

Gambaran Kecanduan *Game Online* Dilihat dari Durasi Lama Bermain pada Remaja di SMP Negeri 2 Randudongkal

Adi Juniarto¹, Ita Apriliyan², Arni Nur Rahmawati³

^{1,2} Progam Studi Sarjana Keperawatan, Universitas Harapan Bangsa

³ Progam Studi Diploma Keperawatan, Universitas Harapan Bangsa
adjuniar201@gmail.com¹, itaapriyani@uhb.ac.id², arnir@uhb.ac.id

ABSTRACT

The rise of online game play among teenagers causes addiction that cannot be controlled or does not have the power to stop these activities will result in addicts becoming negligent of other activities including learning obligations. This study aims to determine the description of online game addiction seen from the long duration of play in adolescents at SMP Negeri 2 Randudongkal. This research is a descriptive quantitative study with a Cross Sectional approach study. This research was conducted at SMP Negeri 2 Randudongkal. The sampling technique is Proportion Stratified Random Sampling. The sample of this research was students of class VII and VIII as many as 93 respondents. The data collected is primary data, namely using an online games addiction questionnaire with a likert scale. The description of online game addiction in grade VII and VIII students at SMP Negeri 2 Randudongkal is at a high level of addiction with a score of 98.9%. The description of teenagers at SMP Negeri 2 Randudongkal shows that they have a long duration of playing online games, mostly in the high category 55 (59.1%) The percentage of online game addiction of students in grades VII and VIII of SMP Negeri 2 Randudongkal is 92 (98.9%), and the duration of playing time is >40 hours/month 55 (59,1%) in the high category

Keywords: Duration, Online Games, Addiction, Adolescents

ABSTRAK

Maraknya permainan *game online* pada kalangan remaja menyebabkan kecanduan yang tidak dapat dikontrol atau tidak mempunyai kekuatan untuk menghentikan kegiatan tersebut akan mengakibatkan pecandu menjadi lalai terhadap kegiatan lain termasuk kewajiban belajar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran kecanduan *game online* dilihat dari durasi lama bermain pada remaja di SMP Negeri 2 Randudongkal. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif deskriptif dengan pendekatan *Cross Sectional*. Penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 2 Randudongkal. Teknik pengambilan sampel *Proportion Stratified Random Sampling*, sampel penelitian ini siswa kelas VII dan VIII sebanyak 93 responden. Data dikumpulkan merupakan data primer yaitu menggunakan kuesioner adiksi *game online* dengan skala *likert*. Gambaran adiksi *game online* pada siswa kelas VII dan VIII di SMP negeri 2 Randudongkal berada pada tingkat adiksi tinggi dengan skor 98,9%. Gambaran remaja di SMP Negeri 2 Randudongkal menunjukkan mereka mempunyai durasi lama bermain *game online* sebagian besar kategori tinggi 55 (59,1%). Presentase adiksi *game online* siswa kelas VII dan VIII SMP Negeri 2 Randudongkal sebanyak 92 (98,9%), dan durasi lama bermain >40jam/bulan 55 (59,1%) kategori tinggi.

Kata kunci : Durasi, *Game Online*, Kecanduan, Remaja

PENDAHULUAN

Game online saat ini sangat diminati dan sudah sangat meluas pada semua kategori usia khususnya remaja. Maraknya penggunaan *game online*

memudahkan remaja untuk mengakses *game online* yang tanpa disadari dampaknya menyebabkan kecanduan. Fenomena ini sesuai dengan pernyataan yang dikemukakan oleh *Word Health*

Organization (WHO, 2018) Diagnosis adiksi *game online* berlangsung selama setidaknya 12 bulan, Kondisi ini masuk dalam klarifikasi penyakit *International Classification of Diseases* edisi ke-11 (ICD-11). Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet di Indonesia (APJII) 2020 mencatat salah satu bentuk hiburan yang sangat dipilih dimasa pandemi Covid-19 yaitu *game online* sebesar 16,5 persen.

The Grapic, visualization & Usability Center, the Georgia institut of Technology menggolongkan penggunaan *game online* menjadi tiga kategori dengan berdasarkan intensitas penggunaan yaitu kategori rendah (kurang dari 10 jam/bulan), kategori sedang (10-40 jam/bulan), dan kategori tinggi (>40 jam/bulan).

Menurut Wijaya (2020) kecanduan *game online* dapat dilihat dari durasi lama bermain *game online*. Keseringan bermain *game online* mengakibatkan banyak waktu yang dipakai untuk bermain sehingga tidak melakukan kegiatan serta aktifitas lain.

Dampak adiksi *game online* terbagi dalam 2 (dua) bagian yaitu dampak positif dan dampak negatif. Dampak positif didapatkan adalah remaja pengguna *game online* bisa lebih aktif dalam berfikir, emosional remaja dapat diluapkan lewat *game online*. Sedangkan dampak negatif yaitu durasi lama bermain *game online* menjadi tidak terkontrol atau sudah melebihi batas normal. Apabila sudah sampai ketahap kecanduan maka menunjukkan perilaku malas belajar, suka membolos, dari segi social membuat remaja berperilaku acuh dan kurang peduli lingkungan hanya berinteraksi dengan *game online* hal ini dapat membuat kesehatan jantung menurun akibat begadang untuk bermain *game online*. (Cahyana *et al.*, 2020)

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di wilayah SMP Negeri 2 Randudongkal bahwa dari 12 siswa yang diwawancarai terkait dengan penggunaan *game online* sebesar 71,64% yaitu laki-laki 7 siswa dan perempuan 5 siswa. Siswa mengatakan bahwa mereka sering menggunakan *headset* agar tidak terganggu saat bermain *game online*.

Latar belakang permasalahan tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian di SMP Negeri 2 Randudongkal mengenai "Gambaran kecanduan *game online* dilihat dari durasi lama bermain pada remaja di SMP Negeri 2 Randudongkal"

Manfaat dalam penelitian diharapkan remaja dapat mengatur waktu untuk bermain *game online* dan memperbanyak aktivitas pengembangan diri, seperti bermain music, olahraga atau mengikuti kegiatan berorganisasi

METODE PENELITIAN

Desain penelitian kuantitatif deskriptif pendekatan *cross sectional*, dimana variabel adiksi *game online* pada siswa SMP Negeri 2 Randudongkal dikumpulkan dalam waktu bersamaan. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 18 Mei 2021 sampai 18 Juni 2021. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VII dan VIII di SMP Negeri 2 Randudongkal yang berjumlah 597 siswa. Adapun sampel dalam penelitian ini siswa kelas VII dan VIII SMP Negeri 2 Randudongkal yang berjumlah 93 siswa. Teknik pengambilan sampel adalah *proportionate stratified random sampling*. Selanjutnya, instrument yang digunakan berupa kuesioner adiksi *game online* menggunakan skala *likert* milik Anhar (2014) berjudul hubungan kecanduan *game online* dengan keterampilan sosial remaja di 4 *game centre* kecamatan Klojen kota Malang. Data yang digunakan dalam penelitian ini berupa data primer yang didapat dari kuesioner yang di isi oleh responden. Pengambilan data pada penelitian ini sudah menerapkan prinsip etik seperti menghormati hak dan martabat responden, menghormati privasi dan kerahasiaan subjek penelitian, kejujuran dan keadilan serta maanfaat dan kerugian yang ditimbulkan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden.

a. Usia

Tabel 1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia.

Usia	Frekuensi (f)	Prosentase (%)
12-13 Tahun	45	48,4
14-15 Tahun	48	51,6
Total	93	100

Sumber: (Data Primer, 2021)

Mayoritas usia responden yaitu pada usia 12-13 tahun sebanyak 45 (48,4%) responden, usia 14-15 tahun yaitu sebanyak 48 (51,6%) responden.

b. Jenis Kelamin

Tabel 2 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi (f)	Prosentase (%)
Laki – Laki	81	87,1
Perempuan	12	12,9
Total	93	100

Sumber: (Data Primer, 2021)

Mayoritas responden berjenis kelamin laki-laki sebanyak 81 (87,1%) responden, perempuan sebanyak 12 (12,9%) responden.

c. Durasi Lama bermain

Tabel 3 Karakteristik Responden Berdasarkan Durasi Lama Bermain

Durasi Bermain	Frekuensi (f)	Prosentase (%)
Sedang	38	40,9
Tinggi	55	59,1
Total	93	100

Sumber : (Data Primer, 2021)

Mayoritas responden dengan durasi bermain kategori sedang sebanyak 38 (40,9%), durasi tinggi sebanyak 55 (59,1%) responden.

Analisa Univariat

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Adiksi *Game Online*

Tingkat Adiksi	Frekuensi (f)	Prosentase (%)
Sedang	1	1,1
Tinggi	92	98,9
Total	93	100

Sumber : (Data Primer, 2021)

Dari tabel diatas menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki tingkat

adiksi sedang sebanyak 1 (1,1) responden, tingkat adiksi tinggi sebanyak 92 (98,9%) responden

Pembahasan

Game online merupakan sebuah tren hobi baru bagi kalangan usia. Pemain *game online* bisa menghabiskan waktu lama untuk bermain dan uang yang banyak yang dikeluarkan. Hobi adalah kegiatan rutin untuk kepentingan kesenangan, biasanya dilakukan selama seseorang luang waktu. *Game* itu sendiri tidak akan pernah habis dimakan waktu, selalu ada muncul teknologi untuk memperbaharui tren *game* itu baik jenis *game* maupun *update game*. Sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan di SMP Negeri 2 Randudongkal, remaja memilih *game online* sebagai salah satu hiburan.

Berdasarkan hasil penelitian pada siswa kelas VII dan VIII di SMP Negeri 2 Randudongkal didapatkan mayoritas usia remaja berusia 12-13 tahun sebanyak 45 responden (48,4%), usia 14-15 tahun sebanyak 48 responden (51,6%). Penelitian ini diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Yanti *et al.*, (2019) bahwa sebagian besar siswa yang mengalami adiksi *game online* di SMP Negeri 13 Kota Padang berusia 13 tahun dan 14 tahun (30,7%) dan paling banyak (36,4%) duduk di bangku kelas VII. Dan penelitian didukung oleh penelitian yang telah dilakukan oleh Lestari (2018) didapatkan sebagian besar siswa yang mengalami adiksi *game online* di SMP Sawunggaling Jombang berusia 14 tahun sebanyak 17 siswa (48,6%) duduk di bangku kelas VIII.

Sementara itu, dari hasil penelitian pada siswa kelas VII dan VIII di SMP Negeri 2 Randudongkal, diperoleh bahwa sebagian besar dari penelitian ini respondennya berjenis kelamin laki-laki sebanyak 81 responden (87,1%), perempuan sebanyak 12 responden (12,9%). Penelitian ini diperkuat oleh Tamara *et al.*, (2020) bahwa adiksi *game online* didominasi oleh jenis kelamin laki-laki, termasuk tingkat rendah sampai tinggi (42,8%) dibandingkan perempuan.

Berdasarkan hasil penelitian pada siswa kelas VII dan VIII di SMP Negeri 2 Randudongkal didapatkan bahwa

responden memiliki durasi bermain *game online* sedang sebanyak 38 responden (40,9%), durasi tinggi sebanyak 55 responden (59,1%). Permainan *game online* sekitar 50jam-60jam dalam sebulan.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Santoso (2020) pada siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Jatisrono melakukan penelitian kepada 5 responden. Responden pertama menghabiskan waktunya bermain *game online* selama 56jam/bulan dikategorikan adiksi tinggi, responden kedua menghabiskan waktunya bermain *game online* selama 168jam/bulan dikategorikan adiksi tinggi, responden ke tiga menghabiskan waktunya bermain *game online* selama 12 jam/bulan dikategorikan adiksi sedang, responden ke empat menghabiskan waktunya bermain *game online* selama 56jam/bulan dikategorikan adiksi tinggi, dan responden ke lima menghabiskan waktunya bermain *game online* selama 88jam/bulan dikategorikan adiksi tinggi.

Apabila dikaji lebih jauh, tingginya durasi bermain *game online* dipengaruhi oleh banyak faktor yaitu teman sebaya, stress baik sekolah maupun keluarga, maupun pribadi. (Umipa, 2021)

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KKBI) durasi adalah rentang waktu atau lamanya sesuatu berlangsung. Jadi, durasi lama bermain *game online* adalah lamanya seseorang bermain *game online*. *The Grapic, visualization & Usability Center, the Georgia institut of Technology* menggolongkan penggunaan *game online* menjadi tiga kategori dengan berdasarkan intensitas penggunaan yaitu kategori rendah (kurang dari 10 jam/bulan), kategori sedang (10-40 jam/bulan), dan kategori tinggi (>40 jam/bulan).

Menurut peneliti, kemajuan teknologi membuat *game online* semakin berkembang, dimana kita dapat bermain dan melawan orang dibelahan bumi lainnya. Dalam sebuah permainan, *game online* menyajikan tantangan yang dapat menimbulkan rasa penasaran bagi pemainnya, sehingga mereka saling berlomba untuk mendapatkan hasil yang tinggi. Hal ini tentu saja mengorbankan

banyak waktu, dikarenakan dalam setiap tahap permainan membutuhkan waktu yang tidak sebentar. Banyaknya tahapan yang perlu dilalui membuat para pemain *game* merasa penasaran dan pada akhirnya mereka mengalami adiksi atau kecanduan *game online*.

Adiksi atau kecanduan *game online* merupakan aktivitas bermain yang dilakukan secara berlebihan dan cenderung mengganggu kehidupan sehari-hari (Anggraini & Sugiyanto, 2021).

Diperoleh gambaran responden adiksi atau kecanduan *game online* siswa kelas VII dan VIII di SMP Negeri 2 Randudongkal didapatkan bahwa tingkat adiksi *game online* dengan ketegori sedang sebanyak 1 responden (1,1%), kategori tinggi sebanyak 92 responden (98,9%). Penelitian ini diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Lestari (2021) adiksi *game online* pada remaja Desa Pener Kecamatan Taman Kabupaten Pematang, hasil perhitungan tingkat adiksi *game online* pada kategori rendah sejumlah 5 remaja rentang skor 68-69%, kategori sedang sejumlah 5 remaja rentang skor 94-96%, kategori tinggi sejumlah 11 remaja rentang skor 107-110%.

Dari data yang terhimpun dapat dilihat remaja siswa kelas VII dan VIII di SMP Negeri 2 Randudongkal dengan adiksi kategori tinggi sebanyak 92 responden (98,9%), hal ini berindikasi bahwa adanya ketidakmampuan dalam menarik diri dari permainan *game online*, ketidakmampuan untuk menahan dorongan bermain *game online*, ketidakmampuan mengatur pemakaian waktu untuk bermain *game online* dan ketidakmampuan mengatur hubungan yang baik dengan orang lain serta kurang memperhatikan masalah kesehatan.

Menurut Chen & Chang (2008) dalam *Asian Journal of Health and Information Sciences*, menyebutkan bahwa sedikitnya ada empat buah aspek adiksi atau kecanduan *game online* yaitu *Compulsion* (dorongan untuk melakukan terus menerus), *Withdrawal* (penarikan diri), *Tolerance* (toleransi), *Interpersonal and Health-related problems* (masalah hubungan interpersonal dan kesehatan).

Siswa kelas VII dan VIII di SMP Negeri 2 Randudongkal pada studi pendahuluan bahwa setiap harinya bermain *game online* dengan menggunakan *earphone/headset*. Menurut Monding *et al.*, (2020) pada jurnalnya bahwa adanya penggunaan *earphone/headset* pada saat bermain *game online* dengan durasi yang lama dapat menyebabkan kebisingan dimana dampak dari kebisingan selain pada pendengaran dapat juga mempengaruhi bagian tubuh lain dan menimbulkan ketegangan otot, peningkatan tekanan darah, gangguan waktu tidur, peningkatan denyut jantung dan perubahan emosi.

Pelaksanaan penelitian ini sudah diusahakan semaksimal mungkin namun masih ada keterbatasan yang tidak dapat dihindari yaitu mendatangi responden dengan waktu terbatas karena adanya pandemi virus covid19.

SIMPULAN

Gambaran adiksi *game online* pada siswa kelas VII dan VIII di SMP negeri 2 Randudongkal berada pada tingkat adiksi tinggi dengan skor 98,9%. Gambaran remaja di SMP Negeri 2 Randudongkal menunjukkan mereka mempunyai durasi lama bermain *game online* sebagian besar kategori tinggi 55 (59,1%).

DAFTAR PUSTAKA

- Anhar, R. 2014. Hubungan Kecanduan Game Online Dengan Keterampilan Remaja di 4 Game Centre kecamatan Klojen kota Malang. Skripsi. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. [Accessed 22/03/20]
- Anggraini, Sugiyanto. 2021. Pemaknaan Bahasa Dalam Percakapan Permainan Game Online. 3(1),1-17, 2021 [Accessed 15/4/2021]
- APJII. 2020. Survei Pengguna Internet APJII 2019-QS 2020: Ada Kenaikan 25,5 Juta Pengguna Internet Baru di RI. Available From <https://apjii.or.id/content/read/104/503/buletin-apjii-edisi-74>
- Cahyana, E.E.Rohaeti., & M.M Suherman. 2020. Gambaran Siswa Sekolah Menengah Pertama Yang mengalami Kecanduan Game Online . 3 (2). [Accessed 2/10/20]
- Chen, C.Y. & Chang, S.L. 2008. An Exploration Of Tendency To Online Game Addiction Due To User's Liking Of Design Features. Asian Journal of Health and Information Sciences. Vol.3.No 1-4. Taiwan
- Lestari. 2021. Pengaruh Game Online Terhadap Perilaku Sosial Remaja SMK Didesa Pener Kecamatan Taman Kabupaten Pemalang Tahun 2021. Skripsi. Universitas Panca Sakti Tegal
- Lestari. 2018. Hubungan Kecanduan Game Online Dengan Perilaku Agresif Pada Remaja. Skripsi. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Jombang.
- Monding, A Kawatu, C Kalesaran. 2020. Hubungan Kecanduan Game Online Dengan Keluhan Neck Pain Pada Mahasiswa Fakultas Masyarakat Universitas Sam Ratulangi. *Jurnal KESMAS*, Vol.9, No 6[Accessed 27/3/2021].
- Santoso, P. 2020. Upaya Mereduksi Kecanduan Game Online Melalui Konseling Kelompok Berpendekatan Rational Emotive Behavior Therapy Pada Remaja Usia 13-18 Tahun Di Desa Karangasem Kecamatan Petarukan KabupatenP Pemalang. Skripsi. Universitas Pancasakti Tegal
- Umipa I G. 2021. Dampak Lama Bermain Game Online Dengan Tingkat Adiksi Pada Remaja. Skripsi. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Buleleng. [Accessed 16/09/21]
- Yanti, Marjohon, & Sartika, R. 2019. Tingkat Adiksi Game Online Siswa SMP N 3 Padang. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 19(3), doi.10.33087/iubj.v19/3.756. ISSN 14 11-8939 [Accessed 17/4/2021]
- Wijaya. 2020. Gambaran Adiksi Game Online Pada Remaja. *Jurnal Uni versitas Tarumanagara*, 2020. Available From: <https://repository.untar.ac.id> [Accessed 25/06/2021]
- WHO. 2019. World Health Organization International Classification of Diseases 11 tahun Revision (ICD-11).