

HUBUNGAN PERILAKU KECANDUAN GAME ONLINE DENGAN KECERDASAN EMOSIONAL REMAJA DI SMA SEJAHTERA 1 DEPOK

Tiara Setia Hastuti¹, Duma L. Tobing², Evin Novianti³

¹Fakultas Ilmu Kesehatan UPN Veteran Jakarta, tiarashas@gmail.com

²Fakultas Ilmu Kesehatan UPN Veteran Jakarta, duma.tobing@upnvj.ac.id

³Fakultas Ilmu Kesehatan UPN Veteran Jakarta, evinnovianti@upnvj.ac.id

ABSTRAK

Kecanduan game online adalah kecanduan yang disebabkan oleh teknologi internet yang menyebabkan remaja menghabiskan banyak waktu untuk bermain game dan tidak dapat mengendalikan diri untuk tidak bermain game yang mempengaruhi perkembangan emosi remaja. Kemampuan untuk mengendalikan emosi adalah penting pada masa remaja, jika mereka tidak mampu mengendalikan dan mengelola emosi. itu akan membuat kegagalan dalam mengendalikan perilaku. Karenanya remaja membutuhkan kecerdasan emosional. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecanduan game online dengan kecerdasan emosi pada beberapa remaja di SMA Sejahtera 1 Depok. Desain penelitian dianalisis secara kuantitatif dengan menggunakan teknik deskriptif analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel dengan simple random sampling sebanyak 193 remaja. Analisis univariat menggunakan uji distribusi rata-rata, proporsi, dan frekuensi. Analisis bivariat menggunakan uji *spearman*, dengan kesimpulan bahwa ada hubungan yang bermakna antara kecanduan game online dengan kecerdasan emosi remaja di SMA Sejahtera 1 Depok ($p\text{Value } 0,029 < 0,05$). Disarankan kepada sekolah untuk meningkatkan disiplin dan mendorong keterlibatan siswa dalam kegiatan ekstrakurikuler. .

Kata Kunci :Kecanduan game online; Kecerdasan Emosional; Remaja

ABSTRACT

Game online addiction is an addiction caused by internet technology that causes teenagers spend a lot of time to playing games and can't control themselves to not playing games that affect the development of teenager emotions. The ability to control emotions is important in adolescence, if they not able to control and manage emotions. it will make a failure in controlling behaviour. Adolescents need emotional intelligence. This study aims to determine the relationship between online game addiction with the emotional intelligence to some teens in SMA Sejahtera 1 Depok. The research design was analyzed quantitatively using analytical descriptive technique with cross sectional approach. Sampling technique with simple random sampling counted 193 adolescents. Univariate analysis uses average distribution, proportion and frequency test. Bivariate analysis using spearman test. From the results of spearman statistical test can be concluded that there is a meaningful relationship between online game addiction with teen emotional intelligence in SMA Sejahtera 1 Depok ($p\text{Value } 0.029 < 0.05$). It is suggested to school to improve discipline and encourage student involvement in extracurricular activities.

Keywords:Adolescents;emotional intelligence;game online addiction

Pendahuluan

Kecanduan *game online* atau *Internet gaming addiction* adalah kecanduan yang disebabkan oleh teknologi internet (Ulfa, M 2017). Kecanduan *game online* juga telah masuk kedalam gangguan mental yang dapat mempengaruhi otak dalam mengendalikan emosi dan agresif, sehingga mereka mudah marah dan sulit bersosialisasi. Kecanduan *game online* adalah gangguan perilaku dengan komponen seperti tingkah laku yang menonjol, individu menggunakan *game* untuk mengubah mood, toleransi. Indikator resiko kecanduan *game internet* adalah mengatasi stress, sebagai pelarian diri, kegembiraan dan tantangan (Kuss, DJ 2013).

Diagnosa Statistic Manual of Mental Disorder V (DSM V) (2013) mencatat bahwa *internet gaming disorder* masuk kedalam gangguan perilaku seperti kecanduan yang menyebabkan individu dapat duduk berjam-jam untuk bermain dan menolak untuk melakukan aktivitas lainnya. Waktu yang dihabiskan biasanya 8-10 jam sehari dan kurang lebih 30 jam per minggunya. Apabila mereka menahan diri muncul perilaku gelisah dan marah (Anggraini, FK 2015).

Prevalensi *internet gaming disorder* di Eropa dengan 12.938 remaja berusia 14-17 tahun teridentifikasi 1,6% memenuhi kriteria *internet gaming disorder*. Sebuah penelitian di Jerman dengan 11.003 remaja memiliki prevalensi *internet gaming disorder* 1,16 %. Sedangkan, penelitian di Slovenia memiliki tingkat prevalensi *Internet gaming disorder* 2,5% memenuhi kriteria bermain *game online* dalam waktu yang berlebihan, di Canada usia rata-rata pemain *game* adalah 18,5 tahun. Facebook/*Games* terbanyak dimainkan sekitar 19,4%. Alat bermain *game* yang paling banyak dimainkan adalah pada komputer sekitar 73,9%, diikuti dengan *console video games* 59,3% dan perangkat seluler 49,4%. Sebagian besar pemain *game* memiliki lebih dari satu perangkat untuk bermain *game* sekitar 71,3%. *Game* yang dimainkan terbanyak adalah *game online* dengan 52,8% dengan intensitas waktu 51,8 % bermain *game online* kurang dari 8 jam, 41 % bermain 8 hingga 20 jam, dan 7,3 % dimainkan 21 jam perminggu (Sandres, JL dkk 2017).

Penelitian yang dilakukan oleh Jap, T dkk (2013) didapatkan 1477 atau sekitar 45,3% dari mereka bermain *game online* paling tidak satu kali dalam sebulan dan tidak memutuskan untuk berhenti bermain *game online*. Sebanyak 907 SMP dan 570 SMA dengan jenis kelamin paling banyak laki-laki. Rata-rata bermain *game online* dalam seminggu adalah 2-3 hari/minggu sebanyak 37,40%, 4-7 hari/minggu 28,40. Rata-rata waktu bermain *game online* >1-2 jam sebanyak 21,7%, >2-3 jam 21,1%, dan >3-4 jam 11,7%. Dari penelitian diatas dapat disimpulkan jenis kelamin laki-laki lebih banyak menghabiskan waktu untuk bermain *game online* paling tidak satu kali dalam sebulan dan tidak memutuskan untuk berhenti bermain *game online*. Mereka bermain 2 samai 7 hari per minggu dengan intensitas waktu bermain lebih dari sama dgn 1 sampai 4 jam per hari.

Salah satu jenis *game online* yang paling banyak dimainkan adalah *Massively Multiplayer Online Role Player Game (MMORPG)* atau *game* mencari peran yang memungkinkan pemain mencapai tujuan yaitu kenaikan level, memperoleh status dan kekuatan permainan, persaingan dan tantangan. Penemuan dari penelitian ini menunjukan bahwa *MMORPG* adalah jenis *game online* yang lebih adiktif daripada jenis *game* lainnya (Kuss, DJ 2013). Dari penelitian jenis *game* yang paling banyak dimainkan adalah *game* dengan tujuan kenaikan level dengan persaingan dan tantangan.

Kecanduan *game internet* menimbulkan dampak negatif yaitu mengorbankan kehidupan nyata, hobi, tidur, pekerjaan, pendidikan, sosialisasi, obsesi dengan *game*, kurang perhatian, agresi, permusuhan, prestasi akademik yang buruk dan masalah dengan memori (Kuss, DJ 2013, hlm.127). Toleransi merujuk pada kebutuhan untuk menghabiskan waktu yang semakin banyak diinternet untuk mencapai tingkat kepuasan yang sama, begitu bermain *game* pecandu dapat menghabiskan waktunya untuk bermain 5 sampai 6 jam tiap kali bermain. *Withdrawal* merujuk pada perasaan marah, tegang, mudah tersinggung, dan atau depresi yang di alami pecandu ketika komputer tidak dapat di akses. Dampak negatif lainnya seperti mengasingkan diri dari keluarga, mengabaikan pekerjaan atau pribadi, prestasi rendah, berkurangnya kegiatan fisik, kelelahan,

dan kesehatan buruk (Young, KS & De Abreu, CN 2017). Kecanduan *game online* menyebabkan remaja banyak menghabiskan waktu untuk bermain *game* dan tidak dapat mengendalikan diri sehingga mempengaruhi perkembangan emosi remaja (Yuan, K dkk 2013).

Kemampuan dalam mengontrol emosi penting pada masa remaja, jika tidak mampu mengontrol dan mengelola emosi akan membuat kegagalan dalam mengendalikan perilaku (Mulyodiharjo 2010, hlm.87). Kecerdasan emosi bermanfaat untuk mengenali, memahami, mengatur, menggunakan emosi secara efektif dalam hidup sehingga dapat membedakan tindakan yang benar dan salah tidak berlebihan dalam kesenangan, mengatur suasana hati, dan kemampuan menyelesaikan konflik (Hamid, dkk 2012).

Metode Penelitian

Pada Penelitian ini menggunakan metode deskriptif analitik yaitu suatu metode yang menggambarkan keadaan secara objektif dan mencari hubungan antar variabel dengan pendekatan *cross sectional* pada siswa kelas XI SMA Sejahtera 1 Depok sebanyak 193 responden menggunakan *simple random sampling*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan kuesioner dengan uji analisis data menggunakan uji *spearman*.

Hasil dan Pembahasan

Tabel 1. Distribusi responden (n=193)

Variabel	Mean	SD	Min-Max	95% CI
Usia	16,48	0,578	15-18	16,39-16,56
Perilaku	28,05	7,258	16-52	27,02-29,08
Kecerdasan emosional	51,15	6,107	38-75	50,28-52,01

Hasil estimasi interval dapat disimpulkan bahwa 95% diyakini bahwa rata-rata perilaku kecanduan *game online* remaja kelas XI diantara 27,02 sampai dengan 29,08. Dapat disimpulkan bahwa

rata-rata perilaku kecanduan *game online* mengarah kekecanduan sedang yaitu kadang-kadang atau 3-4x dalam seminggu bermain *game online*. Dengan komponen kecanduan game online seperti kadang menganggap bahwa game online menjadi kegiatan terpenting didalam kehidupan dan mengabaikan kehidupan dasar seperti tidur, makan, kadang merasa gelisah apabila tidak bermain game online.

Tabel 2. Distribusi karakteristik responden (n = 193)

Karakteristik	Jumlah	%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	101	52,3
Perempuan	92	47,7
Lamanya Bermain		
≤2jam	91	47,2
3-6 jam	94	48,7
≥7jam	8	4,1
Riwayat Bermain Game Online		
≤12 bulan	87	45,1
>12 bulan	106	54,9
Jenis Permainan		
MMORPG	75	38,9
MMOBG	44	22,8
MMOFPS	43	22,3
MMORTS	31	16,1
Alasan Bermain		
Bosan	150	77,7
Pengaruh teman	36	18,7
Hubungan sosial kurang	6	3,1
Cemas	1	0,5

Hasil penelitian terlihat responden laki-laki lebih banyak bermain game online dibandingkan perempuan. Responden laki-laki lebih banyak menghabiskan waktunya untuk bermain *game online* untuk menghilangkan rasa bosan, sementara jenis kelamin perempuan lebih banyak menghabiskan waktunya untuk *chatting*, *social media*, *youtube* dan *browsing*.

Jenis permainan *game online* terbesar yang berperan sebagai responden adalah *Massively Multiplayer Online Role Playing Games* (MMORPG) atau game dengan memainkan peran khayalan. Hal ini dilakukan karena bosan dengan 150 responden (77.7%), sedangkan responden yang melihat teman bermain *game online* sebanyak 36 responden (18.7%), responden

dengan alasan hubungan sosial yang kurang baik sebanyak 6 responden (3.1%), dan responden dengan alasan cemas sebanyak 1 responden (0.5%).

Tabel 3. Analisa hubungan perilaku kecanduan game online dengan kecerdasan emosional remaja (n=193)

Variabel	Koefisien (r)	P value
Perilaku kecanduan game online dengan kecerdasan emosional remaja	-0.157	0.029

Secara statistik menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara perilaku kecanduan game online dengan kecerdasan emosional remaja di SMA Sejahtera 1 Depok. Nilai korelasi spearman didapatkan hasil sebesar -0,157 hasil ini menunjukkan adanya korelasi yang kuat. Terlihat hasil adanya pengaruh antara penggunaan game dengan kecerdasan emosi hal ini disebabkan karena interaksi antar siswa yang rendah sehingga siswa cenderung pasif (Andriyanto, 2016). Terdapat juga perbedaan antara kecerdasan emosi siswa yang bermain di lapangan dengan yang bermain game.

Semakin lama waktu bermain game online semakin membuat anak membatasi pergaulan sosialnya.

Kesimpulan

Faktor kejenuhan dan bosan akibat aktivitas yang monoton menjadi salah satu factor terbesar penyebab anak bermain game online. Tujuan utama dari bermain game adalah untuk memperoleh kesenangan setelah melakukan aktivitas tetapi tanpa disadari telah menjadi candu dan berusaha mencari kesenangan itu terus menerus. Semakin tinggi intensitas bermain game online maka akan semakin rendah kecerdasan emosinya.

Referensi

- Anggraini, FK., (2015). *Internet Gaming Disorder: Psikopatologi Budaya Modern*. Vol 23, Juni 2015, hlm.1 – 12.
- Andriyanto., (2016). *Pengaruh penggunaan game terhadap kecerdasan emosional siswa kelas VI SD Percobaan 2 Yogyakarta*.
- Arjadi, R., (2015). Adiksi Game Online pada Remaja dan Cara Bijak Menyikapinya, Kompas.com 11 februari 2015, diakses 4 maret 2018 <https://sains.kompas.com/read/2015/02/11/20000523/adiksi-game-online-pada-remaja-dan-cara-bijak-menyikapinya>
- Al-Munajjid, SM., (2016). *Bahaya Game*, Aqwam, Solo.
- Che, D, Jianping Hu, Shuangju Zhen, Chengfu Yu, Bin Li, Xi Chang, and Wei Zhang., (2017). *Dimensions of emotional intelligence and online gaming addiction in adolescence : the Indirect effects of two facets of perceived stres*, Vol 8, July 2017, hlm 1-8
- Choi, I, Na, E, Lee Taek Ho, Hyeseon lee, Mi Jung ho, Hyun Cho, Dong Jing Jung, Dai Jin Kim (2017). *The influence og fame genre on Internet gaming disorder*. June 2017, hlm 248-155
- Ding, W, Sun, JH, Sun YW, Zhou, Y, Li, L, Xu JR, Du, YS., (2013). *Altered Default Network Resting State Functional Connectivity in Adolescents with Internet Gaming Addiction*. Maret 2013, hlm. 1-8.
- Efendi., (2014). *Faktor Penyebab Bermain Game Online dan Dampak negatif bagi pelajar*. Juli 2014.
- Griffith, MD & Pontes., (2014). *Internet Addiction Disorder and Internet Gaming Disorder are Not the Same*. Desember 2014, hlm.1-3.

- Griffiths, MD, King, LD, Demetrovics, Z., (2014). *DSM 5 Internet Gaming Disorder: needs a unified approach to assessment, Neuropsychiatry*, hlm.1-4.
- Ghani, A, Rahman, A, Mohamad, RA., (2011). *EQ: Kecerdasan emosi 21 aktiviti merangsang kecerdasan emosi*, Zafar SdnBhd, Malaysia
- Hawi, S, Maya Samaha, Griffiths., (2018). Internet gaming disorder in Lebanon : relationships with age, sleep habits, and academic achievement. February 2018, hlm 70-78.
- Jap, T, Tiatri, S, Jaya, ES, Suteja, MS., (2013). *The Development of Indonesian Online Game Addiction Questionnaire*. Vol 4, April 2013, hlm. 1-5.
- Kholidiyah, U., (2013). *Hubungan antara intensitas bermain game online dengan kecerdasan emosi*.
- Kuss, DJ., (2013). *Internet gaming addiction: current perspectives*. 14 november 2013, hlm 125-137
- Kuss, DJ, Griffiths, MD, Pontes HM., (2017). *DSM 5 diagnosis of Internet Gaming Disorder : Some ways forward in overcoming issues and concerns in the gaming studies field*. May 2017, hlm. 133-141.
- Kumalasari, I & Andhyantoro, I., (2012). *Kesehatan Reproduksi Untuk Mahasiswa Kebidanan dan Keperawatan*, Salemba Medika, Jakarta.
- KumparanTECH., (2018). *Gara-Gara Video Game Remaja AS Tega tembak Sahabatnya Sendiri*, 19 Februari 2018, diakses 11 April 2018, <https://kumparan.com/@kumparantech/gara-gara-video-game-remaja-as-ini-tega-tembak-sahabatnya-sendiri>
- Masya, H & Candra, DA., (2016). *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Gangguan Kecanduan Game Online pada Peserta Didik Kelas X di Madrasah Aliyah Al Furqon Prabumulih Tahun Ajaran 2015/2016*, Mei 2016, hlm.153-169
- Opacic, G, Gvozden, TV, Filipovic, S., (2015). *The Mediating Role of Symptoms of Psychopathology Between Irrational Beliefs and Internet Gaming Addiction*. July 2015, hlm. 387-405.
- Rikkers, W, Lawrence D, Hafekost, J, Zubrick, SR., (2016). *Internet use and electronic gaming by children and emotional and behavioural problems in Australia – results from the second Child and Adolescent Survey of Mental Health and Wellbeing*, hlm. 1-16.
- Sachdeva, A & Verma, R., *Internet gaming addiction : A Technological hazard*. February 2017. Hlm 2-3.
- Suryanto, RN., (2015). Dampak Positif dan Dampak Negatif Permainan Game Online di Kalangan Pelajar, Oktober 2015, hlm 1-15
- Sandres, JL, William, RJ, Damgaard, M., (2017)., *Video Game Play and Internet Gaming Disorder Among Canadian Adults : A National Survey*, December 2017, hlm. 6-12.
- Tim Penulis Poltekkes Depkes Jakarta I., (2010). *Kesehatan Remaja Problem dan Solusinya*, Salemba Medika, Jakarta.
- Ulfa, M., (2017). Pengaruh kecanduan game online terhadap perilaku remaja di mabes game center jalan hr.subrantas kecamatan tampan pecan baru. Vol 4, Februari 2017, hlm.1-13.
- Young, KS & De Abreu, CN., (2017). *Kecanduan Internet : Panduan Konseling dan Petunjuk untuk Evaluasi dan Penanganan*, Pustaka pelajar, Yogyakarta.