

## HUBUNGAN LAMA BERMAIN *GAME ONLINE* DENGAN KEJADIAN *INTERNET GAMING DISORDER*

Esri Rusminingsih<sup>1\*</sup>, Fitri Puji Lestari<sup>2</sup>, Romadhani Tri Purnomo<sup>3</sup>, Mawardi<sup>4</sup>

1,2,3,4DIII Keperawatan/Fakultas Kesehatan dan Teknologi, Universitas Muhammadiyah Klaten

\*Email: esriusminingsih@yahoo.co.id

### Abstrak

*Ketersediaan dan penggunaan teknologi digital meningkat secara dramatis dan berisiko menimbulkan dampak buruk berupa kecanduan. Internet Gaming Disorder (IGD) adalah pola pikir bermain game yang ditandai dengan gangguan kontrol terhadap permainan dengan memprioritaskan game daripada melakukan kegiatan lainnya. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan lama bermain game online dengan kejadian IGD pada mahasiswa prodi D-III Keperawatan Universitas Muhammadiyah Klaten.*

*Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif non-eksperimental dengan desain deskriptif korelatif dengan populasi mahasiswa Prodi DIII Keperawatan tahun 2022. Pengambilan sampel menggunakan simple random sampling berjumlah 95 responden yang telah memenuhi kriteria yaitu responden merupakan pemain game online dan memiliki smarthphone. Pengukuran kejadian IGD menggunakan instrumen berupa kuesioner Internet Gaming Disorder 9 Short Form (IGD9-SF) dengan nilai reliabilitas Alpha Chonbach 0,95. Analisis data dilakukan menggunakan uji alternatif Spearman karena data tidak berdistribusi normal.*

*Hasil penelitian menunjukkan rata-rata usia responden  $20 \pm SD 1,094$ , dengan rata-rata waktu bermain game online  $1,47 \pm SD 0,810$  jam perhari, rata-rata kejadian IGD sebesar  $19,55 \pm 6,047$  yang menunjukkan kecanduan game kategori rendah. Terdapat hubungan yang bermakna antara lama bermain game online dengan kejadian IGD dengan  $\rho$ -value 0,011. Nilai korelasi Spearman didapatkan nilai 0,259 menunjukkan bahwa arah korelasi positif yang berarti semakin lama bermain game online maka semakin tinggi kejadian IGD dengan kekuatan korelasi yang lemah.*

### Keywords:

*Lama bermain, Game Online, Internet Gaming Disorder*

## 1. PENDAHULUAN

Ketersediaan dan penggunaan teknologi digital pada era saat ini mengalami peningkatan secara dramatis dan menimbulkan kekhawatiran masyarakat terhadap risiko dampak buruk yang timbul, termasuk bermain video game yang berpotensi dapat menimbulkan kecanduan. Penggunaan *smartphone* ini sudah menjadi kebutuhan di setiap orang, baik untuk berbelanja, sosial media, bisnis *online*, pembayaran *online* hingga untuk *game online*. Ilmu pengetahuan dan teknologi sangat pesat. Keberadaan internet saat ini menjadi salah satu teknologi yang dibutuhkan terutama dalam bidang pendidikan, kesehatan maupun ilmu pengetahuan. Berkembangnya teknologi semakin meningkat dan semakin banyak type *smartphone* yang muncul. *Smartphone* dianggap mampu memenuhi semua kebutuhan masyarakat serta banyak digunakan untuk sebagai hiburan, misalnya bermain *game online*. Sebagai *game online* sangat berpengaruh pada pemikiran manusia [1].

Hasil survei pengguna internet tahun 2020 di Indonesia mencapai 196,7% atau setara 266,9 juta pengguna. Jumlah kenaikan pengguna internet mencapai 8,9% atau setara 25,5 juta pengguna. Pengguna internet di Pulau Jawa berkontribusi terbesar kenaikannya mencapai 56,4% yang sebelumnya 55,7%. Karena pembangunan infrastruktur internet di Jawa berkembang sehingga penggunaannya juga bertumbuh. Pengguna terbesar kedua di Pulau Sumatra mencapai 22,1%. Yang menarik di survei tahun ini, data penetrasi internet di Ibukota Provinsi. Beberapa Ibukota Provinsi memiliki penetrasi internet lebih tinggi dibandingkan penetrasi provinsi bahkan nasional yang rerata 73,7%. Misalnya, DKI Jakarta 85% Bandung 82,5% dan Surabaya 83% Bahkan Serang di Banten jumlah penetrasi tembus 100% [2].

*Game* merupakan aplikasi yang menjadi media hiburan di *smartphone*. Bermain *game online* merupakan kegiatan sangat menyenangkan tanpa mempertimbangkan yang akan terjadi dari kegiatan tersebut. Bermain *game online* membuat rasa penasaran dan kepuasan pada diri sehingga membuat semakin tertarik pada *game online*. *Game online* yang banyak diminati untuk saat ini seperti: *Mobile Legend*, *Free Fire*, *PUBG (PlayerUnknown's Battlegrounds)* dan lain-lain. Jika terus-menerus bermain *game online* akan menyebabkan kecanduan dan lebih parahnya lagi bisa menyebabkan *gaming disorder* [3]. Peningkatan *smartphone* yang canggih hal ini menjadi peluang dalam perindustrian *game*. Perilaku penggunaan internet terutama efek pandemi COVID 19 *smartphone* menjadi hal terpenting di kehidupan sehari-hari. Untuk mengisi waktu luang remaja sering membuka konten hiburan seperti media sosial (*instagram*, *facebook*, *twitter* dan lain-lain), *video online*, *musik online* bahkan *game online*. Peningkatan waktu bermain *game online* dapat menyebabkan kecanduan, bahkan paling parah kemungkinan akan terjadi *internet gaming disorder (IGD)* [2].

*World Health Organization (WHO)* tahun 2018 menyatakan bahwa IGD adalah pola perilaku bermain *game* yang ditandai dengan gangguan kontrol terhadap permainan, peningkatan prioritas yang diberikan untuk *game* di atas minat lain dan kegiatan sehari-hari, dan kelanjutan bermain *game* dengan mengesampingkan konsekuensi negatifnya. Pengguna *game online* kebanyakan yang memainkan adalah laki-laki. Indonesia merupakan negara dengan jumlah kasus kejadian *internet gaming disorder* terbanyak di Asia Tenggara. Di Indonesia yang mengalami *gaming disorder* diperkirakan 2,7 juta orang. Ada gejala seseorang yang mengalami *gaming disorder* yaitu tidak dapat mengendalikan keinginan untuk bermain *game*, lebih memprioritaskan bermain *game* daripada melakukan aktivitas lainnya dan ada konsekuensi negatif yang jelas terlihat [4]. Menurut (Lin et al, 2021) yaitu penggunaan *game online* yang berlebihan dapat menyebabkan kualitas tidur yang buruk karena saat bermain *game* tersebut suasana hati gembira yang bisa mengurangi rasa kantuk kemudian menunda waktu tidur, bahkan bisa menyebabkan gangguan mental. Jika sudah mengalami *gaming disorder* bisa mempengaruhi motivasi belajar sehingga mengurangi aktivitas belajar dan waktu bersosialisasi dengan masyarakat serta akan mengalami ketergantungan pada aktivitas *games* [5].

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan lama bermain *game* dengan kejadian *Internet Gaming Disorder* pada mahasiswa Prodi D-III Keperawatan Universitas Muhammadiyah Klaten”.

## 2. METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif non-eksperimental dengan desain deskriptif korelatif. Populasi dalam penelitian adalah mahasiswa Prodi DIII Keperawatan tahun 2022. Pengambilan sampel menggunakan teknik *simple random sampling* berjumlah 95 responden yang telah memenuhi kriteria sampel yaitu responden merupakan pemain game online dan memiliki *smarthphone*. Pengukuran kejadian IGD menggunakan instrumen berupa kuesioner *Internet Gaming Disorder 9 Short Form (IGD9-SF)* dengan nilai reliabilitas Alpha Chonbach 0,95. Terdapat 9 kriteria IGD yaitu 1) permainan internet menjadi aktivitas dominan dalam kehidupan sehari-hari, 2) menarim diri saat lepas dari internet (mudah tersinggung, cemas), 3) butuh waktu lebih banyak bermain game, 4) Kurang kendali terhadap permainan internet, 5) kehilangan hobi dan hiburan sebelumnya, 6) penggunaan berlebihan meskipun mengetahui masalah psikososial, 7) kebohongan terhadap waktu menggunakan game, 8) melepaskan diri dari suasana hati negatif, 9) kehilangan aspek-aspek penting dalam hidup (pendidikan, pekerjaan, karier). Analisis data dilakukan menggunakan uji alternatif *Spearman* karena data tidak berdistribusi normal.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

### 3.1. Hasil

#### a. Karakteristik Responden

Tabel 1. menunjukkan karakteristik responden yang meliputi umur, jenis kelamin, lama menggunakan game, dan kejadian IGD.

**Tabel 1.** Karakteristik responden pada mahasiswa Prodi DIII Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Klaten, Agustus 2022 (n=95)

Variabel	Rerata±SD	f	%
Umur	20±1,094		
Jenis Kelamin			
Laki-laki		22	23,2
Perempuan		73	76,8
Lama bermain <i>game online</i> (jam)	1,47±0,810		
Kejadian IGD	19,55±6,047		

Pada Tabel 1. menunjukkan bahwa rata-rata umur responden 20±SD 1,094 tahun, mayoritas responden berjenis kelamin perempuan 76,8% (73 responden), lama bermain game online rata-rata 1,47±SD 0,810 jam, kejadian IGD didapatkan skore 19,55±6,047 yang menunjukkan tidak terdapat kejadian IGD.

#### b. Hubungan lama bermain game online dengan Kejadian *Internet Gaming Disorder*

**Tabel 2.** Hubungan lama bermain game online dengan Kejadian *Internet Gaming Disorder*

	<i>Internet Gaming Disorder</i>	
Lama Bermain <i>Game Online</i>	r	0,259
	ρ	0,011
	n	95

Tabel 2 menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara lama bermain game online dengan kejadian IGD dengan *p-value* 0,011. Nilai

korelasi Spearman didapatkan nilai 0,259 menunjukkan bahwa arah korelasi positif yang berarti semakin lama bermain game online maka semakin tinggi kejadian IGD dengan kekuatan korelasi yang lemah.

### 3.2. Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan rata-rata umur responden  $20 \pm SD$  1,094 tahun . Usia 20 tahun menunjukkan bahwa rata-rata responden berada pada tahap usia dewasa muda. Tahap perkembangan remaja muda yaitu mulai menata kehidupannya untuk mencapai kestabilan, tahap ini dituntut menentukan tanggung jawab, mencapai kestabilan dalam pekerjaan. Tahap remaja dipandang sebagai tahap rentan terhadap kecanduan, terutama pada remaja dengan ketidakdewasaan kognitif, sosial, hormonal, dan neurobiologis berisiko terjadi gangguan psikologis termasuk perilaku adiktif.[20] Januar Lukita (2020) menjelaskan umur merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi bermain *game online*. [6] Hal ini diperkuat oleh penelitian Ananda, *et al* (2021) yang hasil penelitiannya juga rata-rata usia responden yang bermain *game online* yaitu 20 tahun. Pada usia tersebut lebih rentan mengalami kecanduan bermain *game online* karena usia tersebut mereka lebih tertarik terhadap *visual*, hal tersebut menimbulkan halusinasi kinestetik yang menyebabkan suara dan gambar tersebut melekat walaupun sedang dimainkan [7].

Hasil penelitian menunjukkan mayoritas responden berjenis kelamin perempuan 76,8% (73 responden). Pada penelitian ini jenis kelamin perempuan yang lebih banyak daripada laki-laki. Hal ini karena proporsi perempuan dalam pendidikan keperawatan jauh lebih besar daripada laki-laki. Jumlah mahasiswa perempuan pada prodi D-III Keperawatan sebanyak 313 orang. Kaum perempuan mendominasi profesi keperawatan karena sikap dasar perempuan yang identik sebagai sosok yang ramah, sabar, telaten, lemah lembut, dan berbelas kasih. Kejadian IGD lima kali lebih tinggi pada jenis kelamin laki-laki daripada perempuan. Pada penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa perempuan bermain *game online* hanya sebagai sarana untuk menyalurkan ketegangan-ketegangan di dunia nyata ataupun sebagai sarana pelarian masalah yang terjadi sehari-hari. [8] Pada perempuan juga dalam bermain *game online* lebih untuk bersosialisasi, baik secara langsung atau secara *online* lewat *game* dan penghayatan terhadap permainan. *Gamer* perempuan tidak kehilangan sifat-sifat sosialnya untuk tetap berhubungan dengan dunia luar atau sekitarnya dan cenderung masih menjaga kesehatan terutama penampilan. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa tingkat prevalensi kejadian IFD tertinggi terjadi di negara Asia Timur terutama pada remaja laki-laki berusia 12-20 tahun.

Hasil penelitian pada Tabel 1 menunjukkan lama bermain game online rata-rata  $1,47 \pm SD$  0,810 jam. Sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya mengindikasinya bahwa menghabiskan waktu bermain *game online* hanya satu jam dalam sehari [9]. Hal ini juga dikuatkan oleh penelitian lain bahwa rata-rata normal lama bermain game kurang dari 3 jam [10]. Alasan bermain *game online* untuk melampiaskan rasa stress, mengisi waktu yang kosong, merasa kesepian karena merasa sedikit teman, terbiasa selalu bermain *game online*, membuatnya senang bahkan memberikan tantangan bagi pemain *game online* [11]. Riset lain juga mendukung pernyataan ini tersebut yang menyatakan bahwa bermain *game online* dapat menurunkan perasaan negatif namun hanya sementara. Sehingga, ketika seseorang bermain *game online* secara berlebihan maka akan mengakibatkan kecanduan *game online* [12].

Hasil penelitian menunjukkan kejadian IGD didapatkan skor  $19,55 \pm 6,047$  yang menunjukkan tidak terdapat kejadian IGD namun skor tersebut termasuk dalam kategori kecanduan game rendah (rentang skor 9-25). IGD ditentukan apabila skor 26-45. Diagnostik IGD bila didapatkan gejala lima atau lebih dari 9 kriteria selama periode 12 bulan. Pada penelitian ini sebagian besar mahasiswa tidak menunjukkan tanda dan gejala *Internet Gaming Disorder (IGD)* seperti ketagihan melakukan bermain *game online*, mudah tersinggung jika ada yang melarang atau meminta untuk menghentikan bermain *game*, merasa gagal jika tidak bisa mengendalikan aktivitas bermain *game* dan lain-lain.

Tabel 2 menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara lama bermain game online dengan kejadian IGD dengan  $p$ -value 0,011. Nilai korelasi Spearman didapatkan nilai 0,259 menunjukkan bahwa arah korelasi positif yang berarti semakin lama bermain game online maka semakin tinggi kejadian IGD dengan kekuatan korelasi yang lemah. Penggunaan internet dan bermain game online telah menjadi aktivitas umum bagi anak-anak dan remaja. Bermain game online dan mencari kesenangan yang berhubungan dengan permainan dapat menyebabkan pengabaian terhadap hubungan sosial, dan tugas-tugas yang berhubungan dengan sekolah atau pekerjaan, bahkan kebutuhan fisik dasar [19]. Peningkatan jumlah waktu yang dihabiskan untuk bermain game online mengindikasikan adanya kecanduan [19]. Data menunjukkan penggunaan berbagai media elektronik untuk rekreasi pada anak usia 8-10 tahun menghabiskan waktu 8 jam perhari dan remaja lebih dari 11 jam perhari (ponsel, televisi, video, komputer, musik, media cetak, halaman web, media sosial). Jumlah ini lebih banyak daripada waktu mereka yang dihabiskan di sekolah atau bersama teman. Hasil penelitian ini menunjukkan rata-rata waktu penggunaan game online  $1,47 \pm SD 0,810$  jam, masih jauh dari rata-rata waktu penggunaan game online yang dapat menyebabkan kecanduan yaitu lebih 5 jam perhari, dengan skor IGD  $19,55 \pm 6,047$  yang menunjukkan tidak terdapat kejadian IGD. Hasil penelitian sebagian besar responden tidak menunjukkan tanda dan gejala IGD. IGD didefinisikan sebagai penggunaan internet secara terus-menerus dan berulang untuk bermain game, seringkali dilakukan dengan pemain lain yang menyebabkan gangguan/tekanan yang signifikan secara klinis. Hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian sebelumnya menunjukkan lebih dari 90% anak-anak dan remaja menghabiskan banyak waktu untuk bermain game [18].

Sebagian besar responden tidak menunjukkan gejala IGD seperti dominasi aktivitas bermain *game* di kehidupannya, kecemasan yang berlebihan jika tidak bermain *game*, melakukan kebohongan terhadap lamanya bermain *game* kepada keluarga, tidak dapat mengendalikan keinginan untuk bermain *game*, lebih memprioritaskan bermain *game* daripada melakukan aktivitas lainnya, banyak menghabiskan waktu untuk bermain *game*, tidak tertarik lagi terhadap hobi dan kesenangan kecuali *internet gaming* atau bahkan bisa menyebabkan kehilangan pekerjaan atau kesempatan karir karena bermain *internet gaming* (*American Psychiatry Association (APA) 2013*). Sejalan dengan penelitian sebelumnya menyebutkan penyebab mahasiswa yang bermain *game online* hanya untuk mengisi waktu luang, melepas stress, mulai bisa menentukan aktivitas yang harus di prioritaskan dan mampu mengontrol dirinya sendiri. Pada penelitian ini juga menunjukkan bahwa mahasiswa rentan dapat mengalami kecanduan *game online*. Ada beberapa faktor motivasi yang menjadi kecanduan *game online* yaitu faktor *relianship* yang merujuk pada keinginan untuk berinteraksi dengan orang lain dalam dunia virtual *game online* [16].

#### 4. KESIMPULAN

Rata-rata waktu yang digunakan mahasiswa Prodi DIII Keperawatan untuk bermain game online  $1,47 \pm 0,810$  jam perhari, dan rata-rata kejadian IGD sebesar  $19,55 \pm 6,047$  yang menunjukkan kecanduan game kategori rendah. Terdapat hubungan yang bermakna antara lama bermain game online dengan kejadian IGD dengan  $\rho$ -value 0,011. Nilai korelasi Spearman didapatkan nilai 0,259 menunjukkan bahwa arah korelasi positif yang berarti semakin lama bermain game online maka semakin tinggi kejadian IGD dengan kekuatan korelasi yang lemah.

#### UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapakan terimakasih disampaikan kepada mahasiswa Prodi DIII Keperawatan yang telah meluangkan waktu dan bersedia menjadi responden dalam penelitian ini. Terimakasih juga disampaikan kepada Ketua Prodi DIII Keperawatan yang telah memberikan ijin penelitian di lingkungan Prodi DIII Keperawatan Universitas Muhammadiyah Klaten.

#### REFERENSI

- [1] Dhamayanthie I. Dampak Game Online Terhadap Perilaku Mahasiswa Akamigas Balongan. *J ReKayasa, Teknol dan Sains*. 2020;4(1):13–5.
- [2] Tempo.co. Angka Kejadian Pengguna internet di Indonesia. In 2019. Available from: <https://www.google.com/amp/s/tekno.tempo.co/amp/1205948/survei-apjii-pengguna-internet-indonesia-capai-171-juta-jiwa>.
- [3] Rani D, Hasibuan EJ, Barus RKI. Dampak Game Online Mobile Legends: Bang Bang terhadap Mahasiswa Impact of Online Mobile Legends Game : Bang Bang for Students. *Perspektif*. 2019;7(1):6–12.
- [4] Jaya ES. WHO Tetapkan Kecanduan Game Sebagai Gangguan Mental, Bagaimana “Gamer” Indonesia Bisa Sembuh?”. In 2018. Available from: Januwar, et al. (2020). Artikel Penelitian Korelasi Internet Gaming Disorder Terhadap Kualitas Tidur pada Correlation Between Internet Gaming Disorder and Sleep Quality of. 26(1).8-16%0AJaya, E. S. (2018). WHO Tetapkan Kecanduan Game Sebagai Gangguan Ment
- [5] Lin C, Potenza MN, Brostr A. Addictive Behaviors Reports Internet gaming disorder , psychological distress , and insomnia in adolescent students and their siblings : An actor-partner interdependence model approach. 2021;13(December 2020).
- [6] Januar Lukita, William, Indriani K Sumadikarya FR. Korelasi Internet Gaming Disorder Terhadap Kualitas Tidur pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran UKRIDA Tahun Ajaran 2018/2019. 2020;26(1).
- [7] Ananda Oktavianti, Sanhg Ayu Made Adyani EN. Hubungan Kecanduan Game Online Terhadap Interaksi Sosial Pada Remaja. *J Profesi Keperawatan*. 2021;8(2):155–62.
- [8] Silvadha A, Benyamin P. Konsep Diri Pemain Game Online : Studi Fenomenologi tentang Kontruksi Konsep Diri Perempuan Pecanduan Online di Jakarta. *J Mhs Univ Padjadjaran*. 2012;1(1):1–16.
- [9] Rizki RD& PA. Hubungan Intensitas Bermain Game Online Dengan Kecenderungan Perilaku Agresif Pada Remaja. *Univ Negeri Padang*.
- [10] Chandra, Adi . Aniroh, Umi. dan Apriyanto R. Hubungan Antara Frekuensi dan Lama Waktu Bermaingame Online dengan Tajam Penglihatan pada Anak Sekolah

- Dasar : Tinjauan dari beberapa Artikel. 2019;1–11.
- [11] Lebho MA, Lerik MDC, Wijaya RPC. Perilaku Kecanduan Game Online Ditinjau dari Kesepian dan Kebutuhan Berafiliasi pada Remaja. *J Heal Behav Sci.* 2020;2(2):202–12.
  - [12] Wang, J.L., Sheng, J.R., Wang HZ. The Assocation Between Mobile Game Addiction and Depression, Social Anxiety, and Loneliness. *Public Heal.* 2019;
  - [13] Setiaji S. Hubungan Kecanduan Game Online dan Keterampilan Sosial pada Pemain Game Dewasa Awal. *J Psikol Psibernetika.* 2016;
  - [14] Wong, U & Hodgins D. Development of the game addiction inventory for adults (GAIA). *Addict Res Theory.* 2014;22(3):195–209.
  - [15] Anggraini FK. Internet Gaming Disorder : Psikopatologi Budaya Modern. *Bul Psikol.* 2015;23(1):1–12.
  - [16] Beranuy, M., Carbonell, X & Mark DG. A Qualitative Analysis of Online Gaming Addicts in Treatment. *Int J Ment Heal Addict.* 2013;11(2):149–61.
  - [17] Mubarok FH. Hubungan Antara Kecanduan Game Online dengan Pembelian Impulsif Perangkat Game pada Mahasiswa. *Acta Psychol.* 2021;3(1):69–80.
  - [18] Paulus FW, Ohmann S, von Gontard A, Popow C. Internet gaming disorder in children and adolescents: a systematic review. *Dev Med Child Neurol.* 2018;60(7):645–59.
  - [19] Gallegos C, Connor K, Zuba L. Internet gaming disorder in children and adolescents. *Nursing (Lond).* 2021;51(12):34–8.
  - [20] Torres-Rodríguez A, Griffiths MD, Carbonell X, Oberst U. Internet gaming disorder in adolescence: Psychological characteristics of a clinical sample. *J Behav Addict.* 2018;7(3):707–18.