

## **BAB II**

### **LANDASAN TEORI**

#### **A. Kecerdasan Emosi**

Istilah “kecerdasan emosional” pertama kali di lontarkan pada tahun 1990 oleh psikolog Peter Salovey dari Harvard University dan John Mayer dari University of New Hampshire untuk menenrangkan kualitas-kualitas emosional yang tampaknya penting bagi keberhasilan.

Salovey dan Mayer mendefinisikan kecerdasan emosional atau yang sering disebut EQ sebagai himpunan bagian dari kecerdasan sosial yang melibatkan kemampuan pada orang lain, memilih-milih semuanya dan menggunakan informasi ini untuk membimbing pikiran dan tindakan<sup>27</sup>.

Selanjutnya, Stein dan Book mendefinisikan kecerdasan emosional sebagai serangkaian kecakapan yang memungkinkan kita melapangkan jalan di dunia rumit aspek pribadi, sosial, dan pertahanan dari seluruh kecerdasan, akal sehat yang penuh misteri, dan kepekaanyang penting untuk berfungsi secara efektif setiap hari.

Kemudian, Sternberg dan Salovey mengemukakan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan mengenali emosi diri, yang merupakan kemampuan seseorang dalam mengenali perasaannya sendiri sewaktu perasaan atau emosi itu muncul, dan ia mampu mengenali emosinya sendiri

---

<sup>27</sup> Shapiro, *Mengajarkan Emotional Intelligence Pada Anak*. (Jakarta: Gramedia, 1998), 8

apabila ia memiliki kepekaan yang tinggi atas perasaan mereka yang sesungguhnya dan kemudian mengambil keputusan-keputusan secara mantap.

Dalam penelitian ini yang dimaksud dengan kecerdasan emosional adalah kemampuan siswa untuk mengenali emosi diri terhadap keadaan yang sedang terjadi dalam dirinya, baik mengenai perasaan yang muncul pada diri siswa atau suasana hati ketika menanggapi sebuah rangsangan yang datang. Kecerdasan emosional yang baik di tunjukkan dengan kemampuannya dalam mengelola emosi, memberikan respon dengan tindakan yang tepat. Selain itu kemampuan selalu berfikir positif terhadap diri sangat diperlukan dalam mengembangkan kecerdasan emosional.

#### 1. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecerdasan Emosi

Goleman menjelaskan bahwa adapun faktor-faktor tersebut adalah:

##### a. Faktor internal

Faktor internal adalah apa yang ada dalam diri individu yang mempengaruhi kecerdasan emosinya. Faktor interna ini memiliki dua sumber yaitu segi jasmani dan psikologis. Segi jasmani adalah factor fisik dan kesehatan individu, apabila fisik dan kesehatan seseorang terganggu dapat dimungkinkan mempengaruhi proses kecerdasan emosinya. Segi psikologis mencakup didalamnya pengalaman, perasaan, kemampuan berfikir dan motivasi.

##### b. Faktor eksternal

Faktor eksternal adalah stimulus dan lingkungan dimana kecerdasan emosi berlangsung. Faktor eksterna meliputi :

- 1) Stimulus itu sendiri, kejenuhan stimulus merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi keberhasilan seseorang dalam memperlakukan kecerdasan emosi tanpa distorsi (berfikir secara berlebihan dan tidak rasional).
- 2) Lingkungan atau situasi khususnya yang melatarbelakangi proses kecerdasan emosi. Objek lingkungan yang melatar belakangi merupakan kegiatan yang sangat sulit dipisahkan.

## 2. *Aspek-Aspek Kecerdasan Emosi*

Goleman mengungkapkan 5 (lima) wilayah kecerdasan emosional<sup>28</sup>, yaitu:

### a. Mengenal emosi diri

Mengenal emosi diri adalah kesadaran diri yaitu tentang perasaan sewaktu perasaan terjadi. Kemampuan mengenali perasaan dirimerupakan dasar kecerdasan emosional. Kesadaran ini berarti waspada baik terhadap suasana hati maupun pikiran kita tentang suasana hati. Individu yang sadar akan emosinya sendiri umumnya mandiri dan yakin akan batas-batas yang di bangun, kesehatan jiwanya bagus dan cenderung berpendapat positif terhadap kehidupan.

Dalam factor mengenali diri ini terdapat tiga indicator, yaitu:

- 1) Mengenal dan merasakan emosi sendiri.
- 2) Memahami sebab perasaan yang timbul.
- 3) Mengenal pengaruh perasaan terhadap tindakan.

### b. Mengelola emosi

---

<sup>28</sup> Goleman, D, *Kecerdasan Emosi untuk Mencapai Puncak Prestasi*. Cetakan Keempat. (Jakarta: Gramedia, 2000), 125

Mengelola emosi berarti menangani perasaan agar perasaan dapat terungkap dengan tepat. Pada intinya bukan menjauhi perasaan yang tidak menyenangkan agar selalu bahagia, namun tidak membiarkan perasaan berlangsung tak terkendali sehingga menghapus perasaan hati yang menyenangkan.<sup>29</sup> Dalam aspek mengelola emosi ini, terdapat enam indikator, yaitu:

- 1) Bersikap toleran terhadap frustrasi.
- 2) Mampu mengungkapkan amarah dengan tepat.
- 3) Mampu mengendalikan perilaku agresif yang dapat merusak diri dan orang lain.
- 4) Memiliki perasaan positif dengan diri sendiri dan lingkungan.
- 5) Memiliki kemampuan untuk mengatasi stress.
- 6) Dapat mengurangi perasaan cemas dan kesepian dalam pergaulan.

c. Memotivasi diri

Mengatur emosi sebagai sebagai alat untuk mencapai tujuan adalah hal yang sangat penting dalam kaitan untuk memberi perhatian, untuk memotivasi diri sendiri dan menguasai diri sendiri, dan untuk berkreasi. Orang-orang yang memiliki keterampilan ini cenderung jauh lebih produktif dan efektif dalam hal apapun yang mereka kerjakan. Orang yang mampu memotivasi diri sendiri adalah orang yang memiliki ciri-ciri mampu mengendahkan kecemasan, memiliki pola pikir yang positif, optimis, mampu mencapai keadaan

---

<sup>29</sup> Goleman, D, *Kecerdasan Emosi untuk Mencapai Puncak Prestasi*. Cetakan Keempat. (Jakarta: Gramedia, 2000), 127

*flow* yaitu keadaan ketika seseorang sepenuhnya terserap ke dalam apa yang sedang dikejanya, perhatiannya hanya terfokus pada apa yang sedang dikerjakannya, perhatiannya hanya terfokus pada apa yang sedang di kerjakannya serta kesadaran menyatu dengan tindakan<sup>30</sup>. Dalam aspek memotivasi diri sendiri ini terdapat tiga indikator, yaitu:

- 1) Mampu mengendalikan impuls
- 2) Bersikap optimis.
- 3) Mampu memusatkan perhatian pada tugas yang dikerjakan.

d. Mengenali emosi orang lain

Mengenali emosi orang lain merupakan kemampuan untuk membaca perasaan orang lain yang tampak melalui isyarat-isyarat yang terlihat dari orang tersebut. Ciri orang yang mampu mengenali emosi orang lain adalah mampu menunjukkan sikap empati. Seseorang yang memiliki empati yang tinggi lebih mampu untuk menangkap tanda-tanda yang dibutuhkan atau dikehendaki oleh orang lain.<sup>31</sup> Dalam aspek mengenali emosi orang lain ini terdapat tiga indikator, yaitu:

- 1) Mampu menerima sudut pandang orang lain.
- 2) Memiliki sikap empati atau kepekaan terhadap terhadap orang lain.
- 3) Mampu mendengarkan orang lain.

e. Membina hubungan dengan orang lain.

---

<sup>30</sup> Goleman, D, *Kecerdasan Emosi untuk Mencapai Puncak Prestasi*. 2000, 127

<sup>31</sup> Goleman, D, *Kecerdasan Emosi untuk Mencapai Puncak Prestasi*. 127

Membina hubungan dengan orang lain merupakan ketrampilan untuk menjalin hubungan dengan orang lain yang merupakan kecakapan emosional yang mendukung keberhasilan dalam bergaul dengan orang lain. Seseorang yang hebat dalam keterampilan ini akan sukses dalam bidang apapun yang berhubungan dengan pergaulan interaksi dengan orang lain. Dalam aspek membina hubungan ini, terdapat delapan indikator, yaitu:

- 1) Memahami pentingnya membina hubungan dengan orang lain.
- 2) Mampu menyelesaikan konflik dengan orang lain.
- 3) Memiliki kemampuan untuk berkomunikasi dengan orang lain.
- 4) Memiliki sikap bersahabat atau mudah bergaul dengan teman sebaya.
- 5) Memiliki perhatian terhadap kepentingan orang lain.
- 6) Dapat hidup selaras dengan kelompok.
- 7) Bersikap senang berbagi dan bekerjasama.
- 8) Bersikap dewasa dan toleran.

### 3. Dampak Negatif Kecerdasan Emosi

Dampak negatif dari siswa yang tidak dapat mengontrol kecerdasan emosi yaitu bertindak mengikuti perasaan tanpa memikirkan akibatnya, menjadi pemarah, bertindak agresif dan tidak sabar, memiliki tujuan hidup dan cita-cita yang tidak jelas, mudah putus asa, kurang peka terhadap perasaan diri sendiri dan orang lain, tidak dapat mengendalikan perasaan dan mood yang negatif, mudah

terpengaruh oleh perasaan negatif, memiliki konsep diri yang negatif, tidak mampu menjalin persahabatan yang baik dengan orang lain, tidak mampu berkomunikasi dengan baik, dan menyelesaikan konflik sosial dengan kekerasan.

## **B. Intensitas Bermain Game Online**

Chaplin berpendapat bahwa intensitas adalah suatu sifat kuantitatif dari suatu pengindraan, yang berhubungan dengan intensitas perangsangnya.<sup>32</sup> Sedangkan menurut Azwar intensitas adalah kedalaman atau kekuatan sikap terhadap sesuatu belum tentu sama walaupun arahnya mungkin tidak berbeda.<sup>33</sup>

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, bermain adalah melakukan sesuatu untuk bersenang-senang. Sedangkan *gameonline* merupakan permainan yang dapat diakses oleh banyak pemain, dimana mesin-mesin yang digunakan pemain dihubungkan oleh suatu jaringan internet<sup>34</sup>. Penulis menyimpulkan bahwa intensitas bermain *game online* adalah seberapa sering atau frekuensi individu dalam bermain *game online*.

### **1. Faktor yang mempengaruhi dan dampak dari game online**

---

<sup>32</sup> Chaplin, J.P, *Kamus Lengkap Psikolog.*. (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 1999), 80

<sup>33</sup> Azwar, S, *Penyusunan skala psikologi, Edisi 2*. (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2017),

<sup>34</sup> Adams, E & Rollings, A, *Game Design andDevelopment*. (USA: New Reader PUBLISHING, 2007),

Menurut Masya dan Candra terdapat faktor internal dan eksternal yang menyebabkan terjadinya adiksi individu terhadap game online.<sup>35</sup>

Faktor internal tersebut meliputi:

- a. Keinginan yang kuat dari dalam individu untuk memperoleh nilai yang tinggi ketika bermain game online, karena *game online* dirancang sedemikian rupa agar gamer semakin penasaran dan semakin ingin memperoleh nilai yang lebih tinggi.
- b. Rasa bosan yang dirasakan individu ketika berada dirumah atau disekolah.
- c. Ketidak mampuan mengatur prioritas untuk mengerjakan aktivitas lainnya.
- d. Kurangnya mengontrol diri yang ada dalam diri individu yang menyebabkan individu kurang mampu mengantisipasi dampak negative yang timbul akibat bermain game online secara berlebihan.

Sedangkan faktor eksternal meliputi :

- a. Pengaruh lingkungan, karena melihat teman-temannya yang lain banyak yang bermain *game online*.
- b. Kurang memiliki hubungan sosial yang baik, sehingga memilih alternative bermain *game online* sebagai aktivitas yang menyenangkan.
- c. Kurangnya perhatian keluarga maupun orangtua terhadap anaknya.

---

<sup>35</sup>Masya, H., & Candra, D.A, *Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku gangguan kecanduan game online pada peserta didik kelas X madrasah aliyah Al Furqon Prabumulih tahun pelajaran 2015/2016*. (Jurnal Bimbingan dan Konseling, 2016), vol.03, no.1 ,153-169.

- d. Harapan orangtua yang melambug terhadap anaknya untuk mengikuti berbagai kegiatan seperti kursus dan les, sehingga kebutuhan primer anak seperti kebersamaan, bermain dengan keluarga menjadi terlupakan.

Young menjelaskan bahwa bermain game online memiliki dampak negative secara sosial, psikis, dan fisik.<sup>36</sup> Adapun penjelasannya adalah sebagai berikut:

- a. Dampak sosial

Yaitu hubungan dengan teman dan keluarga menjadi renggang karena waktu bersama mereka menjadi jauh berkurang. Pergaulan individu hanya sebatas pada *game online* saja, sehingga membuat para pecandu *game online* menjadi terisolir dari teman-teman dan lingkungan pergaulan yang nyata. Keterampilan sosial menjadi berkurang, sehingga semakin terasa sulit berhubungan dengan orang lain. Perilaku gamer menjadi kasar dan agresif karena terpengaruh oleh apa yang dilihat dan dimainkan dalam permainan *game online*.

- b. Dampak psikis

Yaitu pikiran individu menjadi terus menerus memikirkan *game online* yang sedang di mainkan. Gamer cenderung sulit berkonsentrasi terhadap studi, pekerjaan, sering bolos, atau menghindai pekerjaan. Hal tersebut membuat individu menjadi

---

<sup>36</sup> Young, K. S, *Understanding online gaming addiction and treatment issues for adolescents*, (The American Journal of Family Therapy, 2009), 355 – 372.

cuek, acuh tak acuh, serta menjadi kurang memperdulikan hal-hal yang terjadi dilingkungan sekitar. Melakukan apapun demi bisa bermain game online, seperti berbohong, mencuri uang, dll. Individu akan terbiasa berinteraksi hanya dengan komputer dan gadget, bukan dengan individu lainnya sehingga ia menjadi tertutup, sulit mengekspresikan diri ketika berada di lingkungan yang nyata.<sup>37</sup>

c. Dampak fisik

Yaitu terkena paparan cahaya komputer yang dapat merusak syaraf mata dan otak. Kesehatan jantung menurun akibat bermain game online. Ginjal dan lambung juga terpengaruhi akibat banyak duduk, kurang minum dan lupa makan karena keasikan bermain game online. Berat badan menurun akibat lupa makan, atau bisa juga bertambah karena banyak makan makanan ringan dan jarang berolahraga. Mudah lelah ketika melakukan aktivitas fisik, kesehatan tubuh menurun akibat kurang olahraga. Bila dibiarkan berlanjut dapat mengakibatkan kematian.

2. Aspek-Aspek Intensitas Bermain Game Online

Menurut Horrigan, intensitas terdiri dari dua aspek, yakni:

- a. Aspek frekuensi. Aspek frekuensi merujuk pada tingkatan atau seberapa sering subjek bermain *game online*.

---

<sup>37</sup> Young, K. S, *Understanding online gaming addiction and treatment issues for adolescents*, (The American Journal of Family Therapy, 2009), 355 – 372.

- b. Lama mengakses. Aspek ini mempunyai arti penting karena berapa lama waktu yang digunakan untuk bermain *game online*.<sup>38</sup>

Dimiyati dan Mujiono, mengemukakan bahwa tingkat intensitas di golongkan menjadi intensitas tinggi, sedang, dan rendah.<sup>39</sup> Adapun penjelasannya adalah sebagai berikut:

- a. Intensitas Tinggi

Intensitas tinggi merupakan intensitas yang berasal dari motivasi yang tinggi dimana individu berorientasi pada keberhasilan dan memiliki rasa percaya diri dalam menghadapi setiap tugas yang harus di selesaikan. Selain itu, individu merasa menyukai tugas-tugas yang sulit serta lebih suka bekerja dengan orang lain walaupun orang tersebut kurang menyenangkan baginya. Artinya, apabila dikaitkan dengan intensitas bermain *game online*, individu yang memiliki intensitas yang tinggi cenderung memiliki motivasi yang tinggi untuk menyelesaikan setiap level maupun setiap *game* yang ia mainkan sehingga akan terus-menerus bermain *game online* tersebut tanpa memikirkan total waktu yang digunakan.

- b. Intensitas Sedang

Tingkat intensitas sedang memiliki ciri-ciri antara lain memiliki rasa kurang percaya diri dalam menghadapi tugas dan cukup mengalami kesulitan dalam menyelesaikan tugas. Pada

---

<sup>38</sup> Horrigan, J. B, *New internet users: What they do online, What they don't, and implications for the 'Net's future*, (Pew Internet and American Life Project. 2002), 1-27.

<sup>39</sup> Novitasari, N.A, *Pengaruh intensitas belajar terhadap hasil belajar siswa kelas V di SD gugus terampil kecamatan Secang kabupaten Magelang*, (Skripsi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Semarang, 2016), 53

umumnya hal ini terjadi apabila motivasi yang ada dalam diri individu mulai menurun namun tidak sampai pada kategori motivasi yang rendah. Apabila di hubungkan dengan intensitas bermain *game online*, individu yang memiliki intensitas bermain *game online* yang sedang cenderung bermain dalam durasi dan frekuensi yang sedang Ia bermain hanya untuk mengisi waktu luang namun tetap mendahulukan hal-hal yang menjadi prioritasnya, seperti belajar.<sup>40</sup>

c. Intensitas Rendah

Tingkat intensitas rendah memiliki ciri-ciri antara lain waktu mengerjakan sesuatu yang sedikit, tidak memiliki gairah untuk menghadapi suatu hal yang sulit, memiliki usaha yang sedikit dalam mengerjakan sesuatu. Serta tidak menyukai kegiatan-kegiatan yang kurang memberikan manfaat terhadap dirinya. Apabila dihubungkan dengan intensitas bermain *game online*, individu yang memiliki intensitas rendah cenderung memiliki waktu yang sedikit dalam bermain *game online* maupun tidak memiliki gairah dalam menyelesaikan setiap permainan yang di lakukan.

---

<sup>40</sup> Novitasari, N.A, *Pengaruh intensitas belajar terhadap hasil belajar siswa kelas V di SD gugus terampil kecamatan Secang kabupaten Magelang*, (Skripsi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Semarang, 2016), 55

### C. Remaja

Kata remaja (adolescence) berasal dari kata *adolescere* (latin) yang berarti tumbuh ke arah kematangan. Istilah kematangan meliputi kematangan fisik maupun sosial-psikologis.<sup>41</sup>

Remaja Adalah bagian dari kelompok manusia atau masyarakat dengan karakter dan profil yang berbeda bila dibandingkan dengan kelompok manusia atau masyarakat lainnya. Perbedaan itu dapat dilihat dari segi usia, dimana remaja berada pada masa transisi dan perkembangan fisik serta psikologis yang begitu cepat. Dengan demikian, keunikan dan kompleksitas perilaku remaja terletak pada perubahan perilaku yang kurang stabil dan gejala-gejalanya sangat sulit untuk diidentifikasi. Sehubungan dengan perkembangan perilaku remaja, Zakiah Dadjat menggambarkan bahwa: “Suatu keadaan jiwa yang dapat kita pastikan tentang remaja adalah penuh kegoncangan”.<sup>42</sup>

Menurut Hall masa remaja merupakan masa “*sturm und drag*” (topan dan badai), masa penuh emosi dan adakalanya emosinya meledak-ledak, yang muncul karena adanya pertentangan nilai-nilai. Emosi yang menggebu-gebu ini adakalanya menyulitkan, baik bagi si remaja maupun bagi orangtua/ orang dewasa di sekitarnya. Namun emosi yang menggebu-gebu ini juga bermanfaat bagi remaja dalam upayanya menemukan identitas diri. Reaksi orang-orang di

---

<sup>41</sup> Muss, 1968 dalam sarwono, 2011: h.11

<sup>42</sup> Zakiah Dradjat, *Membina Nilai-Nilai Moral Di Indonesia*, (Jakarta: Bulan Bintang 1971), 112

sekitarnya akan menjadi pengalaman belajar bagi remaja untuk menentukan tindakan apa yang kelak akan dilakukannya.<sup>43</sup>

Hurlock mengatakan secara psikologis masa remaja adalah usia dimana individu berintegrasi dengan masyarakat dewasa, usia dimana anak tidak lagi merasa di bawah tingkat orang-orang yang lebih tua melainkan berada dalam tingkatan yang sama. Integritas dalam masyarakat (dewasa) mempunyai banyak aspek efektif, kurang lebih berhubungan dengan masa puber. Termasuk juga perubahan intelektual mencolok, transformasi intelektual yang khas dari cara berfikir remaja ini memungkinkannya untuk mencapai integrasi dalam hubungan sosial yang kenyataannya merupakan ciri-ciri khas umum dari proses perkembangan ini.<sup>44</sup> Hurlock membagi masa remaja menjadi dua, yaitu masa remaja awal (11/12-16/17 tahun) dan remaja akhir (16/17-18 tahun). Pada masa remaja akhir, individu sudah masa transisi perkembangan yang lebih mendekati masa dewasa.<sup>45</sup> Sedangkan menurut Monks dkk menyatakan masa remaja berlangsung antara umur 12-21 tahun dengan pembagian yaitu masa remaja awal (12 sampai 15 tahun), masa remaja madya (15 sampai 18 tahun), masa remaja akhir (18 sampai 21 tahun).

---

<sup>43</sup> Sarwono, S. *Psikologi Remaja*, (Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada, 2011),

<sup>44</sup> B.Hurlock Elizabeth, *Psikologi Perkembangan*, Jilid 5, (Jakarta:Gelora Aksara Pratama, 1980), 206

<sup>45</sup> Hurlock, E.B, *Developmental Psychology: A Lifespan Approach*. (terjemahan oleh istiwidayanti), (Jakarta: Erlangga Gunarsa, 1990), 31

#### **D. Hubungan Antara Intensitas Bermain Game Online dengan Kecerdasan Emosi.**

Menurut Chaplin intensitas adalah suatu pengindraan yang berhubungan dengan intensitas perangsangnya. Kekuatan tingkah laku atau pengalaman seperti intensitas suatu reaksi emosional, kekuatan yang mendukung suatu pendapat atau suatu sikap dan keterkaitan yang dilakukan seseorang dalam menggunakan internet serta perasaan emosional dimana di dalamnya terlibat minat dan penghayatan yang timbul ketika mengakses internet.<sup>46</sup> Menurut McLoyd, dkk, individu yang hidup di jaman sekarang dihadapkan pada berbagai pilihan gaya hidup melalui media. Individu menggunakan internet untuk hiburan dan menyenangkan dari kesibukan keseharian, salah satunya menggunakan internet untuk bermain game online.

Goleman menyatakan bahwa kecerdasan emosi ialah kemampuan diri untuk menyadari perasaan diri sendiri dan orang lain, di samping boleh memotivasi diri sendiri, menguruskan emosi serta menjalankan perhubungan yang baik dengan orang lain. Emosi dapat membentuk kreativiti dan sikap individu. Ia juga menjadi elemen yang terpenting dalam diri seseorang.<sup>47</sup>

Dalam masa remaja ini yang dibutuhkan adalah sosialisasi sesering mungkin dengan lingkungannya, baik dengan lingkungan sepermainan ataupun dengan lingkungan tempat tinggalnya agar kelak dapat hidup

---

<sup>46</sup> Khoirul Muna "Pengaruh Interaksi Teman Sebaya Terhadap Perilaku Penggunaan Internet Pada Siswa Kelas XI SMK N 2 Yogyakarta", hlm.42

<sup>47</sup> Daniel Goleman, *Kecerdasan Emosional*, Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Utama, 2002. hlm.45

berdampingan dengan lingkungan dan teman sepermainannya, karena pada dasarnya setiap manusia itu makhluk sosial, maka yang dibutuhkan adalah interaksi dan komunikasi dengan lingkungannya, bukan hidup sendiri tanpa berkomunikasi dengan orang lain.

Kaloh menyatakan bahwa intensitas kegiatan seseorang mempunyai hubungan yang erat dengan perasaan. Perasaan senang terhadap kegiatan yang akan dilakukan dapat mendorong minat orang yang bersangkutan melakukan kegiatan tersebut. Masa remaja yaitu masa terjadi pergolakan emosi yang diiringi dengan pertumbuhan fisik yang pesat dan pertumbuhan secara psikis yang bervariasi<sup>48</sup>, juga merupakan masa yang labil dan mudah dipengaruhi oleh apapun. Bermain game online secara berlebihan dapat mempengaruhi kecerdasan emosi remaja, karena ketika mereka sudah bermain secara berlebihan mereka tidak akan bias mengendalikan sikap yang berlebihan tersebut, yang berdampak pada social dan emosi. Bila pemain game tidak bias mengontrol dirinya sendiri, ia akan lupa diri, lupa belajar, dan bahkan saat belajarpun ia malah mengingat-ingat permainan game.<sup>49</sup>

---

<sup>48</sup> Ulfı Kholidiyah, "hubungan Intensitas Penggunaan Game Online Dengan Kecerdasan Emosi", hlm.2

<sup>49</sup> Masya, H., & Candra, D. A. "factor-faktor yang memepengaruhi Perilaku Gangguan Kecanduan Game Online pada Peserta Didik Kelas X di Madrasah Aliyah Al Furqon Prabumulih Tahun ajar 2015/1016". *Konseling: Jurnal Bimbingan dan Konseling. (E-Journal)*. Hlm 103