

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. HASIL PENELITIAN

1. Gambaran Umum Tempat Penelitian

SMK Negeri 1 Seyegan terletak di Jalan Kebonagung Km 8, Jalangan Margomulyo, Seyegan. SMK Negeri 1 Seyegan terletak kurang lebih 5 km dari kota Sleman. Karena lokasi kami tidak berada di pusat kota, kami mempunyai keunggulan dalam menunjang kegiatan belajar mengajar sehingga siswa dapat belajar tanpa terganggu hiruk pikuk kota. SMK Negeri 1 Sagan merupakan salah satu sekolah kejuruan yang terletak di Kabupaten Sleman. Siswa di sekolah ini diajarkan untuk memiliki keterampilan kerajinan tangan, namun didasari oleh keimanan dan ketakwaan.

SMKN 1 Seyegan sendiri menawarkan mata kuliah Teknik Kendaraan Ringan (TKR), Teknik Konstruksi Batu dan Beton (TKBB), Teknik Perancangan Arsitektur (TGB), Teknik Autotronik (TO), Teknik Fabrikasi Logam (TFL), dan Teknik Sepeda Motor adalah tujuh jurusan. (TSM) dan Teknologi Komputer dan Jaringan (TKJ). SMK Negeri 1 Sagan merupakan salah satu sekolah negeri yang terletak di kabupaten Sleman. SMK Negeri 1 Seyegan berlokasi strategis dekat dengan jalan utama sehingga memudahkan akses. SMK Negeri 1 Seyegan terletak di Jalan Kebonagung Km 8, Jambulangan, Margomulyo, Seyegan. Telepon/Fax: 0274-866442/862867 Email: smkn1seyegan@gmail.com, kurang lebih \pm 5 km sebelah barat kota Sleman. Jika kita datang dari kampus Universitas Negeri Yogyakarta, dibutuhkan waktu kurang lebih 25 menit berkendara menuju sekolah tersebut. SMK Negri 1 Batasan geografis Kabupaten Sagan adalah : Sisi Utara : Sisi Selatan : Timur : Padukhan Pundon, Murati Padukhan Jean Bran Gan

SMKN 1 1 Jalan Seyegan Ada dua kompleks yang terletak di Kebonagung Km 8, Margomulyo, Seyegan dan Jalan Magelang Km 12. Kedua kompleks gedung tersebut adalah kompleks gedung induk dan kompleks gedung tambahan yang terletak di Jalan Samsat Sleman No. 12 Selatan, yang digunakan sebagai tempat kerja bengkel untuk beberapa skill pack.

2. Karakteristik Responden

Tabel 4.1 Karakteristik Remaja Di SMK N 1 Seyegan

Variabel	Frekuensi	Persentase (%)
Usia		
16 Tahun	11	20,0
17 Tahun	33	60,0
18 Tahun	11	20,0
Jenis Kelamin		
Laki-laki	35	63,6
Perempuan	20	36,4
Jenis Game Yang Dimainkan		
PUBG	24	43,7
MLbb	12	21,8
COC	19	34,5
Frekuensi Bermain Dalam Sehari		
1-2 kali sehari	10	18,2
3-4 kali sehari	26	47,3
>4 kali sehari	19	34,5
Apa Alasan Saudara/I Bermain Game Online?		
Sarana penyaluran emosi	8	14,5
Sarana memperoleh teman	9	16,4
Sarana untuk bersantai	5	9,1
Ingin memiliki status yang kuat / hebat dalam dunia game	10	18,2
Ingin bersaing / menantang pemain lain		

Ingin mengoptimalkan karakter yang dimainkan	6	10,9
Bagian dari komunikasi	7	12,7
Ingin mendapatkan pengetahuan dari game		
Berapa Jam Bermain Game Online Dalam Sekali Bermain?	6	10,9
1-2 jam	4	7,3
>2 jam sampai 5 jam		
>5 jam	25	45,4
Dengan Siapa Tinggal	13	23,6
Kedua orang tua	16	29,1
Dengan salah satu orang tua [bercerai / wafat]		
Tidak dengan kedua orang tua [saudara/i atau sendiri (kost)]	30	54,5
	12	21,8
	13	23,7
Total	55	100,0

Karakteristik penelitian berdasarkan umur: Responden terbanyak berusia 17 tahun sebanyak 33 orang (60,0%), dan berjenis kelamin laki-laki sebanyak 35 orang (63,6%). Jenis game yang sering dimainkan paling banyak adalah PUBG sebanyak 24 orang (43,7%), MLbb sebanyak 12 orang (21,8%), COC 19 orang (34,5%). Frekuensi bermain dalam sehari dengan kategori 1-2 kali sehari sebanyak 10 orang (18,2%), 3-4 kali sehari sebanyak 6 orang (47,3%), dan >4 kali sehari sebanyak 19 orang (34,5%). Alasan saudara/i bermain *game online* paling banyak adalah “ingin memiliki status yang kuat / hebat dalam dunia *game*” sebanyak 10 orang (18,2%), sedangkan alasan bermain *game online* paling sedikit adalah “ingin mendapatkan pengetahuan dari *game*” sebanyak 4 orang (7,3%). Waktu atau jam dalam sehari bermain game online 1-2 jam sebanyak 25 orang (45,4%), lebih dari 2 jam sampai 5 jam sebanyak 13 orang (23,6%), lebih dari 5 jam sebanyak 25 orang (29,1%). Kategori tinggal dengan orangtua merupakan jumlah terbanyak, sebanyak 30 orang (54,5%), dengan salah satu orangtua sebanyak 12 orang (21,8%), dan tidak dengan orangtua sebanyak 13 orang (23,7%).

3. Analisa Univariat

Tabel 1.2 Distribusi Frekuensi Kecanduan Game Online Pada Remaja

Kecanduan Game	Frekuensi	Persentase (%)
Ringan	26	47,3
Sedang	14	25,5
Berat	15	27,3
Total	55	100,0

Dari 55 responden didapat hasil sebanyak 26 responden (47,3%) dengan kecanduan game online ringan, sebanyak 14 responden (25,5%) dengan kecanduan game online sedang, dan sebanyak 15 responden (27,3%) dengan kecanduan game online berat.

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Pada Remaja

Stress	Frekuensi	Persentase (%)
Normal	7	12,7
Ringan	14	25,5
Sedang	20	36,4
Berat	14	25,5
Total	55	100,0

Dari 55 responden didapat hasil sebanyak 20 responden (36,4%) dengan stress sedang, sebanyak 14 responden (25,5%) dengan stress ringan dan berat, dan sebanyak 7 responden (12,7%) dengan keadaan tidak stress atau normal.

4. Analisa Bivariat

Tabel 4.4 Hubungan Kecanduan Game Online Dengan Tingkat Stres Pada Remaja Di SMK N 1 Seyegan

Kecanduan Game Online	Tingkat Stress								Total	P- value
	Normal		Ringan		Sedang		Berat			
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	
Ringan	7	12,7	9	16,4	7	12,7	3	5,5	26	47,3
Sedang	0	0,0	0	3,6	7	12,7	5	9,1	14	25,5
Berat	0	0,0	3	5,5	6	10,9	6	10,9	15	27,3
Total	7	12,7	14	25,5	20	36,4	14	25,5	55	100,0

Sebanyak 26 siswa (47,3%) yang kecanduan game online dengan kategori ringan, sebanyak 7 siswa (12,7%) tidak mengalami stress, sebanyak 9 siswa (16,4%) mengalami stress ringan, sebanyak 7 siswa (12,7%) mengalami stress sedang, dan sebanyak 3 siswa (5,5%) mengalami stress berat. Sebanyak 14 siswa (25,5%) yang kecanduan game online dengan kategori sedang, sebanyak 0 siswa (0%) tidak mengalami stress, sebanyak 2 siswa (3,6%) mengalami stress ringan, sebanyak 7 siswa (12,7%) mengalami stress sedang, dan sebanyak 5 siswa (9,1%) mengalami stress berat. Sebanyak 15 siswa (27,3%) yang kecanduan game online dengan kategori berat, sebanyak 0 siswa (0%) tidak mengalami stress, sebanyak 3 siswa (5,5%) mengalami stress ringan, sebanyak 6 siswa (10,9%) mengalami stress sedang, dan sebanyak 6 siswa (10,9%) mengalami stress berat.

Hasil uji *spearman rank* didapat nilai *p-value* $0,001 < 0,05$ yang artinya Ada hubungan kecanduan game online dengan tingkat stres pada remaja di SMK N 1 Seyegan.

B. PEMBAHASAN

1. Karakteristik Responden

a. Usia Remaja Di SMKN 1 Seyengan

Berdasarkan data karakteristik usia remaja di SMKN 1 Seyengan usia terbanyak berusia 17 tahun sebanyak 33 orang (60,0%). Sesuai data demografi responden didapatkan usia responden yaitu dari usia 16- 19 tahun, dimana usia tersebut yaitu antara usia remaja pertengahan dan akhir. Usia remaja juga selalu ingin tahu dengan sesuatu yang baru entah itu menguntungkan untuk diri sendiri taukah merugikan, kebanyakan usia remaja masih dibidang kurang bisa mengontrol emosi dan juga emosinya belum stabil. (Rubiana, A & Melita, S, 2018)

Penelitian yang dilakukan oleh Devita, (2019) menunjukkan proporsi terbesar dari masalah mental emosional pada anak dan remaja di Jakarta adalah masalah hubungan dengan teman sebaya 54,81%, dan masalah emosional 42,2%, sedangkan untuk remaja lebih banyak mengalami masalah emosi (33,55)

Menurut pendapat peneliti usia remaja, cenderung memiliki emosi yang bergejolak dan kemampuan remaja untuk mengelola emosi belum berkembang secara matang. Pada saat remaja dihadapkan pada suatu permasalahan atau konflik, remaja belum mampu merespon dengan baik efek emosional yang dirasakannya, remaja masih memperlihatkan perasaan tidak aman, takut dan cemas. Hal ini membuat remaja cenderung untuk mengikuti emosinya dalam berbagai tindakan.

Jadi, berdasarkan data di atas dapat disimpulkan bahwa remaja usia 17 tahun lebih banyak yang mengalami kecanduan game online. Karena Game online menjadi bentuk pelarian diri dari realitas kehidupan, menghilangkan rasa stress, jenuh dan bosan dengan tugas yang banyak.

b. Jenis Kelamin Remaja Di SMKN 1 Seyengan

Berdasarkan data karakteristik jenis kelamin remaja di SMKN 1 Seyengan Jenis kelamin laki-laki sebanyak 35 orang (63,6%). Kecanduan game online berdasarkan variabel moderator (jenis kelamin) memberikan hasil yang signifikan. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Mohammadi et al. (dalam Widayanti. 2017) bahwa terdapat hubungan signifikan antara usia dan jenis kelamin serta pola asuh orang tua terhadap dorongan bermain game di rumah.

Diperkuat oleh pendapat yang dikemukakan oleh Aydin et al. (dalam Widayanti. 2017) yang menyimpulkan bahwa pola asuh orang tua memiliki pengaruh signifikan terhadap tingkat kecanduan game pada putra putrinya. Lebih lanjut Corbin (dalam Widayanti. 2017) menjelaskan pada hasil penelitian bahwa terdapat perbedaan signifikan antara usia dan gender dengan intensitas kecanduan game online.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kecanduan game online peserta didik laki laki lebih tinggi dibandingkan kecanduan game online peserta didik perempuan. Hasil penelitian ini mendukung beberapa hasil riset sebelumnya yang menyatakan bahwa kecanduan game online berdasarkan jenis kelamin laki laki lebih mengungguli perempuan anak laki-laki lebih tinggi intensitas bermain game online dibandingkan anak perempuan. (Widayanti,2017).

c. Jenis Game Online Yang Sering Dimainkan Remaja Di SMKN 1 Seyengan

Jenis game online yang sering dimainkan remaja di SMKN 1 Seyengan adalah PUBG sebanyak 24 orang (43,7%), MLbb sebanyak 12 orang (21,8%), COC 19 orang (34,5%). Seiring berkembangnya smartphone saat ini, mulai bermunculan game-game yang baru dan mudah dimainkan dimana saja dan kapan saja. Banyak sekali permainan smartphone saat ini yang berbasis online. salah satunya adalah Game PUBG mobile atau *Player Unknown Battleground Mobile* merupakan game online yang dapat dimainkan di handphone dan terkoneksi oleh internet. Game ini merupakan game bergenre FPS (*First Person*

Shooter) dan TPS (*Third Person Shooter*). Dimana PUBG Mobile ini bisa dimainkan sendiri atau maksimal 4 orang secara bersamaan dimana terdapat 100 orang akan bertempur untuk bertahan hidup yang akhirnya dia akan menjadi seorang pemenang dengan menjadi orang paling terakhir yang bertahan (Rachmat,2019).

Hubungan Intensitas Bermain Game Online PUBG Mobile dan Konformitas Teman Sebaya Dengan Perilaku Agresif pada Remaja. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa hubungan antara intensitas bermain game online PUBG mobile dengan perilaku agresif memiliki nilai signifikansi sebesar 0,000 yang artinya adalah sangat signifikan dengan nilai koefisien korelasi 0,342. Kemudian, hubungan antara konformitas teman sebaya dengan perilaku agresif pada remaja memiliki nilai signifikansi sebesar 0,000 yang artinya signifikan dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,481 (Praswanda, Y. B., Santosa, H. P., & Pradekso, T, 2021).

Menurut pendapat peneliti terpaan tayangan kekerasan yang ada didalam game akan meningkatkan agresi seseorang. Terpaan itu yang nanti akan mempengaruhi seseorang merespon ketika bermain game dan kemungkinan perilaku agresif akan meningkat. Teori (GAM) *General Aggression Model* ini juga menjelaskan bahwa adanya efek jangka panjang pada seseorang yang bermain game untuk mengamati serta mempelajari game yang dimainkannya yang berhubungan dengan intensitas ketika seseorang bermain game online PUBG mobile yang mana banyak sekali unsur kekerasan yang ada didalamnya. Jika dilihat berdasarkan teori *General Aggression Model* (GAM), responden cenderung akan berperilaku agresif jika responden bermain game online PUBG mobile dengan intensitas yang tinggi baik frekuensi serta durasinya, sehingga mereka akan mengamati serta mempelajari tayangan kekerasan yang ada dalam game online PUBG mobile tersebut dan responden dengan intensitas bermain game online PUBG tinggi kemungkinan mereka akan memiliki keinginan untuk mencapai peringkat tertinggi dalam game online PUBG mobile tersebut jadi jika keinginan mereka untuk mencapai peringkat tertinggi pada game online PUBG

mobile terhalang oleh suatu hal maka mereka akan cenderung memiliki perasaan mudah marah dimana perasaan mudah marah merupakan gejala dari stress yang dirasakan oleh siswa tersebut.

d. Frekuensi Bermain Dalam Sehari Pada Remaja Di SMKN 1 Seyengan

Frekuensi Bermain Dalam Sehari Pada Remaja Di SMKN 1 Seyengan dengan kategori 1-2 kali sehari sebanyak 10 orang (18,2%), 3-4 kali sehari sebanyak 6 orang (47,3%), dan >4 kali sehari sebanyak 19 orang (34,5%). Kecanduan game online (*online gaming addiction*) merupakan penggunaan yang berlebihan terhadap game online, role playing game, atau permainan interaktif melalui internet. Tanda-tanda yang ditunjukkan antara lain, bermain hampir setiap hari dan dalam waktu yang lama (lebih dari 4 jam), merasa gelisah atau pemarah jika tidak dapat bermain, dan mengorbankan kegiatan sosial dan yang lainnya. Individu yang kecanduan game online dalam seminggu dapat menghabiskan waktu sebanyak 30 jam atau rata-rata pecandu game online bisa menghabiskan waktu \pm 20-25 jam dalam seminggu, sehingga dalam sehari bisa bermain sekitar lebih dari 5 jam (Gebrina, 2015).

Hubungan Intensitas Bermain Game Online dengan Tingkat Stress dan Kecerdasan Emosional Remaja Pada Era New Normal. Hasil Spearman's Rho antara intensitas bermain game online dan tingkat stress dengan nilai p value < 0,001 dan $r = 0,451$ menunjukkan bahwa ada hubungan antara intensitas bermain game online dengan tingkat stress dengan kekuatan korelasi sedang dan arah hubungan positif. Hasil Spearman's Rho antara intensitas bermain game online dan kecerdasan emosional dengan nilai p value < 0,001 dan $r = -0,550$ menunjukkan bahwa ada hubungan antara intensitas bermain game online dengan kecerdasan emosional dengan kekuatan korelasi sedang dan arah hubungan negative (Armiandeni, N. M. Y., Susqanti, N. L. P. D., & Parwati, N. W. M, 2023)

Menurut pendapat peneliti banyaknya remaja yang memiliki intensitas bermain game online yang tinggi disebabkan karena faktor lingkungan dan pengaruh dari teman sebaya. Berdasarkan hasil analisis terdapat 19 orang

(34,5%) remaja yang memiliki intensitas bermain game online tinggi hal ini disebabkan karena rasa bosan yang dimiliki oleh remaja sehingga memilih mengalihkan pada permainan atau game yang dapat memberikan hiburan. Selain itu.

e. Alasan Bermain Game Online Pada Remaja Di SMKN 1 Seyengan

Alasan bermain game online pada remaja di SMKN 1 Seyengan adalah “ingin memiliki status yang kuat / hebat dalam dunia *game*” sebanyak 10 orang (18,2%), sedangkan alasan bermain *game online* paling sedikit adalah “ingin mendapatkan pengetahuan dari *game*” sebanyak 4 orang (7,3%). 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 penggunaannya 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)

Tingkat Kecanduan Game Online Pada Remaja. 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%) (Rahman, I. A., Ariani, D., & Ulfa, N, 2022).

Menurut pendapat peneliti, ketertarikan remaja terhadap game online telah membuat sebagian besar pemainnya mengalami kecanduan diakibatkan oleh intensitas bermain game yang relative lama sehingga timbul efek kecanduan yang semakin hari semakin sulit untuk dihilangkan. Dan hal ini sejalan dengan teori yang mengemukakan tentang kecanduan, kecanduan menyebabkan gejala ketagihan dalam bentuk timbulnya reaksi jasmaniah dan atau psikis yang mengganggu baik secara serius maupun tidak. Remaja yang terlalu sering bermain game online akan mengalami efek kecanduan yang kemudian

memberikan dampak seperti menjadi anti sosial, suka lupa waktu, pemalas, tidak disiplin dan lain lain. Game online ini juga telah menyebabkan interaksi dan komunikasi remajasemakin sedikit karena sebagian besar waktunya telah digunakan untuk bermain game online.

f. Waktu Atau Jam Dalam Sehari Bermain Game Online Pada Remaja Di SMKN 1 Seyengan

Waktu atau jam dalam sehari bermain game online pada remaja di SMKN 1 Seyengan 1-2 jam sebanyak 25 orang (45,4%), lebih dari 2 jam sampai 5 jam sebanyak 13 orang (23,6%), lebih dari 5 jam sebanyak 25 orang (29,1%).Durasi bermain game online membuat kualitas tidur pada remaja menjadi buruk dikarenakan dengan bermain game online membuat remaja kecanduan sehingga mengabaikan keiatan-kegiatan lain termasuk tidur hingga larut malam Kualitas tidur yang buruk akan menyebabkan gangguan fisiologis dan psikologis seperti adanya rasa lelah, mudah mengantuk, dan penutuan aktivitas sehari-hari pada responden khususnya pada pelajar, kualitas tidur yang buruk dapat mempengaruhi konsentrasi belajar karena merasa mudah lelah dan mengantuk. Hasil ini sejalan bahwa semakin lama durasi bermain game online seseorang remaja maka akan semakin buruk kualitas tidurnya (Ramadhan,2017)

Hubungan Kecanduan Dan Durasi Bermain Game Online Dengan Kualitas Tidur Pada Remaja Di Kelurahan Kassilampe Tahun 2022. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara kecanduan bermain game online dengan kualitas tidur pada remaja (p value = 0,000), dan (p -value = 0,032), menunjukkan bahwa ada hubungan antara durasi bermain game online dengan kualitas tidur pada remaja (Anjelika,2022)

Menurut pendapat peneliti, hal ini terjadi karena waktu penggunaan responden bermain game online selama ≥ 2 jam/hari dan paparan sinar dari handphone menyebabkan tubuh dalam pengaturan aktivitas sehingga menghasilkan kualitas tidur tetap buruk, keseringan bermain game online mengakibatkan banyak waktu yang digunakan untuk bermain dan tidak melakukan kegiatan atau aktivitas lain selain bermain game online. Durasi lama

bermain game online menjadi tidak terkontrol atau melebihi batas normal apabila sudah sampai ke tahap tersebut akan menunjukkan perilaku malas belajar dan membuat remaja berperilaku acuh dan kurang peduli lingkungan, karena hanya ingin berinteraksi dengan game online saja, hal ini dapat membuat kesehatan jantung menurun akibat begadang untuk bermain game online. Durasi bermain game online yang digunakan remaja terjadi karena game online memiliki banyak tantangan saat memainkannya, sehingga memicu responden untuk menyelesaikan tantangan game yang dimainkan, ketika tantangan terselesaikan otomatis mereka mendapatkan “reward” bahkan naik level tersebut. Bermain game online dengan durasi yang cukup lama di pengaruhi oleh teman sebaya yang bermain game online serta sebagai bentuk pelarian ketika stress, masalah serta kurangnya dalam bermedia sosial, hal ini membuat remaja tidak terkontrol dan sudah kecanduan bermain game online, dan remaja sulit berkonsentrasi serta mudah marah karena hanya terbiasa berinteraksi satu arah dengan smartphone dan membuat kesehatannya menurun.

g. Kategori Tinggal Pada Remaja Di SMKN 1 Seyengan

Kategori Tinggal ada Remaja Di SMKN 1 Seyengan dengan kategori tinggal dengan orangtua merupakan jumlah terbanyak, sebanyak 30 orang (54,5%), dengan salah satu orangtua sebanyak 12 orang (21,8%), dan tidak dengan orangtua sebanyak 13 orang (23,7%). Faktor konformitas lebih dikenal dengan istilah ikut-ikutan teman untuk memanfaatkan waktu senggang menjadi salah satu alasan remaja cenderung tertarik dengan dunia virtual. Selain itu, bentuk pola asuh orang tua juga mempengaruhi anak dalam bermain game online. Lemahnya pantauan orang tua dan lingkungan yang tidak mendukung menyebabkan remaja memiliki perilaku yang berisiko. Salah satu perilaku berisiko yang terjadi pada remaja adalah kecanduan game online. Kendala yang timbul atas ketagihan game online ini diperlukan dukungan dan intervensi peran keluarga dalam menghambat terjadinya ketagihan terhadap internet dan game online (Young,2019).

Gambaran Kelekatan Terhadap Ayah Pada Remaja Laki-Laki Pecandu Games Online. Hasil penelitian menunjukkan kelekatan terhadap ayah pada remaja laki-laki pecandu game online cenderung tinggi (61%). Dimensi dominan dalam penelitian ini adalah dimensi keterasingan (allination) sebesar 48% (Linawati, L., Wijaya, Y. D., & Safitri, S,2020)

Menurut pendapat peneliti, peran orangtua sebagai pusat pengasuhan memegang peran penting, oleh karena itu kerjasama dalam pengasuhan sangat diperlukan, dimana ayah dan ibu terlibat bersama dalam pengasuhan tersebut. Seorang ayah yang ikut andil dalam pengasuhan sejak anak-anak usia bayi, akan membentuk kelekatan antara anak dan ayah yang bersifat kekal, meskipun figur ayah akan tergantikan oleh peran teman sebaya/peer saat anak-anak memasuki remaja. Remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang meliputi perubahan biologis, perubahan psikologis, dan perubahan social.

2. Analisa Univariat

a. Distribusi Frekuensi Kecanduan *Game Online* Pada Remaja Di SMK N 1 Seyegan

Dari 55 responden didapat hasil sebanyak 26 responden (47,3%) dengan kecanduan game online ringan, sebanyak 14 responden (25,5%) dengan kecanduan game online sedang, dan sebanyak 15 responden (27,3%) dengan kecanduan game online berat. Game Online adalah video game yang dimainkan secara online (melalui jaringan internet) pada suatu perangkat dan dapat dimainkan oleh banyak orang secara real time (bersamaan). Ada dua komponen penting dalam bermain game online. Pemain membutuhkan perangkat seperti ponsel (spesifikasinya berbeda-beda tergantung jenis permainannya) dan tentunya router atau perangkat untuk menghubungkan ponsel ke internet (Kurniawan,2017).

Hubungan kecanduan game online dengan tingkat stress pada remaja di Kelurahan Pulangi Kecamatan Sendana Kota Palopo. Berdasarkan hasil penelitian, dari 61 responden yang disurvei, 55 (90,2%) terkait dengan kecanduan game online dan 6 (9,8%) responden dengan terkait kecanduan game online.

Menurut peneliti, aktivitas bermain game online semakin meningkat dari waktu ke waktu, sehingga jika melebihi kriteria inklusi maka dapat disimpulkan bahwa hal tersebut merupakan kecanduan. Selain itu, terdapat tanda-tanda kecanduan lainnya, seperti jumlah waktu yang dihabiskan untuk bermain game online yang terus meningkat, ketidakmampuan mengontrol penggunaan internet, rasa frustrasi dan kecemasan ketika tidak dapat bermain game online, dan penggunaan internet sebagai jalan keluar resolusi. Ada indikator masalah, berbohong kepada teman dan keluarga tentang waktu yang dihabiskan untuk game online, terus menggunakan internet meskipun uang terbatas,

Perilaku kecanduan game online cenderung terjadinya dampak seperti sering lupa waktu dan boros dalam keuangan, menjadi malas dalam beraktivitas selain bermain game dan menjadi emosional. Faktor utama yang dapat menyebabkan seseorang menjadi pecandu adalah karena pada game online terdapat banyak pemain lain yang bisa bermain bersama. Para pemain di seluruh dunia bisa saling berinteraksi satu sama lain melalui game tersebut, sehingga terbentuk apa yang disebut virtual world (dunia maya). Orang yang terisolasi dari lingkungan, cenderung cepat bosan, suka menyendiri, serta kurang percaya diri adalah orang yang mungkin beresiko menjadi pecandu game. Kecanduan game lebih banyak terjadi pada remaja, karena adanya keinginan untuk mendapatkan kekuatan, kecepatan perubahan serta memiliki keinginan untuk menganalisis aturan dalam sistem game dan mengoptimalkan karakter didalam game online.

a. Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Pada Remaja Di SMK N 1 Seyegan

Dari 55 responden didapat hasil sebanyak 20 responden (36,4%) dengan stress sedang, sebanyak 14 responden (25,5%) dengan stress ringan dan berat, dan sebanyak 7 responden (12,7%) dengan keadaan tidak stress atau normal. Pada

tingkat stres ini, individu fokus pada hal-hal penting pada saat itu dan mengesampingkan orang lain, sehingga mempersempit bidang kognitifnya. Respon fisiologis terhadap tingkat stres ini menyebabkan gangguan lambung dan usus seperti maag, buang air besar tidak teratur, ketegangan otot, jantung berdebar-debar, gangguan pola tidur dan sirkulasi menstruasi. Reaksi psikologis meliputi perasaan gelisah atau ketegangan emosi yang semakin meningkat, perasaan bahwa aktivitas menjadi membosankan atau sulit, dan perasaan takut atau cemas yang tidak dapat dijelaskan. Reaksi perilaku meliputi terjatuh atau pingsan, hilangnya kemampuan merespon stimulasi, ketidakmampuan melakukan aktivitas normal sehari-hari, dan penurunan stimulasi dan daya ingat. Situasi ini dapat berlangsung dari beberapa jam hingga beberapa hari (Prayitno, 2019).

Hubungan kecanduan game online dengan Tingkat stress pada remaja di Kelurahan Pulangi Kecamatan Sendana Kota Palopo. Berdasarkan hasil survei, dari 61 responden, 6 orang (9,8%) merasa stress berat dan 0 (tidak ada) yang merasakan stress ringan. Sedangkan 55 responden (90,2%) mengalami kecanduan game online, 35 responden (57,4%) mengalami stress berat, dan 26 responden (42,6%) mengalami stress ringan (Silfiana, A.S.A).

Menurut peneliti, stress adalah respon fisik dan emosional terhadap nafsu makan yang menimbulkan ketegangan yang mempengaruhi stabilitas sehari-hari. Kaum muda yang berada dalam situasi ini berada dalam atau memiliki lingkungan yang penuh tekanan. Para remaja ini menginginkan stimulasi yang membuat mereka merasa nyaman. Salah satu produk teknologi yang memberikan manfaat layanan hiburan yang banyak digunakan oleh generasi muda adalah game online. Game online mengajarkan pemainnya hal-hal baru dan memiliki daya tarik tersendiri di mata teman-teman, terutama remaja. Pemain dapat berinteraksi dengan pemain lain dari berbagai belahan dunia melalui game yang sangat seru bagi para remaja namun akhirnya membuang-buang waktu dengan sibuk memainkan game tersebut.

Tingkat stress hanyalah salah satu alat untuk mengukur bagaimana remaja menghadapi stress. Secara umum stress dalam hidup selalu berbeda-beda. Pertanyaannya adalah seberapa baik remaja dapat mengatasinya. Stres sendiri bukanlah suatu ancaman, namun jika dibiarkan dapat berdampak buruk pada tubuh dan kesehatan para pemain. Untuk mengatasi stress pada remaja, disarankan agar orang tua lebih memperhatikan perilaku dan aktivitas anak serta berusaha bersikap terbuka satu sama lain agar permasalahan anak dapat teratasi.

Stres pada remaja umumnya datang dalam bentuk stress akademik, stress interpersonal, stress keluarga, stress emosional, dan lain-lain yang dapat menimbulkan stress pada remaja. Faktor lain yang terjadi pada remaja adalah kurangnya peran orang tua yang dapat mempengaruhi Tingkat stress karena remaja merasa kurang perhatian dan pengawasan orang tua. Kurangnya peran orang tua dan pola pengasuhan terhadap anak dapat menyebabkan tingginya tingkat stress pada anak bahkan depresi (Hati, 2021)

3. Analisa Bivariat

a. Hubungan Kecanduan *Game Online* Dengan Tingkat Stres Pada Remaja Di SMK N 1 Seyegan

Hasil uji *spearman rank* didapat nilai *p-value* $0,001 < 0,05$ yang artinya Ada hubungan kecanduan game online dengan tingkat stress pada remaja di SMK N 1 Seyegan.

Stres merupakan respon fisik dan psikologis terhadap sesuatu yang menimbulkan ketidaknyamanan dan dapat mempengaruhi stabilitas hidup serta fungsi hormonal tubuh. Stres juga merupakan respon non-spesifik tubuh terhadap faktor-faktor yang mengtasi kekuatan kompensasi tubuh untuk mempertahankan homeostatis (Sherwood,2020).

Hubungan antara kecanduan game online dengan Tingkat stress pada siswa SMA Negeri 5 Samarinda. Hasil: Nilai yang diperoleh dari variabel kecanduan game online dengan tingkat stress (*p-value* 0,309). Karena hasil *p-value* $> 0,05$ (tanda 95%), maka dapat disimpulkan bahwa secara statistik

tidak ada hubungan kecanduan game online dengan Tingkat stress (Rauf, A.A).

Berdasarkan hasil penelitian, sebanyak 26 siswa (47,3%) mengalami kecanduan game online dengan kategori “ringan”, sedangkan 7 siswa (12,7%) tidak mengalami stress. Hal inikarena siswa memiliki tolerasi tres yang lebih baik dan mekanisme koping yang lebih baik. Hal ini memungkinkan siswauntuk bermain game online untuk menghilangkan stress dari Pelajaran sekolah. Namun, hal ini tidak mempengaruhi kesehatan subjek atau individu. Sebanyak 9 (16,4%) siswa mengalami stress ringan karena mengalami stress saat melakukan kegiatan belajar mengajar, dan stress ringan sendiri dikaitkan dengan perubahan suasana hati dan fisik dapat diartikan sebagai kelelahan yang parah dan tidak mengancam jiwa. Sebanyak 7 siswa (12,7%) mengalami stress sedang, hal ini disebabkan oleh respon instansi pemerintah yang tidak spesifik terhadap setiap penyelidikan. Stres akademik merupakan stressor yang timbul akibat proses belajar atau berhubungan dengan kegiatan belajar seperti jam belajar yang panjang, banyaknya tugas, rasa cemas menghadapi ujian dan menejemen waktu. Selain stress akademik, siswa juga mengalami stress dari keluarga dan teman sebaya. Sebanyak 3 siswa (5,5%) mengalami stress berat. Stres berat yang dialami siswa dengan kecanduan game online ringan merupakan stress yang terjadi baik di rumah maupun lingkungan sekolah, baik dalam mata pelajaran akademik maupun interaksi dengan teman sebaya. Suasana kekeluargaan, termasuk hubungan dan keharmonisan keluarga, mempengaruhi terjadinya stress berat pada keluarga (Haryono, 2016).

Sebanyak 14 siswa (25,5%) termasuk dalam ketegori kecanduan game online sedang, 0 siswa (0%) tidak mengalami stress, 2 siswa (3,6%) mengalami stress ringan. Siswa usia remaja diduga lebih banyak ditemui dan rentan terhadap kecanduan game online permainan daring.

Masa remaja merupakan masa ketidakstabilan, sehingga anak mudah mencoba hal-hal baru. Akibatnya, remaja yang kecanduan game online cenderung kehilangan minat terhadap aktivitas lain dan merasa cemas ketika tidak bermain. Sebanyak 7 siswa (12,7%) mengalami stress sedang. Remaja yang menderita stress lebih suka bermain arcade. Karena di sana lebih mudah untuk meluapkan emosi bahkan berteriak kegirangan saat memenangkan sebuah pertandingan. Teman yang berbain Bersama mereka dihargai, namun gadis remaja yang menderita stress lebih memilih untuk melepaskan emosi yang menggangukannya agar lebih tenang. Sebanyak 5 orang siswa (9,1%) mengalami stress berat dan kecanduan game online merupakan perilaku yang mengarah kepada ketergantungan berlebihan terhadap game online.

Kecanduan adalah perasaan yang sangat kuat yang membuat seseorang ingin melakukan sesuatu lagi dan lagi. Dalam hal ini, ini lebih merupakan kecanduan game online. Kecanduan game online dapat dikenali dari intensitas bermain game dalam jangka waktu yang lama. Orang yang kecanduan game online akan terus berjudi secara terus dan intensif. Kecanduan game online memiliki dampak negatif seperti menurunkan konsentrasi dan motivasi belajar.

Sebanyak 15 siswa (27,3%) mengalami kecanduan game online yang berat, sebanyak 0 siswa (0%) tidak mengalami stres, dan sebanyak 3 siswa (5,5%) mengalami stress ringan. Setelah terlalu lama bermain game online, banyak remaja yang berada di bawah tekanan teman sebaya dan perlu membiasakan diri bermain game online. Remaja SMK N 1 Seyegan meyakini bahwa game online merupakan Solusi yang baik untuk mengatasi kebosanan dalam kehidupan sehari-hari. Remaja menghabiskan banyak waktu bermain game online untuk menghindari tanggung jawab dan masalah yang tidak dapat diselesaikan. Hal ini dapat menyebabkan tingginya tingkat stres pada remaja di Sekolah SMK N 1 Seyegan. Sebanyak 6 siswa (10,9%) mengalami stress sedang dan 6 siswa (10,9%) mengalami stress berat.

Ketika seseorang mengalami stress, mereka mengambil tindakan untuk mengurangi atau menghilangkan stres. Hal ini kadang-kadang disebut manajemen stress. Di sini perilaku koping digambarkan sebagai suatu proses yang terjadi ketika seseorang berusaha memenuhi tuntutan yang timbul dari hambatan dan kesulitan yang dihadapinya. Jika seseorang menderita stress, ambillah langkah-langkah untuk mengurangi atau menghilangkan stres. Stres yang dialaminya sering disebut dengan manajemen stress.

Remaja menggunakan game online sebagai strategi untuk mengendalikan emosi dan mengurangi emosi negative akibat stress. Oleh karena itu, pelajar tetap mengandalkan game online dengan keyakinan bahwa bermain game dapat menghilangkan stres. Para peneliti mengatakan bahwa kaum muda lebih besar kemungkinannya dibandingkan orang dewasa untuk menjadi kecanduan game online, dan lebih besar kemungkinannya untuk menjadi kecanduan game online.

Masa remaja merupakan masa ketidakstabilan sehingga anak mudah mencoba hal-hal baru. Akibatnya, remaja yang kecanduan game online cenderung kurang tertarik pada aktivitas lain dan menjadi cemas Ketika tidak bisa bermain game online. Seorang remaja laki-laki yang mengalami stres lebih memilih bermain game center karena lebih mudah untuk mengekspresikan emosinya. Mereka juga bisa berteriak kegirangan Ketika memenangkan suatu permainan, dan salah satu dari mereka ingin menunjukkan keahlian dan kemampuannya kepada teman--temannya. Remaja Perempuan yang menderita stress lebih suka berbagi dan bercerita dengan sesama jenis. Tujuan sebenarnya yang sering dibicarakan wanita adalah melepaskan emosi yang mengganggu dan menenangkan diri (Piyeke, 2018).

Game online sangat seru dan membuat ketagihan bagi kaum muda sehingga mereka sering lupa waktu dan melupakan diri sendiri dan orang lain karena ingin memainkannya kapan pun mereka mau. Bermain game online secara terus-menerus dapat menimbulkan kecanduan game online yang dapat memberikan dampak buruk bagi remaja. Oleh karena itu,

Diperlukan Upaya untuk mencegah generasi muda menjadi kecanduan game online. Remaja kecanduan game online dan menghabiskan banyak waktu untuk memainkannya. Remaja menghabiskan lebih dari dua jam sehari, atau lebih dari 14 jam seminggu, untuk bermain game (Novrialdy, 2019).

Jika seseorang terus-menerus bermain game online, dapat menjadi kecanduan game online, bahkan dalam tingkat ringan atau berat, karena sistem limbik tubuh merangsang pelepasan dopamin, sehingga menimbulkan rasa senang dan kecanduan yang berulang-ulang. Itu membangkitkan kegembiraan (Angraini, 2022).

Berdasarkan penelitian, teori, dan jurnal profesional, kita mengetahui bahwa jika orang yang kecanduan tidak ditangani dengan baik ketidakmampuan mereka untuk mengurangi waktu bermain menyebabkan mereka kehilangan kendali diri, yang mengakibatkan terganggunya hubungan sosial dan pengabaian. Berdasarkan pertimbangan di atas, terlihat bahwa kecanduan game online merupakan suatu Tindakan ketergantungan yang berlebih terhadap game online. Kecanduan adalah perasaan yang sangat kuat yang membuat ingin melakukan sesuatu lagi dan lagi. Dalam hal ini, ini lebih merupakan kecanduan game online. Kecanduan game online dapat dikenali dari intensitas bermain game dalam jangka waktu yang lama. Orang yang kecanduan game online akan terus berjudi secara sering dan intensif. Kecanduan game online mempunyai dampak negatif seperti menurunnya konsentrasi dan motivasi belajar.

C. Keterbatasan Penelitian

Keterbatasan penelitian yang peneliti alami adalah tidak dilakukan penelitaian sejak kapan responden bermain game online, dan jenis game online apa yang dapat menyebabkan kecanduan, dan berdampak pada keadaan stress.