

HUBUNGAN DURASI DAN FREKUENSI BERMAIN GAME ONLINE DENGAN MASALAH MENTAL EMOSIONAL REMAJA DI SMP NEGERI 1 JATIPURO KABUPATEN KARANGANYAR

Agustinus Lisdiarta¹, Anik Suwarni², Vitri Dyah Herawati²

¹ Puskesmas Jatipuro, Karanganyar

²Program Studi Keperawatan, Universitas Sahid Surakarta

Korespondensi penulis: agust.jtp@gmail.com

Game online menjadi permainan yang sangat marak dan sangat digemari. *Game online* memungkinkan pemain untuk bertemu dengan berbagai orang dari berbagai wilayah dan dari berbagai kategori usia. Bermain game online yang dilakukan dengan durasi dan frekuensi tinggi dapat mempengaruhi mental emosional pada penggunanya. Tujuan: Mengetahui hubungan durasi dan frekuensi bermain game online dengan masalah mental emosional remaja di SMP Negeri 1 Jatipuro Kabupaten Karanganyar. Metode: Penelitian kuantitatif dengan desain penelitian analitik korelasi dengan rancangan *Cross Sectional*. Sampel penelitian adalah 66 siswa/siswi kelas VII SMP Negeri 1 Jatipuro Kabupaten Karanganyar dengan teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner durasi, frekuensi bermain game online, serta penilaian masalah mental emosional menggunakan kuisisioner SDQ (*Strength Difficulties Questionnaire*). Analisis data dilakukan dengan menggunakan uji Kendall tau dan regresi linier berganda. Hasil: Sebanyak 27 orang (40,9%) bermain permainan game online dengan durasi sedang. sebanyak 27 orang (40,9%) bermain permainan game online dengan frekuensi sedang. 30 orang (45,5%) mempunyai masalah mental emosional kategori borderline. Hasil uji Kendall tau durasi dan frekuensi bermain game online dengan masalah mental emosional masing-masing diperoleh nilai $p = 0,001$. Hasil uji regresi linier berganda diperoleh nilai $p = 0,001$. Kesimpulan: Ada hubungan durasi dan frekuensi bermain game online dengan masalah mental emosional remaja di SMP Negeri 1 Jatipuro Kabupaten Karanganyar.

Kata kunci: durasi, frekuensi, game online, masalah mental emosional, remaja

Abstract

Online games are popular games. Online games allow players to meet people from different regions and age categories. Playing online games in high duration and frequency can affect the emotional mentality of the player. Objectives: To determine the correlation between the duration and frequency of playing online games with mental emotional problems in adolescents at State Junior High School (SMP) 1 Jatipuro in Karanganyar Regency. Method: Quantitative research with correlation analytic research and a Cross Sectional design. The research sample was 66 class VII students at SMP 1 Jatipuro in Karanganyar Regency. The sampling technique used purposive sampling. The research instrument used a duration questionnaire. Meanwhile, the frequency of playing online games and an assessment of emotional mental problems used the SDQ (Strength Difficulties Questionnaire) questionnaire. Data analysis implemented the Kendall tau test and multiple linear regression. Results: 27 people (40.9%) played online games of moderate duration. 27 people (40,9%) played online games with moderate frequency. 30 people (45,5%) have mental emotional problems in the borderline category. The results of the Kendall tau test on the duration and frequency of playing online games with mental emotional problems each obtained a value of $p = 0,001$. The multiple linear regression tests' results obtained $p = 0.001$. Conclusion: There is a correlation between the duration and frequency of playing online games with mental emotional problems in adolescents at SMP 1 of Jatipuro in Karanganyar Regency.

Keywords: Duration, Frequency, Online Games, Emotional Mental Problems, Adolescents

PENDAHULUAN

Masalah mental emosional merupakan salah satu masalah kesehatan yang ditemukan pada remaja. Secara emosional remaja ingin diperlakukan seperti orang dewasa. Keinginan remaja untuk diakui sebagai orang dewasa dapat memicu terjadinya konflik dengan lingkungannya hal ini dapat menyebabkan remaja mengalami kecemasan dan ketegangan (Satgas Remaja IDAI, 2012). Perubahan kejiwaan pada masa remaja meliputi perubahan emosi dan intelegensia. Perubahan kejiwaan ini bisa memicu munculnya masalah kejiwaan seperti, masalah mental emosional. Masalah mental emosional yang dialami remaja dapat disebabkan oleh beberapa faktor seperti lingkungan keluarga, lingkungan teman sebaya, lingkungan sekolah, lingkungan masyarakat, media sosial dan kecanduan game online.

Kecanduan game online ditandai oleh sejauh mana seseorang bermain game secara berlebihan yang dapat berpengaruh negatif bagi pemain game tersebut (Weinstein, 2012). Penggunaan waktu yang dominan dalam sehari akan menyisakan waktu yang sedikit untuk beraktivitas, seperti makan, minum, belajar bahkan berkomunikasi dengan orang lain (Anderson et al, 2012).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di SMP Negeri 1 Jatipuro Kabupaten Karanganyar kepada 12 siswa kelas VII pada tanggal 23 Agustus 2022 tentang kegemaran bermain game online, diketahui 9 siswa suka bermain game online. Siswa sudah mulai mengenal game online sejak duduk di sekolah dasar (SD) kelas VI. Siswa menyatakan jika dilakukan bermain bersama atau istilah siswa adalah "Mabar"/atau main bersama. Setiap bermain game online setidaknya lebih dari 1 jam untuk sekali bermain. Permainan dilakukan setiap hari setelah jam pulang

sekolah dan bermain di rumah masing-masing, hal ini karena siswa dilarang membawa handphone di sekolah. Sebanyak 3 siswa menyatakan bahwa mereka senang menggunakan handphone, tetapi tidak suka bermain *game online* dan lebih memilih menggunakan media sosial seperti *Facebook*, *Instagram* atau *Tiktok*.

Tujuan penelitian adalah mengetahui hubungan antara durasi dan frekuensi bermain game online dengan masalah mental emosional remaja SMP Negeri 1 Jatipuro Kabupaten Karanganyar.

METODE PENELITIAN

Penelitian merupakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian analitik korelasi, dengan rancangan *Cross Sectional*. Penelitian dilaksanakan di SMP Negeri 1 Jatipuro Kabupaten Karanganyar, Sampel penelitian sebanyak 66 orang siswa kelas VII SMP Negeri 1 Jatipuro. Pengambilan sampel penelitian menggunakan teknik *purposive sampling*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner durasi, frekuensi bermain game online, serta penilaian masalah mental emosional menggunakan kuisisioner *SDQ (Strength Difficulties Questionnaire)*. Analisis data dilakukan dengan menggunakan uji Kendall tau dan regresi linier berganda

HASIL PENELITIAN

Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi responden berdasarkan jenis kelamin dan usia

Karakteristik	Frekuensi	(%)
Jenis kelamin		
Laki-laki	35	53,0
Perempuan	31	47,0
Usia		
12 tahun	32	48,5
13 tahun	30	45,5
14 tahun	4	6,1

Mengenal dan bermain *game online*

Belum ada 1 tahun	27	40,9
Sudah 1-2 tahun	39	59,1

Tabel 1 menunjukkan responden penelitian paling banyak berjenis kelamin laki-laki sebanyak 35 orang (53%). Usia responden paling banyak pada usia 12 tahun sebanyak 30 orang (48,5%). Responden sebagian besar telah mengenal dan bermain game online lebih dari 1 tahun (59,1%).

Durasi bermain *game online*

Tabel 2. Distribusi responden berdasarkan durasi permainan *game online*

Durasi bermain <i>game online</i>	Frekuensi	(%)
Rendah	14	21,2
Sedang	27	40,9
Tinggi	25	37,9
Total	66	100

Tabel 2 menunjukkan responden paling banyak bermain permainan *game online* dengan durasi dalam kategori sedang sebanyak 27 orang (40,9%). Sebagian kecil responden bermain permainan game online dalam durasi kategori rendah sebanyak 14 orang (21,2%).

Frekuensi bermain *game online*

Tabel 3. Distribusi responden berdasarkan frekuensi permainan *game online*

Frekuensi bermain <i>gameonline</i>	Frekuensi	(%)
Rendah	21	31,8
Sedang	27	40,9
Tinggi	18	27,3
Total	66	100

Tabel 3 menunjukkan responden paling banyak bermain permainan game online dengan frekuensi dalam kategori sedang sebanyak 27 orang (40,9%). Sebagian kecil responden bermain permainan game online

dalam frekuensi kategori tingi sebanyak 18 orang (27,3%).

Masalah mental emosional

Tabel 4. Distribusi responden berdasarkan masalah mental emosional

Masalah mental emosional	Frekuensi	(%)
Normal	18	27,3
Borderline	30	45,5
Abnormal	18	27,2
Total	66	100

Tabel 4 menunjukkan masalah mental emosional responden paling dalam kategori borderline sebanyak 30 orang (45,5%).

Analisis Bivariat

Hubungan antara durasi bermain game online dengan masalah mental emosional remaja

Tabel 5. Hubungan antara durasi bermain game online dengan masalah mental emosional remaja

Durasi bermain game online	Masalah mental emosional remaja								r	p-value
	Normal		Borderline		Abnormal		Jumlah			
	f	%	f	%	f	%	f	%		
Rendah	10	15,2	3	4,5	1	1,5	14	21,2	0,540	0,001*
Sedang	6	9,1	18	27,3	3	4,5	27	40,9		
Tinggi	2	3	9	13,7	14	21,2	25	37,9		
Jumlah	18	27,3	30	45,5	18	27,2	66	100		

* Uji Kendall tau

Hasil uji statistic dengan *Kendall tau* diperoleh nilai $r = 0,540$ dengan signifikansi $p = 0,001$ ($p < 0,05$). Kesimpulannya adalah ada hubungan antara durasi bermain game

online dengan masalah mental emosional remaja SMP Negeri 1 Jatipuro Kabupaten Karanganyar

Hubungan antara frekuensi bermain game online dengan masalah mental emosional remaja

Tabel 6. Hubungan antara frekuensi bermain game online dengan masalah mental emosional remaja

Frekuensi bermain game online	Masalah mental emosional remaja								r	p-value
	Normal		Borderline		Abnormal		Jumlah			
	f	%	f	%	f	%	f	%		
Rendah	13	19,7	7	10,6	1	1,5	21	31,8	0,597	0,001*
Sedang	5	7,6	19	28,8	9	13,7	27	40,9		
Tinggi	0	0	4	6,1	14	21,2	18	27,3		
Jumlah	18	27,3	30	45,5	18	27,2	66	100		

* uji Kendall tau

Hasil uji statistic dengan Kendall tau diperoleh nilai $r = 0,597$ dengan signifikansi $p = 0,001$ ($p < 0,05$). Kesimpulannya adalah ada hubungan

antara frekuensi bermain game online dengan masalah mental emosional remaja SMP Negeri 1 Jatipuro Kabupaten Karanganyar.

Analisis multivariat

Tabel 7. Hasil Uji regresi linier berganda

	Koefisien	t test	Signifikansi
Constanta	9,800	0,915	0,001
Durasi bermain game online (X1)	0,582	0,230	0,014
Frekuensi bermain game online (X2)	1,609	0,503	0,002
Ftest	28,773		0,001
R ² adjuste	0,461		

Dependent Variable: masalah mental emosional remaja

Persamaan regresi linier berganda dari tabel 7 adalah
 $Y = 9,800 + 0,582X_1 + 1,609X_2$

Uji F

Hasil uji F diperoleh nilai $F_{test} = 28,773$ dengan signifikansi $p = 0,001$, artinya

variabel durasi bermain game online dan frekuensi bermain game online bersama-sama mempengaruhi terhadap masalah mental emosional remaja

Uji t

- 1) Hasil uji t pada variabel durasi bermain game online diperoleh nilai $t_{test} = 0,230$ dengan signifikansi $p = 0,014$, artinya variabel durasi bermain game online secara parsial mempengaruhi terhadap masalah mental emosional remaja.
- 2) Hasil uji t pada variabel frekuensi bermain game online diperoleh nilai $t_{test} = 0,503$ dengan signifikansi $p = 0,002$, artinya variabel frekuensi bermain game online secara parsial mempengaruhi terhadap masalah mental emosional remaja

Uji Determinasi

Nilai R^2 adjusted adalah penelitian ini adalah 0,461 atau 46,1%, hal ini menunjukkan bahwa 46,1% masalah mental emosional yang terjadi pada responden dipengaruhi dari faktor durasi bermain game online dan frekuensi bermain game online, sedangkan sisanya sebesar 53,9% dipengaruhi oleh variabel lain di luar model seperti perang orang tua tidak dimasukkan dalam model penelitian.

PEMBAHASAN

Jenis kelamin

Responden sebagian besar adalah laki-laki (53%). Anantasari (2016) mengungkapkan bahwa dalam berbagai segi psikologis ternyata terdapat perbedaan antara laki-laki dan perempuan. Laki-laki biasanya mempunyai sifat agresi dan stabil dari masa remaja sampai dewasa muda, sedangkan perempuan dituntut lebih halus oleh budaya, sehingga agresivitasnya tidak terlalu tampak.

Penelitian yang dilakukan Miswanto dkk (2021) tentang kecanduan game online ditinjau dari jenis kelamin laki-laki dan

perempuan disebutkan jumlah responden laki-laki dan perempuan sama banyak yaitu masing-masing 92 orang. Hasil penelitiannya diketahui kecanduan game online keseluruhan siswa laki-laki dan perempuan berada pada kategori sedang dengan presentase sebesar 76,63%

Usia

Berdasarkan hasil penelitian diketahui 48,5% responden berusia 12 tahun. Menurut Duhigg (2012) remaja saat ini dapat disebut generasi post-millennials. Salah satu cirinya yaitu tumbuh dengan teknologi yang sangat mudah untuk diaksesnya, sehingga hal tersebut membuat remaja saat ini dapat juga dikatakan sebagai generasi yang paling memahami teknologi.

Faktor usia juga dapat mempengaruhi kebiasaan remaja untuk bermain game online (Lee dan Cheung, 2013). Remaja biasanya lebih banyak menghabiskan waktu untuk bermain game online, terlebih sifat game yang seru dan menghibur dapat membuat remaja menjadi ketagihan dan ingin memainkannya kembali. Penelitian yang berbeda dilakukan oleh Wahyuningsih dkk (2019) tentang hubungan durasi bermain game online dan tingkat stres pada siswa SMPN yang menyebutkan 42,5% siswa berusia 13 dan 14 tahun. Hasil penelitian tersebut menyatakan ada hubungan durasi bermain game online dan tingkat stres pada siswa.

Mengenal dan bermain game online

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 59,1% responden telah bermain game online lebih dari 1 tahun terakhir. Pendidikan di Indonesia menjadi salah satu bidang yang terdampak akibat adanya pandemi COVID-19, dengan adanya pembatasan interaksi,

Kementerian Pendidikan di Indonesia juga mengeluarkan kebijakan yaitu dengan meliburkan sekolah dan mengganti

proses Kegiatan Belajar Mengajar (KBM) dengan menggunakan sistem dalam jaringan/Online (Pohan, 2020). Pemerintah Indonesia melalui Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan dan Kementerian Agama RI, menerapkan kebijakan belajar dan bekerja dari rumah (*Work from Home*) mulai pertengahan Maret 2020.

Penerapan pembelajaran mata pelajaran dengan sistem online memberikan pengaruh pada kebiasaan siswa dalam belajar dari sistem tatap muka di sekolah menjadi pembelajaran jarak jauh (daring/ dalam jaringan) yang membutuhkan suatu perangkat berupa handphone atau laptop serta jaringan internet untuk dapat mengakses kegiatan sekolah (Ceng, 2020). Adanya penggunaan perangkat berupa handphone untuk kegiatan pembelajaran yang diakses dari rumah, dan jam pembelajaran hanya berlangsung kurang dari 2 jam per harinya, maka sisa waktu digunakan siswa untuk menggunakan handphone untuk mengakses internet, salah satunya adalah menggunakan game online. Hasil penelitian Hasana (2022) tentang kecenderungan gaming disorder dan perilaku konsumtif pembelian virtual goods pada pemain online game disebutkan bahwa remaja telah mengenal game online lebih dari 1 tahun dan paling besar pada saat pandemi COVID-19.

Peneliti berpendapat bahwa faktor murah dan mudahnya membeli handphone meskipun dengan membeli handhope atau laptop bekas (second). Banyak gerai handphone yang menawarkan jenis handhpone baru maupun second dengan harga yang cukup terjangkau. Responden dengan mudah mengisi kuota yang banyak dijual di gerai/ warung pulsa dengan harga yang murah maka menjadikan responden semakin tergantung dalam penggunaan handphone termasuk bermain game online.

Durasi bermain game online

Durasi bermain game online pada remaja sebagian besar dalam kategori sedang (40,9%). Katetori sedang diterjemahkan bahwa responden bermain game online lebih dari 2 jam perharinya.

Adam and Rolings (2017) faktor yang menyebabkan permainan game dilakukan cukup lama pada anak adalah adanya tantangan untuk menyelesaikan setiap tingkat (level) permainan. Setiap jenis game terdiri dari beberapa tingkatan (level) dan setiap tingkatan memiliki kesulitan dan “misi” atau tantangan yang berbeda beda. Setiap level permainan yang dapat diselesaikan menjadikan anak ingin terus melanjutkan permainan tersebut, sehingga waktu 2-3 jam tidak akan terasa lama bagi anak dalam melakukan permainan game online tersebut.

Hasil penelitian Erik dan Syenshie (2020) menyebutkan 42,2% remaja durasi bermain *game online* adalah lebih dari 2 jam per hari. Hasil penelitian menyatakan ada hubungan durasi bermain game online dengan kesehatan mental pada remaja pria, semakin lama durasi game online yang dimainkan semakin buruk kesehatan mentalnya.

Frekuensi bermain game online

Frekuensi bermain game online pada remaja sebagian besar dalam kategori sedang (40,9%). Frekuensi responden bermain game online 4-6 hari per minggunya. Goleman (2015) menjelaskan dalam bermain game terdapat istilah adanya frekuensi, yaitu seberapa sering seorang melakukan aktivitas bermain permainan online. Seseorang kecanduan game online tidak bisa mengontrol dirinya untuk berhenti bermain game online karena dalam permainan game online memiliki format atau desain permainan 3D hampir sama dengan realita kehidupan nyata.

Young (2019) menjelaskan pemain sulit berhenti bermain game online, karena rasa penasaran serta timbulnya rasa emosional yang tinggi ketika kalah dalam bermain game online seperti rasa marah, hilangnya mood untuk melakukan aktivitas yang lain, ataupun rasa senang saat berada pada tahap yang lebih tinggi, sehingga menyebabkan seseorang ingin terus untuk bermain game online. Hasil penelitian Theresia dkk (2020) menyatakan rata-rata siswa Kelas XI di SMK Negeri 3 Jayapura bermain game online sebanyak 3,7 kali sehari. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan frekuensi bermain game online dengan perilaku agresif pada siswa.

Masalah mental emosional remaja Data hasil penelitian pada variabel masalah mental emosional responden menunjukkan 45,5% dalam kategori borderline. Ahmadi (2016) menyatakan individu dengan gangguan kepribadian ambang (*Borderline Personality Disorder*) memiliki kecenderungan tidak stabil dalam berhubungan dan juga mood. *Borderline Personality Disorder* kepribadian ambang memiliki beberapa tanda seperti; memiliki hubungan yang tidak stabil, gangguan identitas, mood yang mudah berubah-ubah, karena itu individu dengan kepribadian ambang memiliki kecenderungan mudah depresi.

Penelitian Prakash (2020), sebanyak 148 responden berumur 14-25 tahun (75,9%) yang memiliki adiksi (kecanduan) internet. Penelitian Fernandes (2021) mengatakan wabah COVID-19 berdampak signifikan pada penggunaan internet remaja. Orang muda cenderung lebih mudah mendapatkan adiksi internet daripada orang yang lebih tua. Hal ini juga disebabkan karena internet paling banyak digunakan oleh orang-orang yang lebih muda.

Masalah mental emosional remaja

Data hasil penelitian pada variabel masalah mental emosional responden menunjukkan 45,5% dalam kategori borderline. Ahmadi (2016) menyatakan individu dengan gangguan kepribadian ambang (*Borderline Personality Disorder*) memiliki kecenderungan tidak stabil dalam berhubungan dan juga mood. Dalam *Borderline Personality Disorder* kepribadian ambang memiliki beberapa tanda seperti memiliki hubungan yang tidak stabil, gangguan identitas, mood yang mudah berubah-ubah, karena itu individu dengan kepribadian ambang memiliki kecenderungan mudah depresi.

Hubungan antara durasi bermain game online dengan masalah mental emosional.

Hasil analisis hubungan antara durasi bermain game online dengan masalah mental emosional responden diperoleh nilai korelasi $r = 0,540$ signifikansi $p = 0,001$, artinya ada hubungan antara durasi dengan masalah mental emosional responden. Semakin lama durasi bermain game online, maka masalah mental emosional semakin buruk (abnormal).

Tingginya durasi bermain game online dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain adanya pengaruh antar sesama siswa (teman sebaya) dan sebagai bentuk pelarian stres yang dialami baik disekolah, keluarga atau permasalahan pribadi maupun kurangnya sosialisasi karena didominasi oleh media sosial (Comb dan Slaby, 2015). Dampak negatif durasi yang tinggi dari bermain Game Online seperti perilaku menjadi tidak terkontrol atau sudah melebihi batas normal, remaja menjadi sulit berkonsentrasi, mudah emosional dan juga susah dalam bersosialisasi dengan lingkungan sekitar (Dalillah, 2019). Penelitian Apriliyani (2020) menyebutkan ada hubungan

Intensitas bermain permainan online dengan kecerdasan emosional pada remaja di Kota Samarinda.

Hubungan antara frekuensi bermain *game online* dengan masalah mental emosional responden.

Hasil analisis hubungan antara durasi bermain *game online* dengan masalah mental emosional responden diperoleh nilai korelasi $r = 0,597$ signifikansi $p = 0,001$, artinya ada hubungan antara frekuensi dengan masalah mental emosional responden. Semakin tinggi frekuensi bermain *game online* dalam satu minggu, maka masalah mental emosional semakin buruk (abnormal).

Young (2015) yang menyatakan bahwa salah satu penyebab individu mengalami kecanduan bermain *game online* adalah karena mudahnya akses internet di setiap daerah dan jumlah serta ragam *smartphone* di pasaran, membawa dampak buruk pada kesehatan emosi pada individu. Pengelolaan emosi yang buruk pada diri remaja dikarenakan adanya suatu bentuk pelarian diri dari hubungan interpersonal dan intrapersonal, serta konflik dengan orang-orang disekitarnya menyebabkan para remaja lebih tertarik dengan persahabatan virtual dimana di dalamnya mereka jelas dibutuhkan oleh klan (kelompok pemain) lainnya dalam bermain *games* yang menyebabkan kecenderungan untuk terus bermain hingga lupa waktu yang akhirnya berubah menjadi *addict/kecanduan* (Beranuy, Carbonell, & Griffiths, 2013).

Penelitian yang dilakukan Zaky (2020) tentang tingkat pengaruh penggunaan gadget terhadap kematangan kecerdasan emosi mahasiswa di Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang menunjukkan bahwa penggunaan gadget secara berlebih berdampak buruk pada kecerdasan emosi mahasiswa. Mahasiswa

semakin bersifat kurang peduli terhadap perkembangan sosial.

Hubungan Durasi dan Frekuensi Bermain *Game Online* dengan Masalah Mental Emosional Remaja.

Hasil analisis uji regresi berganda menunjukkan bahwa durasi dan frekuensi bermain *game online* berdampak buruk dengan masalah mental emosional remaja yang ditandai dengan masalah mental responden banyak dalam kategori *borderline*. Hasil penelitian ini memperkuat penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Rexy dkk (2021) yang menyatakan ada hubungan intensitas bermain *game online* dengan kecerdasan emosional pada remaja di SMP Kristen Citra Bangsa Kupang.

Smartphone merupakan alat komunikasi yang memiliki banyak sekali manfaat bagi manusia dalam menjalankan aktivitas sehari-hari karena sudah terhubung dengan koneksi internet. Aplikasi dalam *Smartphone* yang sering digunakan saat ini adalah permainan *game online* dan aplikasi media sosial lainnya seperti Facebook, Tiktok, Instagram yang dapat dengan mudah digunakan dan dalam waktu yang lama. Penggunaan *Smartphone* dapat mengakibatkan kecanduan bagi para pemakainya (Irawan & Armayati, 2013).

Penggunaan *smartphone* memberi dampak positif dan negatif. Dampak positif seperti memudahkan seseorang mencari informasi, mempermudah pekerjaan dan mempersingkat proses informasi baik dalam pekerjaan bidang ekonomi, pendidikan dan lain-lain.

Dampak negatif yang ditimbulkan dari kebiasaan menggunakan *smartphone* secara terus menerus pada pengguna dalam permainan *game online* seperti gangguan pada saraf motorik halus, menghambat perkembangan interaksi sosial, mempengaruhi pola tingkah laku,

mempengaruhi pola bicara, mudah emosi, terpapar konten kekerasan dan pornografi, bahaya radiasi, pola makan, obesitas, dan susah tidur (Susiyanti, 2019).

Penelitian Azwar (2020) tentang dampak Esport games terhadap tingkat emosional dan prestasi belajar remaja di Kota Lhokseumawe menunjukkan adanya hubungan negatif dari dampak bermain esport games terhadap tingkat emosional dan prestasi belajar remaja. Semakin lama remaja bermain esport games semakin tinggi tingkat emosionalnya. Semakin lama remaja bermain esport games semakin menurun tingkat prestasi belajar, dimana waktu untuk belajar semakin berkurang.

Gambaran perilaku masalah kematangan emosional pada responden sejalan dengan penelitian Yusufon dkk (2022) tentang dampak game online terhadap prestasi belajar siswa dimana Siswa yang kecanduan game berlebihan lupa akan tugasnya sebagai siswa seperti mengabaikan tugas-tugas yang diberikan kepadanya. Hurlock (2017), Comb dan Slaby (2015) menyatakan kematangan emosional pada remaja juga terlihat dalam kematangan sosial. Kematangan sosial adalah kemampuan untuk berinteraksi dengan orang lain pada konteks sosial dengan cara-cara spesifik yang secara sosial diterima atau bernilai dan memiliki keuntungan untuk diri sendiri dan orang lain. Penelitian Sidaria (2021) tentang kecanduan gadget dan keterampilan sosial pada remaja di SMA PGRI I Padang menyebutkan 55,3% siswa mempunyai keterampilan sosial yang kurang baik. Hasil penelitian tersebut diketahui 31,6% remaja tidak bisa menahan emosi ketika ada orang lain yang mengkritik, 23,6% remaja tidak bisa menjadi pendengar yang baik, 35,5% remaja tidak bisa memberi feedback ketika teman bercerita, dan 46,4% remaja lebih suka dengan dunia mereka sendiri.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

1. Sebagian besar durasi bermain game online remaja SMP Negeri 1 Jatipuro Kabupaten Karanganyar dalam kategori sedang (40,9%)
2. Sebagian besar frekuensi bermain game online remaja SMP Negeri 1 Jatipuro Kabupaten Karanganyar dalam kategori sedang (40,9%)
3. Sebagian besar masalah mental emosional remaja SMP Negeri 1 Jatipuro Kabupaten Karanganyar dalam kategori borderline (45,5%)
4. Ada hubungan durasi bermain game online dengan masalah mental emosional remaja SMP Negeri 1 Jatipuro Kabupaten Karanganyar ($p = 0,001$)
5. Ada hubungan frekuensi bermain game online dengan masalah mental emosional remaja SMP Negeri 1 Jatipuro Kabupaten Karanganyar ($p = 0,001$)
6. Ada hubungan antara durasi dan frekuensi bermain game online dengan masalah mental emosional remaja SMP Negeri 1 Jatipuro Kabupaten Karanganyar ($p = 0,001$)

Saran

1. Bagi siswa
Setelah membaca hasil penelitian ini maka siswa diharapkan bisa mengerti dan memahami dampak negatif dari game online seperti waktu yang dihabiskan dalam bermain game online cukup lama dan adanya ungkapan kata-kata yang tidak sepatutnya selama bermain game online. Siswa harus mengurangi waktu bermain game online untuk digunakan dalam kegiatan yang positif seperti waktu belajar, membantu orang tua dirumah dan memperbaiki perilaku dampak bermain game online.

2. Bagi orang tua
Hasil penelitian ini sebagai masukan bagi orang tua agar lebih mengontrol anak dalam penggunaan smartphone/gaged dan game online dan membina anak dalam masalah emosi anak dari dampak bermain game online.
3. Bagi tempat penelitian
Diharapkan pihak sekolah dapat lebih memberikan edukasi kepada siswa tentang dampak buruk dari bermain game online yang berlebihan dari segi waktu. Memberikan sanksi disiplin pada siswa yang berperilaku buruk dari dampak permainan game online.

DAFTAR PUSTAKA

- Abreu, C. N. D. & Young, K.S. (2017). Kecanduan internet. Yogyakarta: PustakaPelajar
- Anderson CA, Gentile DA, Yukawa S, et al.(2012). The Effects of Prosocial Video Games on Prosocial Behaviors: International Evidence from Correlational, Longitudinal, and Experiment. National Institute of Health. APJII, 2022. data indonesia. Asosiasi Penyelenggara JasaInternet Indonesia. diakses <https://dataindonesia.id/digital/detail/apjii-pengguna-internet-indonesia-tembus-210-juta-pada-2022>
- Ceng Yo, (2020). Pembelajaran E-Learning Dimasa Pandemi COVID-19. Yogyakarta: Deepublish
- Comb dan Slaby (2015) Social Skills Training With Children. New York:Plenum. Press
- Conover, W. J. 2014.Practical Nonparametric Statistics. USA: John Wiley & Sons, Inc.Siegel
- Dalillah. (2019). Pengaruh Penggunaan Gadget terhadap Perilaku Sosial Siswa di SMA Darussalam Ciputat. Skripsi. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.
- Erik, S dan Syenshie W (2020). Hubungan Durasi Bermain Game Online Dengan Kesehatan Mental Pada Remaja Pria Jurnal Ilmiah Kesehatan Jiwa Volume 2 No 2, Hal 69 - 76, Agustus 2020 p-ISSN 2715-6443
- Griffiths. MD (2013). Diagnosis and Management of Game Online Addiction. New Directions in Addiction Treatment and Prevention. Nottingham Trent University,12:1-16.
- Hasana, S. (2022). Kecenderungan Gaming Disorder dan Perilaku Konsumtif Pembelian Virtual Goods pada Pemain Online Game. Gadjah Mada Journal of Psychology, Volume 8, Number 1, 2022: (page 1-17) E-ISSN 2407-7798
- Hidayat A.A. (2017). Metode penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data. Jakarta: Salemba Medika.
- Hidayati, K. B., & Farid, M. (2016). Konsep Diri, Adversity Quotient dan. Penyesuaian Diri pada Remaja. PERSONA: Jurnal Psikologi Indonesia,.
- Hurlock, E, B. (2017). Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang. Rentang Kehidupan (edisi ke – 5). Jakarta: Erlangga.
- Lee dan Cheung. (2013). Problematic Use Of Massively Multiplayer Online games: Scale Development And Validation. Hong Kong: Hong Kong Baptist University
- Menkoinfo RI (2021) Undang-undang Republik Indonesia No.36 tahun 1999 tentang Telekomunikasi
- Miswanto, Armitasari, Muhazi(2021) Kecanduan Game Online Ditinjau Dari Jenis Kelamin Laki-Laki dan Perempuan. Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling Mengukuhkan Eksistensi Peran BK Pasca Pandemi Covid-19 di Berbagai Setting Pendidikan. Universitas Negeri Medan

- Pohan A E. , (2020). *Konsep Pembelajaran Daring Berbasis Pendekatan Ilmiah*. Jawa Tengah: CV Sarnu Untung
- Rexy Alexander Pakali, Maryati A Barimbing, B. Antonelda M. Wawo (2021). Hubungan intensitas bermain game online dengan kecerdasan emosional pada remaja di SMP Kristen Citra bangsa Kupang Tahun 2021. *CHMK Nursing Scientific Journal* Volume 6 Nomor 1, Januari 2022. <https://media.neliti.com/media/publications/367324-none-c0050720.pdf>
- Smart, A. (2013). *Cara Cerdas Mengatasi Anak Kecanduan Game*, Jogjakarta, A plus books.
- Theresia S, Blestina M, dan Agussalim (2020). Hubungan Frekuensi, Lama Dan Tingkat Keterikatan Game Online Dengan Perilaku Agresif Pada Siswa Kelas XI di SMK Negeri 3 Jayapura. *Jurnal Keperawatan Tropis Papua*. Volume 03 Nomor 01 Maret 2020 ISSN 2654 - 5756
- Wahyuningsih, D (2019). Hubungan Durasi Bermain Game Online dan Tingkat Stres pada Siswa SMPN 03 Kecamatan Sungai Raya, Jurnal Cerebellum. Volume 5. Nomor 1. Februari 2019
- Weinstein, A. M. (2012). Computer and video game addiction—a comparison between game users and non game users. *The American Journal of Drug and Alcohol Abuse*, 36, 268-276. doi: 10.3109/00952990.2010.491879
- Young & Abreu. (2012). *Kecanduan Internet Panduan Konseling Dan Petunjuk Untuk Evaluasi Dan Penanganan*. Yogyakarta: Pustaka Belajar