

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. HASIL

1. Gambaran Umum

Sekolah Menengah Pertama Muhammadiyah 1 Gamping merupakan salah satu SMP yang ada di kabupaten Sleman. SMP Muhammadiyah 1 Gamping terletak di Jalan Wates KM 6, Depok, Ambarketawang, Sleman, Yogyakarta. SMP Muhammadiyah 1 Gamping berdiri pada tahun 1963 berdasarkan surat dinas pendidikan no 088/H/1986 tertanggal 25 April 1963. Pada tanggal 13 Oktober 2003 berdasarkan lembaga yang mengeluarkan SK yaitu bupati Sleman, dengan nomor SK B.41/11/8/UP. Luas tanah SMP Muhammadiyah 1 Gamping yaitu 2. 824 m². Luas tanah ini terhitung dari tahun 1467-2011 sampe sekarang ini.

Pada awalnya untuk membangun seklah SMP Muhammadiyah 1 Gamping ini dananya dulu pinjam pada kas desa setempat, namun karena kegigihan dan keuletan SMP Muhammadiyah 1 Gamping ini dari dana tersebut di tabung. Akhirnya tanah di SMP Muhammadiyah 1 Gamping dapat terbeli.dan statusnya menjadi milik sendiri. Setelah itu sekolah membangun beberapa sarana dan prasarana. SMP Muhammadiyah 1 Gamping ini memiliki tujuan sekolah yaitu SMP sebagai bagian dari pendidikan menengah dalam sistem pendidikan nasional bertujuan sesuai dengan pasal 4 Undang-undang Pendidikan Nasional yaitu: Peserta didik adalah anggota masyarakat yang berusaha mengembangkan potensi diri melalui proses pembelajaran yang tersedia pada jalur,jenjang dan jenis pendidikan tertentu.

2. Analisa Univariat

Analisa univariat adalah teknik analisa data yang dilakukan untuk mendeskripsikan satu variabel secara mandiri. Analisa univariat dalam

penelitian ini digunakan untuk mencari tau jenis kelamin, usia, usia pertama kali bermain *game online*, dan durasi bermain *game online*. Data yang diperoleh berupa frekuensi dan persentase.

a). **Karakteristik Responden**

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Siswa SMP Muhammadiyah 1 Gamping (n = 60)

Karakteristik	Frekuensi	Presentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	24	40
Perempuan	36	60
Usia		
13 tahun	23	38,3
14 tahun	37	61,7
Pertama Bermain <i>Game Online</i>		
<5 tahun	4	6,7
6-12 tahun	53	88,3
Diatas 13 tahun	3	5
Durasi Bermain <i>Game Online</i>		
<30 jam/minggu	34	56,7
31-56 jam/minggu	20	33,3
57-70 jam/minggu	6	10
Total	60	100,0

Sumber: Data Primer, 2024

Berdasarkan Tabel 4.1, menunjukkan mayoritas responden berdasarkan jenis kelamin adalah perempuan sebanyak 36 responden (60%). Berdasarkan usia mayoritas responden terbanyak berusia 14 tahun sebanyak 37 responden (61,7%). Berdasarkan pertama bermain *game online* terbanyak usia 6-12 tahun. Berdasarkan durasi bermain *game online* terbanyak <30 jam/minggu.

b). **Distribusi Kecanduan *Game Online***

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Kecanduan *Game Online* Responden Siswa SMP Muhammadiyah 1 Gamping (n = 60)

Kategori	F	%
Tidak Kecanduan	31	51,7
Kecanduan Ringan	18	30
Kecanduan Sedang	10	16,7
Kecanduan Berat	1	1,6
Total	60	100

Sumber: Data Primer, 2024

Berdasarkan tabel 4.2 diketahui bahwa mayoritas responden tidak memiliki kecanduan *game online* dengan jumlah responden sebanyak 31 responden (51,7%).

c). **Distribusi Kualitas Tidur**

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Kualitas Tidur Responden Siswa SMP Muhammadiyah 1 Gamping (n = 60)

Kategori	F	%
Kualitas Tidur Baik	39	65
Kualitas Tidur Buruk	21	35
Total	60	100

Sumber: Data Primer, 2024

Berdasarkan tabel 4.3 diketahui bahwa kualitas tidur responden mayoritas adalah kualitas tidur baik dengan jumlah responden sebanyak 39 responden (65%).

3. Analisa Bivariat

Analisa bivariat adalah teknik analisis kuantitatif untuk mengetahui hubungan antara dua variabel sehingga dapat memperoleh data statistik tentang hubungan diantara dua variabel. Analisa bivariat pada penelitian ini menggunakan metode statistik non parametrik atau metode bebas distribusi sehingga tidak perlu dilakukannya uji normalitas dan uji homegenitas. Data pada penelitian ini bersifat ordinal-ordinal sehingga uji yang digunakan untuk mengetahui hubungan antara kecanduan *game online* dengan kualitas tidur pada penelitian ini adalah uji korelasi *kendall tau-b*.

Tabel 4.4 Hubungan Kecanduan *Game Online* dengan Kualitas Tidur Siswa SMP Muhammadiyah 1 Gamping (n = 60)

Kecanduan <i>Game Online</i>	Kualitas Tidur				Total		Sig	Ci
	Baik		Buruk		F	%		
	F	%	F	%				
Tidak Kecanduan	31	51,7	0	0	31	51,7		
Kecanduan Ringan	7	11,7	11	18,3	18	30		
Kecanduan Sedang	1	1,7	9	15	10	16,7	0,000	0,747
Kecanduan Berat	0	0	1	1,7	1	1,7		
Total	39	65	21	35	60	100		

Sumber: Data Primer, 2024

Berdasarkan tabel 4.4 diketahui bahwa secara tabulasi silang mayoritas responden memiliki kualitas tidur pada kategori kualitas tidur baik dengan tingkat kecanduan *game online* tidak kecanduan sebanyak 31 responden (51,7%). Berdasarkan uji korelasi kendal tau-b diketahui bahwa nilai p value adalah $0,000 < 0,01$ yang dapat disimpulkan bahwa H_0 dalam penelitian ini diterima dan H_a ditolak yang berarti terdapat hubungan antara kecanduan game online dengan kualitas tidur siswa SMP Muhammadiyah 1 Gamping. Dan berdasarkan nilai koefisien diketahui bahwa nilai koefisien dalam penelitian ini adalah 0,747 yang dapat disimpulkan bahwa keeratan hubungan antara variabel kecanduan game online dengan kualitas tidur adalah kuat, dan berdasarkan nilai koefisien yang bersifat positif dapat juga disimpulkan bahwa semakin besat tingkat kecanduan *game online* maka semakin buruk kualitas tidur.

B. PEMBAHASAN

1. Karakteristik Responden

a). Usia

Berdasarkan hasil penelitian diketahui mayoritas responden berdasarkan jenis kelamin adalah perempuan sebanyak 36 responden (60%). Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Ponidjan (2022) dimana dalam penelitiannya diketahui bahwa

mayoritas responden berusia 14 tahun sebanyak 34 responden (40%).

Dalam masa remaja ini mereka menyukai hal yang menantang sehingga untuk menyalurkan rasa tersebut para remaja memiliki dorongan untuk terus menerus memainkan *Game Online* karena dengan memainkan *Game Online* membuat mereka selalu merasa tertantang (Indra, 2020). Hal tersebut dikarenakan kebanyakan sistem *game online* memang dirancang untuk terus dimainkan dan membuat seseorang merasa tertantang dan penasaran.

b). Jenis kelamin

Berdasarkan hasil penelitian diketahui mayoritas responden berdasarkan usia mayoritas responden berusia 14 tahun sebanyak 37 responden (61,7%). Hasil ini sesuai dengan penelitian Habibah (2020) dimana dalam penelitiannya diketahui bahwa mayoritas responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 123 responden (65,4%).

Hal ini dapat disebabkan oleh kecenderungan perempuan dalam mengakses informasi dan membandingkan dirinya dengan teman sebayanya. Hal ini juga dapat dikarenakan kesetaraan gender dimana laki-laki maupun perempuan memiliki kedudukan dan status yang sama dalam mengembangkan potensinya dalam segala bidang (Judiasih, 2022). Hal tersebut juga didukung dengan adanya *Esport Ladies* dan lomba nasional *game online* skala nasional yang ada di Indonesia dan yang menunjukkan bahwa perempuan juga diperbolehkan mengembangkan potensinya dalam bermain *Game Online*.

c). Usia awal bermain *game online*

Berdasarkan hasil penelitian diketahui mayoritas responden berdasarkan usia pertama bermain *game online* adalah usia 6-12 tahun. Hasil ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Hardiningsih (2020) dimana dalam penelitiannya diketahui

bahwa mayoritas responden usia awal bermain *game online* pada saat berusia 6-12 tahun sebanyak 50 responden (61,7%).

Sejak munculnya *Game Online* tersebut telah menjadi sangat *populer* dan mudah untuk mengaksesnya. Kita dapat memainkan *Game Online* pada berbagai platform seperti Komputer Pribadi (*PC*), *Konsol Game* (alat khusus untuk bermain game) dan ponsel pintar (Novrialdy, 2019). Kemudahan dalam mengakses *game online* dan perkembangan teknologi saat ini membuat anak berusia 6-12 tahun dapat bermain dan mengakses *game online* dengan mudah dan orang tua cenderung lebih membiarkan anaknya bermain *game online* dirumah dikarenakan tidak merasa khawatir dari pada anak bermain diluar rumah tanpa pengawasan.

d). Durasi bermain *game online*

Berdasarkan hasil penelitian diketahui mayoritas responden berdasarkan durasi bermain *game online* adalah <30 jam/minggu. Hasil ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Hardiningsih (2020) dimana dalam peneltiannya diketahui bahwa mayoritas responden usia awal bermain *game online* pada saat berusia 6-12 tahun sebanyak 50 responden (61,7%).

Anak usia 6-12 tahun sedang mengalami perkembangan menyeluruh, pada usia ini anak sering disebut dengan “usia bermain”. Pada tahap ini anak akan mengalami perkembangan yang signifikan pada minat dan kemampuan. Pada dasarnya *Game online* dapat menarik perhatian seseorang sehingga menghabiskan sebagian besar waktu seseorang untuk bermain sehingga menjadi hal yang biasa jika anak usia 6-12 sudah mengenal *game online* pada masa saat ini. (Astuti et al., 2024).

2. Distribusi Kecanduan *Game Online*

Berdasarkan hasil penelitisn diketahui bahwa mayoritas responden tidak memiliki kecanduan *game online* dengan jumlah responden

sebanyak 31 responden (51,7%). Hasil ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Hardiningsih (2020) dimana dalam penelitiannya diketahui bahwa mayoritas responden memiliki tingkat kecanduan IGD dan tidak IGD yaitu sebanyak 161 responden (80,1%).

Makna dari kecanduan bukan hanya melekat pada obat atau bahan kimia hal itu juga melekat pada suatu aktifitas sehingga seseorang dapat ketergantungan. *World Health Organization* (2018) dalam *International Classification of Diseases (ICD-11)* menyatakan bahwa *adiksi Game Online* merupakan salah satu gangguan mental. Pernyataan tersebut ditandai adanya gangguan kontrol dari *game* dengan lebih tingginya prioritas *game* ketimbang aktifitas yang lainnya. Terdapat beberapa faktor yang dapat menyebabkan seseorang kecanduan game online seperti depresi, kurang kontrol, kurang kegiatan, lingkungan, dan gender dengan menjaga keenam hal tersebut maka seseorang dapat mencegah terjadinya kecanduan *game online*. (Saputra et al., 2023)

Berdasarkan wawancara terhadap beberapa siswa juga diketahui bahwa mereka sebenarnya ingin memainkan *game online* namun hal tersebut dapat terkontrol dengan adanya kegiatan lain dan keterbatasan waktu yang mereka miliki dikarenakan waktu mereka habis untuk kegiatan yang lebih bermanfaat.

3. Distribusi Kualitas Tidur

Berdasarkan tabel 4.3 diketahui bahwa kualitas tidur responden mayoritas adalah kualitas tidur baik dengan jumlah responden sebanyak 39 responden (65%). Hasil tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Wulandari (2024) dimana dalam penelitiannya diketahui bahwa mayoritas responden memiliki kualitas tidur yang baik sebanyak 41 responden (73%).

Kualitas tidur dapat ditentukan dengan cara mempersiapkan pola tidur saat malam hari seperti kepuasan tidur dan bisa atau tidaknya tidur tanpa bantuan medis. *Mood* baik saat pagi hari, kesegaran badan, tidak

adanya gangguan tidur merupakan dampak dari kualitas tidur yang baik (Zetrial, 2021). Berdasarkan data kecanduan *game online* juga diketahui bahwa mayoritas responden tidak memiliki kecanduan *game online*, hal tersebut juga menjadi salah satu indikator bahwa kesiapan dalam mempersiapkan pola tidur telah dijaga dengan baik.

4. Hubungan Kecanduan *Game Online* dengan Kualitas Tidur

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa secara tabulasi silang mayoritas responden memiliki kualitas tidur pada kategori kualitas tidur baik dengan tingkat kecanduan *game online* tidak kecanduan sebanyak 31 responden (51,7%). Berdasarkan uji korelasi kendal tau-b diketahui bahwa nilai p value adalah $0,000 < 0,01$ yang dapat disimpulkan bahwa H_a dalam penelitian ini diterima dan H_o ditolak yang berarti terdapat hubungan antara kecanduan *game online* dengan kualitas tidur siswa SMP Muhammadiyah 1 Gamping. Dan berdasarkan nilai koefisien diketahui bahwa nilai koefisien dalam penelitian ini adalah 0,747 yang dapat disimpulkan bahwa keeratan hubungan antara variabel kecanduan *game online* dengan kualitas tidur adalah kuat, dan berdasarkan nilai koefisien yang bersifat positif dapat juga disimpulkan bahwa semakin besar tingkat kecanduan *game online* maka semakin buruk kualitas tidur. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Susanti (2022) dimana dalam penelitian diketahui bahwa terdapat hubungan antara kecanduan *game online* dengan kualitas tidur dengan nilai p value 0,009.

Sejak munculnya *Game Online* tersebut telah menjadi sangat populer dan mudah untuk mengaksesnya. Kita dapat memainkan *Game Online* pada berbagai platform seperti Komputer Pribadi (PC), *Konsol Game* (alat khusus untuk bermain game) dan ponsel pintar (Novrialdy, 2019). Kecanduan *Game Online* akan menyebabkan seseorang terus bermain dan tidak mau berhenti bermain *game* tersebut sebelum rasa penasaran akan *game* tersebut belum terpenuhi (Manuputty et al., 2019). Kecanduan *Game Online* pada usia remaja wajib diwaspadai karena

memiliki dampak psikologis untuk pelajar atau non-pelajar saat memasuki tahap perkembangan dewasa awal dengan peran pelajar. Sebagian besar pelajar dan masyarakat secara umum tidak mengetahui secara rinci faktor pendorong dampak positif maupun negatif dari *game online* (Zetrial, 2021).

Indikator dalam kecanduan game online timbul rasa ikatan dengan *game* tersebut sehingga pengendalian terhadap diri sendiri kurang, waktu yang digunakan untuk bermain juga menimbulkan masalah untuk pemain *game* tersebut. *Gamers* merasakan kebutuhan waktu bermain *game* meningkat, menghindari masalah dengan bermain *game online*, emosi tidak stabil, gelisah jika tidak bermain *game online*, pemain *game* juga berusaha untuk berhenti bermain *game online* namun tidak berhasil (Pratama et al., 2020). Sebagai salah satu dampaknya ialah menurunnya kualitas tidur dikarenakan waktu untuk tidur akan terbagi dengan waktu bermain *game online*.

C. KETERBATASAN

Penelitian ini memiliki keterbatasan yaitu penelitian ini hanya untuk melihat hubungan kecanduan Game Online dengan kualitas tidur dan belum meneliti variabel lain seperti prestasi akademik dan perkembangan emosional.