



INCREASED STRESS IN YOUTH DUE TO ADDICTION PLAY ONLINE GAMES IN 2022

Amos Lellu¹, Tonsisius Jehaman²

^{1,2}Prodi S1 Keperawatan STIKES Bhakti Pertiwi Luwu Raya Palopo*

*E-mail: amospusing@rocketmail.com, tonsijehaman@gmail.com

ABSTRAK

Game online adalah suatu jenis permainan yang menggunakan perangkat berupa elektronik seperti computer, laptop, tablet, dan smartphone atau perangkat khusus yang bisa digunakan untuk bermain game. Stres suatu kondisi diartikan sebagai kondisi individu merasa tertekan karena untuk mengatasi beban yang dialami tidak memiliki kemampuan yang berbeda untuk berbagai kondisi dan setiap orang. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara kecanduan bermain game online dengan tingkat stres pada remaja di SMP Negeri 2 kota palopo tahun 2022, jumlah sampel yang diteliti berjumlah 31 responden. Metode yang digunakan adalah desain pendekatan cros sectional , yang bertujuan mengetahui hubungan antara variable dimana variable independen dan dependen di identifikasi pada satu waktu. Teknik pengumpulan data menggunakan kusioner analisa data menggunakan Uji Chi square dengan tingkat kemaknaan $\alpha = (0,05)$. Hasil analisa responden dengan Uji Chi square ditemukan bahwa ada hubungan kecanduan bermain game online dengan tingkat stres pada remaja di SMP Negeri 2 kota palopo tahun 2022 $p = (0,01)$. Disarankan kepada keluarga khususnya orang tua agar dapat memperhatikan dan mengontrol anaknya dalam bermain game online secara berlebihan agar tidak jatuh dalam kecanduan bermain game online yang dapat mempengaruhi Kesehatan fisik dan psikologisnya.

Kata kunci: Kecanduan, Game, Stres, Remaja

ABSTRACT

Online game is a type of game that uses electronic devices such as laptops, tablets, and smartphones or special devices that can be used to play games. Stress is a condition that is defined as condition where individuals feel depressed because to cope with the burden they experience, the do not have different abilities for various conditions and for each person. The study aims to analyze the relationship between addiction to playing online games with stress playing online games with stress level in adolescents at SMP Negeri 2 Palopo City in 2022, the number of samples studied was 31 respondents. The method used was a cross sectional approach which aims to determine the relationship between variable independent and dependent are identified at one time. Data collection techniques using a questionnaire, data analysis using chi square test with a significance level = (0,05). The result of the analysis of respondents with the chi square test found that there is a relationship between addiction to playing online games with stress levels in adolescents at SMP Negeri 2 Palopo City in 2022 $p = (0,01)$ Is recommended to families, especially parents to play attention and control the children in playing online games excessively so they don't fall into addiction to playing online games which can affect their physical and psychological health

Keywords : Addiction, Game, Stress, Teen

© 2022 Jurnal Kesehatan Luwu Raya

Correspondence Address:

LP2M STIKes Bhakti Pertiwi Luwu Raya, Kota Palopo Indonesia

Email: lp2mstikesluwuraya@gmail.com

DOI: -

p-ISSN : 2356-198X

e-ISSN : 2747-2655

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi dan informasi pada saat ini yang semakin pesat memberikan manfaat dan kemudahan bagi masyarakat di era modern ini. Salah satunya perkembangan teknologi yang semakin pesat adalah penggunaan internet yang saat ini sudah sangat mudah untuk diakses dari berbagai macam dan tempat. Perkembangan internet ini memberikan kemudahan kepada penggunanya untuk memperoleh informasi baik dalam negeri maupun luar negeri. Internet salah satu sarana telah menjadi utama pemenuhan kebutuhan hidup manusia, menurut peneliti (Fradly Robert Mais 2018)

Internet merupakan teknologi yang berkembang pesat dan telah menjadi suatu kebutuhan sehari-hari. Berdasarkan data dari internet world stats, lebih dari 4,2 miliar pengguna internet dengan rata-rata 55,1% penduduk diseluruh dunia dan 53,7% penduduk Indonesia menggunakan internet. Sekitar 50,9% pengguna internet adalah remaja dengan aktivitas online yang paling diminati, sekitar 73,42% adalah bermain game online. Berdasarkan data dari pew internet and American Life Project tahun 2018, menyukai bermain game online sebanyak 78% menyukai bermain game online dengan rata-rata usia 12 hingga 17 tahun. Berdasarkan data pusat pengamatan Pew Research Center tahun 2017 di Amerika didapatkan 72% laki-laki lebih menyukai bermain game online dibanding perempuan yang hanya 49%. Aktivitas bermain game online dapat melatih ketelitian, meningkatkan kemampuan berpikir, dan sebagai media untuk meningkatkan kemampuan keadaan suasana hati, namun game online juga dapat menyebabkan seseorang mengalami kecanduan.

Kecanduan game online telah tercantum dalam International Classification Of Disease edisi ke-11 (ICD-11) sebagai gaming disorder oleh WHO tahun 2018. Berdasarkan beberapa penelitian, negara yang mengalami kecanduan game online tertinggi adalah Korea Selatan

(13,8%), di ikuti Lebanon (9,2%), dan spanyol (6,7%).

Di Indonesia, terdapat 54,4% Remaja usia 15-18 tahun yang mengalami kecanduan game online yaitu 77,5% remaja putra dan 22,5% remaja putri yang menggunakan waktu bermain game online 2-10 jam per minggu

SMP NEGERI 2 Kota Palopo, adalah satu satuan pendidikan dengan jenjang SMP di Tomarundung, Kec. Wara Barat, Kota Palopo, Sulawesi Selatan. Dari rekapitulasi jumlah siswa berdasarkan jenis kelamin dan agama SMP NEGERI 2 Palopo. Tahun pembelajaran 2021/2022. Di Kelas VII A, VII B, VII C, VII D, VII E, VII F, VII G, VII H, laki-laki berjumlah 116 orang dan perempuan berjumlah 114, jadi jumlah 230 orang. Yang beragama islam laki-laki 89 orang dan perempuan beragama Kristen 83 orang. Yang beragama kristen laki-laki 22 orang dan perempuan beragama Kristen 24 orang, laki-laki beragama katolik 2 orang dan perempuan 1 orang, perempuan beragama advent 1 orang. Di kelas VIII A, VIIIB, VIII C, VIII D, VIII E, VII F, VII G, VII H, laki-laki berjumlah 138 orang dan perempuan berjumlah 109 orang, jadi jumlah 247 orang. Yang beragama islam laki-laki 95 orang dan perempuan beragama islam 73 orang, laki-laki yang beragama Kristen 37 orang dan perempuan beragama Kristen 35 orang, laki-laki beragama katolik 2 orang, laki-laki beragama hindu 1 dan perempuan beragama hindu 2 orang, laki-laki yang beragama advent 1 orang. Di kelas IX A, IX B, IX C, IX D, IX E, IX F, IX G, IX H, laki-laki berjumlah 124 orang dan perempuan berjumlah 122 orang, jadi jumlah 246 orang, laki-laki beragama islam 85 orang dan perempuan berjumlah 80 orang, laki-laki beragama kristen 38 orang dan perempuan beragama kristen berjumlah 37 orang, laki-laki beragama katolik 3 orang dan perempuan beragama katolik berjumlah 3 orang.

Berdasarkan fenomena di SMP Negeri 2 kota palopo kebanyakan remaja di SMP Negeri 2 kota palopo yang bermain game online secara berkelompok dan mereka biasa menggunakan jam waktu sekolah untuk

bermain game online sehingga waktu belajar mereka kurang Remaja ingin menghilangkan stres yang dialami dan menganggap bahwa game online adalah solusi yang baik dalam menghadapi kebosanan rutinitas sehari-hari, ada juga remaja yang lama-lama bermain game online karena melarikan diri dari tanggung jawab masalah yang tidak mampu dipecahkan.

BAHAN DAN METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah rancangan studi analitik dengan desain penelitian cross sectional (potong lintang) yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antar variabel dimana variabel independen dan dependen di identifikasi pada satu waktu. Metode penelitian ini disebut metode kuantitatif karena data penelitian berupa angka-angka dan analisis menggunakan statistic (Dharma, 2011). Dalam hal ini untuk mengetahui adanya hubungan kecanduan game online dengan tingkat stres pada remaja

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 2 Kota Palopo pada tanggal 8 Juni sampai 8 Juli 2022. Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Sugiyono, 2010). Sampel dalam penelitian ini adalah responden yang diambil berdasarkan kriteria inklusi dari populasi yang telah mendatangi informed consent. Jumlah sampel yang akan diteliti berjumlah 31 responden.

HASIL PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan di SMP NEGERI 2 KOTA PALOPO Pada tanggal 08 Bulan Juni sampai dengan 08 Juli Tahun 2022. Hasil penelitian ini dilakukan dengan menyebarkan kuesioner kepada responden tentang Hubungan Kecanduan Bermain Game Online Dengan Tingkat Stres Pada Remaja Di SMP Negeri 2 Kota Palopo Tahun 2022.

Setelah data terkumpul selanjutnya dilakukan tabulasi data. Kemudian data dianalisa secara univariat dan bivariate. Analisis univariat menghasilkan persentase dari tiap variabel yang diteliti sedangkan Analisis

bivariat untuk mengetahui hubungan variabel Independen dan variabel dependen dengan menggunakan uji statistic Chi-Square dengan tingkat kemaknaan $\alpha = 0,05$

1. Karakteristik Responden

a) Umur

Tabel 1 Distribusi Responden Berdasarkan Usia Di SMP Negeri 2 Kota Palopo tahun 2022		
Usia	F	%
12 - 13 tahun	5	16,1
14 - 15 tahun	26	83,1
Total	31	100

Sumber: Data Primer

Pada Tabel 1 di atas menunjukkan bahwa 31 responden Di Kelas 8h SMP Negeri 2 Kota Palopo yang berusia 12 -13 tahun sebanyak 5 Responden (16%), responden berusia 14 -15 tahun sebanyak 26 Responden (83%).

2. Variabel Yang Di Teliti

a. Analisa Univariat

- Variabel Kecanduan Bermain Game Onlien di SMP Negeri 2 Kota Palopo

Tabel 2 Distribusi Responden Berdasarkan Kecanduan Bermain Game Online Di SMP Negeri 2 Kota Palopo Di Kelas 8 h		
Kecanduan bermain	F	%
Game online		
Kecanduan		
24	77,4	
Tidak kecanduan		
7	22,6	
Total		
31	100	

Sumber: Data primer

Pada table 2 di atas menunjukkan bahwa dari 31 responden yang diteliti terdapat kecanduan bermain game online 24 responden (77,4%) dan terdapat tidak kecanduan bermain game online 7 responden (22,6%).

- 2) Variabel Stres pada Remaja di SMP Negeri 2 Kota Palopo

Tabel 3
Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Stres Di SMP Negeri 2 Kota Palopo Di Kelas 8h

Tingkat stres		%
F		
	Stres berat	
18	58,1	
	Stres ringan	
13	41,9	
	Total	
31	100	

Sumber: Data primer

Pada table 4.4 di atas menunjukkan bahwa dari 31 responden yang diteliti terdapat responden stres berat sebanyak 18 responden (58,1%) dan stres ringan sebanyak 13 responden (22,6%).

- 3) Hubungan Kecanduan Bermain Game Online Dengan Tingkat Stres Pada Remaja Di SMP Negeri 2 Kota Palopo Tahun 2022

Tabel 4
Hubungan Kecanduan Bermain Online Dengan Tingkat Stres Pada Remaja Di SMP Negeri 2 Kota Palopo Tahun 2022

Kecanduan Bermain Game Online	Tingkat stres						P Value 0,01
	Stres Berat		Stres Ringan		Total		
n	N	%	N	%	N	%	
Kecanduan	18	58,1	6	19,4	24	77	
n			4			,4	
Tidak Kecanduan	0	0,0	7	22,6	7	22,6	
Total	18	58,1	13	42	31	100	

Sumber: Data primer

Berdasarkan table 4 di atas menunjukkan dari 31 responden, hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat 6 responden (19,4%) memiliki tingkat stres ringan dan 18 responden (58,1) mengalami tingkat stres berat. Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat 24 responden (77,4) yang mengalami kecanduan bermain game online, dan terdapat 7 responden (22,6%) yang tidak kecanduan bermain

game online. Berdasarkan hasil analisis Fisher's Exact Test menunjukkan $p = 0,01 < \alpha = 0,05$ yang berarti H_a diterima dan H_0 ditolak yaitu ada hubungan yang signifikan antara Hubungan Kecanduan Bermain Game Online Dengan Tingkat Stres Pada Remaja.

PEMBAHASAN

Pada bagian pembahasan akan dibahas mengenai hasil penelitian yang telah dilaksanakan yaitu hubungan kecanduan bermain game online dengan tingkat stres pada remaja yang di uji dengan menggunakan uji Chi-square test, dimana akan di analisis sesuai dengan konsep teori yang telah dibahas pada bab II.

Dari hasil penelitian kecanduan bermain game online pada remaja menunjukkan bahwa responden memiliki kecanduan dengan tingkat stres ringan sebanyak 13 responden (42%)

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 31 responden yang diteliti, responden yang memiliki kecanduan bermain game online sebanyak 24 (77,4%) responden, dimana responden yang tidak kecanduan bermain game online berjumlah 7 (26,6%) responden. Berdasarkan hasil analisis Fisher's Exact Test menunjukkan $p = 0,01 < \alpha = 0,05$ yang berarti H_a diterima dan H_0 ditolak yaitu ada hubungan yang signifikan antara Hubungan Kecanduan Bermain Game Online Dengan Tingkat Stres Pada Remaja.

Hasil penelitian ini sesuai hasil penelitian dengan oleh Mulyani (2017), stres dengan kecanduan video game terdapat hasil signifikan ($p = 0,01$ $p < 0,05$ dimana beliau menyatakan semakin tinggi perilaku bermain video game sehingga semakin tinggi juga kecanduan bermain game online yang dimiliki subjek. Namun arah korelasi hubungan tingkat stres dengan kecanduan bermain game online adalah negatif artinya tingkat stres yang tinggi mengakibatkan kecanduan bermain game online menurun begitu pula sebaliknya. Didukung dengan penelitian Indah Tiningrum (2013) dengan variable respon atau stres reaksi atau reaksi yang muncul akibat stres tidak berpengaruh terhadap kecanduan video game

dimana respon stres atau reaksi yang muncul akibat stres tidak berpengaruh terhadap kecanduan video game. Jadi walaupun respon stres atau reaksi stres yang dimunculkan individu lebih banyak dari keadaan normal (fisiologis, kognitif, perilaku), tidak sejalan dengan peningkatan kecanduan video game. Bermain game online merupakan coping stres yang termasuk dalam escape-avoidance. Escape-avoidance menurut Folkaman (1986) mengemukakan bahwa coping ini terkait dengan wishful-thinking (berharap situasi akan berlalu atau akan berakhir) dan menunjukkan usaha-usaha untuk berperilaku melaikan diri atau menghindar. Jadi perilaku bermain video game yang dilakukan subjek merupakan pengalihan atau kondisi stres. Hal tersebut di benarkan dengan data penelitian ini mengenai minat bermain game online yang menyatakan kebanyakan responden menyatakan alasan mereka bermain dikarenakan bosan dan lelah sehingga sesua dengan pernyataan Folkaman (1986) bermain video game merupakan coping stres termasuk dalam escape-avoidance.

Dari hasil penelitian tingkat stres menunjukkan bahwa 31 responden dengan tingkat stres terhadap game online 18 (58,1%) yang mengalami stres berat, dan 13 responden (42%) mengalami stres ringan. Hasil uji statistik dengan menggunakan Fisher's Exact Test diperoleh nilai $p = 0,01 < \alpha = 0,05$ berarti Ha diterima dan H_0 ditolak berarti ada hubungan tingkat stres dengan kecanduan bermain game online pada remaja Di Smp Negeri 2 Kota Palopo Tahun 2022.

Tingkat stres dalam NOC (Nursing Outcomes Classification, 2021) adalah tingkat keparahan keparahan ketegangan fisik atau mental yang dihasilkan dari faktor-faktor stres, dengan kata lain tingkat stres adalah hasil dari respon tubuh terhadap stres. Saat seseorang mengalami stres, seseorang akan melakukan tindakan stres yang bisa disebut coping stres (Sarafino, 2008). Duckwort (Ogden, 2007) menggambarkan perilaku coping sebagai suatu proses yang terjadi jika individu berusaha untuk memenuhi tuntutan-tuntutan yang timbul dari hambatan dan kesulitan yang dihadapi. Hal ini mendukung pernyataan Lazarus (1977) perbedaan tingkat stres merupakan salah satu faktor pembeda dalam melakukan coping sebagai kegiatan kognitif dengan kata lain

perbedaan tingkat stres yang dialami dapat mempengaruhi coping yang akan dilakukan remaja tersebut.

Tingkat stres hanyalah sebuah alat ukur dimana digunakan untuk mengukur remaja memiliki bermacam-macam cara untuk melakukan coping bahkan setiap individu pastinya akan berbeda secara umum stres selalu muncul dikehidupan yang menjadi masalah adalah seberapa mampu remaja beradaptasi dan mengatasinya stres sendiri bukanlah hal yang mengancam namun dapat berakibat pada tubuh dan kesehatan bila tetap dibiarkan. Untuk mengatasi stres pada remaja disarankan orang tua lebih memperhatikan tingkah laku atau kegiatan anak dan berusaha saling terbuka sehingga masalah sang anak dapat terselesaikan. Didukung penelitian Masya (2016) dengan variabel respon stres atau reaksi yang yang muncul akibat stres tidak berpengaruh terhadap kecanduan video game. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Fitriana (2013), yang mengkaji hubungan antara kecanduan video game dengan stres Mahasiswa Universitas Surabaya.

SIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisa data dan pembahasan hasil penelitian Hubungan Kecanduan Bermain Game Online Dengan Tingkat Stres Pada Remaja Di SMP Negeri 2 Kota Palopo Tahun 2022 dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 31 responden yang diteliti, responden yang memiliki Hubungan Kecanduan Bermain Game Online Dengan Tingkat Stres Pada Remaja Di SMP Negeri 2 Kota Palopo Tahun 2022. Berdasarkan hasil analisis statistic serta uji Fisher's Exact Test menunjukkan $p = 0,01 < \alpha = 0,05$ yang berarti Ha diterima dan H_0 ditolak

Saran

Kepada para Siswa/Siswi Di SMP Negeri 2 Kota Palopo dharapakan untuk mengurangi bermain game online agar tidak kecanduan menggunakan smartphone jika tidak terlalu penting dan lebih aktif dalam belajar

DAFTAR RUJUKAN

- Angela, 2013. Enjournal Ilmu Komunikasi , Volume 1, nomor 2, Samarinda : 532- 554
- Andi Silfiana, 2022. Hubungan Kecanduan Bermain Game Online Dengan Tingkat Stres Pada Remaja Di Kelurahan Purangi Kecamatan Sendana Kota Palopo. Prodi S1 Keperawatan Stikes Bhakti Pertiwi Luwu Raya Palopo.
- Adnan Azhari Rauf 2019. Hubungan Kecanduan Game Online Dengan Tingkat Stres Pada Siswa Di SMA Negeri 5 Di Samarinda. Samarinda: Kementrian Kesehatan Republic Indonesia Politeknik Kesehatan Kalimantan Timur Program Studi D-LV Keperawatan Samarinda.
- Amin, S.M. dan Al-Fandi , H. (2007). Kenapa Harus Stres Terai Stres Ala Islam. Jakarta : Sinar Grafika
- Aduda, Josiah Omollo Dan Caroline, Chemarun. (2010) Market Reaction To Stock Splits Empirical Evidence From The Nairobi Stock. Exchange. African Journal Of Bussines And Management Vol 1 Page 165-184.
- Chapin, J. P. (2009). Kamus Lengkap Psikologi Terjemahan Kartini Kartono. Jakarta : Rajawali Pers.
- Dani, R, Sukidin, & Ngesti, R, (2014). Fenomena Kecanduan Game Online Pada Siswa (Studi Kasus Pada Siswa SMK Negeri 2 Jember). Jember: Universitas Jember.
- Dishon, T. J., Nelson, S. S., & Kavanagh, K (2003). The Family Check-Up with high-risk young adolescents: Preventing early-onset substance use by parent monitoring. Behavioral Sleep Medicine , 12(5), 343-357. doi: 10.1080/15402002.2013.819468
- Estia Yuningtias. 2020. Hubungan Stres Dengan Tingkat Kecanduan Game Online Pada Siswa Smpn 5 Padang: Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Padang.
- Eryzal novrialdy. (2019). Kecanduan Game Online Pada Remaja: Dampak Dan Pencegahannya. Padang : Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang.
- Fradly Robert M & 1 Sefti S.J. Rompas 2 & Lenny Gannika3. (2018). Kecanduan Game Online Dengan Insomnia Pada Remaja: 1 Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi 2,3 Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi. Kementrian Kesehatan RI. 2014. Upaya Kesehatan Anak
- Lee, L., Yu., Lin. H 2007. Leaving A Never-Ending Game : Quitting MMORPGS and Online Gaming Addiction. Digital Games Research Association (DIGRA)..
- Lazarus, Folkaman. 2012. Stres And Contive Aprasial, Theory Of Cognitive Aprasial.
- Masya, H. & Candra, D.A. 2016. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Gangguan Kecanduan Game Online Pada Peserta Didik Kelas X Di Madrasah Aliyah Al Furqon Prabumili Tahun Ajaran 2015/2016. Jurnal Bimbingan Dan Konseling, 15-169
- Marlina, 2014. Hubungan Bermain Game Online Dengan Prestasi Belajar Matematika Anak Usia Sekolah Kelas V Di Sekolah Dasar Saraswati Denpasar. Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Udyana.
- Nurdilla, N. 2018. Hubungan kecanduan game online dengan kualitas tidur remaja.<https://jom.unri.ac.id/index.php/JOMPSIK/article/view/21007>
- Notoatjmodjo, S. 2012. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta : Rineka Cipta
- Pratiwi, P. C. , Andrayani. T. R., Karyanta. N. A. (2012). Perilaku Adiksi Game-Online Ditinjau Dari Efikasi Diri Akademik Dan Keterampilan Social Pada Remaja Di Surakarta. Jurnal Ilmiah Psikologi Candrawijaya, Vol 1, No 2
- Rasmun. 2004. Pengertian Stres , Sumber Stres, Dan Sifat Stressor. Dalam: Stres Koping, Dan Adaptasi Edisi Ke-1. Jakarta: Sagung Seto
- Richard L. 2010. Era Baru Manajemen, Edisi 9, Buku 2, Salemba Empat, Jakarta.

- Sarafino, E. P. 2008. Psikologi Remaja. Jakarta : Raja Grifindo Persada
- Syahabuddin. 2010. Hubungan antara cinta dan stres dengan memaafkan suami dan istri. Laporan Penelitian, Yogyakarta : Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada.
- World Health Organization. 2018. Gaming disorder. Dari <http://http://www.who.int/features/qa/gamingdisorder/en/>.
- Young, K (2009). Understanding online gaming addiction and treatment issues for adolescents. *The American Journal Of Family Therapy*, 355-372
- Yuwanto. Listya, (2010). Fakultas Psikologi Laboratorium Psikologi Umum Universitas Surabaya