

ANALISIS KEPARAHAN KECANDUAN *GAME ONLINE* PADA REMAJA (STUDI KASUS SMP NEGERI 3 KESESI)

Neti Mustikawati¹⁾, Anjas Mutiara Adiubah²⁾ Belliana Febbyanti³⁾, Liza Kartika Dewi⁴⁾,

Tsaniah Nurul Zahra⁵⁾, Ika Silviana⁶⁾, Novita Retno Ariani⁷⁾

Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan^{1) 2) 3) 4) 5) 6) 7)}

e-mail: neti.mustikawati@yahoo.com¹⁾

Submitted: 24/01/2025 – Revised: 26/02/2025 – Accepted: 03/03/2025

ABSTRAK

Game online telah berkembang pesat, menawarkan pengalaman hiburan yang menarik dan interaktif, yang memikat perhatian jutaan pemain dari berbagai kalangan usia terutama remaja. Menurut data Badan Pusat Statistik (BPS) Tahun 2023 anak usia 0-18 tahun mendominasi pasar game online dengan persentase 46,2%. Bermain game online secara terus menerus dapat mempengaruhi kondisi remaja baik yang positif maupun negatif, salah satu dampak negatif diantaranya adalah munculnya kecanduan game online. Remaja yang mengalami kecanduan game online tentu akan berdampak pada kehidupannya seperti munculnya masalah kesehatan fisik, mental, perilaku psikososial, dan masalah lainnya. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran kecanduan game online pada remaja. Penelitian ini termasuk jenis penelitian kuantitatif dengan desain deskriptif. Responden dalam penelitian ini adalah siswa SMP Negeri 3 Kesesi yang berjumlah 105 dengan teknik pengambilan sampel yaitu *total sampling*. Pengukuran variabel kecanduan game online dilakukan dengan menggunakan instrumen *Game Addiction Scale* (GAS). Analisis data univariat dengan menggunakan distribusi frekuensi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 60% responden termasuk dalam kategori kecanduan game online ringan sebanyak 63 responden, kecanduan sedang 29,5% (31 responden), kecanduan berat 9,5% (10 responden), dan tidak kecanduan 1% (1 responden). Meskipun dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden masuk dalam kategori kecanduan sedang dan berat sehingga kondisi ini membutuhkan perhatian yang serius dari berbagai pihak yang terkait seperti dari pihak sekolah, orang tua dan remaja itu sendiri. Diperlukan berbagai upaya pencegahan agar remaja tidak mengalami kecanduan game online pada tingkat yang lebih berat seperti pemberian edukasi tentang aturan penggunaan game online.

Kata Kunci: *kecanduan, game online, remaja.*

ABSTRACT

Online games have grown rapidly, offering an exciting and interactive entertainment experience, which has attracted the attention of millions of players from various age groups, especially teenagers. According to data from the Central Statistics Agency (BPS) in 2023, children aged 0-18 years dominated the online game market with a percentage of 46.2%. Playing online games continuously can affect the condition of adolescents both positively and negatively, one of the negative impacts of which is the emergence of online game addiction. Adolescents who are addicted to online games will certainly have an impact on their lives such as the emergence of physical, mental, psychosocial behavioral health problems, and other problems. The purpose of this study was to determine the picture of online game addiction in adolescents. This study is a type of quantitative research with a descriptive design. The respondents in this study were 105 students of SMP Negeri 3 Kesesi with a sampling technique, namely total sampling. Measurement of online game addiction variables was carried out using the Game Addiction Scale (GAS) instrument. Univariate data analysis using frequency distribution. The results of the study showed that 60% of respondents were included in the category of mild online game addiction as many as 63 respondents, moderate addiction 29.5% (31 respondents), severe addiction 9.5% (10 respondents), and not addicted 1% (1 respondent). Although the results of this study indicate that most respondents are included in the category of mild online game addiction, there are respondents who are included in the category of moderate and severe addiction so that this condition requires serious attention from various related parties such as schools, parents and teenagers themselves. Various

prevention efforts are needed so that teenagers do not experience online game addiction at a more severe level, such as providing education about the rules for using online games.

Keywords: *addiction, online game, adolescent*

A. PENDAHULUAN

Perkembangan dan kemajuan Teknologi Informasi dan Komunikasi (TIK) di era digital saat ini sangatlah pesat, penggunaan TIK ini sudah menjadi bagian yang tidak dapat dipisahkan dalam kehidupan manusia sehari-hari. Peningkatan persentase penggunaan internet dalam rumah tangga yang mencapai angka 87,09 persen di Tahun 2023 menunjukkan perkembangan indikator TIK yang paling pesat (Badan Pusat Statistik/BPS, 2024). Berdasarkan data dari hasil survei Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) pada Tahun 2024 ini pengguna internet di Indonesia mencapai 221,56 juta orang. Kelompok generasi gen Z yang lahir pada rentang Tahun 1997 sampai 2013 dengan rentang umur antara 12 samapi 27 tahun menduduki peringkat kedua sebagai generasi pengguna internet terbanyak yaitu sekitar 87,02%.

TIK ini dapat digunakan untuk berbagai keperluan dalam kehidupan manusia sehari-hari seperti untuk berkomunikasi, mencari informasi atau berita, hiburan, dan lain sebagainya. Berdasarkan hasil laporan dari Kementerian Komunikasi dan Informatika (Kominfo) pada Tahun 2018 didapatkan data bahwa penggunaan perangkat TIK sebagai media bermain game online sebesar 24,5% saat TIK terhubung internet dan 21,1% saat TIK tidak terhubung internet. Hal ini menunjukkan bahwa minat masyarakat Indonesia terhadap *game online* sangat tinggi.

Penggunaan istilah game online yang berasal dari kata bahasa inggris *game* yang berarti permainan dan *online* yang berarti dalam jaringan atau daring. Permainan daring atau game online adalah suatu permainan yang dilakukan dengan menggunakan jaringan internet. Permainan daring ini bisa dilakukan melalui perangkat komputer, laptop, tablet, dan telepon genggam (*handphone/HP*)/telepon seluler (ponsel) serta *smartphone*. Kelompok generasi yang paling banyak mengunjungi game online ini adalah kelompok generasi gen Z yang saat ini berusia antara 12-27 tahun yaitu sebesar 35,97% (Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia, 2024). Remaja termasuk dalam dalam kelompok generasi gen Z ini karena remaja menurut Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 25 Tahun 2014 tentang Upaya Kesehatan Anak didefinisikan sebagai kelompok usia 10 sampai 18 tahun.

Perkembangan smartphone membuat game online dapat dinikmati setiap waktu terutama oleh remaja. Data BPS Tahun 2023 menunjukkan bahwa sekitar 46,2 persen anak-

anak dan remaja usia nol hingga 18 tahun mengalami kecanduan game online. Hasil penelitian Syahrul et al (2024) mengidentifikasi bahwa 10,4% - 14% remaja Indonesia terindikasi kecanduan *game online* akut, angka ini termasuk tertinggi di Asia Tenggara. Motif remaja bermain game sangat beragam mulai dari hiburan hingga menjadi sarana pertemanan (Novealdi, 2024). Temuan ini mengindikasikan bahwa remaja sangat rentan menyalahgunakan hiburan dalam bermain game dengan berlebihan yang pada akhirnya berdampak negatif kehidupan anak.

Organisasi Kesehatan Dunia atau *World Health Organizations* (WHO) telah resmi menetapkan kecanduan game atau *game disorder* ke dalam versi terbaru *International Statistical Classification of Diseases* (ICD) sebagai penyakit gangguan mental untuk pertama kalinya pada pertengahan Tahun 2018. Hasil revisi ICD-11 kecanduan game didefinisikan sebagai pola perilaku bermain, baik permainan *online* maupun *offline* secara berlebihan, tanpa kenal waktu, mengindahkan interaksi sosial nyata. Hal ini menunjukkan bahaya nyata kecanduan game online khususnya pada anak-anak dan remaja.

Kecanduan game online bukan hal sepele dan lumrah sebagai sarana hiburan dan jejaring sosial. Menurut Fahrul dan Nurfahannah (2022) kecanduan game online menurunkan prestasi hingga 30%, meningkat potensi perilaku impulsif 44,6%, dan gangguan perilaku sosial 24,46%. Dalam kasus yang serius bahkan dapat mengarah gangguan kesehatan mental emosional berupa stress, kecemasan, depresi, perilaku agresif (Syahrul et al , 2024). Hal ini tentu Berpengaruh terhadap kesehatan, psikologis, prestasi akademik, gangguan sosial yang berpengaruh pada perkembangan karakter remaja itu sendiri. Untuk itu perlu memunculkan kesadaran diri para remaja untuk menghindari dan melakukan upaya pencegahan.

Penelitian ini akan mengambil tempat di SMP Negeri 3 Kesesi yang merupakan salah satu sekolah menengah pertama negeri yang berada di wilayah Kecamatan Kesesi Kabupaten Pekalongan. Sekolah ini terletak cukup jauh dari pusat Kota Pekalongan sekitar 29 kilometer dengan jumlah total siswa sebanyak 118 siswa. Di sekolah ini belum pernah dilakukan penelitian dengan tema kecanduan game online sebelumnya dan semua siswa memiliki *handphone*. Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana gambaran kecanduan game online pada remaja di SMP Negeri 3 Kesesi? Tujuan dari penelitian ini yang pertama adalah untuk mengidentifikasi karakteristik responden yang meliputi usia, kelas, jenis kelamin, jenis game online. Tujuan kedua adalah untuk mengidentifikasi kecanduan game online.

B. METODE

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan desain deskriptif. Pengukuran variabel kecanduan game online dilakukan dengan menggunakan instrumen *Game Addiction Scale* (GAS) dari Jeroen S. Lemmens, Patti M (2008). Instrumen ini terdiri dari 21 pertanyaan dan 5 pilihan jawaban dengan penilaian 1 sampai 5. Hasil pengukuran dibagi menjadi 5 kategori yaitu tidak kecanduan jika skor 21, kecanduan ringan jika skor 22-49, kecanduan sedang jika skor 50-77, kecanduan berat jika skor 78-105.

Penelitian dilakukan pada Bulan Juni Tahun 2024 bertempat di SMP Negeri 3 Kesesi. Responden dalam penelitian ini adalah seluruh siswa yang berjumlah 118 siswa dengan teknik pengambilan sampel yaitu *total sampling*. Pada saat pengambilan data terdapat 13 responden yang dieksklusi sehingga total responden yang digunakan adalah 105. Analisis data univariat dengan menggunakan distribusi frekuensi untuk variabel kecanduan game online, jenis kelamin, kelas, jenis game online, sedangkan untuk variabel usia menggunakan nilai rata-rata (*mean*).

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian telah dilakukan pada 105 responden di SMP Negeri 3 Kesesi pada Bulan Juni Tahun 2024. Hasil penelitian menunjukkan rata-rata usia responden adalah 13,91 dengan usia termuda 12 tahun dan tertua 17 tahun. Responden berjenis kelamin laki-laki sejumlah 57 (54,3%) dan perempuan 48 (45,7%). Jumlah responden untuk masing-masing kelas, dari kelas 7 berjumlah 39 (37,1%), kelas 8 dengan 42 (40,0%), dan kelas 9 berjumlah 24 (22,9%). Jenis game online yang dimainkan oleh responden berupa *mobile legends* 46 (43,8%), *free fire* 29 (27,6%), *PUBG mobile* 6 (5,7%), jenis game online lainnya 6 (5,7%), dan 18 responden (17,2%) bermain lebih dari 1 jenis game online. Satu responden (1%) tidak mengalami kecanduan game online, 63 responden (60,0%) termasuk dalam kategori kecanduan ringan, 31 (29,5%) kecanduan sedang, dan 10 (9,5%) kecanduan berat. Data dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 1. Gambaran Karakteristik dan Kecanduan Game Online pada Responden

Variabel	Mean	Min-Max
1. Karakteristik Responden		
a. Usia	13,91	12-17
b. Jenis Kelamin	Frekuensi	Presentase (%)
Laki-laki	57	54,3

Perempuan	48	45,7
c. Kelas		
7	39	37,1
8	42	40,0
9	24	22,9
d. Jenis game online		
<i>Mobile legends</i>	46	43,8
<i>Free fire</i>	29	27,6
<i>PUBG mobile</i>	6	5,7
Lainnya	6	5,7
Bermain lebih dari 1 game	18	17,2
2. Kecanduan Game Online		
Tidak	1	1
Ringan	63	60,0
Sedang	31	29,5
Berat	10	9,5
Total	105	100

Rata-rata usia responden dalam penelitian ini adalah 13,91 tahun atau 14 tahun dengan rentang usia 12 sampai 17 tahun, hal ini sesuai dengan data dari survei Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) Tahun 2024 bahwa kelompok generasi yang paling banyak mengunjungi game online ini adalah kelompok generasi gen Z yang saat ini berusia antara 12-27 tahun yaitu sebesar 35,97%. Jenis kelamin responden lebih dari separuh adalah laki-laki yaitu 54,3% dan perempuan 45,7%, berdasarkan data dari survei Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) Tahun 2024 bahwa game online lebih banyak dilakukan oleh laki-laki sekitar 27,9% dibandingkan perempuan yang hanya 8,64%. Jenis game online yang paling banyak dimainkan adalah *mobile legends* 43,8%, data dari survei Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) Tahun 2024 juga menyebutkan bahwa *mobile legends* merupakan jenis game online yang paling banyak dimainkan yaitu 78,74%.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa lebih dari setengah responden masuk dalam kategori kecanduan game online ringan yaitu sebesar 63 (60,0%), kondisi ini tentu masih

membawa harapan yang lebih baik bagi remaja di SMP Negeri 3 Kesesi. Namun di sisi lain dijumpai pula kondisi dimana ada 31 responden (29,5%) yang masuk dalam kategori kecanduan sedang dan 10 responden (9,5%) masuk dalam kategori kecanduan berat yang membutuhkan perhatian dan penanganan lebih lanjut agar tidak merugikan bagi responden dan pihak sekolah.

Sebagian besar responden yang masih dalam kategori kecanduan game online ringan harus tetap dilakukan pemantauan agar tingkat kecanduan game onlinenya tidak bertambah menjadi sedang atau berat. Hasil penelitian ini tidak jauh berbeda dengan penelitian fahrudin & nurfahanan (2022) dimana kecanduan anak cukup bervariasi. Bagi responden yang masuk dalam kategori kecanduan sedang dan berat diperlukan upaya pendekatan khusus secara personal untuk mengetahui faktor-faktor yang melatarbelakangi perilaku itu muncul. Upaya ini dapat dilakukan dengan melibatkan kerja sama antara siswa, orang tua, dan pihak sekolah.

Kecanduan game online pada remaja banyak menimbulkan dampak negatif diantaranya munculnya masalah/gangguan kesehatan fisik berupa kelelahan mata, gangguan postur tubuh, dan gangguan tidur. Masalah kesehatan mental juga dapat terjadi berupa stress, kecemasan, depresi, dan perilaku agresif. Dampak lain juga dapat mempengaruhi prestasi akademik, gangguan sosial, serta pengaruh terhadap perkembangan karakter remaja (Trisnani et al.,2018). Munculnya berbagai dampak negatif dari kecanduan game online ini maka dibutuhkan berbagai upaya untuk pencegahan agar remaja tidak mengalami kecanduan game online.

Upaya pencegahan yang dapat dilakukan diantaranya adalah dengan menentukan batasan waktu untuk bermain game online. Meningkatkan kesadaran diri remaja akan bahaya dampak buruk dari kecanduan game online. Melibatkan remaja dalam aktivitas fisik dan hobi lainnya, seperti berolah raga, bermain musik. Menetapkan prioritas dalam kegiatan harian remaja. Menciptakan lingkungan yang mendukung keseimbangan antara hiburan dan tanggung jawab. Mengajak remaja berdiskusi tentang manfaat dan bahaya game online akan membuat mereka lebih terbuka untuk mendengar pandangan baru.

D. SIMPULAN DAN SARAN

SIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan mayoritas siswa SMP Negeri 3 Kesesi masih dalam tahap awal remaja dengan siswa laki-laki lebih sering bermain *game online* dibandingkan perempuan. Hasil identifikasi dengan indikator CSAI menghasilkan temuan bahwa mayoritas siswa dalam kategori kecandung ringan meskipun sebagian kecil ada siswa yang mengalami kecanduan sedang dan berat yang tentu perlu pembinaan agar tidak semakin kecanduan. Dapat disimpulkan bahwa bermain game bagi siswa merupakan bagian dari gaya hidup digital yang perlu karena berpotensi menimbulkan dampak negatif terhadap aspek psikologis, sosial, dan akademik apabila tidak dikendalikan secara proporsional.

SARAN

Diperlukan upaya pembinaan dan pengawasan bersama antara pihak sekolah, guru, dan wali murid tentang pentingnya pengawasan dengan membatasi waktu bermain game bagi siswa serta pentingnya literasi digital bagi wali murid. Diperlukan konseling individual bagi siswa dengan tingkat kecanduan sedang dan berat dengan strategi pengenalan kegiatan lain seperti olahraga, beladiri ataupun ekstra kulikuler yang menarik. Selain itu, penting bagi sekolah untuk menanamkan pemahaman tentang keseimbangan antara hiburan dan tanggung jawab belajar agar remaja mampu mengelola penggunaan teknologi secara sehat dan produktif.

DAFTAR PUSTAKA

ARTIKEL ILMIAH

- Fahrul, A., & Nurfarhanah, N. (2025). Dampak Kecanduan Game Online pada Siswa SMP. *AHKAM*. <https://doi.org/10.58578/ahkam.v4i1.4923>.
- Lemmens, J., Valkenburg, P., & Peter, J. (2008). Development and Validation of a Game Addiction Scale for Adolescents. *Media Psychology*, 12, 77 - 95. <https://doi.org/10.1080/15213260802669458>
- Novealdi, H., Hafizh, M., , H., Sulthan, U., Saifuddin, T., & , J. (2024). Studi tentang Komunikasi Virtual Remaja Desa Pebenaan Melalui Platform Game Online. *Harmoni: Jurnal Ilmu Komunikasi dan Sosial*. <https://doi.org/10.59581/harmoni-widyakarya.v2i4.4286>.
- Pratama, R. A., Widianti, E., & Hendrawati. (2020). Tingkat Kecanduan Game Online Pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan. *Journal of Nursing Care*,3(2), 115. <http://dx.doi.org/10.24198/jnc.v3i2.22850>.
- Syahrul, F., Bahri, E., & Wiharjo, S. (2024). Identification of the Impact of Online Game Addiction. *JOURNAL OF PSYCHOLOGY AND SUSTAINABLE EDUCATION*. <https://doi.org/10.62886/5d421272>.
- Trisnani, R.P & Wardani, S.Y. (2018). Stop Kecanduan Game Online: mengenal dampak ketergantungan pada game online serta cara menguranginya. Madiun: UNIPMA Press. <http://eprint.unipma.ac.id/id/eprint/81>

Ulkhaq, M. M., Rozaq, R., Ramadhani, R., Heldianti, R., Fajri, A., & Akshinta, P.Y. (2018). Validity and Reliability Assessment of the Game Addiction Scale: An Empirical Finding from Indonesia. *Association for Computing Machinery*, 120-123. <https://dl.acm.org/doi/10.1145/3288155.3288158>

LAPORAN

Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII). SURVEI PENETRASI INTERNET INDONESIA 2024.

Badan Pusat Statistik (BPS). Statistik Telekomunikasi Indonesia 2023 Volume 12. Jakarta: Badan Pusat Statistik (BPS)

Kementerian Komunikasi dan Informatika Republik Indonesia (Kominfo RI). (2018) Penggunaan TIK dan Implikasinya terhadap Aspek Sosial Budaya pada Masyarakat. Jakarta: Pusat Penelitian dan Pengembangan Aplikasi Informatika dan Informasi dan Komunikasi Publik (Puslitbang Aptika-IKP)

PERATURAN

Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 25 Tahun 2014 Tentang Upaya Kesehatan Anak

WEBSITE

Hartanti F.P. (2022). Dampak Buruk Kecanduan Game pada Anak Usia Remaja Diakses pada 31 Desember 2024 https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1359/dampak-buruk-kecanduan-game-pada-6anak-usia-remaja

Indonesiabaik.id (2019). Dampak Kecanduan Game Online Bagi Kesehatan Diakses pada 31 Desember 2024 https://indonesiabaik.id/motion_grafis/dampak-kecanduan-game-online-bagi-kesehatan

Indonesiabaik.id (2019). Kecanduan Game Online=Penyakit Gangguan Mental. Diakses pada 31 Desember 2024 <https://indonesiabaik.id/infografis/kecanduan-game-online-penyakit-gangguan-mental>

Indonesiabaik.id (2024). 221 Juta Penduduk Indonesia Makin Melek sama Internet. Diakses pada 31 Desember 2024 <https://indonesiabaik.id/infografis/221-juta-penduduk-indonesia-makin-melek-sama-internet>

World Health Organization (WHO). (2022). Addictive behaviours: Gaming disorder. Diakses pada 31 Desember 2024 <https://www.who.int/news-room/questions-and-answers/item/addictive-behaviours-gaming-disorder>

World Health Organization (WHO). (2024). Gaming Disorder. Diakses pada 31 Desember 2024 <https://www.who.int/standards/classifications/frequently-asked-questions/gaming-disorder>