

## TINGKAT KECANDUAN GAME ONLINE PADA REMAJA

**Irpan Ali Rahman<sup>1</sup>, Dini Ariani<sup>2</sup>, Nurul Ulfah<sup>3</sup>**  
<sup>1,2,3</sup> Prodi Ners, STIKes Muhammadiyah Ciamis  
email: [van.vinnot@gmail.com](mailto:van.vinnot@gmail.com)

### ABSTRAK

*Online games are games that are connected to the internet, one of which is very much in demand from various groups from children, and teenagers, to adults. It has been unfortunate in this case not everyone can control it well so that it can lead to addiction. Teenagers in their teens almost every day play online games with an estimated 10.7 million people or about 10% of the total users aged 12-24 years based on the survey results, Indonesia ranks eighth in the world and the majority of online game users are young teens. This study aims to identify the level of addiction to playing online games in adolescents in Neglasari Village. The research method used is descriptive quantitative with a cross-sectional approach. The population in this study was 6,236 people. samples were taken using the purposive sampling technique. The results showed that the level of online game addiction in the Neglasari village youth was in the medium category. This study concludes that the description of the level of online game addiction in adolescents in the Neglasari village with the longest duration is categorized with the duration of the category of moderate addiction level.*

**Keywords :** *Online Games, Addiction, Teen*

### 1. PENDAHULUAN

*Game online* adalah sebuah permainan yang dioperasikan dengan menggunakan koneksi internet. *Game online* secara umum adalah sebuah video *game* yang hanya bisa dioperasikan bila ada koneksi internet. Menurut (PUEBI) atau pedoman ejaan bahasa Indonesia bahwa *game online* terdiri dari dua kata, *game* dan *online*, *game* merupakan seperangkat sistem yang biasa digunakan untuk bermain sedangkan *online* berarti sistemnya yang terhubung ke internet (Darihastining et al., 2019).

Prevalensi perilaku bermain *game online* yang dilakukan oleh beberapa peneliti seperti yang dilakukan Yee di USA, Canada, menyatakan bahwa 3.166 orang bermain *game online* dan 50% merupakan pecandu *game online*. Penelitian Grusser, Thalmann dan Griffiths di Jerman, menyatakan 7.069 pemain *game online* dengan usia rata-rata 21,1 tahun dan 11,9 % memiliki kriteria pecandu *game online*. Kemudian, penelitian Gentile, et. Al. di Singapore, menyatakan

dari 3,034 pelajar yang bermain *game online* didapatkan 7,6 – 9,9% pecandu *game online*. Serta penelitian dari Demetrovics, et. Al. di Hongaria, menyatakan 3.415 pemain *game online* rata-rata berusia 21 tahun didapatkan 3,4% pecandu berat dan 15,2% pecandu menengah (Ratnawati & Putra, 2020).

Kecanduan *game online* adalah salah satu jenis kecanduan pada teknologi internet sebagai penyebabnya atau yang dikenal dengan internet *addiction disorder*. Internet dapat menyebabkan kecanduan, salah satunya adalah *smartphone game addiction* (berlebihan dalam bermain *game*) (Ulfa, 2017).

Kecanduan *game online* memiliki tiga tingkatan yaitu (1) Kecanduan ringan, durasi bermain >30 menit perhari, sering bermain *game online* dengan pola hidup tidak teratur dan malas dalam melakukan segala hal apapun; (2) Kecanduan sedang, durasi atau lama bermain mendekati tiga atau empat jam sehari, sulit berkonsentrasi, mengantuk, serta mudah emosional dalam berbagai hal; (3)

Kecanduan berat, *game* dijadikan sebagai fokus utamanya, durasi bermain sampai lima jam hingga tidak berinteraksi dengan orang lain atau terputusnya sosial dengan masyarakat, serta pada tahap ini seseorang selalu mengeluarkan uang hanya untuk bermain *game online* (Pratama et al., 2020).

Resiko yang dapat ditimbulkan oleh perilaku bermain *game online* yang berlebihan (*Addictive Behaviours: Gaming Disorder*, n.d.) menyatakan bahwa perilaku hal tersebut menyebabkan kecanduan bermain *game online* telah masuk ke dalam daftar penyakit mental yang disebut gaming disorder yang sudah dilaporkan ke dalam daftar international classification of diseases edisi 11 (ICD-11). Diagnosa gaming disorder mulai diterapkan di berbagai negara untuk menentukan seorang pemain *game online* tersebut termasuk pecandu atau bukan pecandu (Ratnawati & Putra, 2020).

Dampak yang akan muncul akibat dari kecanduan *game online* tersebut meliputi lima aspek, yaitu aspek kesehatan, aspek akademik, aspek sosial, aspek keuangan, aspek psikologis. Dari kecanduan terhadap *game online* dapat ditandai oleh sejauh mana seseorang dalam bermain *game online* tersebut hingga dapat berpengaruh negatif. Pada penggunaanya *game online* memberikan pengaruh besar serta cenderung mengalami kecanduan terhadap permainan yang disukainya dengan ditandai durasi bermain > 4-5 jam perhari, meskipun tidak bermain *game online* tetapi selalu memikirkan *game* tersebut serta selalu mengutamakan *game* dibandingkan aktivitas lainnya (Novrialdy, 2019)

Dampak buruk yang timbul oleh kecanduan bermain *game online* disebabkan oleh intensitas serta durasi bermain *game online* yang tidak terkontrol. Durasi bermain *game online* yang mencapai hingga 3 jam atau lebih tersebut dapat menyebabkan dampak negatif salah satunya kecanduan atau menjadi pecandu *game online*. Kecanduan bermain *game online* bukan hanya ketagihan, namun dapat menimbulkan

dampak buruk lainnya seperti mengasingkan diri dari keluarga, prestasi rendah, berkurangnya kegiatan fisik, kelelahan, serta menurunnya pada kesehatan (Ratnawati & Putra, 2020)

Remaja adalah masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa yang mengalami perkembangan pada semua aspek, pada intensitas remaja yang bermain *game online* meningkat teridentifikasi faktor resiko internal dan juga eksternal. Faktor eksternal merupakan pengaruh dari luar seperti lingkungan teman bermain, serta dinamika keluarga antara lain dalam pola asuh, pendidikan, pengawasan orang tua, komunikasi remaja, interaksi sosial. Sedangkan faktor internal yang timbul dari dirinya tersebut seperti rasa ingin tahu, kontrol diri, harga diri serta tipe kepribadian seseorang (Yusuf et al., 2020).

Pada remaja dengan usia belasan tahun menemukan hampir setiap harinya bermain *game online* dengan diperkirakan 10,7 juta orang atau sekitar 10% dari total pengguna dari usia 12-24 tahun berdasarkan hasil survei tersebut Indonesia menempati urutan ke delapan di dunia serta mayoritas dari pengguna *game online* tersebut adalah penduduk yang berusia muda remaja. Dalam hal ini dapat pengaruh dari kecanduan *game online* terhadap perkembangan aspek pendidikan, aspek sosial dan kesehatan (Kusumawati et al., 2017).

Kecanduan bermain *Game online* disebabkan oleh intensitas atau durasi bermain *game online* yang tidak terkontrol. Durasi bermain *game online* yang mencapai 3 jam atau lebih tersebut dapat menyebabkan dampak negatif salah satunya kecanduan atau menjadi pecandu *game online*. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi tingkat kecanduan bermain *game online* pada remaja. Berdasarkan uraian diatas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Bagaimana gambaran tingkat kecanduan *game online* pada remaja di Kelurahan Neglasari”.

## 2. METODE PENELITIAN

Rancangan yang digunakan dalam penelitian adalah deskriptif kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Yaitu suatu penelitian yang menyangkut bagaimana faktor-faktor resiko dengan efek serta dengan suatu pendekatan, observasi atau pengumpulan data sekaligus pada suatu saat (Notoadmojo, 2010). Populasi dalam penelitian ini adalah remaja di Kelurahan Neglasari Limbangan Garut sebanyak 6.236 orang. tetapi peneliti hanya mengambil 84 orang sebagai sampel. Pengambilan data dilakukan mengisi kuesioner dengan menyebar *google form* yang diberikan kepada responden. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Januari sampai Maret 2021. Variabel yang digunakan dalam

penelitian ini hanya satu variabel. variabel independen (variabel bebas) yaitu tingkat kecanduan *game online*, Responden diberikan pertanyaan mengenai durasi bermain *game online*, Pada kuesioner durasi bermain game online jawaban 30 menit/hari dikategorikan sebagai tingkat kecanduan ringan, jawaban 3-4 jam/hari dikategorikan sebagai tingkat kecanduan sedang dan jawaban 5 jam/hari dikategorikan sebagai tingkat kecanduan berat.

## 3. HASIL

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Remaja Yang Bermain Game Online Berdasarkan Usia**

Usia	Frequency	Percent
12-14	19	22,6
15-17	16	19,0
18-21	49	58,3
Total	84	100,0

Tabel 1 Menunjukkan hasil bahwa usia remaja yang paling banyak bermain game online yaitu dari usia 18-21 tahun dengan mayoritas berada pada fase remaja akhir dengan persentase (58,3%).

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Remaja Yang Bermain Game Online Berdasarkan Jenis Kelamin**

Jenis Kelamin	Frequency	Percent
Laki-laki	60	71,4
Perempuan	20	28,6
Total	84	100,0

Tabel 2 menunjukkan bahwa remaja laki-laki Kelurahan Neglasari mendominasi pengguna game online terbanyak di *smartphonenya* masing-masing yaitu 60 remaja laki-laki (71,4%) dibandingkan dengan remaja perempuan.

**Tabel 3. Distribusi Frekuensi Gambaran Tingkat Kecanduan Game Online Pada Remaja Di Kelurahan Neglasari**

Durasi	Frequency	Percent
Ringan ( 30 menit )	23	27,4
Sedang ( 3 -4 jam )	33	39,3
Berat ( 5 jam )	28	33,3
Total	84	100,0

Tabel 3 menunjukkan bahwa mayoritas tingkat kecanduan bermain *game online* pada remaja Kelurahan Neglasari yaitu dalam kategori sedang 3-4 jam/hari yaitu sebanyak 33 responden (39,3%).

#### 4. PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian Tingkat Kecanduan Game Online Pada Remaja yang bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat kecanduan *game online* dalam kategori ringan yaitu didapatkan hasil dari 84 responden remaja yang mengalami tingkat kecanduan ringan sebanyak 23 orang (27,4%), sedangkan untuk kategori sedang sebanyak 33 orang (39,3%) dan untuk kategori berat sebanyak 28 orang (33,3%). Hal tersebut menunjukkan bahwa mayoritas tingkat kecanduan bermain *game online* pada remaja Kelurahan Neglasari yaitu dalam kategori sedang 3-4 jam/hari yaitu sebanyak 33 responden (39,3%).

Seseorang dikatakan kecanduan ringan apabila sering bermain *game online* dengan durasi 30 menit/hari dan dilakukan setiap hari serta dilihat dari pola hidup yang mulai tidak teratur, malas dalam melakukan segala sesuatu (Pratama et al., 2019).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Pratama et al., (2019) tentang gambaran tingkat kecanduan *game online* dengan kategori ringan hanya sebanyak 34 responden dari sampel 130, sedangkan dalam penelitian ini dalam kategori ringan dari 84 responden didapatkan hasil 23 responden yang termasuk dalam kategori ringan.

Tingkat kecanduan *game online* dalam kategori sedang yaitu didapatkan hasil dari 84 responden remaja yang mengalami

tingkat kecanduan sedang sebanyak 33 orang (39,3%). Menurut peneliti banyaknya responden pada kategori tingkat kecanduan sedang hal ini karena responden mulai tertarik pada *game* yang telah dimainkan sehingga durasi yang digunakan pada saat bermain *game* lebih lama. Dikatakan tingkat kecanduan sedang apabila seseorang bermain *game online* dengan menghabiskan durasi 3-4 jam/hari serta merasa antusias jika ditanya tentang *game online* sehingga sulit untuk berkonsentrasi, sering mengantuk dan mudah emosional dalam berbagai hal (Pratama et al., 2019).

Hasil penelitian yang dilakukan Rahman & Ernawati, (2018) menyatakan mayoritas dari responden memiliki tingkat kecanduan yang sedang sebanyak 35 responden dari jumlah sampel 77 responden sedangkan dalam penelitian ini dalam kategori tingkat kecanduan sedang sebanyak 33 responden dari 84 responden.

Tingkat kecanduan berat sebanyak 28 orang 33,3 %.

Menurut peneliti hal ini dikarenakan responden pada tingkat kecanduan berat mereka ingin lebih menaikan atau sudah terobsesi pada *game* untuk mempertahankan level yang sudah tercapai dalam bermain *game online* hingga melupakan kepentingan lain serta banyak menghabiskan waktunya untuk *game online* saja.

Dikatakan tingkat kecanduan berat apabila seseorang bermain *game online*

dengan durasi 5 jam/hari dan timbulnya sifat ingin menirukan karakter dalam *game* sehingga menyebabkan terputusnya sosial di masyarakat pada tingkat ini seseorang sudah mengeluarkan uang banyak hanya untuk bermain *game online*, waktu tidur yang kurang sehat, pola makan tidak teratur dan juga merusak kondisi kesehatan (Pratama et al., 2019).

Hasil penelitian yang dilakukan Satria, (2019) Menyatakan tingkat kecanduan kategori berat didapatkan 27 responden dari jumlah sampel 67 sedangkan dalam penelitian ini dalam kategori berat didapatkan 28 dari 84.

## 5. SIMPULAN

Kesimpulan Hasil penelitian mengenai gambaran tingkat kecanduan game online pada remaja di Kelurahan Neglasari menunjukkan dalam kategori tingkat kecanduan sedang.

## 6. REFERENSI

- Addictive behaviours: Gaming disorder.* (n.d.). Retrieved June 29, 2022, from <https://www.who.int/news-room/questions-and-answers/item/addictive-behaviours-gaming-disorder>
- Darihastining, S., Sholihah, I., Nur, F., Putri, A., & Hidayah, A. W. (2019). *Online Game As A Media To Improve Student's Speaking Skill.* 3(2), 156–168.
- Kusumawati, R., Aviani, Y. I., & Molina, Y. (2017). *Perbedaan Tingkat Kecanduan (Adiksi) Game Online Pada Remaja Ditinjau Dari Gaya Pengasuhan.* 8(1), 88–99.
- Notoadmojo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan.* In *Jakarta: Rineka Cipta.*
- Novrialdy, E. (2019). *Kecanduan Game Online pada Remaja: Dampak dan Pencegahannya.* *Buletin Psikologi,* 27(2), 148.
- <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.47402>
- Pratama, R. A., Widiyanti, E., & Hendrawati. (2019). *Gambaran Tingkat Kecanduan Game Online Pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Pajajaran Psdku Garut.* 6(3), 1–19.
- Pratama, R. A., Widiyanti, E., & Hendrawati. (2020). *Tingkat Kecanduan Game Online Pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan.* 3(2), 110–118.
- Rahman, A. Z., & Ernawati, R. (2018). *Gambaran Tingkat Kecanduan Remaja Dengan Game Online di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.* 2(13), 2.
- Ratnawati, D., & Putra, H. R. (2020). *Hubungan Perilaku Bermain Game online Dengan Carpal Tunnel Syndrome.* 2(1), 1–12.
- Satria, B. (2019). *Gambaran Tingkat Kecanduan Game Online Pada Siswa Kelas xii di SMA Negeri Banda Aceh.* IV(1), 20–24.
- Ulfa, M. (2017). *Pengaruh Kecanduan Game Online Terhadap Perilaku Remaja Di Mabdes Game Center Jalan Hr.Subrantas Kecamatan Tampan Pekanbaru.* 4(1), 1–13.
- Yusuf, A., Krisnana, I., & Ibrahim, A. (2020). ( *Jurnal Keperawatan Jiwa* ) *Hubungan Kecanduan Game Online Dengan Komunikasi Interpersonal Dan Interaksi Sosial Remaja.* 1(2), 71–77.
- Addictive behaviours: Gaming disorder.* (n.d.). Retrieved June 29, 2022, from <https://www.who.int/news-room/questions-and-answers/item/addictive-behaviours-gaming-disorder>
- Darihastining, S., Sholihah, I., Nur, F., Putri, A., & Hidayah, A. W. (2019). *Online Game As A Media To Improve Student's Speaking Skill.* 3(2), 156–168.
- Kusumawati, R., Aviani, Y. I., & Molina, Y. (2017). *Perbedaan Tingkat Kecanduan (Adiksi) Game Online Pada Remaja*

- Ditinjau Dari Gaya Pengasuhan.* 8(1), 88–99.
- Notoadmojo, S. (2010). Metodologi Penelitian Kesehatan. In *Jakarta: Rineka Cipta.*
- Novrialdy, E. (2019). Kecanduan Game Online pada Remaja: Dampak dan Pencegahannya. *Buletin Psikologi*, 27(2), 148. <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.47402>
- Pratama, R. A., Widiанти, E., & Hendrawati. (2019). *Gambaran Tingkat Kecanduan Game Online Pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Pajajaran Psdku Garut.* 6(3), 1–19.
- Pratama, R. A., Widiанти, E., & Hendrawati. (2020). *Tingkat Kecanduan Game Online Pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan.* 3(2), 110–118.
- Rahman, A. Z., & Ernawati, R. (2018). *Gambaran Tingkat Kecanduan Remaja Dengan Game Online di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.* 2(13), 2.
- Ratnawati, D., & Putra, H. R. (2020). *Hubungan Perilaku Bermain Game online Dengan Carpal Tunnel Syndrome.* 2(1), 1–12.
- Satria, B. (2019). *Gambaran Tingkat Kecanduan Game Online Pada Siswa Kelas xii di SMA Negri Banda Aceh.* IV(1), 20–24.
- Ulfa, M. (2017). *Pengaruh Kecanduan Game Online Terhadap Perilaku Remaja Di Mabdes Game Center Jalan Hr.Subrantas Kecamatan Tampan Pekanbaru.* 4(1), 1–13.
- Yusuf, A., Krisnana, I., & Ibrahim, A. (2020). ( *Jurnal Keperawatan Jiwa* ) *Hubungan Kecanduan Game Online Dengan Komunikasi Interpersonal Dan Interaksi Sosial Remaja.* 1(2), 71–77.