game Online Omosi Keluar.....	55
Tabel 15 : Bermain Game Online Dapat Menmbah Pertemanan.....	55
Tabel 16 : Berman Game Online Ketika Tidak Ada Kegiatan .....	56
Tabel 17 : Memainkan Game Online Kurang lebih 4 jam Stiap hari.....	56
Tabel 18 : Memainkan Game Online Yang Memiliki Strategi .....	57
Tabel 19 : Memainkan Game Online Yang Dapat Mengasah Konsentrasi .....	57
Tabel 20 :Memainkan Sebuah Game Online Supaya Mendapat Tingkat Paling Tinggi .....	58
Tabel 21 : Game Online Dapat Meningkatkan Semangat Beraktifitas .....	58
Tabel 22 : Game Online Dapat Membuat Semangat Bertambah.....	59
Tabel 23 : Memainkan Game Online Yang Sangat Diminati Dimasnya .....	59
Tabel 24 : Memainkan Game Online Ketika Tugas Sudah Selesai .....	59

Tabel 25 : Rangkuman Deskripsi Data Game Online .....	60
Tabel 26 :Distribusi Frekuensi game Online .....	61
Tabel 27 :Standar Penilaian .....	62
Tabel 28 : Sering Sakit Kepala, Sakit Perut, Atau Macam-Macam Sakit Lain ..	63
Tabel 29 : Sering Begadang di Malam Hari.....	63
Tabel 30 : Sulit Untuk Tidur Malam.....	64
Tabel 31 : Ketika Tugas-Tugas Belum Selesai Terkadang Tubuh Menjadi Lemah .....	64
Tabel 32 : Terkadang Lupa Makan Akibat dari Banyaknya Aktivitas .....	65
Tabel 33 : GelisahdanTidak Dapat Diam Untuk Waktu Lama .....	65
Tabel 34 : Banyak Merasa Cemas Atau Khawatir Terhadap Apapun .....	66
Tabel 35 : Merasa Tidak Bahagia, Sedih, Atau Menangis.....	66
Tabel 36 : Ketika Galau Maka Melakukan Sesuatu Pekerjaan Lain.....	67
Tabel 37 : Berusaha Bersikap Baik Terhadap Orang Lain Karna Saya Peduli Pada Mereka .....	67
Tabel 38 : Selalu Menolong Jikala Ada Orang Yang Terluka Kecewa, Atau Merasa Sakit.....	68
Tabel 39: Mempunyai Satu Teman Baik Atau Lebih .....	68
Tabel 40 : Sering Dipermainkan Oleh Kawan-Kawan Dekat .....	69
Tabel 41 : Sering Menawarkan Diri Untuk Membantu Orang Lain .....	69
Tabel 42 : Dengan Beribadah Pikiran Saya Dapat Tenang.....	70
Tabel 43: Dengan Bersedekah Hati Saya Terasa Nyaman.....	70

Tabel 44 : Rangkuman Deskripsi Data Kesehatan Mental .....	71
Tabel 45 : Distribusi Frekuensi Kesehatan Mental .....	71
Tabel 46: Standar Penilaian .....	72
Tabel 47 : Kerja Angka Indeks Korelasi Antara Pengaruh Game Online Terhadap Kesehatan Mental .....	73

## **DAFTAR GAMBAR**

Gambar 1. Struktur Organisasi Kelurahan Sihitang.....	53
Gambar 1.Histogram Frekuensi Game Online.....	62
Gambar 2. Histogram Frekuensi Kesehatan Mental .....	72

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi di Indonesia yaitu internet telah pesat dan begitu meluas. Tidak dapat di pungkiri, saat ini kehidupan manusia sangat bergantung akan kemajuan teknologi internet seperti, ekonomi, sosial dan budaya. Dengan adanya internet memudahkan masyarakat dalam berkomunikasi dengan teman dan saudara yang jauh, berkenalan dan berteman baru melalui media sosial.

Teknologi internet memberikan dampak yang begitu besar terhadap kehidupan manusia salah satunya hiburan. Masyarakat memiliki beragam cara untuk memenuhi kebutuhan akan hiburan, hiburan tidak terbatas akan ruang, waktu dan usia seperti bermain. Bermain merupakan salah satu hiburan yang sangat menyenangkan dan merupakan suatu kebutuhan yang sudah melekat pada diri manusia serta tidak memandang batas usia, bermain menjadi salah satu alternative aktivitas hiburan yang mudah dilakukan adalah bermain *game* di Smartphone.<sup>1</sup>

Salah satu permainan di era modern saat ini yaitu *game online*. *Game online* merupakan suatu permainan yang dioperasikan menggunakan koneksi internet. *Game online* pada dasarnya di tujukan untuk mengusir kepanatan atau sekedar melakukan refreasing pada otak setelah melakukan aktivitas

---

<sup>1</sup>Asih Ria, dkk. Perilaku Pemain Game Online Mobile Legends di Kalangan Mahasiswa Kota Tanjung Pinang, Skripsi: Program Studi Sosiologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Maritim Raja Ali Haji. hlm. 2 <http://repository.umrah.ac.id/2815/1/ASIHRIAN%20140569201040SOS>. Di akses pada tanggal 14 juli 2020 pada pukul: 14:21 WIB.

sehari-hari. Namun pada kenyataannya, permainan tersebut justru dapat memberikan sebuah dampak terhadap perilaku individu. Beberapa dampak dari tingginya intensitas bermain *game online* di antaranya yaitu terjadinya diskomunikasi, asosial pada sesama individu.

*Game online* dapat memberikan sebuah dampak pada sebuah perilaku menunda pekerjaan pada seseorang. Perilaku tersebut lebih dikenal dengan istilah prokrastinasi. Prokrastinasi adalah menunda dengan sengaja pekerjaan yang ingin dilakukan walaupun mengetahui bahwa penundaannya dapat menghasilkan dampak buruk. Lebih lanjut dapat dijelaskan bahwa penundaan dapat melibatkan emosi dan persepsi negative tentang suatu kegiatan yang tidak menyenangkan<sup>2</sup>

*Game online* merupakan sebuah gaya hidup baru bagi beberapa orang di setiap kalangan umurnya. Sekarang ini banyak kita jumpai warung internet (warnet) dikota maupun di desa-desa dan mereka memfasilitasi akan adanya game online tersebut. Komputer (PC) yang mempunyai spesifikasi untuk game bukanlah komputer yang bisa dan sering di pakai, karna harga komputer lebih mahal, maka lebih simpelnya sering memakai *mobile phone* (HP). Terlebih lagi koneksi internet untuk sebuah *game online* harus memadai. Jika kita melihat dari segi tempat bermain khusus *game online*

---

<sup>2</sup>Drajat Edy Kurniawan, Pengaruh Intensitas Bermain Game Online Terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseing Universitas PGRI Yogyakarta, *Jurnal Konseling Gustigang*, Vol. 3.No.1 (Januari-Juni 2017), hlm. 98 <https://jurnal.umk.ac.id/index.php/gusjigang/article/view/1120/1071>. Di akses pada tanggal 14 juli 2020 pada pukul: 14:24 WIB.

sangat mudah untuk kita jumpai keberadaanya seperti tempat nongkrong, semisal warung, kos-kosan dan tempat-tempat umum lainnya.

*Game online* harus terhubung dengan yang namanya internet. Internet berasal dari kata *Interconnected Network* yang berarti hubungan dari beragam jaringan computer di dunia yang saling berintegrasi dengan membentuk suatu komunikasi global. Internet merupakan gabungan dari beberapa *LAN* dan *WAN* yang berada di seluruh jaringan computer di dunia, sehingga terbentuknya jaringan dengan skala yang lebih luas dan global. Internet merupakan ikon dari teknologi di era globalisasi saat ini. Sehingga, hal ini yang membuat setiap individu terus berusaha agar dapat mengikuti setiap perkembangan teknologi yang ada, maka pengetahuan semakin bertambah seiring perkembangan zaman.<sup>3</sup>

Berdasarkan laporan terbaru *We Are Social*, pada tahun 2020 disebutkan bahwa ada 175,4 juta pengguna internet di Indonesia.<sup>4</sup> Dibandingkan dengan tahun sebelumnya, ada kenaikan 17% atau 25 juta pengguna internet di negeri ini. Berdasarkan populasi Indonesia yang berjumlah 272,1 juta jiwa, maka itu artinya 64% penduduk rakyat Indonesia telah merasakan akses di dunia maya

Di zaman yang modern ini, *game online* sudah tidak asing lagi bagi setiap kalangan baik anak-anak remaja, dan dewasa. Akibat dari terjangkaunya dalam mengakses sebuah *game* sehingga banyak kalangan

---

<sup>3</sup> Wiharsono Kurniawan, *Jaringan Komputer* (Yogyakarta: CV. Andi Offset, 2007), hlm. 20

<sup>4</sup> <http://kumparan.com/kumparan-teach/riset-64-penduduk-indonesia-sudah-pakai-internet-1ssUCDbKIip6>. Di akses pada 14 Julii 2020 pada pukul: 15:35 WIB.

yang dapat menggunakan *game* tersebut. Dewasa ini *game online* sangat marak di dalam masyarakat,. Realita yang terjadi di masyarakat kita di kota maupun di desa dengan banyaknya *game centre* dapat menjadi candu bagi pemainnya.

Dalam perspektif sosiologi orang yang sering bermain *game online* cenderung akan menjadi egosentris dan mengedepankan keindividualisme. Hal ini akan berbahaya bagi kehidupan sosial individu tersebut, mereka kemungkinan akan menjauh dari lingkungan sekitar dan akan bersifat tertutup, atau bahkan melupakan apa kewajiban yang seharusnya dia kerjakan.<sup>5</sup>

Realita yang terjadi pada seluruh kalangan mengenai penggunaan *game online* baik bagi anak-anak dan remaja, akan tetapi peneliti terfokus pada mahasiswa. Karna mahasiswa merupakan pembawa perubahan (*Agen Of Change*) bagi suatu negara. *Game online* sangat berpengaruh terhadap kesehatan mental bagi mahasiswa dari segi karakteristik kesehatan mental seperti psikis, psikis, sosial dan keagamaanya.

Disini peneliti akan membahas tentang kesehatan mental yang terjadi dari mahasiswa yang suka bermain *game online*. Kebanyakan ketika waktu malam Mahasiswa yang bermain *game online* banyak yang begadang di karenakan pemakaian data lebih irit terhadap paket data. Kemudian, ada juga

---

<sup>5</sup>Ono Shoky Eandra, Interaksi Sosial Pecandu Game Online Mahasiswi UNRI Kelurahan Tua Karya Kecamatan Tampan Kota Pekanbaru, Jurusan Sosiologi Fakultas Ilmu Sosial dan Politik Universitas Riau, JOM FISIP, Vol 6. 11 Juli-Desember 2019.hlm.3 <https://jom.unri.ac.id/index.php/JOMFSIP/article/download/25227/2444>. Di akses pada tanggal 15 Juli 2020 pada pukul: 06:20 WIB.

yang menggunakan fasilitas via *wi-fi* gratis di tempat-tempat perkumpulan seperti, kos-kosan, warung kopi (*warkop*), warnet dan tempat-tempat lainnya. Selain itu, ada juga yang melalui *hotspot seluler* kawanya. Dalam hal itu banyak yang begadang sehingga berpengaruh terhadap kesehatan fisik.

Kesehatan mental dapat dipengaruhi oleh *game online* contohnya, *game Pubg*, *game Mobile Legend*, dan *Free Fire* yang merupakan game yang sangat buming dan diminati oleh berbagai kalangan dimasa sekarang. Dengan bermain *game* tersebut maka ada beberapa hal yang dapat dipengaruhi, diantaranya terjadinya diskomunikasi terhadap lingkungan di karenakan keasikan bermain *game* seolah-olah dia membuat dunia barunya sendiri sehingga menimbulkan sifat introvet (tertutup), cuek terhadap lingkungan (sosial).

*Game online* sangat berpengaruh juga terhadap fisik seseorang terutama emosionalnya. Emosi adalah suatu keadaan mental akibat dari adanya peristiwa-peristiwa yang pada umumnya datang dari luar dan menumbuhkan rangsangan pada diri seseorang tersebut.<sup>6</sup>

Ketidaksehatan mental seseorang akan sulit untuk dihindari bilamana seseorang tersebut tidak memiliki daya tahan mental dan spiritual yang tangguh. Salah satu hal yang dapat meningkatkan daya tahan mental seseorang dari ketidaksehatan mental adalah agama. Agama mempunyai peranan penting dalam pembinaan moral karena nilai-nilai moral yang datang

---

<sup>6</sup>Anita Nurazmi, dkk, Hubungan Kecanduan Game Online Terhadap Regulasi Emosi Pada Remaja, Fakultas Keperawatan Riau, *JOM FKp*, Vol.5.No.2 (Juli-Desember) 2018, hlm. 556 <https://jom.unri.ac.id/index.php/JOMPSIK/article/download/21294/20603>. Di akses pada tanggal 16 juli 2020 pada pukul: 10:26 WIB.

dari agama bersifat tetap dan universal. Apabila seseorang dihadapkan pada suatu dilema, ia akan menggunakan pertimbangan-pertimbangan berdasarkan nilai-nilai moral yang datang dari agama.<sup>7</sup>

Dengan adanya *game online* banyak pengaruh yang dapat di timbulkannya bagi kesehatan mental dari berbagai kalangan, khususnya Mahasiswa sebagai *Agent Of Change* penerus perjuangan estapet kepemimpinan. Diantaranya lemahnya fisik akibat dari begadang, emosional yang tidak stabil, rendahnya rasa sosial, dan lemahnya pengaplikasian beibadah akibat dari bermain game.

Ada beberapa pendapat dari beberapa mahasiswa setelah dilakukanya observasi awal oleh peneliti seputar bermain *game online*. Salah satunya wawancara dengan saudara Muhammad Faisal selaku pemain *game online*. Dia menyebutkan bahwa “Saya bermain *game online* ketika saya suntuk dan tidak ada kegiatan, kemudian ketika bermain terkadang sifat saya menjadi intropet atau tertutup”<sup>8</sup>.

Alasan kedua dari saudara Ali Gusti Habibi yang menyebutkan bahwa “Ketika saya bermain *game online* terkadang saya bersifat egois pada kawan di sekitar saya dan mata saya perih (radiasi pada

---

<sup>7</sup>Baldi Bukhori, Kesehatan Mental Mahasiswa Yang Ditinjau Dari Religiusitas dan Kebermaknaan Hidup, *Jurnal PSIKOLOGIKA IAIN Wali Songo*, No.22 Vol. 9 Juli 2006, hlm. 93-94 <http://scholar.google.co.id/citations?user=5Mg0piEAAAJ&hl=id>. Di akses pada tanggal.18 Juli 2020 pada pukul: 11:10 WIB.

<sup>8</sup>Faisal, Mahasiswa PGMI, wawancara di lingkungan I Sihitang, 18 Juli 2020 Pukul 12:05 WIB.

mata) kemudain saya lupa akan waktu seperti waktu tidur maka saya sering begadang maka timbullah penyakit insomnia”<sup>9</sup>

Memperhatikan fenomena *game online* beserta dampak-dampaknya yang saat ini sangat khalayak ramai di kalangan masyarakat sekarang. Sehingga banyak perubahan yang muncul dengan begitu cepatnya seiring perkembangan teknologi, khususnya *game online* yang sekarang. Termasuk di kelurahan Sihitang, maka peneliti ingin mengetahui lebih dalam **“Pengaruh Pemakai Game Online Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa IAIN Padangsidempuan.**

## B. Identifikasi Masalah

*Game* adalah sesuatu yang dapat dimainkan dengan aturan tertentu sehingga ada yang menang dan ada yang kalah, biasanya dalam konteks tidak serius atau dengan tujuan *refresing*. *Game online* adalah permainan yang berbasisi elektronik dan visual. *Game online* dimainkan dengan memanfaatkan sebuah media *visual* elektronik yang menyebabkan radiasi pada mata, sehingga mata terasa lelah dan kering

Permainan *game online* ini didominasi oleh berbagai kalangan seperti SD, SMP,SMA/SMK, Mahasiswa dan bahkan orang tua. Ketagihan memainkan sebuah game online ini berdampak pada kesehatan mental. Walaupun kita dapat bersosialisasi dalam *game* dengan pemain lainnya. Namun Game online kerap membawa pemainnya melupakan kehidupan sosial pada lingkungan sekitarnya. Dan bahkan tidak disadari ia sering begadang

---

<sup>9</sup>Ali Gusti, Mahasiswa PAI, wawancara di lingkungan I Sihitang, 19 Juli 2020 pukul 08:20 WIB.

hanya untuk memainkan sebuah game tersebut sehingga ia sering begadang dan berepek pada kesehatan tubuhnya.

Identifikasi dari masalah dalam penelitian ini adalah dengan Variabel (X) dan (Y) yaitu:

1. Dilihat dari Variabel (X) *Game online* ini memiliki banyak pengembangan fitur-fitur terbaru sehingga pemain memainkannya lebih tertarik. Tetapi besar pengaruhnya terhadap diri sendiri semisal, lupa akan waktu, kurangnya bersosial terhadap lingkungan sekitar, lalai dalam beribadah.
2. Dilihat dari Variabel (Y) Kesehatan mental, permasalahannya kesehatan mental dapat dipengaruhi oleh *game online* semisal, dari segi keagamaan seseorang tersebut lupa akan beribadah (Sholat), segi fisik, seseorang mengalami radiasi mata disebabkan terlalu sering bermain *game online*, segi fisikis orangnya emosional, dari segi sosial tidak peduli pada lingkungan sekitar.

### **C. Batasan Masalah**

Untuk tidak menimbulkan makna ganda dalam memahami sebuah penelitian ini maka batasan masalah dalam Variabel X yaitu *Game Online*. Ini terfokus pada *game online* berjenis, *Mobile Legend*, *Free Fire*, dan *Fubg*. Dan untuk Variabel Y yaitu Kesehatan Mental, ini hanya terfokus pada karakteristik kesehatan mental yang ditinjau dari fisik, fisikis (emosional), sosial dan keagamaan.

Subjek pada penelitian ini adalah Mahasiswa IAIN Padangsidempuan yang berjenis kelamin laki-laki yang kos di Lingkungan 1 Kelurahan Sihitang, Kec. Padangsidempuan Tenggara.

#### **D. Devinisi Operasional Variabel**

##### 1. *Game Online*

Secara bahasa *game* berasal dari bahasa inggris yaitu *games* yang artinya permainan dan *online* yang berarti terhubung. Menurut Young dan Drajat mengutarakan pendapatnya bahwa *game* yang menggunakan sebuah jaringan internet, yang di dalamnya terdapat sebuah interaksi antara satu orang atau lebih yang mencapai tujuan tertentu, untuk mencapai berbagai misi, dan meraih hasil tertinggi dalam *game*.<sup>10</sup>

Dari pendapat kedua tokoh tersebut peneliti dapat memahami bahwa *game online* merupakan suatu permainan yang didalamnya terdapat beberapa pemain yang bisa memainkan sebuah permainan yang lebih dahulu harus tersambung dengan jaringan internet.

Jadi, menurut peneliti *game online* adalah suatu permainan yang terlebih dahulu harus terhubung dengan jaringan internet untuk terkoneksi dengan pemain lainya supaya dapat bermain bersama.

##### 2. Kesehatan Mental

Kesehatan mental merupakan terjemahan dari istilah *mental hygien*. *Mental* (dari kata latin: *ments, mentis*) berarti jiwa, raga, sigma,

---

<sup>10</sup>Ramadan Febri, Penarikan Diri Dalam Game Online (Studi Deskriptif Kualitatif *Withdrawal Gamer Mobile Legends* Mahasiswa ilmu Komunikasi UMS 2014) *Skripsi: (Lampung Program Studi Ilmu Komunikasi Fakultas Komunikasi dan Informatika)*, hlm. 7 <http://eprints.ums.ac.id/63561/Dj> akses pada tanggal 19 juli 2020 pada pukul: 22:46 WIB.

semangat, sedangkan *hygiien* (dari kata Yunani: *hugyene*) berarti ilmu kesehatan. Dradjat mendefinisikan kesehatan mental dengan terwujudnya keharmonisan yang sungguh-sungguh antar fungsi-fungsi jiwa serta mempunyai kesanggupan untuk menghadapi problem-problem biasa yang terjadi dan merasakan secara positif kebahagiaan dan kemampuan dirinya.<sup>11</sup>

Dari pendapat tersebut peneliti dapat menyimpulkan bahwa kesehatan mental merupakan suatu kondisi seseorang dalam menyesuaikan dirinya terhadap pengentasan masalah yang dihadapinya supaya mendapatkan kebahagiaan pada dirinya.

Jadi, menurut peneliti kesehatan mental adalah terhindarnya seseorang individu dari penyakit jiwa maupun fisiknya dimana individu tersebut dapat menuntaskan masalah-masalah yang dihadapinya, sehingga dapat menyesuaikan diri terhadap lingkungannya.

### 3. Mahasiswa IAIN Padangsidempuan

Mahasiswa IAIN Padangsidempuan adalah objek dalam penelitian ini. Dimana mahasiswa IAIN Padangsidempuan yang diteliti terfokus pada mahasiswa laki-laki yang kos, tepatnya di Lingkungan 1 Kelurahan Sihitang Jln. H.T Rijal Nurdin Km. 4.5 Sihitang. Dengan jumlah mahasiswa yang menjadi populasi dalam penelitian adalah 41 orang.

---

<sup>11</sup>Dawam Mahfud, dkk, Pengaruh Ketaatan Beribadah Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa UIN Walisongo, *Jurnal Ilmu Dakwah*, Vol. 35 No. 1 Januari-2015 ISSN 1693-8054. hlm. 43-44 <https://journal.walisongo.ac.id/index.php/dakwah/article/view/1251/972>. Di akses pada tanggal 21 juli 2020 pada pukul: 21:14 WIB.

Pengaruh *game online* terhadap kesehatan mental sangatlah berpengaruh dimana seseorang yang memainkan (*gamers*), apabila memainkan sebuah game sering terjadi lupa akan waktu tidur, makan dan bahkan beribadah. Dan bahkan kerap terjadi seorang *Gamers* terkena penyakit insomnia, parasomnia dan lain-lain.

#### **E. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah diatas dapat ditarik suatu rumusan masalah yang meliputi:

1. Bagaimana aktivitas mahasiswa pemakai *game onlinen* di Lingkungan I Kelurahan Sihitang?
2. Bagaimana kondisi kesehatan mental Mahasiswa IAIN Padangsidempuan di Lingkungan I Kelurahan Sihitang?
3. Apakah terdapat pengaruh *game online* terhadap kesehatan mental mahasiswa IAIN Padangsidempuan di Lingkungan I Kelurahan Sihitang?

#### **F. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan penelitian ini berdasarkan rumusan masalah yang ada yakni:

1. Untuk mendeskripsikan realitas penggunaan *game online* di kalangan Mahasiswa Institut Agama Islam Negeri Padangsidempuan di Lingkungan I Kelurahan Sihitang
2. Untuk mendeskripsikan pola karakteristik kesehatan mental Mahasiswa Institut Agama Islam Negeri Padangsidempuan di Lingkungan I Kelurahan Sihitang.

3. Untuk menganalisis bagaimana pengaruh, *game online* terhadap kesehatan mental Mahasiswa Institut Agama Islam Negeri Padangsidimpuan di Lingkungan I Kelurahan Sihitang.

## **G. Manfaat Penelitian**

### 1. Manfaat Teoritik

- a) Untuk menambah referensi terhadap suatu kajian sosiologis terkait pengaruh *game online* terhadap kesehatan mental.
- b) Sebagai bahan acuan dan referensi pada penelitian sejenis yang di lakukan di masa yang akan datang.

### 2. Manfaat Peraktis

- a) Menambah pemahaman masyarakat umum mengenai pengetahuan sosial agar meningkatkan mutu pendidikan masyarakat seiring perkembangan teknologi
- b) Memberikan pemahaman terhadap suatu pengeruh dari sebuah *game online* terhadap kesehatan mental.
- c) Merupakan salah satu persyaratan tugas akhir untuk mencapai S1 di prodi Bimbingan Konseling Islam

## **H. Sistematika Pembahasan**

Untuk memudahkan dalam penelitin ini maka penulis membuat sistematika pembahasan sebagai berikut:

Bab I Berisi latar belakang masalah, Identifikasi masalah, batasan masalah, defenisi overasional variabel, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, sistematika penulusan.

Bab II Berisi. Kerangka teori, penelitian terdahulu, kerangka pikir, dan hipotesis

Bab III, Metodologi penelitian, penelitian yang terdiri dari lokasi penelitian, waktu penelitian, jenis penelitian, subjek penelitian, instrumen pengumpulan data, prosedur penelitian, teknik analisis data.

Bab IV, membahas tentang hasil penelitian Temuan Umum yang berisi tentang letak geografis Sihitang, tentang Pengaruh pemakaian *game online* terhadap mahasiswa IAIN Padangsidempuan di lingkungan I Sihitang

Bab V, merupakan penutup, yakni berisi tentang kesimpulan yang dimaksud untuk hasil akhir dari sebuah penelitian. Sedangkan saran merupakan harapan bagi penulis dan pembaca.

## BAB II

### LANDASAN TEORI

#### A. Kerangka Teori

##### 1. Pengertian *Game Online*

*Game online* merupakan situs yang menyediakan berbagai jenis permainan yang dapat melibatkan beberapa pengguna internet di berbagai tempat yang berbeda untuk saling terhubung di waktu yang sama dengan melalui jaringan komunikasi *online*.<sup>12</sup> *Game Online* merupakan permainan yang modern yang sudah trend untuk masa sekarang dan peminatnyaapun mulai dari anak-anak sampai usia dewasa,<sup>13</sup>

Dalam hal ini, *game online* membuat suatu perkumpulan yang sudah terkoneksi dengan sebuah internet yang tergabung dari beberapa pengguna. Dalam *game online* terdapat sebuah komunikasi dari beberapa pengguna yang saling menjalin kerjasama dalam sebuah permainan sehingga terjalinya akan kebersamaan atau perlawanan dalam game di sebuah permainan yang sama.

Menurut Burhan dan Tsharir mengatak bahwasanya *game online* ini merupakan suatu permainan komputer yang dapat dimainkan oleh banyak pemain melalau sebuah jaringan internet. Dari pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa penggunaan *game online* mengalami sebuah kemajuan

---

<sup>12</sup>Dona Pebriandari, dkk, Hubungan Kecanduan Game Online Terhadap Identitas Diri Remaja, *Jurnal Keperawatan*. Vol 4, No.1, Mei 2016: 50-56. hlm. 50 <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKJ/article/view/3904>. Di akses pada tanggal 21 juli 2020 pada pukul:22:12 WIB.

<sup>13</sup>Akbar Andi, Ahmad Said, Pengaruh game Online Terhadap Motivasi Belajar SISwa di Kelas X SMA Negeri 16 Makasar,*Jurnal Sosialisasi Pendidikan Sosiologi-FIS UNM*, hlm.9 <https://ojs.Unm.ac.id/sosialisasi/article/download/12127/7172>. Di akses pada tanggal 22 juli 2020 pada pukul: 05:42 WIB.

yang sangat pesat. Hal tersebut dapat di simpulkan bahwasanya di kota-kota besar, dan bahkan di kota-kota kecil pengguna *game online* semakin meningkat.

*Gemers* merupakan orang yang memainkan sebuah permainan, mengapa seorang pemain banyak yang menggunakan, dikarenakan karena mudah dalam mengakses sebuah permainan tersebut dalam *Mobile Phone* dan kapasitas ukuran game tidak terlalu memakan ruangan penyimpanan.

Menurut Flew ada beberapa karakteristik dalam new media digital dalam membangun sebuah media yaitu:

- a. *Manipulabel*, informasi mudah di ubah dan mudah di adaptasi dalam berbagai bentuk, pengiriman penyimpanan, pengiriman dan penggunaan
- b. *Networkabel*, Informasi digital dapat dibagi dan dipertukarkan sevara terus – menerus oleh sejumlah besar penguana
- c. *Dense*, Informasimasi digital yang berukuran besar dapat disimpan diruang penyimpanan yang kecil (contoh Flesdish dan USB dan HP)
- d. *Comporsebbel*, Ukuran informasi yang diperoleh dari jaringan manapun dapat diperkecil melalui proses kompres.
- e. *Imfortial*, Informasi digital yang yang disebarakan melalui jarinagan bentuknya sama dengan yang sudah direpsentasikan dan digunakan oleh pemiliknya.<sup>14</sup>

---

<sup>14</sup>Rika Agustina, Pengaruh Game Online Terhadap Perubahan Perilaku Agresif Remaja di Samarinda, *Jurnal Komunikasi*, Vol 4 No.3 2016, hlm.293 <https://ejournal.ilkom.fisip-unmul.ac.id/site/?p=2601>. Di akses pada tanggal 23 juli 2020 pada pukul: 07:18 WIB.

Dalam pandangan islam ada beberapa permainan yang tidak diperbolehkan seperti perjudian, pembunuhan,sihir,penampakan aurat. dalam kaedah fiqih hukum asal dari *game computer* dan *game handphone* adalah boleh

“*Hukum asal dari sesuatu adalah mubah sampai ada dalil yang melarangnya (memakruhkan atau melarangnya)*” (Imam As-Suyuti, Dalam Al-Asyba’wan Nadhoir:)<sup>15</sup>

Berikut beberapa jenis *game online* yang sering dipergunakan oleh beberapa kalangan diantaranya oleh Mahasiswa misalnya, *Game Mobile Legend, Free Fire, Pubg.*

## **2. Jenis-jenis Game Online**

Dalam *game online* ini ada beberapa variasi permainan yang sangat diminati oleh beberapa kalangan diantaranya anak-anak, remaja dan bahkan mahasiswa. Disini ada 3 jenis *game online* yang sangat marak di minati oleh para pengguna di saat sekarang yaitu:

### **a. Mobile Legend**

Pengguna internet di Indonesia sangat tinggi sehingga muncul game yang berbasis online di dalam *hanphone* yang saat ini sering di mainkan di kalangan apapun adalah *Mobile Legend. Game Mobile Legend* adalah sebuah permainan piranti yang bergerak dengan jenis MOBA juga dikenal sebagai *game* yang mengandalkan startegi yang

---

<sup>15</sup>Dedi Supriadi, *Ushul Fiqih Perbandingan, Cet 1* (Bandung: Cv Pustaka Setia,2014),hlm.

mengasah untuk bekerja sama dalam satu team yang berjumlah 5 pemain.<sup>16</sup>

*Game Mobile Legend* adalah permainan berjenis *multiplayer online battle arena* (MOBA). Permainan jenis ini merupakan *game* yang berorientasi kerja sama yang melibatkan dua kelompok (*team*) untuk saling bertanding setiap kelompok beranggotakan lima pemain yang menghancurkan *tower* dan benteng utama lawan untuk memenangkan pertandingan.<sup>17</sup>

Dalam *game* ini diterangkan bahwa proses permainan ini tidak terlepas dari sebuah kerja sama dalam sebuah *team* dalam menghancurkan sebuah pertahanan lawan.

#### **b. Fubg Mobile**

Permainan merupakan suatu objek yang terdiri dari beberapa komponen dan aturan serta memiliki beberapa criteria seperti aturan, arah yang elalu berubah, tujuan, keempatan kompetensi, berbagai keempatan dan pengalaman, kebebasan aktivitas dalam menyalami dunia permainan. *Pubg Mobile* adalah sebuah *game multiplayer* kompetitif

---

<sup>16</sup>Wibisono Andika, Hubungan Antar Intensitas Bermain Game Mobile Legend Dan Pengawasan Orang Tua Dengan Perilaku Agresif Verbal Pada Anak Remaja, *Jurnal UNDIPS*. hlm.2<https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/interaksi-online/article/view/24140>. Di akses pada tanggal 25 juli 2020 pada pukul: 16;45 WIB.

<sup>17</sup>Prasetyo Yuda, dkk, Pengaruh Pengguna Game Mobile Lagand Terhadap Perilaku Siswa SMA Negeri Kendari, *Jurnal Penelitian Kajian Komunikasi dan Informasi*, Vol, 5 No. 1 Januari 2020, hlm. 3<http://ojs.uho.ac.id/index.php/KOMUNIKASI/article/download/10388/7320>. Di akses pada tanggal 25 juli 2020 pada pukul: 16:50 WIB.

yang menjadikan “*battle royale*” sebagai *ganre* utama, *game* ini berjenis *first person shooter*.<sup>18</sup>

*Game* ini merupakan salah satu *game* yang sangat populer di kalangan *gamers* untuk very PC nya. Pada tanggal 19 Maret 2018, developer ini baru saja merilis *game pubg* versi *mobilenya*. *Game* ini merupakan sebuah jenis *game* baru pada *platform mobile* sehingga berpotensi memiliki *user* baru.

### c. *Free Fire*

Garena adalah platform hiburan digital, yang mengembangkan sebuah permainan *PC online* dan digital seluler di Asia Tenggara dan Taiwan. Ini di dirikan oleh Chairman dan *GROUP CEO* di Singapura berketepatan pada tahun 2009. Garena yang di kembangkan pertama kali adalah garena *Free fire*.

*Free fire* merupakan sebuah permainan pertempuran *royale* seluler paling populer di dunia. *Free fire* adalah *game* yang paling banyak di unduh di *Google Play Store*, dan merupakan *game* keempat yang paling banyak di unduh di dunia. Garena mendistribusikan berbagai judul permainan di berbagai negara seperti Amerika Latin, Asia Tenggara dan Taiwan, seperti *game arena* pertempuran online multi pemain,

---

<sup>18</sup>Albar Amrullah, dkk, Evaluasi Experience Pada Game PUBG Mobile Menggunakan Metode Kognitif Walkthrough, *Jurnal Pengembangan Teknologi Informai dan Ilmu Computer*, Vol. 3, No.2 Februari 2019, hlm.1661 <http://j-ptiik.ub.ac.id/index.php/j-ptiik/article/view/4544>. Di akses pada tanggal. Di akses pada tanggal 25 juli 2020 pada pukul: 17:00 WIB.

*Leaguage Of Legends dan Heroes Of Newerth*, game sepak FIFA online 3, dan game balap *mobile Speed Drifters*.<sup>19</sup>

### 3. Pengertian Kesehatan Mental

Perubahan yang sangat berarti dalam sikap dan pengobatan gangguan mental, yaitu dari animisme (*irrasional*) dan tradisional ke sikap dan cara yang rasional (*ilmiah*), terjadi pada saat berkembangnya psikkologi abnormal dan psikiatri di Amerika Serikat, perkembangan kesehatan mental di pengaruhi oleh gagasan, pemikiran dan inspirasi dari para ahli, terutama dari dua tokoh perintis yaitu *Drothea lynde Dix* dan *Clifford Whittingham*.<sup>20</sup>

Kesehatan mental adalah pengetahuan dan perbuatan yang bertujuan untuk mengembangkan dan memanfaatkan potensi bakat, dan pembawaaan yang ada semaksimal mungkin, sehingga membawa kepada kebahasiaan diri dan orang lain, serta terhindar dari gangguan dan penyakit jiwa.<sup>21</sup>

Dalam buku lainnya *Islam dan Kesehatan Mental*, Dzakiah Drajat mengemukakan pendapatnya bahwa, kesehatan mental adalah terhindarnya seseorang individu dari gangguan dan penyakit kejiwaaan, mampu

---

<sup>19</sup>Galuh Herika Sunandar, Pengaruh Co-Branding Telkomsel-Garena Freefire Terhadap Loyalitas Pelanggan Pelajar di Bandar Lampung *Skripsi*, (Lampung: Fakultas Ekonomi dan Bisnis, 2019), hlm. 27 [http://feb.unila.ac.id/wp-content/uploads/2019/11/11\\_galuh\\_pengaruh.pdf](http://feb.unila.ac.id/wp-content/uploads/2019/11/11_galuh_pengaruh.pdf). Di akses pada tanggal 27 juli 2020 pada pukul: 04:20 WIB.

<sup>20</sup>Inda Aditiyawarman, Sejarah Perkembangan Kesehatan Mental, *Jurnal Dakwah dan Komunikasi*, Vol.4 No.1 Januari-Juni 2010. hlm. 2 <http://ejournal.iainpurwokerto.ac.id/index.php/komunika/article/view/140>. Di akses pada tanggal 27 juli 2020 pada pukul:04:25 WIB.

<sup>21</sup>Ulin Nihaya, Konsep Seni Qasidah Burdah Imam Al-Bushiri Sebagai Alternatif Menumbuhkan Kesehatan Mental, *Jurnal Ilmu Dakwah*, Vol. 34, no. 1, Januari-Juni 2014, hlm. 297 <https://journal.walisongo.ac.id/index.php/dakwah/article/view/488> Di akses pada tanggal 27 juli 2020 pada pukul: 04:35 WIB.

menyesuaikan diri, mampu menghadapi masalah-masalah dan kegoncangan-kegoncangan biasa, adanya keserasian fungsi-fungsi jiwa (tidak ada konflik) dan merasa dirinya berharga, berguna dan bahagia serta dapat menggunakan potensi yang ada pada dirinya seoptimal mungkin.<sup>22</sup>

Marie Jahoda memberikan batasan yang agak luas tentang kesehatan mental. Kesehatan mental tidak hanya terbatas pada absennya seseorang dari gangguan kejiwaan dan penyakitnya. Akan tetapi orang yang sehat mentalnya memiliki berbagai ciri utama yaitu:

- a. Memiliki sikap kepribadian yang baik terhadap dirinya dalam artian mampu mengenali dirinya sendiri dengan baik
- b. Pertumbuhan, perkembangan dan perwujudan yang baik
- c. Integrasi diri yang meliputi kesehatan mental, kesatuan pandangan dan tahan terhadap tekanan-tekanan yang terjadi
- d. Otonomi diri yang mencakup unsur-unsur pengatur kelakuan diri
- e. Memiliki rasa empati dan kepekaan sosial
- f. Memiliki kemampuan dalam menguasai lingkungan serta berintegrasi dengan baik.<sup>23</sup>

#### **4. Karakteristik Kesehatan Mental**

Dalam memahami kesehatan mental perlu dikataui bahwa adanya beberapa karakteristik yang ada pada kesehatan mental tersebut yaitu:

##### **a. Emosional**

---

<sup>22</sup>Zakiah Dradjat, *Kesehatan Mental* (Jakarta: Gunung Agung, 1983), hlm.11-13

<sup>23</sup>A.F Jaelani, *Penyucian Jiwa dan Kesehatan Mental* (Jakarta: Amzah, 2000), hlm. 75-77

Sering kali kita mendengar kata emosi seolah-olah sebagai ungkapan rasa marah akan tetapi, emosi adalah suatu gejala psiko-fisiologis yang menimbulkan efek pada persepsi, sikap dan perilaku serta mengejawanta dalam bentuk ekspresi tertentu Emosi dirasakan secara fisiko-fisik karna terkait dengan jiwa dan fisik.

Goleman mengemukakan pendapatnya bahwa Keberhasilan seseorang dalam masyarakat ternyata 80 persen dipengaruhi oleh kecerdasan emosional, dan IQ hanya menyumbang 20 persen. Dalam mengenali kecerdasan emosional ada lima wilayah utama yaitu:

- 1). Kemampuan mengenali emosi diri yaitu kemampuan dalam mengenali terhadap emosi yang dirasakan saat terjadi. Kemampuan ini merupakan dasar dari kecerdasan emosional
- 2). Kemampuan dalam mengelola emosi yaitu menangani perasaan agar perasaan dapat terungkap dengan tepat yang merupakan kesadaran diri. Dalam mengelola emosi kita harus mampu dalam mengendalikanya, karna emosi menyebabkan terjadinya ketidak seimbangan hormon di dalam tubuh dan menimbulkan ketegangan fisik terutama pada ketegangan negatif. Seperti di dalam Q.S Thaha, 16.

﴿١٦﴾ فَلَا يَصُدَّنَّكَ عَنْهَا مَنْ لَّا يُؤْمِنُ بِهَا وَاتَّبَعَ هَوَاهُ فَتَرْدَىٰ

Artinya: “Maka sekali-kali janganlah kamu dipalingkan daripadanya oleh orang yang tidak beriman kepadanya dan oleh

orang yang mengikuti hawa nafsunya, yang menyebabkan kamu Jadi binasa".<sup>24</sup>

- 3). Keterampilan dalam memotivasi diri sendiri yaitu menata emosi dalam mencapai tujuan dalam memotivasi diri sendiri, menguasai diri sendiri, dan berkreasi
- 4). Mengenali emosi orang lain yaitu berupa adanya rasa empati terhadap perasaan orang lain perasaan ini sering disebut sebagai perasaan dalam bergaul
- 5). Membina hubungan yaitu dengan menunjang popularitas, kepemimpinan, dan keberhasilan di lingkungan sosial<sup>25</sup>

## **b. Fisik**

Fisik dalam bahasa Inggris *body* yang merupakan suatu wujud yang dapat di lihat oleh kasat mata yang juga dapat terdefiniskan oleh pikiran. Kesehatan mental dengan fisik sangat besar hubungannya akan tetapi seberapa jauh eratnyanya belum dapat di ketahui secara pasti.<sup>26</sup>

Contoh: Fisik yang sedang menderita penyakit jantung koroner (PJK), mental seseorang dalam menghadapi problema berbeda dengan waktu fisiknya ketika waktu ia sehat. Fisik yang sakit, tetapi sikap mentalnya selalu optimis dan penuh harapan untuk sembuh, maka derita

---

<sup>24</sup>Departemen Agama RI, *Al-Quran dan Terjemahan* (Bandung: Sygma Esamedia Arkanleema, 2007). hlm. 312

<sup>25</sup>Muthiara Sinta, Kemampuan Mengelola Emosi Sebagai Dasar Kesehatan mental Anak Usia Dini, *Jurnal Program Studi PGRA Vol.5. No.1 Januari 2019*, hlm.124 <https://jurnal.stitnualhikmah.ac.id/index.php/seling/article/view/434>. Di akses pada tanggal 28 juli 2020 pada pukul: 20:15 WIB.

<sup>26</sup>Sundari Siti, *Kesehatan Mental dalam Kehidupan* (Jakarta: PT RINEKA CIPTA, 2005), hlm. 6

sakit akan mudah lekas dan sembuh. Sedangkan bagi mereka yang lebih pesimis lebih sulit dan lama untuk sembuh. Maka tepatlah kiranya bahwa pasien diberikan penjelasan terhadap suatu penyakit serta bahayanya agar yang bersangkutan menyadari dan optimis akan kesembuhan yang dialaminya..

Penyakit-penyakit terutama penyakit jantung koroner (PJK) adalah suatu penyakit yang di sebabkan oleh perilaku beresiko terutama pola makan. Oleh sebab itu, maka upaya yang paling efektif dalam mencegah PJK adalah melalui pengaturan pola makan yang di awali dengan pola asupan makanan ke dalam tubuh atau lebih umum di katakan *intake* makanan.<sup>27</sup>

Apabila seseorang yang sering memainkan permainan *game online* maka terkadang seseorang tersebut lupa untuk mengisi asupan dalam tubuhnya akibat dari keasikan dalam bermain.

Gangguan psikosomatik adalah suatu keadaan dimana seseorang mengalami keluhan gejala fisik yang berulang, yang disertai dengan permintaan pemeriksaan tenaga medis.<sup>28</sup>

Gangguan tidur yang dialami bukan hanya tidak bisa tidur, melainkan adanya masalah seperti mengalami mimpi buruk. Setiap orang yang mengalami waktu tidur yang berbeda-beda, dan berapa lama waktu tidur tergantung pada usia seseorang. Namun, perlu diperhatikan

---

<sup>27</sup>Notoadmojo Soekidjo, *Kesehatan Masyarakat Ilmu dan Seni* (Jakarta: Rineka Cipta, 2014), hlm.308

<sup>28</sup>Sumiati, dkk, *Kesehatan Remaja dan Konseling* (Jakarta :Perpustakaan Nasional, 2009), hlm.117

seperti apa gangguan yang dialami seseorang tersebut. Gangguan tidur harus dipahami Artinya, gangguan tersebut bukan hanya tidak bisa tidur saja akan tetapi semua gangguan tersebut disebabkan oleh faktor yang berbeda-beda. Seperti halnya jenis-jenis gangguan yang sering terjadi diantaranya:

1). *Dissomnia*

- a) Gangguan tidur intrinsik, *Narkolepsi*, gerak anggota gerak *periodik*, *sindroma* kaki gelisah, obstruksi saluran nafas, *hipoventilasi*, *post traumatic* kepala, tidur berlebihan (*hipersomnia*).
- b) Gangguan tidur ekstrinsik, Tidur yang tidak sehat, lingkungan, perubahan posisi tidur, toksik, ketergantungan alcohol, obat *hipnotik* atau *stimulant*.
- c) Gangguan tidur irama sirkadian, Jet-lag sindroma, fase tidur belum waktunya, banguntidur tidak teratur, tidak tidur selama 24 jam.

2). *Parasomnia*

- a) Gangguan Arausal, Gangguan tidur berjalan, gangguan terror
- b) Gangguan antara bangun tidur, Gerak tiba-tiba, tidur berbicara, kram kaki, gangguan gerak berirama
- c) Berhubungan dengan fase *REM*, Gangguan mimpi buruk, gangguan tingkah laku, gangguan sinus *arrest*

- d) Parasomnia lain-lainya, otot rahang mengeras, sukar menelan, *dystonia parasismal*
- 3). Gangguan tidur berhubungan dengan gangguan kesehatan
- a) Gangguan mental, psikosis, Gangguan afektif, panik hebat
  - b) Berhubungan dengan kondisi kesehatan, penyakit, *degenertif (demensia parkinson, multiple eskalerosis) epilepsy*
  - c) Berhubungan dengan kondisi kesehatan, penyakit asma, penyalit jantung, ulkus peptikus, *sidroma febsitis, refluks gasrointastinal* penyakit paru kordinal (PPOK)

### c. Spritual (Keagamaan)

Spiritual dan agama memiliki artian yang sangat luas, Spritual adalah suatu prosese dari keberadaaan manusia dan kekuatan besar dalam mencari makna dan tujuan dari hidup. Spritual juga diartikan sebagai sesuatu yang kompleks dan multidimensional dari pengalaman manusia <sup>29</sup> Spritualitas memiliki aspek kognitif pengalaman dan perilaku. Aspek kognitif meliputi pencarian diri, tujuan dan kebenaran dalam kehidupan seras nilai dan keyakinan pada seseorang.

Keyakinan seseorang terhadap agama sangat membantu seseorang dalam mencegah penyakit (termasuk depresi, penyalahgunaan obat, dan penyakit fisik lainnya). Sebuah penelitian pada pasien dewasa yang menjalani pembedahan efektif pada jantung memperlihatkan

---

<sup>29</sup>Prasetyo Agus, Aspek Spritualitas Sebagai Elemen Penting Dalam Kesehatan, *Jurnal Kesehatan Al-irsyad*, Vol. 9 No. 1 Maret 2016, hlm. 23 <http://stikesalirsyadclp.ac.id/jka/index.php/jka/article/view/38>. Di akses pada tanggal 28 juli 2020 pada pukul:23:08 WIB.

bahwa kurangnya kekuatan dan kenyamanan dari sebuah keyakinan agama sangat berhubungan dengan resiko kematian pada saat 6 bulan menjalani pembedahan jantung.

Dalam perkembangan historis, pendekatan agama dalam kesehatan mental tidak mudah di terima begitu saja oleh kalangan ilmuwan psikologi. Terjadi dualisme pandangan terhadap penggunaan pendekatan keagamaan. Ada sebagian ilmuwan yang menyetujui bahkan sebagai pelopor pemerhati pendekatan agama dalam aspek kehidupan manusia. Akan tetapi disisi lain ada juga yang memandang negatif peranan agama dalam kehidupan manusia.

Diantara tokoh yang memandang negatif peranan agama diantaranya, Sigmund Freud, yang menyatakan antara aktivitas terperinci dan berulang-ulang yang dilakukan oleh orang yang menderita obsesi dan memiliki perhatian secara detil terhadap sesuatu, dengan watak ritul-ritual keagamaan.<sup>30</sup>

Dari pendapat diatas bahwasanya peneliti memandang bahwa ilmuwan tersebut hanya memandang keagamaan tersebut hanya dari kebiasaan-kebiasaan yang berupa ritual-ritual saja, beda halnya dengan Maudah dan Mursah mereka mengatakan bahwasanya indikator yang paling penting dalam sebuah kesehatan mental yaitu orang menunjukkan seseorang yang sehat mentalnya yaitu, orang yang baik

---

<sup>30</sup>Fani Reza, Efektivitas Pelaksanaa Ibadah Dalam Upaya Mencapai Kesehatan Mental, *Jurnal Psikologi Islam* Vol.1 No.1 Tahun 2015, hlm. 3 <http://jurnal.radenfatah.ac.id/index.php/psikis/article/view/561>. Di akses pada tanggal 30 juli 2020 pada pukul: 21:14 WIB.

agamanya. Akan tetapi, individu lalai Seperti halnya dalam Q.S. Al-Furqan ayat 30:

وَقَالَ الرَّسُولُ يَا رَبِّ إِنَّ قَوْمِي اتَّخَذُوا هَذَا الْقُرْآنَ مَهْجُورًا ﴿٣٠﴾

Artinya: "Berkatalah Rasul: "Ya Tuhanku, Sesungguhnya kaumku menjadikan Al Quran itu sesuatu yang tidak diacuhkan".<sup>31</sup>

Dalam ayat ini, Allah menyajikan pengaduan rasul kepada tuhanya, bahwa kaumnya telah meninggalkan kitabnya dan sama sekali tidak menoleh kepada kandungannya yang memberi mereka sebuah petunjuk dan memelihara kemaslahatan mereka di dalam urusan agama dan dunia.<sup>32</sup>

Selanjutnya Jahoda mengatakan, Kesehatan mental tidak terbatas pada absensi seseorang dari gangguan kejiwaan dan penyakitnya. Akan tetapi, memiliki karakter utama sebagai berikut:

- 1) Sikap kepribadian yang baik terhadap diri sendiri dalam arti dapat mengenali diri sendiri dengan baik
- 2) Pertumbuhan, perkembangan, dan perwujudan diri yang baik
- 3) Integrasi diri yang meliputi keseimbangan mental, satuan pandangan dan tahan terhadap tekanan-tekanan yang terjadi
- 4) Otonomi diri yang mengatur unsur-unsur pengatur kelakuan dari dalam atau kelakuan-kelakuan bebas
- 5) Persepsi mengenal realitas bebas dari penyimpangan kebutuhan, serta memiliki empati dan keadaan sosial

<sup>31</sup>Departemen Agama RI, *Al-Quran dan Terjemahan...*, hlm.539

<sup>32</sup> Ahmad Mustofa, *Tafsir Al-Maragi* (Semarang:Cv Toha Putra,1992 ), hlm. 17

- 6) Kemampuan dan menguasai lingkungan dan berinteraksi

#### **d. Sosial**

Sehat secara sosial dapat dikatakan mereka yang berinteraksi dan dapat menjalin sebuah hubungan dengan baik terhadap lingkungan sekitarnya. Mampu untuk menjalin sebuah kerja sama Dalam hal ini, individu diharapkan dapat mampu secara aktif berupaya dalam memahami hak-hak pribadi tanpa melupakan atau melanggar hal-hak orang lain.

Dampak sosial yang ditimbulkan ketika bermain game online individu acuh tak acuh dan kurang peduli terhadap lingkungan, terbiasa melakukan interaksi hanya satu arah dengan komputer ataupun sebuah mobile phone sehingga membuat seorang individu menjadi tertutup (introvert). Sulit dalam mengekspresikan diri dalam dunia nyata.<sup>33</sup>

Menurut Syamsu Yusuf karakteristik kesehatan mental ditinjau dari segi sosial adalah:

- 1). Memiliki rasa empati dan rasa kasih sayang terhadap orang lain, serta senang untuk memberikan pertolongan kepada orang-orang yang membutuhkan pertolongan.
- 2). Mampu berhubungan dengan orang lain secara sehat, penuh cinta dan persahabatan

---

<sup>33</sup>Eka Rusnani Fauziah, Pengaruh Game Online Terhadap Perubahan Perilaku Anak Smp Negeri 1 Samboja, *Jurnal Ilmu Komunikasi*, Vol. 1 No. 3, 2013.1-6.hlm.12 <https://ejournal.ilkom.fisip-unmul.ac.id/site/wp-content/uploads/2013/07>. Di akses pada tanggal 01 agustus 2020 pada pukul: 19:10 WIB.

- 3). Bersifat toler dan mau menerima tanpa memandang kelas sosial, tingkat pendidikan, politik, agama, suku, rasa tau warna kulit.

## **B. Penelitian Terdahulu**

Dengan kajian terdahulu dapat membantu peneliti untuk menemukan cara pengolahan dan analisis data. Berdasarkan dengan masalah sejauh pengetahuan peneliti masalah ini belum pernah di teliti, namun peneliti menemukan penelitian dengan judul yang hampir sama tentang percaya diri yang dilakukan terbukti dengan ditemukanya berupa skripsi berupa:

1. Skripsi oleh Agung Salim, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, Jurusan Pendidikan Agama Islam UIN Makasar dengan judul: “Pengaruh *Game Online* Terhadap Perilaku Belajar Mahasiswa Jurusan Pendidikan Agama Islam” Yang mana dalam penelitian ini terdapat rendahnya minat belajar mahasiswa, setelah di analisis terdapat pengaruh dari bermain *game online* terhadap perilaku belajar mahasiswa Jurusan Pendidikan Agama Islam. Kesamaanya dengan penelitian ini adalah sama-sama membahas mengenai bermain *game online*
2. Skripsi oleh Siti Khoiriah Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung, Jurusan Komunikasi Penyiaran Islam dengan Judul “Dampak *Game online* terhadap perilaku remaja dalam pelaksanaan ibadah sholat lima waktu” desa Rangai Kec. Latibung Kab. Lampung Selatan dalam penelitian ini ada berbagai dampak yang ditimbulkan diantaranya melalaikan sholat, dunia nyata, dan adanya perubahan sikap dan perilaku. Dari hasil penelitiannya terdapat dampak positif dan negatif

dari bermain *game online* Kesamaanya dengan penelitian ini mengenai *game online* dan ibadah.

3. Skripsi oleh Fatimah Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung Jurusan Pendidikan Agama Islam dengan Judul “Pengaruh Kesehatan mental terhadap hasil belajar Pendidikan Agama Islam SMP Piri Jatih Agung, Dalam penelitian ini, siswa kurang efektif dalam belajar sehingga adanya pengaruh dari kesehatan mental terhadap belajar siswa. Kesamaanya dengan penelitian ini yaitu sama-sama membahas mengenai kesehatan mental.

### C. Kerangka Fikir

*Game Online* adalah merupakan suatu jenis permainan yang melibatkan banyak pemain atau ratusan hingga ribuan pemain sekaligus dengan menggunakan fasilitas *LAN (Local Area Network)* maupun internet. Para pemain juga dapat berinteraksi satu sama yang lain seraya menjalankan permainan bersama-sama. Defenisi game lebih mendalam:

*Is a recreational activity involving one or more players, defined by a).Agoal that the players try to reach, and b). Some set of rules that determines what the players can do. Game are, played primarily for entertainment or enjoyment. Artinya: a). Kegiatan rekreasi yang melibatkan satu atau lebih pemain yang ditentukan oleh tujuan yang ingin para pemain untuk capai. b).Beberapa aturan yang menentuka apa yang dapat dilakukan para pemain.*<sup>34</sup>

*Game online* secara umum adalah sebuah jenis video permainan yang menggunakan sebuah jaringan internet. Menurut Adam dan Rolings

---

<sup>34</sup>Rieka Ellyasari Susanto, Dampak Game Online di Kalangan Mahasiswa ,*Skripsi Jurusan Sosiologi FISIPOL Universitas Sebelas Maret Surakarta* 2010, hlm. 19 <https://digilib.uns.ac.id/dokumen/download/14997/Mjk4NzE=/Dampak-pe>. Di akses pada tanggal 01 agustus 2020 pada pukul: 20: 40 WIB.

bahwasanya *Game Online* adalah permainan yang dapat diakses oleh banyak pemain, dimana main-main yang digunakan pemain yang dihubungkan oleh sebuah jaringan.<sup>35</sup>

Tertuju pada kestabilan kesehatan mental dan fisik saling mempengaruhi. Gangguan kesehatan mental bukanlah sebuah keluhan yang hanya diperoleh dari garis keturunan. Tuntutan hidup yang berdampak pada *stres* berlebih akan berdampak pada kesehatan mental yang lebih buruk. Kesehatan mental merupakan sebuah kondisi dimana individu terbebas dari segala jenis gejala gangguan mental.<sup>36</sup>

#### **D. Hipotesis**

Hipotesis adalah suatu kesimpulan yang masih kurang atau kesimpulan yang masih belum sempurna, sehingga perlu disempurnakan dengan membuktikan kebenaran hipotesis itu melalui penelitian.<sup>37</sup> Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap suatu rumusan masalah peneliti, dimana rumusan masalah peneliti telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan, belum dinyatakan berdasarkan fakta-fakta yang di peroleh dari pengumpulan data.<sup>38</sup>

---

<sup>35</sup>Saputri Krui, dkk, *Analisis Bentuk-Bentuk Perilaku Agreif Siswa Pengguna Game Online, Jurnal FKIP Uneversitas Lampung*. hlm. 2 <http://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/PSIKOLOGI/article/download/30-34>. Di akses pada tanggal 01 agustus 2020 pada pukul: 20:45 WIB.

<sup>36</sup>Wismani Adisti, dkk, Kesehatan Mental Masyarakat Indonesia (Pengetahuan Dan Keterbukaan Masyarakat Terhadap Gangguan Kesehatan Mental), *Jurnal prosiding KS;RISET dan PKM* Vol.2 No.2. hlm. 252 <http://jurnal.unpad.ac.id/prosiding/article/view/13535>. Di akses pada tanggal 02 agustus 2020 pada pukul: 04:15 WIB.

<sup>37</sup>Burhan Bungin, *Metodologi Penelitian Kuantitatif* (Jakarta: Kencana Prenada Media Group, 2006), hlm. 85

<sup>38</sup>Sugiono, *Metodologi Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif* (Bandung: Alfabeta, 2010), hlm. 64

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap masalah penelitian yang kebenarannya yang harus diuji secara empiris yang menyatakan adanya hubungan terhadap adanya hubungan apa yang kita cari atau yang ingin kita pelajari.<sup>39</sup>

Hipotesis juga dapat dikatakan sebagai suatu prediksi yang melekat pada suatu variabel yang bersangkutan. Dengan demikian, tarap ketepatan prediksi sangat tergantung pada suatu tarap kebenaran dan ketepatan landasan teoritis. Secara teknis hipotesis dapat didefinisikan sebagai pernyataan mengenai suatu populasi yang akan diuji kebenarannya, berdasarkan data yang diperoleh dari data sampel penelitian. Pernyataan tersebut dapat mengindikasikan asumsi dasar yang melekat pada populasi yang bersangkutan.

Berdasarkan data variabel yang ada dalam penelitian ini, maka hipotesis yang dapat peneliti ajukan adalah sebagai berikut: **“Terdapat Pengaruh Yang Signifikan Antara Game Online Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa IAIN Padangsidempuan di Lingkungan I Kelurahan Sihitang”**

---

<sup>39</sup>Ahmad Nizar Rangkuti, *Metode Penelitian Pendidikan* (Bandung: Ciptapustaka Media, 2016), hlm. 40

### BAB III

## METODOLOGI PENELITIAN

### A. Waktu dan Lokasi Penelitian

#### 1. Waktu Penelitian

Waktu yang digunakan peneliti dalam penelitian ini dilaksanakan sejak tanggal 10 September 2020 sampai dengan tanggal 24 Maret 2021 seperti halnya tabel berikut ini:

**Tabel. 1**  
**Jadwal Penelitian**

No	Uraian	Waktu Penyelesaian Penelitian/ Bulan																
		September			Oktober			November			Desember			Januari		Februari		
1	Seminar Judul	■																
2	Pembuatan Proposal		■															
3	Bimbingan Proposal			■														
4	Seminar Proposal				■													
5	Revisi Proposal					■												
6	Penelitian Skripsi						■											
7	Bimbingan Skripsi							■										
8	Sidang Munaqasyah								■									
9	Revisi Skripsi									■								
10	Wisuda																■	

#### 2. Lokasi Penelitian

Dalam penelitian ini, ada dua alasan mengapa peneliti mengambil lokasi penelitian yaitu:

a. Secara Teoritis

Peneliti melihat bahwa, adanya pengaruh dari bermain *game online* terhadap kesehatan mental mahasiswa yang ditinjau dari segi fisik, fisikis, social dan keagamaan di daerah Lingkungan I Sihitang.

b. Secara Praktis

Dalam pemilihan lokasi penelitian ini, peneliti lebih mudah menjangkau Lingkungan I Sihitang sebagai lokasi penelitian, kemudian karena adanya keterbatasan dana dalam penelitian serta waktu dan kemampuan dari sipeneliti.

## **B. Jenis Penelitian**

Jenis penelitian ini apabila ditinjau dari segi pendekatan analisis, maka penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif deskriptif. Penelitian dengan jenis pendekatan kuantitatif menekankan analisisnya pada data-data numerik (angka) yang diolah dengan metode statistik.<sup>40</sup>

Kemudian apabila ditinjau dari kedalaman analisisnya, penelitian ini merupakan penelitian inferensial yaitu penelitian yang melakukan analisis hubungan antar variabel dengan pengujian hipotesis.<sup>41</sup> Apabila penelitian ini dipandang dari karakteristik masalah, penelitian ini dapat dikelompokkan kedalam penelitian kausal. Penelitian kausal bertujuan untuk menunjukkan sebab akibat, Dengan demikian ada variabel independen (bebas) dan ada variabel dependen (terikat).

## **C. Populasi dan Sampel**

---

<sup>40</sup>Syaifuddin Azwar, *Metode Penelitian* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar,2004),hlm. 5.

<sup>41</sup>*Ibid.*,hlm. 6.

## 1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian.<sup>42</sup> Populasi merupakan keseluruhan dari objek penelitian yang dapat berupa manusia, hewan, tumbuh-tumbuhan, udara, gejala, nilai, peristiwa, sikap hidup, dan sebagainya, sehingga objek-objek ini dapat menjadi sumber data penelitian.<sup>43</sup> Populasi adalah keseluruhan gejala/satuan yang ingin diteliti.<sup>44</sup>

Populasi dalam penelitian ini adalah Mahasiswa IAIN Padangsidempuan di Lingkungan I Kelurahan Sihitang Kec.Padangsidempuan Tenggara. Sejumlah 41 orang

## 2. Sampel

Sampel merupakan sebagian atau wakil populasi yang diteliti, apabila jika subjeknya lebih besar dari 100 dapat diambil 10%-15% atau 20%-25% Sebaliknya apabila sampelnya kurang dari 100 maka lebih baik diambil semua.<sup>45</sup>

Peneliti menggunakan sampel yang kurang dari 100 maka mengambil secara keseluruhan dari populasi. Adapun sampel dari penelitian ini adalah 41 orang yaitu, mahasiswa IAIN Padangsidempuan. Penarikan sampel bagi

---

<sup>42</sup>Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian, Edisi Revisi IV* (Jakarta: Rineka Cipta, 2006), hlm. 130.

<sup>43</sup>Burhan Bungin, *Metodologi Penelitian Kuantitatif: Komunikasi, Ekonomi, dan Kebijakan Publik Serta Ilmu-Ilmu Sosial Lainnya* (Jakarta: Kencana, 2005), hlm. 99.

<sup>44</sup>Ahmad Nizar Rangkuti, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, PTK, dan Penelitian Pengembangan* (Bandung: Citapustaka Media, 2014), hlm. 51.

<sup>45</sup>Bambang Prasetyo dan Lina Miftahul Jannah, *Metode Penelitian Kuantitatif Teori dan Aplikasi* (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2008), hlm. 119.

seorang peneliti bertujuan untuk memudahkan peneliti dalam meneliti permasalahan yang diangkat sebagai judul penelitian.

#### **D. Instrumen Pengumpulan Data**

##### Angket

Kuesioner (angket) merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberikan seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya.<sup>46</sup> Dimana angket yang peneliti gunakan yaitu angket tertutup. Angket tertutup adalah angket yang disajikan dalam bentuk sedemikian rupa sehingga responden tinggal memberikan tanda centang pada kolom atau tempat yang sesuai.<sup>47</sup> Jadi angket tertutup merupakan angket yang pernyataannya disertai dengan pilihan jawaban yang sudah ditentukan oleh peneliti, yang dapat berbentuk pilihan ganda. Dimana angket ini menggunakan skala Likert yaitu skala yang sudah dimodifikasi sesuai dengan kebutuhan peneliti,

Skala ini menggunakan skala Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS). Dari masing-masing pertanyaan, untuk mengisi daftar pertanyaan (angket) yang dibuat dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang sekaligus menjadi sampel dalam penelitian dan telah disediakan alternatif jawabannya.

---

<sup>46</sup>Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D* (Bandung: Alfabeta, 2010), hlm.142.

<sup>47</sup>Suharsimi Arikunto, *Op. Cit.*, hlm. 103.

Angket ini berbentuk skala penilaian dengan menggunakan pertanyaan positif dan negatif. Adapun skor yang ditetapkan untuk pertanyaan butir positif adalah:

- a. Untuk option SS diberikan skor 4
- b. Untuk option S diberikan skor 3
- c. Untuk option TS diberikan skor 2
- d. Untuk option STS diberikan skor 1.

Sedangkan skor yang ditetapkan untuk butir pertanyaan negatif adalah:

- a. Untuk option SS diberikan skor 1
- b. Untuk option S diberikan skor 2
- c. Untuk option TS diberikan skor 3
- d. Untuk option STS diberikan skor 4

**Tabel. 2**

**Kisi-Kisi Angket Pemakai *Game Online* (Variabel X)**

No	Variabel (X)	Sub Variabel	Sub Indikator	Nomor Item
1.	Pemakai <i>Game Online</i>	Frekuensi bermain <i>game online</i>	Mahasiswa memiliki tinggi rendahnya intensitas saat bermain <i>game online</i>	1,2,3,4,5,6,12 13,14,16,20
		Waktu bermain <i>game online</i>	Mahasiswa meluangkan waktu bermain <i>game online</i> dan hubungannya dengan, nilai-nilai moral dan sosialnya	7,8,9,10,11, 17,19
		Permainan <i>game</i> yang di gemari	Hubungan dengan nilai-nilai ibadah	15,18

**Tabel. 3**

***Kisi-kisi Angket Kesehatan Mental (Variabel Y)***

No	Variabel (Y)	Sub Variabel	Sub Indikator	Nomor Item
1..	Kesehatan Mental	Fisik	Kesehatan fisik	1,2,3,4,5
		Fisikis	Kesehatan fisikis	6,7,8,9,10
		Sosial	Kesehatan terhadap lingkungan (soaial)	11,12,13,14,15,16,17
		Religius	Ibadah Sholat	18,19,20

**E. Pengukuran Variabel**

1. Uji Validitas

Uji validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat keandalan atau kesahihan suatu alat ukur.<sup>48</sup> Uji validitas digunakan untuk mengetahui tingkat kesahihan instrument dalam mengumpulkan data. Uji validitas dilaksanakan dengan rumus korelasi product momen. Item angket dinyatakan valid jika harga  $r$  hitung  $>$   $r$  table pada taraf signifikan 5 %.

$$r_{xy} = \frac{N(\sum XY) - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[N \sum X^2 - (\sum X)^2][N \sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

Keterangan:

$r_{xy}$  = Koefisien Korelasi Product

$N$  = Jumlah objek (responden)

$\sum X$  = Jumlah skor variabel X (Pemakai *Game Online*)

---

<sup>48</sup>Riduwan, *Belajar Mudah Penelitian Untuk Guru Karyawan dan Penelitian Pemula* (Bandung: Alfabeta, 2012), hlm. 97.

$\sum Y$  = Jumlah skor variabel Y (Kesehatan Mental)

**Tabel. 4**  
**Validitas Variabel X (Pemakai Game Online)**

No item soal	Nilai $r_{hitung}$	Interpretasi	Nilai $r_{tabel}$
1.	0,484	Valid	Nilai $r_{tabel}$ 5 % (0, 2605)
2.	0,286	Valid	
3.	0,235	Tidak Valid	
4.	0,021	Tidak Valid	
5.	0,158	Tidak Valid	
6.	0,574	Valid	
7.	0,314	Valid	
8.	0,544	Valid	
9.	0,033	Tidak Valid	
10.	0,155	Tidak Valid	
11.	0,634	Valid	
12.	0,515	Valid	
13.	0,655	Valid	
14.	0,393	Valid	
15.	0,447	Valid	
16.	0,393	Valid	
17.	0,435	Valid	
18.	0,649	Valid	
19	0,003	Tidak Valid	
20	0,269	Valid	

**Tabel. 5**  
**Validitas Variabel Y (Kesehatan Mental)**

No item soal	Nilai $r_{hitung}$	Interpretasi	Nilai $r_{tabel}$
--------------	--------------------	--------------	-------------------

1.	0,280	Valid
2.	0,501	Valid
3.	0,277	Valid
4.	0,275	Valid
5.	0,402	Valid
6.	0,391	Valid
7.	0,222	Tidak Valid
8.	0,341	Valid
9.	0,275	Tidak Valid
10.	0,350	Tidak Valid
11.	0,261	Valid
12.	0,231	Tidak Valid
13.	0,379	Valid
14.	0,293	Valid
15.	0,002	Tidak Valid
16.	0,328	Valid
17.	0,463	Valid
18.	0,181	Tidak Valid
19.	0,406	Valid
20.	0,412	Valid

Nilai  $r_{tabel}$   
5 % (0, 2605)

Dari kedua variabel diatas dapat disimpulkan bahwa, Nomor yang valid untuk variabel X adalah 1, 2, 6, 7, 8, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 20, yang tidak valid 3, 4, 5, 9, 10, 19. Untuk variabel Y yang valid adalah 1, 2, 3, 4, 5, 6, 8, 11, 13, 14, 16, 17, 19, 20 dan yang tidak valid 7, 9, 10, 12, 15, 18.

## 2. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas adalah alat untuk mengukur suatu kuesioner yang merupakan indikator dari variabel atau konstruk. Uji reliabilitas yang merupakan indikator dari variabel atau konstruk. Uji realibilitas digunakan untuk mengetahui sejauhmana angket dapat dipercaya atau dapat diandalkan dan tetap konsisten.

Uji reliabilitas dilakukan dengan menghitung *Cronbach's Alpa* dari masing-masing instrumen dalam suatu variabel instrumen yang dipakai dikatakan andal jika memiliki nilai *Cronbach's Alpha*  $>0,60$  dan dan jika nilai *Cronbach's Alpha*  $<0,60$  maka instrumen yang dipakai dalam penelitian itu dapat dikatakan tidak reliabel<sup>49</sup>

**Tabel. 6**

**Hasil Uji Reliabilitas**

Variabel	<i>Cronbach's Alpha</i>	Number of Item
Game Online	0,645	20
Kesehatan Mental	2,504	20

*Sumber data diolah SPSS 23 Tahun 2020*

Dari hasil output SPSS diatas menunjukkan bahwa *Cronbach's Alpha* untuk variabel *game online* yaitu  $0,645 > 0,60$  Dengan demikian variabel Pemakai *game online* dapat dikatakan reliabel. Kemudian variabel Kesehatan mental yaitu  $2,504 > 0,60$  kemudian variabel kesehatan mental dapat dikatakan reliabel.

### 3. Uji Coba Instrument

---

<sup>49</sup>Syofin Siregar, *Statistik Parametik untuk Penelitian Kuantitatif* (Jakarta: Bumi Aksara, 2014), hlm.90

Uji validitas variabel X dan Y

Uji validitas dilakukan untuk melihat apakah data ada yang valid atau tidak. Untuk pengujian validitas digunakan 41 responden dengan 20 pertanyaan untuk variabel pemakai *game online* yang positif, 20 pertanyaan untuk variabel pemakai *game online* yang negatif (X), dan 20 pertanyaan untuk variabel Kesehatan mental (Y) di Kelurahan I Sihitang Kec.Padangsidempuan Tenggara dan  $r_{\text{tabel}}$  pada taraf signifikan 5% dengan derajat kebebasan  $dk = n - 2 = 41 - 2 = 39$  sehingga  $r_{\text{tabel}}$  diperoleh = 0,2605 untuk mengetahui apakah pertanyaan-pertanyaan valid atau tidak. Untuk mengambil keputusan valid atau tidaknya data tersebut dengan membandingkan  $r_{\text{hitung}}$  dengan  $r_{\text{tabel}}$  sebagai berikut:

Jika  $r_{\text{hitung}} > r_{\text{tabel}}$  berarti valid dan

Jika  $r_{\text{hitung}} < r_{\text{tabel}}$  berarti tidak valid

## F. Teknik Pengolahan dan Analisis Data

Dalam menganalisis data peneliti menggunakan pendekatan analisa kuantitatif. Untuk memberikan gambaran umum tentang pemakai *game online* (variabel X) dan kesehatan mental (variabel Y), dilakukan dengan analisis secara deskriptif. Statistik deskriptif adalah statistik yang berfungsi untuk mendeskripsikan atau memberi gambaran terhadap obyek yang diteliti melalui data sampel atau populasi sebagaimana adanya, tanpa melakukan analisis dan membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum.<sup>50</sup> Pada statistik

---

<sup>50</sup>Sugiyono, *Statistika untuk Penelitian* (Bandung: Alfabeta, 2007), hlm. 29.

deskriptif akan dikemukakan cara-cara penyajian data atau analisis data yaitu sebagai berikut:

### 1. Mean (rata-rata)

Mean merupakan teknik penjelasan kelompok yang didasarkan atas nilai rata-rata dari kelompok tersebut. Rumus yang digunakan yaitu:

$$M_x = \frac{\sum fx}{N}$$

Keterangan:

$M_x$  = Mean (rata-rata)

$\sum fx$  =Jumlah dari hasil perkalian antara masing-masing skor dengan frekuensinya

$N$  = Jumlah data.<sup>51</sup>

### 2. Median

Median adalah salah satu teknik penjelasan kelompok yang didasarkan atas nilai tengah dari kelompok data yang telah disusun urutannya dari yang terkecil sampai yang terbesar, atau sebaliknya dari yang terbesar sampai yang terkecil. Rumus yang digunakan yaitu:

$$Mdn = l + i \left( \frac{\frac{1}{2} N - fk_b}{f} \right)$$

---

<sup>51</sup>Anas Sudijono, *Pengantar Statistik Pendidikan* (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2008), hlm. 85.

Keterangan:

Mdn = Median

$\ell$  = Batas bawah nyata dari skor yang mengandung median

$fk_b$  = Frekuensi kumulatif yang terletak di bawah skor yang mengandung median

$f$  = Frekuensi asli (frekuensi dari skor yang mengandung median)

$i$  = Panjang kelas.<sup>52</sup>

### 3. Modus (*mode*)

Modus merupakan teknik penjelasan kelompok yang didasarkan atas nilai yang sering muncul dalam kelompok. Rumus yang digunakan yaitu:

$$M_o = \ell + i \left( \frac{f_a}{f_a + f_b} \right)$$

Keterangan:

$M_o$  = Modus

$\ell$  = Batas bawah nyata dari interval yang mengandung modus

$f_a$  = Frekuensi yang terletak di atas interval yang mengandung modus

$f_b$  = Frekuensi yang terletak di bawah interval yang mengandung modus

---

<sup>52</sup>*Ibid.*, hlm.97-98.

$i$  = Kelas interval.<sup>53</sup>

#### 4. Standar deviasi

Standar deviasi merupakan jumlah kuadrat semua deviasi nilai-nilai individual terhadap rata-rata kelompok. Rumus yang digunakan yaitu:

$$SD = \sqrt{\frac{\sum fx^2}{N} - \left[ \frac{\sum fx}{N} \right]^2}$$

Keterangan:

SD = Deviasi standar

$fx^2$  = Jumlah hasil perkalian antara frekuensi masing-masing skor, dengan deviasi skor yang telah dikuadratkan

$fx$  = Jumlah hasil perkalian antara frekuensi masing-masing skor, dengan deviasi skor

$N$  = Jumlah Mahasiswa<sup>54</sup>

#### 5. Tabel distribusi frekuensi

Tabel distribusi frekuensi yaitu alat penyajian data statistik yang berbentuk kolom dan jalur, yang di dalamnya dimuat angka yang dapat melukiskan atau menggambarkan pencaran atau pembagian frekuensi dari variabel yang sedang menjadi objek penelitian.<sup>55</sup> Dalam hal ini distribusi

---

<sup>53</sup>*Ibid.*, hlm.106.

<sup>54</sup>*Ibid.*, hlm.159.

<sup>55</sup>*Ibid.*, hlm. 38.

yang digunakan yaitu distribusi frekuensi relatif. Rumus yang digunakan yaitu:

$$P = \frac{f}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

f = Frekuensi yang sedang dicari persentasenya

p = Angka persentase

N = Jumlah Frekuensi/ banyaknya individu.<sup>56</sup>

Untuk mengetahui kualitas setiap variabel secara kumulatif dapat digunakan rumus:

Tingkat Pencapaian

=

$$\frac{\text{Skor Perolehan } (\sum skor)}{\text{Skor Maksimal } (\sum responden \times itemsoal \times bobot nilai tertinggi)} 100 \%$$

Setelah diperoleh besarnya tingkat pencapaian variabel tersebut, maka diterapkan pada kriteria penilaian sebagai berikut:

**Tabel. 7**  
**Interpretasi Hasil Penelitian**

---

<sup>56</sup>*Ibid.*, hlm.43

No	Skor	Interpretasi
1	20%-39%	Sangat Rendah
2	40%-59%	Rendah
3	50%-69%	Cukup
4	70%-89%	Tinggi
5	90%-100%	Sangat Tinggi <sup>57</sup>

Setelah data dikumpul, selanjutnya data hasil angket di analisis dengan menggunakan rumus statistik yaitu: *korelasi person product moment* dan uji regresi linear sederhana sebagai berikut:

#### 1. Korelasi *Product Moment*

*Product moment correlation* adalah salah satu teknik untuk mencari korelasi antara dua variabel yang kerap kali digunakan. Disebut *product moment correlation* karena koefisien korelasinya diperoleh dengan cara mencari hasil perkalian dari momen-momen variabel yang dikorelasikan.<sup>58</sup> Adapun rumus *korelasi person product moment* yaitu:

$$r_{xy} = \frac{N \cdot (\sum XY) - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[N \cdot \sum X^2 - (\sum X)^2][N \cdot \sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

Keterangan :

$R_x$  = Koefisien korelasi

$\sum X$  = Variabel bebas pemakai (*game online*)

$\sum Y$  = Variabel terikat (kesehatan mental)

$\sum X^2$  = Jumlah kuadrat skor butir item variabel bebas

---

<sup>57</sup>Riduwan, *Belajar Mudah Penelitian untuk Guru-Karyawan dan Peneliti Pemula*, (Jakarta: Alfabeta, 2010), hlm.201

<sup>58</sup> Anas Sudijono, *Op. Cit.*, hlm. 190.

$\sum Y^2$  = Jumlah kuadrat skor butir item variabel terikat

$\sum XY$  = Jumlah produk butir item variabel x dikali produk butir item variabel y

N = Jumlah sampel.

Untuk dapat memberikan penafsiran terhadap koefisien korelasi yang ditentukan tersebut besar atau kecil, maka dapat berpedoman pada ketentuan pada tabel berikut:

**Tabel. 8**  
**Pedoman untuk Memberikan Interpretasi Terhadap**  
**Koefisien Korelasi**

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
0,00-0,199	Sangat Rendah (Tidak Berkorelasi)
0,20-0,399	Rendah
0,40-0,599	Sedang
0,60-0,799	Kuat
0,80-1,000	Sangat Kuat

## 2. Uji Regresi Linear Sederhana

Regresi linear sederhana merupakan suatu prosedur untuk mendapatkan hubungan matematika dalam bentuk suatu persamaan antara variabel criterion atau variabel tidak bebas tunggal dengan variabel predictor atau variabel bebas tunggal.

Rumus persamaan umum regresi linear sederhana yaitu:

$$Y = a + bx$$

Keterangan:

Y : Variabel terikat

X : Variabel bebas

a : Intersip

b : Koefisien regresi.<sup>59</sup>

Untuk melihat bentuk korelasi antar variabel dengan persamaan regresi tersebut maka nilai a dan b harus ditentukan terlebih dahulu.

$$b = \frac{n \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sum X^2 - (\sum X)^2}$$

$$a = \frac{\sum Y - b \sum X}{n}$$

Menguji signifikan dengan rumus:

$$F_{hitung} = \frac{RJK_{reg}(a/b)}{RJK_{reg}}$$

RJK<sub>reg</sub>

Selanjutnya dilakukan uji signifikan dengan uji  $F_{hitung}$  dan setelah diperoleh hasil uji signifikansi, maka hasil tersebut dikonsultasikan kepada  $F_{tabel}$  pada taraf signifikansi 5%. Untuk melihat apakah pengaruh yang ditentukan signifikan atau tidak dengan kemungkinan:

- 1) Jika  $F_{hitung}$  lebih besar dari  $F_{tabel}$ , maka signifikan (hipotesis diterima)
- 2) Jika  $F_{hitung}$  lebih kecil dari  $F_{tabel}$ , maka tidak signifikan (hipotesis ditolak).

---

<sup>59</sup>*Ibid.*, hlm. 45

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN

#### A. Temuan Umum

##### 1. Kelurahan Sihitang

Sihitang adalah salah satunya Kelurahan yang berada di Kecamatan Padangsidempuan Tenggara. Sejak tahun 2015 Kelurahan Sihitang di kepalai oleh kepala Kelurahan Bapak MHD. FADLAN BATUBARA S.STPP. Sejak Tahun 2007 hingga saat ini peran aparat kelurahan dalam menjalankan fungsinya mengayomi masyarakat cukup baik berperan aktif menjalankan fungsinya sebagai motivator, dan mediator di tengah masyarakat, kerjasama aparat kelurahan Sihitang dan perangkatnya dengan Kepala Lingkungan berjalan dengan baik.

##### 2. Peta Penduduk Dalam Lingkup Kelurahan Sihitang

Keadaan penduduk di Lingkungan I Kelurahan Sihitang Kecamatan Padangsidempuan Tenggara berjumlah 873 KK. Jumlah penduduk di Kelurahan Sihitang 2817 Jiwa, yang terdiri dari 1406 laki-laki dan 1411 perempuan.

**Tabel. 9**

#### **Keadaan Penduduk di Kelurahan Sihitang**

No	Jenis Kelamin	Jumlah Jiwa
1	Laki-Laki	1406
2	Perempuan	1411
Jumlah		2817

*Sumber: Data administrasi keadaan pendudukan kelurahan sihitang*

**Tabel.10****Tingkat Pendidikan**

No	Lingkungan	Tidak sekolah	TK	SD	SITP	SMU	Perguruan Tinggi
1	I	148	17	311	181	180	28
2	II	168	10	244	167	305	39
3	III	280	5	456	116	115	27
JLH		616	32	1.011	464	600	94

*Sumber: Data administrasi tingkat pendidikan kelurahan sihitang*

**Tabel.11****Mata Pencaharian**

No	Lingkungan	Petani	Pedagang	PNS	TNI/POLRI	Sewasta
1	I	46	-	18	1	228
2	II	26	-	29	73	117
3	III	190	3	17	8	157
JLH		262	3	64	82	502

*Sumber: Data administrasi dari segi mata pencaharian kelurahan sihitang*

**Tabel.12****Agama**

No	Lingkungan	Islam	Katolik	Protestan	Hindu	Buddha
1	I	852	-	17	-	-
2	II	838	-	115	-	-
3	III	482	-	507	-	6
JLH		262	-	639	-	6

*Sumber: Data administrasi kelurahan sihitang dari segi agama*

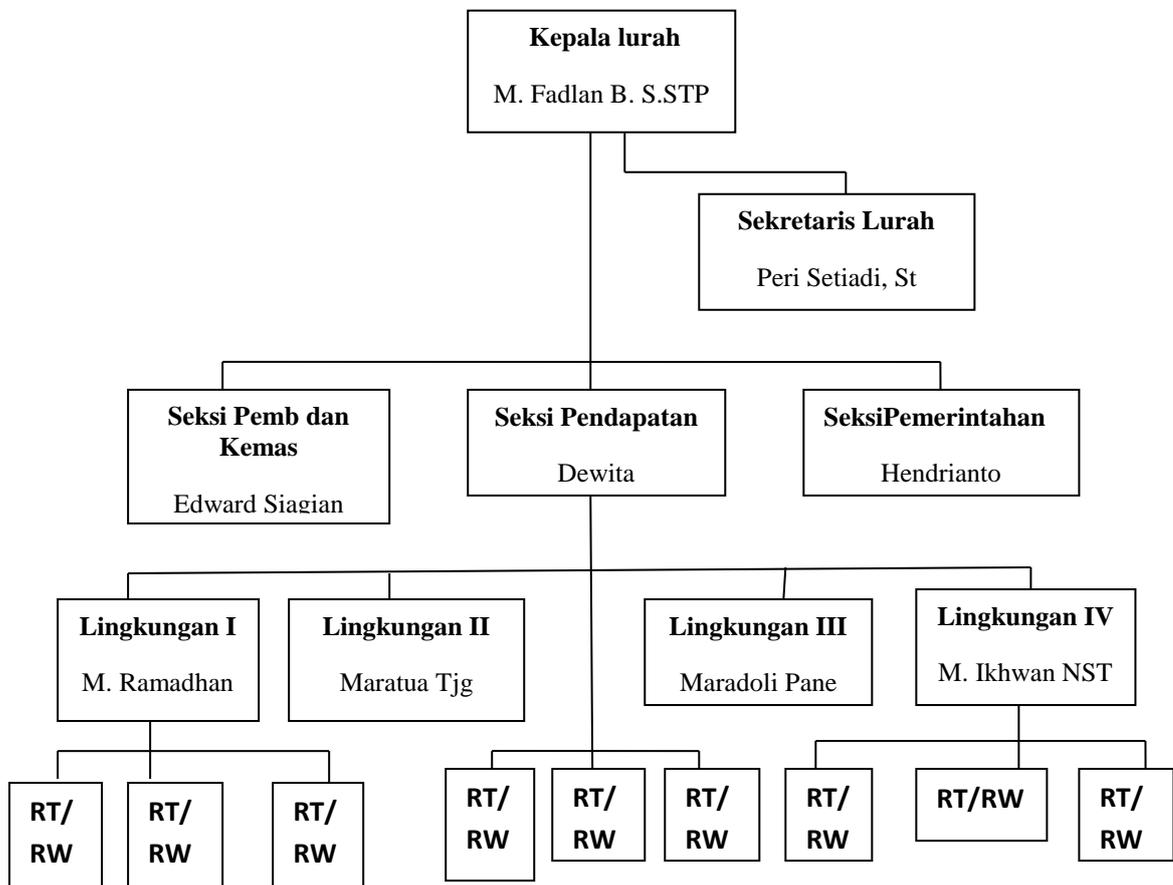
**3. Letak Geografis Lingkungan I Sihitang**

Lingkungan I Kelurahan Sihitang merupakan salah satu kelurahan yang terdapat di kecamatan padangsidempuan Tenggara Kota Padangsidempuan Propinsi Sumatera Utara dengan luas wilayah 343,33 Ha. Secara administratif Kelurahan Sihitang Lingkungan 1 memiliki batas wilayah.

Adapun batas-batas kelurahan Sihitang LK I (satu) adalah sebagai berikut:

- a. Sebelah Utara : Berbatasan dengan Gang Pane (Lk III Sihitang)
- b. Sebelah Selatan: Berbatasa dengan Gunung Sibulu Tolang
- c. Sebelah Barat : Berbatasan dengan Gang Prumahan Lestari
- d. Sebelah Timur : Berbatasan dengan Jln, Teungku Rizal Nurdin

#### 4. Struktur Organisasi Kelurahan Sihitang



**Gambar.1**  
**Struktur Organisasi Kelurahan Sihitang**

## B. Temuan Khusus

Adapun dalam penelitian ini, yang terdiri dari dua variabel yaitu, variabel game online dan variabel kesehatan mental mahasiswa IAIN Padangsidempuan di lingkungan I Kelurahan Sihitang Kec. Padangsidempuan Tenggara. Game Online merupakan variabel Independen(X) yang terdiri dari 20 item pertanyaan yang telah valid dan Kesehatan mental mahasiswa IAIN Padangsidempuan merupakan variabel independen (Y) yang terdiri dari 20 item pertanyaan yang telah valid. Deskripsi dari setiap variabel dapat diuraikan sebagai berikut:

### 1. Pemakai *Game Online*

Pada penelitian ini diperoleh 41 responden. Berdasarkan hasil perhitungan jawaban responden terhadap pertanyaan-pertanyaan yang tertera dalam angket mengenai *game online* dengan menggunakan statistik, maka diperoleh skor-skor variabel *Game online* ada pada tabel-tabel berikut ini

**Tabel. 13**  
**Bermain *Game Online* Dapat Meningkatkan Konsentrasi Berpikir**

No	Alternatif Jawaban	Jumlah	Persentase
1	Sangat Setuju	6	14,6%
2	Setuju	18	43,9%
3	Tidak Setuju	14	34,1%
4	Sangat Tidak Setuju	3	7,3%
Jumlah		41	100%

Dari tabel diatas dapat dilihat bahwa tanggapan responden tentang, bermain game online dapat meningkatkan konsentrasi berpikir Sangat Setuju 14,6%, Setuju 43,9%, Tidak setuju 34,1%, Sangat Tidak Setuju 7,3%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa mahasiswa

setuju mengenai bermain *game online* dapat meningkatkan konsentrasi berpikir.

**Tabel. 14**  
**Bermain *Game Online* Untuk Menambah Wawasan Dalam Bidang Ilmu Teknologi**

No	Alternatif Jawaban	Jumlah	Persentase
1	Sangat Setuju	2	4,9%
2	Setuju	10	24,4%
3	Tidak Setuju	27	65,9%
4	Sangat Tidak Setuju	2	4,9%
Jumlah		41	100%

Dari tabel diatas dapat dilihat bahwa tanggapan responden tentang, Bermain *game online* untuk menambah wawasan dalam bidang ilmu teknologi Sangat Setuju 4,9%, Setuju 24,4%, Tidak setuju 65,9%, Sangat Tidak Setuju 4,9%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa mahasiswa tidak setuju bermain *game online* untuk menambah wawasan dalam bidang ilmu teknologi.

**Tabel. 15**  
**Bermain *Game Online* Terkadang Sering Begadang**

No	Alternatif Jawaban	Jumlah	Persentase
1	Sangat Setuju	1	2,4%
2	Setuju	14	34,1%
3	Tidak Setuju	16	39,0%
4	Sangat Tidak Setuju	10	24,4%
Jumlah		41	100%

Dari tabel diatas dapat dilihat bahwa tanggapan responden tentang, Bermain *game online* terkadang sering begadang maka tubuh terasa sakit Sangat Setuju 2,4%, Setuju 34,1%, Tidak setuju 39,0%,

Sangat Tidak Setuju 24,4%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa mahasiswa tidak setuju bermain *game online* terkadang sering begadang maka tubuh terasa sakit.

**Tabel. 16**  
**Bermain *Game Online* Terkadang Muncul Emosi**

No	Alternatif Jawaban	Jumlah	Persentase
1	Sangat Setuju	-	0%
2	Setuju	6	14,6%
3	Tidak Setuju	28	68,3%
4	Sangat Tidak Setuju	7	17,1%
Jumlah		41	100%

Dari tabel diatas dapat dilihat bahwa tanggapan responden tentang, bermain game online dapat membuat emosi keluar Sangat Setuju 0%, Setuju 14,6%, Tidak setuju 68,3%, Sangat Tidak Setuju 17,1%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa mahasiswa tidak setuju bahwa bermain game online dapat membuat emosi keluar.

**Tabel. 17**  
**Bermain *Game Online* Dapat Menambah Pertemanan**

No	Alternatif Jawaban	Jumlah	Persentase
1	Sangat Setuju	-	0%
2	Setuju	6	14,6%
3	Tidak Setuju	26	63,4%
4	Sangat Tidak Setuju	9	22,0%
Jumlah		41	100%

Dari tabel diatas dapat dilihat bahwa tanggapan responden tentang, bermain game online dapat menambah pertemanan Sangat Setuju 0%, Setuju 14,6%, Tidak setuju 63,4%, Sangat Tidak Setuju 22,0%.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa mahasiswa tidak setuju bahwa bermain *game online* dapat menambah pertemanan.

**Tabel. 18**  
**Bermain *Game Online* Ketika Tidak Ada Kegiatan**

No	Alternatif Jawaban	Jumlah	Persentase
1	Sangat Setuju	1	1,4%
2	Setuju	4	9,8%
3	Tidak Setuju	23	56,1%
4	Sangat Tidak Setuju	14	31,7%
Jumlah		41	100%

Dari tabel diatas dapat dilihat bahwa tanggapan responden tentang, bermain *game online* ketika tidak ada kegiatan Sangat Setuju 1,4%, Setuju 9,8%, Tidak setuju 56,1%, Sangat Tidak Setuju 31,7%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa mahasiswa tidak setuju bermain game online ketika tidak ada kegiatan.

**Tabel. 19**  
**Memainkan *Game Online* Kurang Lebih 4 Jam Setiap Hari**

No	Alternatif Jawaban	Jumlah	Persentase
1	Sangat Setuju	5	12,2%
2	Setuju	23	56,1%
3	Tidak Setuju	11	26,8%
4	Sangat Tidak Setuju	2	4,9%
Jumlah		41	100%

Dari tabel diatas dapat dilihat bahwa tanggapan responden tentang, bermain *game online* ketika tidak ada kegiatan Sangat Setuju 12,2%, Setuju 56,1%, Tidak setuju 26,8%, Sangat Tidak Setuju 4,9%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa mahasiswa setuju memainkan game online kurang lebih 4 jam setiap hari.

**Tabel. 20**  
**Memainkan *Game Online* Yang Memiliki Strategi**

No	Alternatif Jawaban	Jumlah	Persentase
1	Sangat Setuju	-	0%
2	Setuju	6	14,6%
3	Tidak Setuju	26	63,4%
4	Sangat Tidak Setuju	9	22,0%
Jumlah		41	100%

Dari tabel diatas dapat dilihat bahwa tanggapan responden tentang, memainkan *game online* yang memiliki strategi Sangat Setuju 0%, Setuju 14,6%, Tidak setuju 63,4%, Sangat Tidak Setuju 22,0%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa mahasiswa tidak setuju memainkan *game online*

**Tabel. 21**  
**Memainkan *Game Online* Yang Dapat Mengasah Konsentrasi**

No	Alternatif Jawaban	Jumlah	Persentase
1	Sangat Setuju	-	0%
2	Setuju	9	22,0%
3	Tidak Setuju	24	58,5%
4	Sangat Tidak Setuju	8	19,5%
Jumlah		41	100%

Dari tabel diatas dapat dilihat bahwa tanggapan responden tentang, memainkan *game online* yang dapat mengasah konsentrasi. Sangat Setuju 0%, Setuju 22,0%, Tidak setuju 58,5%, Sangat Tidak Setuju 19,5%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa mahasiswa tidak setuju memainkan *game online* yang dapat mengasah konsentrasi.

**Tabel.22**  
**Memainkan Sebuah *Game Online* Supaya Mendapat Tingkat Paling Tinggi**

No	Alternatif Jawaban	Jumlah	Persentase
1	Sangat Setuju	-	0%
2	Setuju	11	26,8%
3	Tidak Setuju	26	63%
4	Sangat Tidak Setuju	4	9,8%
Jumlah		41	100%

Dari tabel diatas dapat dilihat bahwa tanggapan responden tentang, memainkan sebuah game online supaya mendapat tingkat paling tinggi. Sangat Setuju 0%, Setuju 26,8%, Tidak setuju 63%, Sangat Tidak Setuju 9,8%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa mahasiswa tidak setuju memainkan game online supaya mendapat tingkat paling tinggi.

**Tabel.23**  
***Game Online* Dapat Meningkatkan Semangat Beraktifitas**

No	Alternatif Jawaban	Jumlah	Persentase
1	Sangat Setuju	3	7,3%
2	Setuju	29	70,7%
3	Tidak Setuju	8	19,5%
4	Sangat Tidak Setuju	1	2,4%
Jumlah		41	100%

Dari tabel diatas dapat dilihat bahwa tanggapan responden tentang, game online dapat meningkatkan semangat beraktifitas. Sangat Setuju 7,3%, Setuju 70,7%, Tidak setuju 19,5%, Sangat Tidak Setuju 2,4%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa mahasiswa setuju game online dapat meningkatkan semangat beraktifitas.

**Tabel.24**  
***Game Online* Dapat Membuat Semangat Bertambah**

No	Alternatif Jawaban	Jumlah	Persentase
1	Sangat Setuju	3	7,3%
2	Setuju	19	46,3%
3	Tidak Setuju	17	41,5%
4	Sangat Tidak Setuju	2	4,9%
Jumlah		41	100%

Dari tabel diatas dapat dilihat bahwa tanggapan responden tentang, game online dapat semangat bertambah. Sangat Setuju 7,3%, Setuju 46,3%, Tidak setuju 41,5%, Sangat Tidak Setuju 4,9%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa mahasiswa setuju game online dapat meningkatkan semangat bertambah.

**Tabel.25**  
**Memainkan Game Online Yang Sangat Diminati Dimasnya**

No	Alternatif Jawaban	Jumlah	Persentase
1	Sangat Setuju	3	7,3%
2	Setuju	10	24,4%
3	Tidak Setuju	22	53,7%
4	Sangat Tidak Setuju	6	14,6%
Jumlah		41	100%

Dari tabel diatas dapat dilihat bahwa tanggapan responden tentang, memainkan game online yang diminati dimasnya. Sangat Setuju 7,3%, Setuju 24,4%, Tidak setuju 14,6%, Sangat Tidak Setuju 14,6%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa mahasiswa tidak setuju memainkan game online yang diminati dimasnya.

**Tabel.26**  
**Memainkan Game Online Ketika Tugas Sudah Selesai**

No	Alternatif Jawaban	Jumlah	Persentase
1	Sangat Setuju	1	2,4%
2	Setuju	6	14,6%
3	Tidak Setuju	27	65,9%
4	Sangat Tidak Setuju	7	17,1%
Jumlah		41	100%

Dari tabel diatas dapat dilihat bahwa tanggapan responden tentang, memainkan game online ketika tugas sudah selesai. Sangat Setuju 2,4%, Setuju 14,6%, Tidak setuju 65,9%, Sangat Tidak Setuju 17,1%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa mahasiswa tidak setuju memainkan game online ketika tugas sudah selesai.

Dalam penelitian ini data yang diambil adalah Game online (X), untuk menggambarkan hasil penelitian ini maka akan diuraikan dari masing-masing variabel yang akan diteliti. Dari hasil angket yang diajukan kepada responden diketahui bahwa skor variabel game online yaitu pada tabel berikut ini:

**Tabel 27**  
**Rangkuman Deskripsi Data *Game Online***

No.	Statistik	X
1	Skor Tertinggi	65
2	Skor terendah	41
3	Rentang	24
4	Banyak kelas	6
5	Interval	4
6	Mean	55
7	Median	55,02
8	Modus	52
9	Standar Deviasi	5,26

Perhitungan yang dilaksanakan terhadap angket 41 orang responden yang diteliti, sebagaimana yang terdapat pada tabel tersebut maka skor, adalah dengan skor tertinggi 65 dan skor terendah 41, rentang 24, banyak kelas 6, interval 4, mean 55, median 55,02, modus 52, dan standar

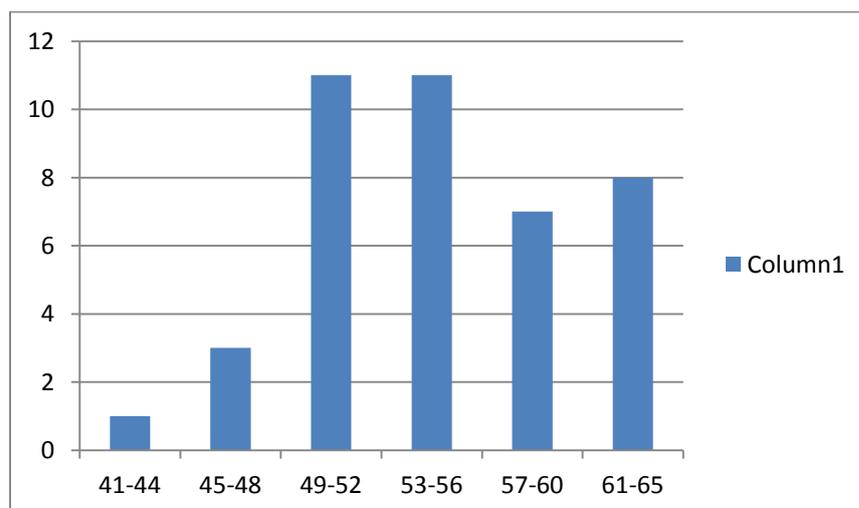
deviasinya 5,26 Selanjutnya penyebaran skor jawaban responden tentang game online tersebut dapat dilihat pada tabel distribusi frekuensi berikut ini.

**Table 28**

**Distribusi Frekuensi *Game Online***

Interval Kelas	Frekuensi	Persentasi
41-44	1	2%
45-48	3	7%
49-52	11	27%
53-56	11	27%
57-60	7	17%
61-65	8	20%
Jumlah	41	100%

Penyebaran data pengguna game online tersebut selanjutnya dapat digambarkan dengan histogram sebagaimana terdapat pada gambar berikut ini:



**Gambar. 2**  
**Histogram Frekuensi *Game Online***

Untuk mengetahui kualitas setiap variabel secara kumulatif dapat dirumuskan:

*Game online* =

$$= \frac{\text{Skor Perolehan } (\Sigma skor)}{\text{Skor Maksimal } (\Sigma \text{responden} \times \text{itemsoal} \times \text{bobotnilaitertinggi})} \times 100 \%$$

$$= \frac{2254}{(41 \times 20 \times 4)} \times 100 \% = 68 \%$$

**Tabel. 29**

**Interpretasi Hasil Penelitian**

No	Skor	Interpretasi
1	20%-39%	Sangat Rendah
2	40%-59%	Rendah
3	50%-69%	Cukup
4	70%-89%	Tinggi
5	90%-100%	Sangat Tinggi

Untuk memberikan penafsiran terhadap sebaran data tersebut dilakukan dengan pengkategorian skor sebagaimana yang telah dipaparkan pada bab III maka untuk data Pemakai *game online* besar 68% tergolong Cukup.

## 2. Kesehatan Mental

Pada penelitian ini diperoleh 41 responden. Berdasarkan hasil perhitungan jawaban responden terhadap pertanyaan-pertanyaan yang tertera dalam angket mengenai kesehatan mental dengan menggunakan statistik, maka diperoleh skor-skor variabel kesehatan mental yang ada pada tabel-tabel berikut ini

**Tabel.30**  
**Sering Sakit Kepala, Sakit Perut, Atau Macam-Macam Sakit Lain**

No	Alternatif Jawaban	Jumlah	Persentase
1	Sangat Setuju	1	2,4%
2	Setuju	23	56,1%
3	Tidak Setuju	16	39,0%
4	Sangat Tidak Setuju	1	2,4%
Jumlah		41	100%

Dari tabel diatas dapat dilihat bahwa tanggapan responden tentang.. Sering Sakit Kepala, Sakit Perut, Atau Macam-Macam Sakit Lain Sangat Setuju 2,4%, Setuju 56,1%, Tidak setuju 39,0% Sangat Tidak Setuju 2,4%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa mahasiswa setuju sering sakit kepala, sakit perut, atau macam-macam sakit lainnya.

**Tabel.31**  
**Sering Begadang di Malam Hari**

No	Alternatif Jawaban	Jumlah	Persentase
1	Sangat Setuju	2	4,9%
2	Setuju	11	26,8%
3	Tidak Setuju	24	58,5%
4	Sangat Tidak Setuju	4	9,8%
Jumlah		41	100%

Dari tabel diatas dapat dilihat bahwa tanggapan responden tentang, Sering Begadang di Malam Hari. Sangat Setuju 4,9% Setuju 26,8% Tidak setuju 58,5% Sangat Tidak Setuju 9,8% Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa mahasiswa setuju sering begadang tiap hari.

**Tabel.32**  
**Sulit Untuk Tidur Malam**

No	Alternatif Jawaban	Jumlah	Persentase
1	Sangat Setuju	3	7,3%
2	Setuju	10	24,4%

3	Tidak Setuju	23	56,1%
4	Sangat Tidak Setuju	5	12,2%
Jumlah		41	100%

Dari tabel diatas dapat dilihat bahwa tanggapan responden tentang,Sulit untuk tidur malam. Sangat Setuju 7,3%, Setuju 24,4%, Tidak setuju 56,1%, Sangat Tidak Setuju 2,2%Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa mahasiswa tidak setuju sulit untuk tidur malam.

**Tabel.33**  
**Ketika Tugas-Tugas Belum Selesai Terkadang Tubuh Menjadi Lemah**

No	Alternatif Jawaban	Jumlah	Persentase
1	Sangat Setuju	-	0%
2	Setuju	12	29,3%
3	Tidak Setuju	27	65,9%
4	Sangat Tidak Setuju	2	4,9%
Jumlah		41	100%

Dari tabel diatas dapat dilihat bahwa tanggapan responden tentang, Ketika Tugas-Tugas Belum Selesai Terkadang Tubuh Menjadi Lemah. Sangat Setuju 0%, Setuju 29,3%, Tidak setuju 65,9%, Sangat Tidak Setuju 4,9%, Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa mahasiswa tidak setuju bahwa ketika tugas-tugas belum selesai terkadang tubuh menjadi sakit.

**Tabel.34**  
**Terkadang Lupa Makan Akibat Dari Banyaknya Aktivitas**

No	Alternatif Jawaban	Jumlah	Persentase
1	Sangat Setuju	-	0%
2	Setuju	18	43,9%
3	Tidak Setuju	22	53,7%
4	Sangat Tidak Setuju	1	2,4%
Jumlah		41	100%

Dari tabel diatas dapat dilihat bahwa tanggapan responden tentang, terkadang lupa makan akibat dari banyaknya aktivitas. Sangat Setuju 0%, Setuju 43,9%, Tidak setuju 53,7% Sangat Tidak Setuju 2,4%, Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa mahasiswa tidak setuju bahwa terkadang lupa makan akibat dari banyaknya aktivitas.

**Tabel.35**

**Gelisah dan Tidak Dapat Diam Untuk Waktu Lama**

No	Alternatif Jawaban	Jumlah	Persentase
1	Sangat Setuju	-	0%
2	Setuju	15	36,6%
3	Tidak Setuju	23	56,1%
4	Sangat Tidak Setuju	3	7,3%
Jumlah		41	100%

Dari tabel diatas dapat dilihat bahwa tanggapan responden tentang, Gelisah dan tidak dapat diam untuk waktu lama.. Sangat Setuju 0%, Setuju 36,6%, Tidak Setuju 56,1% Sangat Tidak Setuju 7,3%, Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa mahasiswa tidak setuju mengenai Gelisah dan tidak dapat diam untuk waktu lama.

**Tabel.36**

**Banyak Merasa Cemas Atau Khawatir Terhadap Apapun**

No	Alternatif Jawaban	Jumlah	Persentase
1	Sangat Setuju	1	2,4%
2	Setuju	22	53,7%
3	Tidak Setuju	16	39,0%
4	Sangat Tidak Setuju	2	4,9%
Jumlah		41	100%

Dari tabel diatas dapat dilihat bahwa tanggapan responden tentang, banyak merasa cemas atau khawatir terhadap apapun. Sangat Setuju 2,4%, Setuju 53,7%, Tidak Setuju 39,0%, Sangat Tidak Setuju 4,9%, Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa mahasiswa setuju mengenai banyak merasa cemas atau khawatir terhadap apapun.

**Tabel.37**

**Merasa Tidak Bahagia, Sedih, Atau Menangis**

No	Alternatif Jawaban	Jumlah	Persentase
1	Sangat Setuju	3	7,3%
2	Setuju	26	63,4%
3	Tidak Setuju	11	26,8%
4	Sangat Tidak Setuju	1	2,4%
Jumlah		41	100%

Dari tabel diatas dapat dilihat bahwa tanggapan responden tentang, merasa tidak bahagia sedih atau menangis. Sangat Setuju 7,3%, Setuju 63,4%, Tidak Setuju 26,8%, Sangat Tidak Setuju 2,4%, Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa mahasiswa setuju mengenai merasa tidak bahagia, sedih atau menangis.

**Tabel.38**

**Ketika Galau Maka Melakukan Sesuatu Pekerjaan Lain**

No	Alternatif Jawaban	Jumlah	Persentase
1	Sangat Setuju	-	0%
2	Setuju	6	14,6%
3	Tidak Setuju	31	75,6%
4	Sangat Tidak Setuju	4	9,8%
Jumlah		41	100%

Dari tabel diatas dapat dilihat bahwa tanggapan responden tentang, merasa tidak bahagia sedih atau menangis. Sangat Setuju 7,3%, Setuju 63,4%, Tidak Setuju 26,8%, Sangat Tidak Setuju 2,4%, Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa mahasiswa setuju mengenai merasa tidak bahagia, sedih atau menangis.

**Tabel.39**

**Berusaha Bersikap Baik Terhadap Orang Lain Karna Saya Peduli Pada Mereka**

No	Alternatif Jawaban	Jumlah	Persentase
1	Sangat Setuju	-	0%
2	Setuju	1	2,4%
3	Tidak Setuju	31	75,6%
4	Sangat Tidak Setuju	9	22,0%
Jumlah		41	100%

Dari tabel diatas dapat dilihat bahwa tanggapan responden tentang, berusaha bersikap baik terhadap orang lain karna saya peduli pada mereka Sangat Setuju 0%, Setuju 2,4%, Tidak Setuju 75,6%, Sangat Tidak Setuju 22,0%, Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa mahasiswa tidak setuju mengenai berusaha bersikap baik terhadap orang lain karna saya peduli pada mereka.

**Tabel.40**

**Selalu Menolong Jikala Ada Orang Yang Terluka Kecewa, Atau Merasa Sakit**

No	Alternatif Jawaban	Jumlah	Persentase
1	Sangat Setuju	-	0%
2	Setuju	2	4,9%
3	Tidak Setuju	31	75,6%
4	Sangat Tidak Setuju	8	19,5%
Jumlah		41	100%

Dari tabel diatas dapat dilihat bahwa tanggapan responden tentang, Selalu menolong jikalau ada orang yang terluka kecewa, atau merasa sakit. Sangat Setuju 0%, Setuju 4,9%, Tidak Setuju 75,6%, Sangat Tidak Setuju 19,5%, Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa tidak setuju mengenai selalu menolong jikalau ada orang yang terluka kecewa, atau merasa sakit.

**Tabel.41**

**Mempunyai Satu Teman Baik Atau Lebih**

No	Alternatif Jawaban	Jumlah	Persentase
1	Sangat Setuju	1	2,4%
2	Setuju	2	4,9%
3	Tidak Setuju	23	56,1%
4	Sangat Tidak Setuju	15	36,6%
Jumlah		41	100%

Dari tabel diatas dapat dilihat bahwa tanggapan responden tentang, mempunyai satu teman atau lebih Sangat Setuju, 2,4%, Setuju 4,9%, Tidak Setuju 56,1%, Sangat Tidak Setuju 36,6%, Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa tidak setuju mengenai mempunyai satu teman atau lebih.

**Tabel.42**

**Sering Dipermainkan Oleh Kawan-Kawan Dekat**

No	Alternatif Jawaban	Jumlah	Persentase
1	Sangat Setuju	1	2,4%
2	Setuju	26	48,8%
3	Tidak Setuju	18	43,9%
4	Sangat Tidak Setuju	2	4,9%
Jumlah		41	100%

Dari tabel diatas dapat dilihat bahwa tanggapan responden tentang,sering dipertainkan oleh kawan-kawan dekat sangat setuju, 2,4%, setuju 48,8%, tidak setuju 43,9%, sangat tidak setuju 4,9%, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa setuju mengenai sering dipertainkan oleh kawan-kawan dekat.

**Table.43**

**Sering Menawarkan Diri Untuk Membantu Orang Lain**

No	Alternatif Jawaban	Jumlah	Persentase
1	Sangat Setuju	-	0%
2	Setuju	9	22,0%
3	Tidak Setuju	29	70,7%
4	Sangat Tidak Setuju	3	7,3%
Jumlah		41	100%

Dari tabel diatas dapat dilihat bahwa tanggapan responden tentang,sering menawarkan diri untuk membantu orang lain sering sangat setuju, 0%, setuju 22,0%, tidak setuju 70,7%, sangat tidak setuju 7,3%, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa tidak setuju mengenai sering sering menawarkan diri untuk membantu orang lain

**Table.44**

**Dengan Beribadah Pikiran Saya Dapat Tenang**

No	Alternatif Jawaban	Jumlah	Persentase
1	Sangat Setuju	-	0%
2	Setuju	3	7,3%
3	Tidak Setuju	17	41,5%
4	Sangat Tidak Setuju	21	51,2%
Jumlah		41	100%

Dari tabel diatas dapat dilihat bahwa tanggapan responden tentang,dengan beribadah pikiran saya dapat tenang, sangat setuju, 0%, setuju7,3%, tidak setuju41,5%, sangat tidak setuju 51,2%, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sangat tidak setuju mengenai dengan beribadah pikiran saya dapat tenang.

**Tabel.45**

**Dengan Bersedekah Hati Saya Terasa Nyaman**

No	Alternatif Jawaban	Jumlah	Persentase
1	Sangat Setuju	-	0%
2	Setuju	-	0%
3	Tidak Setuju	19	46,3%
4	Sangat Tidak Setuju	22	53,7%
Jumlah		41	100%

Dari tabel diatas dapat dilihat bahwa tanggapan responden tentang,dengan bersedekah hati saya terasa nyamansangat setuju, 0%, setuju 0%, tidak setuju46,3%, sangat tidak setuju 53,7%, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sangat tidak setuju mengenai dengan bersedekah hati saya terasa nyaman

**Tabel. 46**

**Rangkuman Deskripsi Data Kesehatan Mental**

No.	Statistik	X
1	Skor Tertinggi	69
2	Skor terendah	48
3	Rentang	21
4	Banyak kelas	6
5	Interval	4
6	Mean	56,17
7	Median	51,38
8	Modus	55

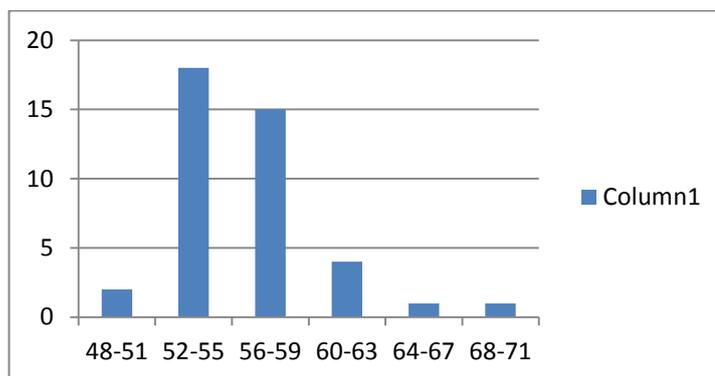
9	Standar Deviasi	8.5
---	-----------------	-----

Perhitungan yang dilaksanakan terhadap angket 41 orang responden yang diteliti, sebagaimana yang terdapat pada tabel tersebut maka skor, adalah dengan skor tertinggi 69 dan skor terendah 48, rentang 21, banyak kelas 6, interval 4, mean 56,17 median 51,38 modus 55, dan standar deviasinya 8.5

**Table.47**  
**Distribusi Frekuensi Kesehatan Mental**

Interval Kelas	Frekuensi	Persentasi
48-51	2	5%
52-55	18	44%
56-59	15	37%
60-63	4	10%
64-67	1	2%
68-71	1	2%
Jumlah	41	100%

Penyebaran data pengguna game online tersebut selanjutnya dapat digambarkan dengan histogram sebagaimana terdapat pada gambar berikut ini:



**Gambar.3**

### Histogram Frekuensi Kesehatan Mental

Untuk mengetahui kualitas setiap variabel secara kumulatif dapat dirumuskan:

Kesehatan Mental=

$$= \frac{\text{Skor Perolehan } (\sum skor)}{\text{Skor Maksimal } (\sum responden \times \text{itemsoal} \times \text{bobot nilaitertinggi})} \times 100\%$$

$$= \frac{2303}{(41 \times 20 \times 4)} \times 100\% = 70\%$$

**Tabel. 48**

### Interpretasi Hasil Penelitian

No	Skor	Interpretasi
1	20%-39%	Sangat Rendah
2	40%-59%	Rendah
3	50%-69%	Cukup
4	70%-89%	Tinggi
5	90%-100%	Sangat Tinggi

Untuk memberikan penafsiran terhadap sebaran data tersebut dilakukan dengan pengkategorian skor sebagaimana yang telah dipaparkan pada bab III maka untuk data Kesehatan Mental besar 70% tergolong Tinggi.

Tabel .48

**Kerja Angka Indeks Korelasi Antara Pengaruh Pemakai *Game Online*  
Terhadap Kesehatan Mental**

X	Y	X <sup>2</sup>	Y <sup>2</sup>	Xy
63	57	3969	3249	3591
61	61	3721	3721	3721
59	59	3481	3481	3481
60	58	3600	3364	3480
54	53	2916	2806	2862
53	53	2809	2809	2809
55	60	3025	3600	3300
50	55	2500	3025	2750
63	64	3969	4096	4032
48	53	2304	2806	2544
59	58	3481	3364	3422
52	58	2704	3364	3016
64	55	4096	3025	3520
56	56	3176	3176	3176
54	54	2916	2916	2916
50	53	2500	2809	2650
54	54	2916	2916	2916
58	58	3364	3364	3364
50	54	2500	2916	2700
52	61	2704	3721	3172
59	56	3481	3136	3304
63	61	3969	3721	3843
57	56	3249	3136	3192
56	54	3136	2916	3024
51	57	2601	3249	2907
46	54	2116	2916	2484
60	56	3600	3176	3360
41	58	1681	3364	2378
52	57	2704	3249	2964
64	69	4096	4761	4416
56	59	3136	3481	3304
53	52	2809	2704	2756
51	48	2601	2304	2448

65	53	4225	2809	3445
54	55	2916	3025	2970
52	53	2704	2809	2756
50	57	2500	3249	2850
62	55	3844	3025	3410
51	53	2601	2809	2703
53	51	2809	2601	2703
47	53	2209	2908	2491
2258	2303	125638	129876	127130

### 1. Produt Moment

Dari tabel tersebut diketahui:

$$\Sigma X = 2258, \Sigma Y = 2303, \Sigma X^2 = 125638, \Sigma Y^2 = 129876, \Sigma XY = 127130, N = 41$$

Dengan mendistribusikan nilai-nilai tersebut ke dalam korelasi “ r “

Product Moment didapat hasil sebagai berikut :

$$r_{xy} = \frac{N \cdot (\Sigma XY) - (\Sigma X)(\Sigma Y)}{\sqrt{[N \cdot \Sigma X^2 - (\Sigma X)^2][N \cdot \Sigma Y^2 - (\Sigma Y)^2]}}$$

$$r_{xy} = \frac{41 \cdot (127130) - (2258)(2303)}{\sqrt{[41 \cdot 125638 - (2258)^2][41 \cdot 129876 - (2303)^2]}}$$

$$r_{xy} = \frac{5.212.330 - 5.200.174}{\sqrt{[5.151.158 - 5.098.564][6.104.172 - 5.303.809]}}$$

$$r_{xy} = \frac{12.156}{\sqrt{[52594.800363]}} = \frac{12.156}{\sqrt{42.094.291}}$$

$$r_{xy} = \frac{12156}{205.168} = 0,592$$

Berdasarkan perhitungan yang dilakukan diperoleh harga “ r “ Product Moment sebesar 0,592. Apabila angka indeks “ r “ Product Moment tersebut dibandingkan dengan nilai yang ada pada tabel harga kritik dari “ r “ Product Moment dengan tingkat kepercayaan 95% atau tingkat kesalahan 5% diperoleh harga “ r “ sebesar 0,316. Dengan demikian dapat diketahui bahwa harga  $r_{hitung} > r_{tabel}$  atau  $0,592 > 0,316$ . Mengingat harga “ r “ Product Moment sebesar 0,592 maka Interpretasi Koefisien Korelasi berada pada kategori “Sedang”

Apabila dilakukan perhitungan koefisien determinan yang bertujuan untuk mengetahui besar kecilnya sumbangan Variablel Pemakai *Game Online* Terhadap Kesehatan Mental mahasiswa bentuk persentase, maka diperoleh :  $KP = r^2 \times 100\% = 0,592^2 \times 100\% = 0,350 \times 100\% = 35\%$ . Artinya besar nilai variabel pengaruh pemakai *game online* sebesar 35% dan sisanya 65% ditentukan oleh variabel lain yang perlu diteliti lebih lanjut.

## 2. Regresi Linear Sederhana

Untuk menguji kebenaran apakah adapengaruh game online terhadap kesehatan mental mahasiswa, maka digunakan perhitungan Regresi Sederhana yaitu:

- a. Menghitung rumus b

$$b = \frac{n \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{n \sum X^2 - (\sum X)^2}$$

$$= \frac{41. (127130) - (2258)(2303)}{41. (125638) - (2258)^2}$$

$$= \frac{5975110 - 5200174}{5904986 - 5098564} = \frac{774936}{806422} = 0,960$$

b. Menghitung rumus a

$$a = \frac{\sum Y - b \cdot \sum X}{n}$$

$$= \frac{2303 - (0,960)(2258)}{41} = \frac{2303 - 2167}{41}$$

$$\frac{136}{41} = 3,317$$

c. Menghitung persamaan regresi sederhana

$$\hat{Y} = a + bX$$

$$= 3,317 + 0,960X$$

d. Membuat garis persamaan regresi

1) Menghitung rata-rata X dengan rumus:

$$X = \frac{\sum X}{n} = \frac{2258}{41} = 55,07$$

2) Menghitung rata-rata Y dengan rumus:

$$Y = \frac{\sum Y}{n} = \frac{2303}{41} = 56,170$$

Kemudian untuk melihat apakah ada pengaruh yang signifikan antara Pengaruh Pemakai *Game Online* Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa IAIN Padangsidimpuan di Lingkungan I Kelurahan Sihitang maka diuji dengan menggunakan rumus uji signifikansi yaitu:

a) Mencari jumlah kuadrat regresi ( $JK_{\text{Reg (a)}}$ )

$$JK_{\text{Reg (a)}} = \frac{(\sum Y)^2}{n} = \frac{(2303)^2}{41} = \frac{5,303.809}{41} = 129,361$$

- b) Mencari jumlah kuadrat regresi ( $JK_{\text{Reg (b/a)}}$ )

$$\begin{aligned} JK_{\text{Reg (b/a)}} &= b \cdot \left[ \sum XY - \frac{(\sum X)(\sum Y)}{n} \right] \\ &= 0,960 \left[ 127130 - \frac{(2258)(2303)}{41} \right] \\ &= 0,960 \cdot (127.130 - 126,833) \\ &= (0,960) \cdot (294) = 282,24 \end{aligned}$$

- c) Mencari jumlah kuadrat residu ( $JK_{\text{Res}}$ )

$$\begin{aligned} JK_{\text{Res}} &= \sum Y^2 - JK_{\text{Reg (b/a)}} - JK_{\text{Reg (a)}} \\ &= 2303 - 0126 - 129,361 = 2,173,5 \end{aligned}$$

- d) Mencari rata-rata jumlah kuadrat regresi ( $RJK_{\text{Reg(a)}}$ )

$$RJK_{\text{Reg(a)}} = JK_{\text{Reg (a)}} = 129,361$$

- e) Mencari rata-rata jumlah kuadrat regresi ( $RJK_{\text{Reg (b/a)}}$ )

$$RJK_{\text{Reg (b/a)}} = JK_{\text{Reg (b/a)}} = 282,24$$

- f) Mencari rata-rata jumlah kuadrat residu ( $RJK_{\text{Res}}$ )

$$RJK_{\text{Res}} = \frac{JK_{\text{Res}}}{n-2} = \frac{2173,5}{41-2} = \frac{273,5}{39} = 55,73$$

- g) Menguji signifikansi

$$F_{\text{hitung}} = \frac{RJK_{\text{Reg (b/a)}}}{RJK_{\text{Res}}} = \frac{282,24}{2173,5} = 12,985$$

$$\begin{aligned} F_{\text{tabel}} &= F_{(1-\alpha)(dk \text{ Reg (b/a)})(dk \text{ Res})} \\ &= F_{(1-0,05)(dk \text{ Reg (b/a)}=1)(dk \text{ Res}=41-2=39)} \end{aligned}$$

$$= F (0,95) (1,39)$$

Cara mencari  $F_{tabel}$  : angka 1= pembilang, angka 39= penyebut,  $F_{tabel}$   
=4.09

Karena  $F_{hitung}(12.985)$  lebih besar dari  $F_{tabel}(4.09)$  maka  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak. Dengan demikian terdapat pengaruh yang signifikan Pemakai *Game Online* Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa di Lingkungan I Kelurahan Sihitang

### 3. Keterbatasan Penelitian

Pada penelitian ini masih banyak hal-hal yang menyebabkan ketidak sempurnaan pada hasil penelitian, dimana dalam pengumpulan data dan mencari informasi peneliti mengalami keterbatasan yaitu:

1. Ilmu pengetahuan dan wawasan peneliti
2. Waktu, tenaga serta dana peneliti
3. Dalam pengumpulan data-data dari responden, peneliti belum sepenuhnya mengetahui apakah responden jujur dalam mengisi angket pertanyaan yang diberikan oleh peneliti.
4. Peneliti tidak mampu mengontrol semua responden dalam menjawab angket, apakah mereka menjawab dengan serius atau hanya asal jawab.

Disamping itu keterbatasan fasilitas yang dimiliki peneliti seperti buku-buku dan referensi lainnya yang mendukung penelitian ini juga menyebabkan hasil yang kurang maksimal dalam penelitian ini

## BAB V

### KESIMPULAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan pengujian hipotesis dan analisis data yang dilakukan, maka kesimpulan dalam penelitian ini adalah :

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa pemakai *game online* di Lingkungan I Kelurahan Sihitang berada pada persentase 68% dengan kategori “Cukup” Selanjutnya dari segi kesehatan mental mahasiswa IAIN Padangsidempuan di Lingkungan I Kelurahan Sihitang berada pada persentase 70% dengan kategori “Tinggi” Adapun pengaruh dari pemakai *game online* terhadap kesehatan mental mahasiswa sebesar 35% berada pada kategori “Sangat Rendah” dan 65% di pengaruhi oleh variabel lain.

Berdasarkan  $F_{tabel}$  yang diperoleh dari hasil perhitungan pada taraf kepercayaan 5% karena  $F_{hitung}$  (12.985) lebih besar dari  $F_{tabel}$  maka,  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak. Dengan demikian terdapat pengaruh yang signifikan antara pemakai *game online* terhadap kesehatan mental mahasiswa IAIN padangsidempuan di Lingkungan I Kelurahan Sihitang Kec. Padangsidempuan Tenggara. Jadi, dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi pemakai *game online* maka akan berpengaruh pada kesehatan mental seseorang.

## **B. Saran- Saran**

Bedasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka saran yang dapat dianjurkan adalah sebagai berikut:

### **1. Bagi Jurusan Bimbingan Konseling**

Dapat menjadikan referensi bagi Mahasiswa/i untuk dapat mengetahui bagaimana pengaruh yang dapat ditimbulkan dari bermain game online terhadap kesehatan mental mahasiswa IAIN Padangsidimpuan di Lingkungan I Kelurahan Sihitang

### **2. Bagi Mahasiswa**

Mahasiawa senantiasa harus mampu dalam menyeimbangkan waktunya sehingga tidak sepenuhnya dipegaruhi game online dalam kesehariannya.

### **3. Penelit iSelanjutnya**

Bagi peneliti selanjutnya mudah-mudahan dapat menjadikan ini sebagai reverensi dalam penelitian untuk mengembangkan suatu bidang keilmuan.

### **4. Bagi Mahasiswa Pemakai *Game Online***

Bagai Mahasiswa pemakai *game online* mudah-mudahan menjadikan ini sebagai suatu gambaran sekaligus menjadi pengetahuan. Pandai-pandailah dalam menggunakan *game online* jangan lupa pada lingkungan sekitar, pandai dalam menjaga kesehatan,dan terutama beribadahnya.

## DAFTAR KEPUSTAKAAN

- Abdullah bin Muhammad Alu Syaikh, *Terjemah Tafsir Ibnu Katsir* jilid 3, Jakarta: Pustaka Imam Syafi'i, 2008.
- , *Tafsir Ibnu Katsir jilid 2*, Bogor: Pustaka Imam Asy-safi'i, 2003.
- Abdurrahman At-Tamimi, *Al-Mathlub Al-Hamid Fi Bayani Maqasid At Tauhid*, T.K.: Darul Hidayah, 1991.
- Abdurrahman An Nahlawi, *Pendidikan Islam di Rumah, Sekolah dan Masyarakat*, Jakarta: Gema Insani, 1995.
- Abdul Haq ibn Atiyah Al-Andalusi, *Al-Muharrar Al-Wajiz*, ttp: Dar ibn Hazm, 1423.
- Abu Ahmad dan Nur Uhbiyati, *Ilmu Pendidikan*. Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2001.
- Abdul Latief, dan M. Alu, DR. Abdul Aziz. *Pelajaran Tauhid Untuk Tingkat Lanjutan*, Jakarta: Darul Haq, 1998.
- Abuddin Nata, *Filasafat Pendidikan Islam*, Jakarta: Gaya Media Pratama, 2005.
- Ahmad Tafsir, *Ilmu pendidikan dalam Perspektif Islam*, Bandung : Rosda Karya, 2000.
- Al-Asqalani Ibnu Hajar al-Asqalani, *Fathul Barri Penjelasan Kitab Shahih al-Bukhari* Jilid XXIII, Jakarta: Pustaka Azzam, 2008.
- Al-Farmawi Abd. Al-Hayy, *Metode Tafsir Mawdu'iy*, Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 1996. Padangsidempuan: tp, 2016.
- , *Al-Bidayah Fi Al-Tafsir Al-Maudhu'i*, (Mesir: Dirasat Manhajiyah Maudhu'iyah, 1997.
- Al-Hifnawi Muhammad Ibrahim, *Tafsir Al-Qurthubi*, Jakarta: Pustaka Azzam, 2009.
- Al-Maragi Ahmad Musafa, *Tafsir Al-Maragi*, Semarang: PT. Karya Toha Putra Semarang, 1992.
- Al-Qurthubi Syaikh Imam, *Tafsir al-Qurthubi jilid 4*, Jakarta: Pustaka Azzam, 2009.
- Amirul Huda dan Haryono, *Metodologi Penelitian Pendidikan*, Bandung: Pustaka Setia, 2008.
- Ar-Raghib Al-Ashfahani, *Al-Mufradat fi Gharibil Quran*, terj Ahmad Zaini Dahlan, Depok: Pustaka Khazanah Fawa'id, 2017.
- Armai Arif, *Pengantar Ilmu dan Metodologi Pendidikan Islam*, Jakarta: Ciputat Pers, 2002.

- Asmuni M. Yusran, *Ilmu Tauhid*, Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 1993.
- Dja'far Sabran, *Risalah Tauhid*, Ciputat: Mitra Fajar Indonesia, 2006.
- Gandhi HW Teguh Wangsa, *Filasat Pendidikan Mazhab-Mazhab Filsafat Pendidikan*, (Jogjakarta: Ar-Ruzz Med, 2013).
- Hamdanny, *Buku Kecil Tauhid dalam Islam*, ttp, 2017.
- Hasan Basri, *filsafat pendidikan islam*, Bandung: CV Pustaka Setia, 2009.
- , *landasan pendidikan*, Bandung: CV Pustaka Setia, 2013.
- Imam Asy-Syaukani, *Tafsir Fathul Qadir jilid 2*, Jakarta: Pustaka Azzam, 2011.
- Jabbar M. Duha Abdul, *ensiklopedia makna Al-Quran*, Jakarta: ttp, 2007.
- Kamaluddin, *Ilmu Tauhid*, Padang: Rios Multicipta, 2012.
- M. Hamdani, *Pendidikan Ketuhanan Dalam islam*, Surakarta: Muhammadiyah University Press, 2001.
- Mahmud, dkk, *Pendidikan Agama Islam dalam Keluarga*, Jakarta: Akademia Permata, 2013.
- Mahmud Yunus, *Kamus Arab Indonesia*, Ciputat, PT. Mahmud Yunus Wa Dzurriyyah, 2010.
- Mohammad Irfan dan Mastuki HS, *Teologi Pendidikan*, Jakarta: Friska Agung Insani, 2000.
- Moh. Roqib, *Ilmu Pendidikan Islam* Yogyakarta: PT. Lkis Printing Cemerlang, 2009.
- Muhammad Abu Ja'far bin Jarir Ath-Thabari, *Tafsir Ath-Thabari*, Jakarta: Pustaka Azzam, 2007.
- Munawwir Ahmad Warson, *Kamus al-Munawwir*, Surabaya: Pusta Progresif, 1997.
- Muhammad Bin Abdullah Al-Buraikan Ibrahim, *Pengantar Studi Aqidah Islam*, Jakarta, 1998.
- Muhammad bin 'Abdul Wahhab bin 'Ali al- Yamani al- Wushobi al- 'Abdali, *Al- Qaoulul Mufid (Penjelasan Tentang Tauhid)* Sleman: Darul „Ilmi, 2005.
- Nashruddin Baidan, *Metodologi Penafsiran Al-Quran*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset, 2012.
- Nur Indah Khozinatun, "Nilai-Nilai Tauhid dalam Ayat Kursi dan Metode Pembelajarannya dalam PAI", *Jurnal Inspirasi*, Vol. 1, 2017.
- Pusat Data dan Informasi KemenAtrian Kesehatan RI, "Situasi dan Pencegahan BunuhDiri" (<https://pusdatin.kemkes.go.id/download.php?file=download/pusdatin/infodatin/infodatin-Situasi-dan-Pencegahan-Bunuh-Diri.pdf>), diakses 1 Oktober 2020 pukul 11.09 Wib.

- Rais M. Amin, *Cakrawala Islam Antara Cita dan Fakta*, Bandung: Mizan, 1991.
- Rahman Nur Farhana Abdul Rahman, “Pemahaman Konsep Tauhid Asas Keharmonian Kepala bagaian Agama”, *International Journal of Islamic Thought*, Vol 1 No 2 2012.
- Rangkuti Ahmad Nizar, *Metode Penelitian Pendidikan*, Bandung: Cita Pustaka Media, 2016.
- Ramayulis, dan Samsul Nizar, *Filsafat Pendidikan Islam; Telaah Sistem Pendidikan dan Pemikiran Para Tokohnya* Cet, I; Jakarta: Kalam Mulia, 2009.
- Rois Mahfud, *Pendidikan Agama Islam*, Jakarta: Erlangga, 2011.
- Shihab M. Quraish, *Wawasan Al Quran*, Bandung: Mizan, 1996.
- , *Wawasan Al-Quran, Cet XVI* Bandung :PT. Mizan Pustaka, 2005.
- , *Tafsir Al Misbah*, Jakarta: Lentera Hati, 2002.
- , *Ensiklopedia Al-Quran*, Jakarta: ttp, 2007.
- Shalih bin Fauzan, *Kitab Tauhid*, Jakarta: Akafa Press, 1998.
- Syekh Umar bin Su’ud, *Tauhid urgensi dan manfaatnya*, Solo: Aqwam, 2005.
- Syekh Subhani Ja’far, *Aqid dan Ilmu Kalam*, Bandung: Mizan, 1995.
- Sudarwan Danim, *Filsafat Pendidikan*, Yogyakarta: Ar-Ruz Media, 2013.
- Hasbullah, *Dasar-dasar Ilmu Pendidikan*, Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2003.
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitattif*, Bandung: Alfabeta, 2008.
- Sumadi Suryabrata, *Metodologi Penelitian*, Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2006.
- Thoha M. Chabib, *Kapita Selektta Pendidikan Islam*, Yogyakarta : Pustaka Pelajar, 1996.
- Ulfa Hilma Fauzia, “Metode Pendidikan Tauhid dalam Kisah Ibrahim as. dan Implikasinya terhadap Pembelajaran PAI di Sekolah”, *Tarbawy: Indonesian Journal of Islamic Education*, Vol. 4 No. 1, 2017.
- Yasin A. Fatih, *Dimensi-Dimensi Pendidikan Islam*, Malang: UIN Malang Press, 2008.
- Yayasan Penyelenggara Penerjemah dan Penafsir Al-Quran, *Al-Quran Al-Karim dan Terjemahnya*, Surabaya: Halim, 2013.
- Yunahar Ilyas, *Kuliah Ulumul Quran*, Yogyakarta: Itqan Publishing, 2013.
- Yusran Asmuni, *IlmuTauhid*, Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 1996.

Yedi Purwanto, “Analisis terhadap Metode Pendidikan menurut Ajaran Al-Quran dalam Membentuk Karakter Bangsa”, *Jurnal Pendidikan Agama Islam-Ta'lim*, Vol, 2015.

Yekti Satriyandari, Fenomena Pergeseran Budaya Dengan Trend Pernikahan Dini Di Kabupaten Sleman D.I. Yogyakarta, *Jurnal Kebidanan*, Vol 8 No 2, 2019.

Zahra Syekh Muhammad Abu, *Al 'Aqidah Al Islamiyyah*, ttp : ‘Udhwal Majmu’, 1969.

Zaid Bakar Abu, *Tafsir Al-Muyassar*, Mesir: Ab-Naba,2000.

Zainuddin, *Ilmu Tauhid Lengkap*, Jakarta : PT Rineka Cipta, 1992.

Zulkarnain. *Transformasi Nilai-nilai Pendidikan Islam*, Bengkulu, Pustaka Belajar Offset: 2008.

Lampiran 1

**DAFTAR RIWAYAT HIDUP**

**I. IDENTITAS PRIBADI**

Nama : Kadir Mahmud  
Nim : 16 30 2000 25  
T. Tanggal Lahir : Panobasan, 26 Mai 1998  
Alamat : Panobasan, Kecamatan Angkola Barat

**IDENTITAS ORANGTUA**

Nama Ayah : Mawardi  
Pekerjaan : Petani  
Nama Ibu : Nuriva Pane  
Alamat : Panobasan

**II. PENDIDIKAN**

SD Muhammadiyah Tahun 2004-2010  
SMP N. 1 Angkola Barat Tahun 2010-2012  
SMA N.1 Angkola Barat Tahun 2012-2016  
IAIN Padangsidimpuan Jur. BKI Tahun 2016-2020

## Lampiran 2

### ANGKET

Angket disusun untuk memperoleh data yang dibutuhkan dalam rangka menyusun skripsi yang berjudul “Pengaruh Game Online Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa IAIN Padangsidempuan di Lingkungan 1 Kelurahan Sihitang”.

#### A. Petunjuk Pengisian Angket

1. Bacalah setiap pernyataan secara teliti sebelum saudara/i menjawab setiap butir pertanyaan.
2. Pilihlah jawaban yang tersedia sesuai dengan keadaan diri saudara/i dengan memberikan tanda ceklis (√) pada pertanyaan di bawah ini.
3. Pernyataan ini hanya penelitian semata oleh karena itu tidak akan berpengaruh pada saudara/i. Semua jawaban dan identitas saudara/i akan kami jaga kerahasiaannya.
4. Kesedian dan kejujuran saudara/i dalam menjawab pernyataan ini akan sangat membantu penelitian ini.

#### B. Keterangan :

1. Sangat Setuju (SS)
2. Setuju(S)
3. Tidak setuju (TS)
4. Sangat tidak setuju (STS)

Padangsidempuan, , 2020

( )

Nama :

Jurusan :

Semester:

**Tabel. Variabel (X) Angket Pola Pemakai *Game online***

No	Pernyataan	Pilihan jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Game online dapat meningkatkan konsentrasi berpikir				
2	Game online untuk menambah wawasan dalam bidang ilmu teknologi				
3	Game online ketika saya kurang mood				
4	Terkadang lama-lama dalam memainkan game online terkadang timbul sakit pada mata				
5	Bermain Game online terkadang lupa makan timbul penyakit mag				
6	Bermain game online terkadang sering begadang maka tubuh terasa sakit				
7	Bermain game online terkadang emosi saya keluar				
8	Bermain game online dapat menambah pertemanan				
9	Bermain game online terkadang lupa pada teman				
10	Ketika bermain game online saya kurang peduli pada teman				
11	Bermain game online ketika tidak ada kegiatan				
12	Memainkan game online kurang lebih 4 jam setiap hari				
13	Memainkan game online yang memiliki strategi				
14	Memainkan game online yang dapat mengasah konsentrasi				
15	Memainkan sebuah game online supaya mendapat tingkat paling tinggi				
16	Game online dapat membuat saya lebih meningkatkan semangat beraktifitas				
17	Game online dapat membuat semangat saya bertambah				
18	Memainkan game online yang sangat diminati dimasanya				
19	Bermain game online dapat membuang waktu sia-sia				
20	Memainkan game online ketika tugas sudah selesai				

**Tabel Variabel (Y ) Kesehatan Mental Mahasiswa**

No	Pernyataan	Pilihan jawaban			
		SS	S	TS	STS
1	Sering sakit kepala, sakit perut, atau macam-macam sakit lain				
2	Terkadang saya sering begadang di malam hari				
3	Terkadang saya sulit untuk tidur malam				
4	Ketika tugas-tugas belum selesai terkadang tubuh menjadi lemah				
5	Terkadang saya lupa makan akibat dari banyaknya aktivitas				
6	Saya gelisah, saya tidak dapat diam untuk waktu lama				
7	Saya sering marah dan sering tidak dapat mengendalikan amarah				
8	Saya banyak merasa cemas atau khawatir terhadap apapun				
9	Saya sering merasa tidak bahagia sedih, atau menangis				
10	Ketika saya galau maka saya melakukan sesuatu pekerjaan lain				
11	Saya berusaha bersikap baik terhadap orang lain karna saya peduli pada mereka				
12	Saya lebih suka sendirian dari pada bersama kawan-kawan yang sebaya dengan saya				
13	Saya selalu menolong jikalau ada orang yang terluka kecewa, atau merasa sakit				
14	Saya mempunyai satu teman baik atau lebih				
15	Orang lain disekitar saya banyak yang suka terhadap saya				
16	Saya sering dipermainkan oleh kawan-kawan dekat				
17	Saya sering menawarkan diri untuk membantu orang lain				
18	Saya terkadang lalai dalam Sholat				
19	Dengan beribadah pikiran saya dapat tenang				
20	Dengan bersedekah hati saya terasa nyaman				

Lampiran 3

1. Skor Variabel X Intensitas Pengguna Game Online yang diperoleh adalah :

63 61 59 60 54 53 55 53 55 50 63  
 48 59 52 64 56 54 50 54 58 58 50  
 52 59 63 57 56 51 46 60 41 52 64 56 53  
 51 65 54 52 50 62 51 53 47

Skor tertinggi = 65

Skor terendah = 41

2. Rentang (R)

Rentang = Skor tertinggi – Skor terendah

$$= 65-41$$

$$= 24$$

3. Banyak kelas =  $1 + 3,3 \log n$

$$= 1 + 3,3 \log 41$$

$$= 1 + 3,3 (1,61)$$

$$= 1 + 5,31$$

$$= 6,31 \text{ dibulatkan menjadi } 6$$

4. Panjang Kelas

$$I = \frac{R}{BK} = \frac{24}{6} = 4$$

Distribusi Frekuensi *Game Online*

Interval Kelas	Fi	Xi	FiXi
41-44	1	43	43
45-48	3	47	141
49-52	11	51	561
53-56	11	55	605
57-60	7	59	413
61-65	8	63	504
Jumlah	41	-	2267

5. Mean

Rumus yang digunakan yaitu :  $\bar{x} = \frac{\sum fiXi}{\sum fi}$

Keterangan:

$\bar{x}$  = Mean (rata-rata)

$\sum fiXi$  = Jumlah hasil perkalian antara masing-masing skor dengan frekuensi

$fi$  = Jumlah data

Maka:

$$Mx = \frac{2267}{41} = 55,29 \text{ dibulatkan menjadi } 55$$

6. Median

Rumus yang digunakan yaitu:

$$Me = l + i \frac{\left(\frac{1}{2}.n - F\right)}{f}$$

Keterangan:

- l : batas bawah kelas median
- i : panjang kelas
- n : banyak data
- F : jumlah frekuensi sebelum kelas median
- f : frekuensi kelas median

Maka:

$$l = 53 - 0,5 = 52,5$$

$$F = 11$$

$$i = 4$$

$$f = 15$$

$$\begin{aligned} \text{Me} &= l + i \frac{\left(\frac{1}{2} \cdot n - F\right)}{f} \\ &= 52,5 + 4 \left( \frac{\left(\frac{1}{2} \cdot 41 - 11\right)}{15} \right) \end{aligned}$$

$$= 52,5 + 4 (0,63)$$

$$= 52,5 + 2,52 = 55,02 \text{ dibulatkan menjadi } 55$$

## 7. Modus

Untuk menghitung modus dari data yang dikelompokkan dipergunakan rumus:

$$\text{Mo} = l + i \left( \frac{f_a}{f_a + f_b} \right)$$

Keterangan:

l : batas bawah kelas Modus

i : panjang kelas

$f_a$  : frekuensi kelas modus dikurang frekuensi kelas sebelumnya

$f_b$  : frekuensi kelas modus dikurang frekuensi kelas berikutnya

maka:

$$l = 49,5 - 0,5 = 48,5$$

$$i = 4$$

$$f_a = 11 - 3 = 8$$

$$f_b = 11 - 11 = 0$$

$$\text{Mo} = 48,5 + 4 \left( \frac{8}{8+0} \right)$$

$$= 48,5 + 4 (1)$$

$$= 48,5 + 4$$

$$= 52,2 \text{ dibulatkan menjadi } 52$$

8. Standar Deviasi

Untuk mencari standar deviasi dari data yang dikelompokkan digunakan rumus:

$$SD = \sqrt{\frac{\sum fX^2}{N} - \left(\frac{\sum fX}{N}\right)^2}$$

Interval Kelas	F	X	X <sup>2</sup>	f.X	f.X <sup>2</sup>
41-44	1	43	1849	43	1849
45-48	3	47	2209	141	6627
49-52	11	51	2601	561	28611
53-56	11	55	3025	605	33275
57-60	7	59	3481	413	24367
61-65	8	63	3969	504	31752
Jumlah	41	-	-	2267	126481

$$\begin{aligned}
 SD &= \sqrt{\frac{126481}{41} - \left(\frac{2267}{41}\right)^2} \\
 &= \sqrt{3084,9 - 3057,2} \\
 &= \sqrt{27,7} \\
 &= 5,263 \text{ dibulatkan menjadi } 5,26
 \end{aligned}$$

Lampiran 4

1. Skor Variabel Y Kesehatan Mental yang diperoleh adalah :

57 61 59 58 53 53 60 55 64 53 58  
 58 59 55 56 54 53 54 58 54 61 56  
 61 56 54 57 54 56 58 57 69 59 52 48 53  
 55 53 57 55 51 51 53

Skor tertinggi = 69

Skor terendah = 48

- 2 Rentang (R)

Rentang = Skor tertinggi – Skor terendah

$$= 69-48$$

$$= 21$$

- 3 Banyak kelas =  $1 + 3,3 \log n$

$$= 1 + 3,3 \log 41$$

$$= 1 + 3,3 (1,61)$$

$$= 1 + 5,31$$

$$= 6,31 = \text{dibulatkan menjadi } 6$$

- 4 Panjang Kelas

$$I = \frac{R}{BK} = \frac{21}{6} = 3,5 \text{ dibulatkan menjadi } 4$$

Distribusi Frekuensi Intensitas Penggunaan *Smartphone*

Interval Kelas	Fi	Xi	FiXi
48-51	2	50	100
52-55	18	54	972
56-59	15	58	870
60-63	4	62	248
64-67	1	66	66
68-71	1	70	70
Jumlah	41	-	2326

- 5 Mean

Rumus yang digunakan yaitu :  $\bar{x} = \frac{\sum fiXi}{\sum fi}$

Keterangan:

$\bar{x}$  = Mean (rata-rata)

$\sum fiXi$  = Jumlah hasil perkalian antara masing-masing skor dengan frekuensi

$fi$  = Jumlah data

Maka:

$$\sum fiXi = 2326$$

$$\sum fi = 41$$

$$Mx = \frac{2326}{41} = 56,73 \text{ dibulatkan menjadi } 57$$

- 6 Median

Rumus yang digunakan yaitu:

$$Me = l + i \frac{\left(\frac{1}{2} \cdot n - F\right)}{f}$$

Keterangan:

- l : batas bawah kelas median
- i : panjang kelas
- n : banyak data
- F : jumlah frekuensi sebelum kelas median
- f : frekuensi kelas median

Maka:

$$l = 60 - 0,5 = 49,5$$

$$F = 4$$

$$i = 4$$

$$f = 35$$

$$Me = l + i \frac{\left(\frac{1}{2} \cdot n - F\right)}{f}$$

$$= 49,5 + 4 \left( \frac{\left(\frac{1}{2} \cdot 41 - 4\right)}{35} \right)$$

$$= 49,5 + 4 (0,47)$$

$$= 49,5 + 1,88 = 51,38 \text{ dibulatkan menjadi } 51$$

## 7 Modus

Untuk menghitung modus dari data yang dikelompokkan dipergunakan rumus:

$$Mo = l + i \left( \frac{f_a}{f_a + f_b} \right)$$

Keterangan:

l : batas bawah kelas Modus

i : panjang kelas

$f_a$  : frekuensi kelas modus dikurang frekuensi kelas sebelumnya

$f_b$  : frekuensi kelas modus dikurang frekuensi kelas berikutnya

maka:

$$l = 52 - 0,5 = 51,5$$

$$i = 4$$

$$f_a = 18 - 2 = 16$$

$$f_b = 18 - 15 = 3$$

$$Mo = 51,5 + 4 \left( \frac{16}{16 + 3} \right)$$

$$= 51,5 + 4 (0,84)$$

$$= 51,5 + 3,36$$

= 54,86 dibulatkan menjadi 55

## 8 Standar Deviasi

Untuk mencari standar deviasi dari data yang dikelompokkan digunakan rumus:

$$SD = \sqrt{\frac{\sum fX^2}{N} - \left(\frac{\sum fX}{N}\right)^2}$$

Interval Kelas	F	X	X <sup>2</sup>	f.X	f.X <sup>2</sup>
48-51	2	50	2500	100	5000
52-55	18	54	2916	972	52488
56-59	15	58	3364	870	50460
60-63	4	62	3844	248	15376
64-67	1	66	4356	66	4356
68-71	1	70	4900	70	3900
Jumlah	41	-	-	2326	131580

$$\begin{aligned}SD &= \sqrt{\frac{131580}{41} - \left(\frac{2326}{41}\right)^2} \\&= \sqrt{3209,2 - 3136} \\&= \sqrt{73,2} \\&= 8,555 \text{ dibulatkan menjadi } 8,5\end{aligned}$$

## Lampiran 7

TABEL NILAI-NILAI r PRODUCT MOMENT

N	Taraf	Signif	N	Taraf	Signif	N	Taraf	Signif
	5 %	1 %		5 %	1 %		5 %	1 %
3	0,997	0,999	27	0,381	0,487	55	0,266	0,345
4	0,950	0,990	28	0,374	0,478	60	0,254	0,330
5	0,878	0,959	29	0,367	0,470	65	0,244	0,317
6	0,811	0,917	<u>30</u>	<u>0,361</u>	0,463	70	0,235	0,306
7	0,754	0,874	31	0,355	0,456	75	0,227	0,296
8	0,707	0,834	32	0,349	0,449	80	0,220	0,286
9	0,666	0,798	33	0,344	0,442	85	0,213	0,278
10	0,612	0,765	34	0,339	0,436	90	0,207	0,270
11	0,602	0,735	35	0,334	0,430	95	0,202	0,261
12	0,576	0,708	36	0,329	0,424	100	0,195	0,256
13	0,553	0,684	37	0,325	0,418	125	0,176	0,230
14	0,532	0,661	38	0,320	0,413	150	0,159	0,210
15	0,514	0,641	39	0,316	0,408	175	0,148	0,194
16	0,497	0,623	40	0,312	0,403	200	0,138	0,181
17	0,482	0,606	41	0,308	0,398	300	0,113	0,148
18	0,468	0,590	42	0,304	0,393	400	0,098	0,128
19	0,456	0,575	43	0,301	0,389	500	0,088	0,115
20	0,444	0,561	44	0,297	0,384	600	0,080	0,105
21	0,433	0,549	45	0,294	0,380	700	0,074	0,097
22	0,423	0,517	46	0,291	0,376	800	0,070	0,091
23	0,413	0,526	47	0,288	0,372	900	0,065	0,086
24	0,404	0,515	48	0,284	0,368	1000	0,062	0,081
25	0,396	0,505	49	0,281	0,364			
26	0,388	0,496	50	0,279	0,361			

## Lampiran 8

**Nama Mahasiswa di Lingkungan I Kelurahan Sihitang**

No	Nama	Jurusan	Semester
1	AR	ES	IX
2	T S	PBA	IX
3	I H	TBI	IX
4	J P	HTN	VII
5	R G	TBI	IX
6	M A	PAI	IX
7	A A	PBA	IX
8	R F	BKI	XI
9	A P	ES	VII
10	HH	ES	VII
11	S H	BKI	XI
12	M Z	PMI	XI
13	G	TBI	XIII
14	R S	PS	VII
15	D Y S	ES	IX
16	I S	ES	IX
17	S H	ES	VII
18	S	PS	IX
19	I M	ES	IX
20	D A	PS	IX
21	M Y	PGMI	IX
22	AG	PAI	IX
23	AG	PAI	IX
24	AHN	HTN	IX
25	KN	ES	VII
26	HK	PAI	IX
27	ESP	ES	VII
28	H	ES	VII
29	AMH	PAI	IX
30	AS	PGMI	IX
31	MSS	HTN	XI
32	MRH	PS	VII
33	AH	HTN	XI
34	MFA	TMM	IX
35	AM	AK	IX
36	KA	TMM	IX
37	HSPN	HTN	VII
38	AZD	TMM	IX
39	AMS	TMM	IX
40	MFT	PGMI	IX
41	S	PS	IX