

Kebiasaan Bermain *Game Online* Dengan Resiko ADHD (*Attention Deficit/Hyperactivity Disorder*) Pada Remaja Laki-laki

Linda Ishariani^{1*}, Nian Afrian Nuari², Windy Sri Wulandari³

¹Program Studi Ners STIKES Karya Husada Kediri, isharianilinda@gmail.com, 085852272743

²Program Studi Ners STIKES Karya Husada Kediri, nian.afriannuari@gmail.com, 085733241601

³Program Studi Ners STIKES Karya Husada Kediri, [widywulan70@gmail.com](mailto:windywulan70@gmail.com), 082143249254

Abstrak

Kebiasaan bermain game online dapat menimbulkan dampak buruk pada remaja. Remaja dengan adiksi *game online* cenderung mengalami gejala ADHD seperti perilaku *impulsive*, kurang perhatian dan hiperaktivitas. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan kebiasaan bermain *game online* dengan resiko ADHD pada remaja di SMPN 1 Rejoso Kabupaten Nganjuk. Desain penelitian ini *Correlational*. Variabel independen kebiasaan bermain *game online* dan variabel dependen resiko ADHD. Besar sampel masing-masing sebanyak 36 responden menggunakan total sampling. Pengumpulan data menggunakan kuesioner dan data dianalisis menggunakan uji Rho Spearman. Hasil penelitian didapat sebagian besar kebiasaan bermain *Game online* dalam kategori sedang (63,9%). resiko ADHD menunjukkan sebagian besar responden memiliki resiko ADHD kategori ringan (55,6%). Hasil uji Rho Spearman menunjukkan p-value $0,019 < 0,05$ artinya ada hubungan antara kebiasaan bermain *game online* dengan resiko ADHD. Salah satu faktor eksternal munculnya gejala ADHD ialah faktor lingkungan, contohnya yaitu penggunaan gadget yang berlebihan khususnya penggunaan *game online*. Remaja dapat mengurangi kebiasaan bermain *game online* misalnya dengan melakukan kegiatan lain yang lebih bermanfaat seperti mengikuti organisasi serta orangtua dapat memperhatikan anak dalam menggunakan *smartphone* misalnya dengan mengecek isi *smartphone* anak sehingga resiko ADHD dapat diminimalisir.

Kata kunci: *Game online*, ADHD, remaja

Abstract

The habit of playing online games can have a bad impact on teenagers. Teenagers with online game addiction tend to experience ADHD symptoms such as impulsive behavior, inattention and hyperactivity. The aim of this research was to determine the relationship between the habit of playing online games and the risk of ADHD in adolescents at SMPN 1 Rejoso, Nganjuk Regency. This research design was Correlational. The independent variable was the habit of playing online games and the dependent variable is the risk of ADHD. The sample size was 36 respondents each using total sampling. . Data were collected using a questionnaire and data were analyzed using the Rho Spearman test. The research results showed that most of the habits of playing online games were in the moderate category (63.9%). ADHD risk showed that the majority of respondents have a mild ADHD risk category (55.6%). The Rho Spearman test results showed a p-value of $0.019 < 0.05$, meaning there is a relationship between the habit of playing online games and the risk of ADHD. One of the external factors for the emergence of ADHD symptoms is environmental factors, for example excessive use of gadgets, especially use of online games. Teenagers can reduce the habit of playing online games, for example by doing other more useful activities such as joining organizations and parents can pay attention to their children when using smartphones, for example by checking the contents of their children's smartphones so that the risk of ADHD can be minimized.

Keywords : *Online Games, ADHD, Adolescent*

PENDAHULUAN

Game online dimainkan dengan memanfaatkan media visual elektronik yang melibatkan banyak pemain didalamnya, dimana pemain ini membutuhkan jaringan internet [1]. Anak muda banyak sudah memiliki gadget sehingga game online menjadi trend di kalangan anak muda zaman sekarang khususnya pelajar.

Jumlah pengguna internet di dunia mencapai angka 4,5 miliar dimana sebanyak 20% mengakses *Game online*. Di Indonesia persentase pengguna internet sebanyak 77,02% dari total 272.682.600 jiwa yang mana sebanyak 77,25% mengakses *Game online* dengan pengguna terbanyak pada usia 13 – 18 tahun sebanyak 99,16% [2].

Kebiasaan bermain *Game online* yang sering dapat memberikan dampak buruk bagi pengguna khususnya remaja kalangan pelajar. Remaja yang kecanduan *Game online* cenderung kurang tertarik terhadap kegiatan yang lain dan merasa gelisah saat tidak bermain game online [3].

Salah satu permasalahan yang mendasar pada usia remaja ialah adanya kelainan perkembangan remaja baik secara fisik maupun psikologis [4]. Permasalahan pada psikologi remaja mengacu pada gangguan perkembangan remaja salah satunya ADHD. ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder) yaitu suatu kondisi ketika seseorang memperlihatkan gejala-gejala kurang konsentrasi, hiperaktif, impulsif yang dapat mengakibatkan ketidakseimbangan sebagian besar aktivitas hidup [5]

Remaja yang bermain *Game online* selama lebih dari satu jam memiliki kemungkinan gejala gangguan pemusatan perhatian dan hiperaktivitas

(ADHD) yang lebih intens daripada mereka yang tidak bermain *Game Online* [6] Gangguan ADHD dapat berlangsung sepanjang masa kehidupan sejak masih anak-anak, remaja, dan dewasa serta dapat meningkatkan resiko kegagalan dalam menyelesaikan sekolah, penolakan teman sebaya, konflik dalam keluarga, prestasi yang buruk, depresi dan berbagai macam permasalahan kesehatan mental lainnya. Oleh karena itu perlu adanya penanganan untuk mengurangi kebiasaan bermain *Game online* pada remaja agar resiko ADHD dapat dihindari.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kebiasaan bermain *Game online* dengan resiko ADHD pada remaja laki-laki di SMPN 1 Rejoso Kabupaten Nganjuk.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian adalah korelasional dengan pendekatan Cross sectional yaitu suatu jenis penelitian yang menekankan waktu pengukuran atau observasi data variabel independen dan dependen hanya satu kali pada satu saat. Sampel dalam penelitian adalah siswa laki-laki kelas IX yang aktif bermain *Game online* dan orangtua atau wali murid di SMPN 1 Rejoso Kabupaten Nganjuk. Teknik sampling yang digunakan adalah Total sampling yaitu suatu teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel. Kriteria inklusi variabel independen : remaja laki-laki SMPN 1 Rejoso kelas IX yang aktif bermain *Game online*, remaja laki-laki SMPN 1 Rejoso yang bersedia menjadi responden. Kriteria inklusi variabel dependen : orangtua dari siswa laki-laki kelas IX SMPN 1 Rejoso yang aktif bermain *Game online*,

orangtua dari siswa yang tinggal serumah, orangtua yang tidak buta huruf, orangtua yang bersedia menjadi responden. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner kebiasaan bermain Game online yang diisi oleh remaja laki-laki SMPN 1 Rejoso dan kuesioner deteksi resiko ADHD yang diisi oleh orangtua siswa laki-laki SMPN 1 Rejoso. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan pengisian kuesioner melalui google form yang dibagikan secara daring kepada responden, waktu pengisian selama 7 hari. Kemudian data diolah menggunakan SPSS untuk mengetahui hubungan kebiasaan bermain Game online dan resiko ADHD dan dianalisis dengan uji Rho Spearman.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Kebiasaan bermain game online

Tabel 1. Kebiasaan bermain online pada remaja di SMPN 1 Rejoso

Kebiasaan Bermain Game Online	F	%
Ringan	7	19,4
Sedang	23	63,9
Berat	6	16,7
Total	36	100.0

Kebiasaan Game online pada remaja laki-laki di SMPN 1 Rejoso terbanyak yaitu remaja laki-laki yang memiliki kebiasaan bermain Game online dengan tingkat sedang yaitu sebanyak 63,9%.

Game online menyediakan berbagai jenis permainan yang dapat melibatkan beberapa pengguna internet di beberapa tempat yang berbeda untuk saling terhubung di waktu yang sama dengan melalui jaringan komunikasi online [7]

Kebiasaan bermain Game online pada remaja di SMPN 1 Rejoso didapat sebagian besar responden 63,9% dalam kategori sedang. Hal tersebut dipengaruhi oleh faktor mudah dan murah biaya untuk bisa mengakses Game online sehingga menyebabkan penggunaannya menjadi terbiasa atau bahkan menjadi candu. Game online merupakan bentuk hiburan dalam jaringan yang mampu memberikan kemudahan bagi penggunaannya untuk bisa dimainkan dimana saja dan kapan saja [8]

Remaja biasa bermain online didapat hampir setengah dari responden 41,7% berusia 15 tahun. Saat mulai memasuki masa remaja seseorang akan cenderung mudah terpengaruh dengan hal-hal baru di sekitarnya yang membuat mereka penasaran sehingga terdapat keinginan untuk mencoba sesuatu yang baru. Pada usia remaja awal, remaja mulai memiliki keinginan untuk suatu pemikiran-pemikiran baru serta pengalaman baru. Masa remaja merupakan masa transisi antara masa kanak-kanak ke masa dewasa yang ditandai dengan perubahan pada dirinya baik secara fisik, psikis maupun emosional. Usia merupakan aspek dalam pembentukan kedewasaan. Seiring dengan bertambahnya usia semakin kematangan dalam berpikir seseorang maka akan semakin bertambah pula wawasan yang dimiliki saja

2. Resiko ADHD pada Remaja

Tabel 2 Resiko ADHD pada remaja di SMPN 1 Rejoso

Resiko ADHD (Attention Deficit/Hyperactivity Disorder)	F	%
Normal	3	8,3
Resiko Ringan	20	55,6
Resiko Sedang	9	25,0
Resiko Berat	4	11,1
Total	36	100,0

Resiko ADHD pada remaja laki-laki di SMPN 1 Rejoso Kabupaten Nganjuk terbanyak yaitu remaja laki-laki yang memiliki resiko ADHD pada tingkat ringan yaitu sebanyak 55,6%.

Karakteristik ADHD ditandai dengan tiga gejala yaitu kurang perhatian, hiperaktivitas dan impulsivitas. Penyebab ADHD ada beberapa yaitu karena faktor genetic, faktor neurologic, faktor neurotransmitter, faktor lingkungan, trauma otak serta gula dan zat tambahan dalam makanan. Salah satu permasalahan yang mendasar pada usia remaja ialah adanya kelainan perkembangan remaja baik secara fisik maupun psikologis [4]

Hasil penelitian pada orangtua remaja laki-laki SMPN 1 Rejoso yang bermain Game online didapat sebagian besar responden sebanyak 55,6% memiliki resiko ADHD dalam kategori ringan. Salah satu faktor eksternal munculnya gejala ADHD ialah faktor lingkungan, contohnya yaitu penggunaan gadget yang berlebihan khususnya penggunaan Game online. Anak dengan gejala ADHD lebih sering menggunakan smartphone dibandingkan dengan anak yang tidak memiliki gejala ADHD [9]

3. Kebiasaan Bermain game Online dengan Resiko ADHD pada Remaja

Tabel 3. Distribusi frekuensi kebiasaan bermain game online dengan resiko ADHD pada remaja di SMPN 1 Rejoso

Resiko ADHD (Attention Deficit/Hyperactivity Disorder)	Kebiasaan bermain Game online						Total	
	Ringan		Sedang		Berat			
	F	%	F	%	F	%	F	%
Normal	1	2,8	2	5,6	-	-	3	8,3
Resiko Ringan	4	11,1	1	30,0	5	13,0	2	55,6
Resiko Sedang	1	2,8	7	19,4	1	2,8	9	25,0
Resiko Berat	1	2,8	3	8,3	-	-	4	11,1
Total	7	19,4	2	63,9	6	16,7	3	10,0

Uji Spearman Rho Test, P value 0,019 < r = 0,490
0,05

Hasil uji Spearman rho diperoleh p value 0,019 < 0,05, H1 diterima artinya ada hubungan kebiasaan bermain Game online dengan Resiko ADHD (Attention Deficit/Hyperactivity Disorder) pada Remaja laki-laki Di SMPN 1 Rejoso Kabupaten Nganjuk. Arah hubungan dalam penelitian positif dengan kekuatan hubungan sedang dengan nilai r = 0,490.

Game online yang dimainkan secara berlebihan dapat memberikan dampak bagi penggunaannya dalam hal ini adalah remaja. Salah satu permasalahan yang mendasar pada usia remaja ialah adanya kelainan perkembangan remaja baik secara fisik maupun psikologis [4] Adanya permasalahan pada psikologi remaja mengacu pada gangguan perkembangan remaja salah satunya ADHD. Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) adalah suatu kondisi yang menghalangi

anak dari kemampuan mereka untuk fokus dan memberikan perhatian terhadap suatu hal [10]. Kebiasaan Game online, ADHD dan remaja memiliki keterkaitan dikarenakan pada masa pertengahan remaja terdapat dorongan yang melekat untuk mengembangkan identitas sosial dan hubungan interpersonal [11]. Remaja yang bermain Game online selama lebih dari satu jam memiliki kemungkinan gejala gangguan pemusatan perhatian dan hiperaktivitas (ADHD) yang lebih intens daripada mereka yang tidak bermain Game Online [6]. Oleh karena itu perlu adanya penanganan untuk mengurangi kebiasaan bermain Game online pada remaja agar resiko ADHD dapat dihindari.

SIMPULAN DAN SARAN

Sebagian besar responden memiliki kebiasaan bermain Game Online dengan tingkat sedang. Sebagian besar responden memiliki resiko ADHD pada tingkat ringan. Kebiasaan bermain Game online berhubungan dengan resiko ADHD pada remaja laki-laki di SMPN 1 Rejosjo Kabupaten Nganjuk.

Remaja dapat mengurangi kebiasaan bermain Game online untuk mencegah dampak negatifnya misalnya dengan melakukan kegiatan lain yang lebih bermanfaat seperti mengikuti organisasi atau yang lainnya. Sementara bagi orangtua dapat memantau perkembangan anak serta lebih memperhatikan anak dalam menggunakan smartphone misalnya dengan mengecek isi smartphone anak sehingga resiko ADHD dapat diminimalisir.

DAFTAR PUSTAKA

- [1].Wahyuni,S. Pengaruh Permainan Game Online Terhadap Perilaku Menyimpang Anak SD Inpres Buttatianang II Rappojawa Tallo Makassar. Universitas Muhammadiyah Makassar. 2021
- [2]. APJII. No Title. 2022. (Cited 10 Februari 2022). Available from. <https://apjii.or.id/survei2022x>
- [3].Novrialdy, E. Kecanduan Game Online pada Remaja, Dampak dan Pencegahan. Buletin Psikologi.19;27:148-158
- [4].Rahmani,S. Peran Guru Dalam Penanganan Anak ATTEntion Deficit And Hyperactivity Disorder. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta. 2021
- [5].Nurfhadilah, S, Nurlaili,D.A, Syapitri,G.H, & Shansabilah,L. Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) pada Siswa Kelas 3 Di SD Negeri Larangan 1 Pensa. Jurnal Pendidikan dan Ilmu Sosial. 2021;3
- [6].Tobing,I.D.L. Hubungan Durasi dan Frekuensi Bermain Game Online Dengan Masalah Mental Emosional Pada Remaja Di SMP Negeri 1 Medan. Universitas Sumatera Utara. 2015
- [7].Febriandari, D, Fathara Annis Nauli,S.R.H. Hubungan Kecanduan Bermain Game Online Terhadap Identitas Diri Remaja. Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ). 2016;04
- [8].Azizah,L. Hubungan Kebiasaan Bermain Game Online Dengan Kualitas Tidur Remaja Pada Kelas X. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Insan Cendekia Medika Jombang.2018
- [9].Novita, D, Wardani, D.W.S.R & Kurniawaty,E. Hubungan Penggunaan Gadget (Smartphone) Dengan Suspek Gangguan Pemusatan Perhatian Dan Hiperaktivitas Di SD Al Kautsar Bandar

- Lampung 8. Jurnal Kedokteran Universitas
lampung.2019. Vol.8;No 1:108-11
- [10]. Darmawan,A.B. Aplikasi Deteksi Dini ADHD
Pada Anak-anak Menggunakan Skala Penilaian
Perilaku Anak Hiperaktif Berbasis Android. E-
Proceeding of Engineering.2022;5:6042
- [11]. Nasution,D.O.S. Hubungan Durasi Attention
Deficit Pada Remaja Penggunaan Gadget
Dengan Simtom Deficit Hyperactivity Disorder
Daarul Istiqlal Medan, Fakultas Kedokteran
Universitas Islam Sumatera Utara. 2021