

PERILAKU ADIKSI PADA PEMAIN *GAME ONLINE* DI DINUSTECH SEMARANG DAN DAMPAKNYA TERHADAP KESEHATAN

Tatang Anggoro Putro^{*)}, Nurjanah^{**)}

^{*)} Alumni S1 Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Universitas Dian Nuswantoro

^{**)} Prodi S1 Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Universitas Dian Nuswantoro
Email: nurjanah_ia@yahoo.com

ABSTRACT

Games online game was a game that can be accessed by many players. In Indonesia a fans of online games to reach 6 million people and adolescent age groups occupied the largest online game players is 40% that in affects those who were not able to stop playing (addiction). The purpose of this study was to determine the behavior of addiction in online game players, include social sanctions received, inability control for playing, play excessive and other activities are irreplaceable due to play online games.

The research was conducted on 100 respondents. Most of the 40% respondent were teenagers. Sample was done by to accidental sampling. Analysis conducted quantitative descriptive of the research as, player online game addiction overview, behavior of friends, pressure peer, confidence affected, beliefs about sacrifice, and beliefs about the benefits.

The results showed that the majority of online game players were college students (80%), trust in the sacrifice of the middle level by (53%), high confidence to the advantage playing online games by (46%), medium level of confidence that the behavior of friends (40%), and the belief that a medium level the impact of addiction (40%)

Based on the analysis, that online game players in Dinustech were College students. Suggested for Dinustech should give a time limit, so as not to induce a high addiction. And to students themselves, should limit its game play, because the game is essentially just a game that can be lead to many problems associate with daily activities. therefore many ways to do to avoid playing games online by means, regular lectures, study, create a task, or busied himself with positive activity related as a student, in order to go through life with a more focused and organized.

Keyword : *Addiction, online game, behavior*

ABSTRAK

Game online merupakan permainan *games* yang dapat diakses oleh banyak pemain. Di Indonesia penggemar *game online* mencapai 6 juta orang dan remaja menduduki kelompok usia terbesar pada pemain *game online* yaitu 40% yang ternyata memberi dampak pada mereka yang tidak mampu berhenti bermain (adiksi). Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui perilaku adiksi pada pemain *game online*, meliputi sangsi sosial yang diterima, ketidakmampuan mengontrol untuk bermain, bermain secara berlebihan dan aktifitas lain yang tergantikan akibat bermain *game online*.

Penelitian ini dilakukan terhadap 100 responden. Sebagian besar (40%) responden adalah remaja. Pengambilan sampel dilakukan dengan cara *accidental sampling*. Analisis data dilakukan secara kuantitatif deskriptif terhadap variabel penelitian meliputi gambaran adiksi

pemain game online, perilaku teman, tekanan teman, kepercayaan terkena dampak, kepercayaan tentang pengorbanan, dan kepercayaan tentang keuntungan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar pemain *game online* adalah mahasiswa (80%), kepercayaan terhadap pengorbanan sedang sebesar (53%), kepercayaan yang tinggi terhadap keuntungan bermain *game online* sebesar (46%), tingkat kepercayaan yang sedang terhadap perilaku teman sebesar (40%), dan kepercayaan yang sedang terhadap dampak adiksi sebesar (40%).

Berdasarkan hasil analisa menunjukkan bahwa pemain *game online* di Dinustech adalah mahasiswa. Disarankan bagi Dinustech hendaknya memberikan batasan waktu, agar tidak menimbulkan adiksi yang tinggi. Dan bagi mahasiswa sendiri, hendaknya membatasi permainan *game*, karena *game* pada dasarnya hanya sebuah permainan yang dapat mengakibatkan banyak masalah yang terkait dengan aktifitas sehari-hari. Oleh sebab itu banyak cara yang dapat dilakukan untuk menghindari bermain *game online* dengan cara, kuliah teratur, belajar, membuat tugas, atau menyibukkan diri dengan aktivitas positif yang berkaitan dengan kegiatan sebagai seorang mahasiswa supaya dapat menjalani hidup dengan lebih terarah dan teratur.

Kata kunci : adiksi, *game online*, perilaku

PENDAHULUAN

Sejak dulu kata bermain, sebagai lawan kata bekerja, sering menunjuk ke perilaku yang dianggap kurang penting karena bekerja berkaitan dengan perilaku bertahan hidup sementara bermain lebih diasosiasikan dengan santai, rekreasi, pengisian waktu luang dan kehidupan kanak-kanak dan remaja¹

Ada berbagai bentuk bermain. Salah satu bentuk bermain adalah melakukan permainan komputer (*computer games*) yang selanjutnya pada tulisan ini disebut sebagai *games*.

Di antara berbagai jenis *games*, ada suatu jenis *games* baru yang dapat dimainkan beramai-ramai sekaligus. Jenis ini yang disebut sebagai *Massively Multiplayer Online Games* (MMOG). Jenis *game* ini melibatkan banyak pemain dan memberi mereka kesempatan untuk sama-sama bermain, berinteraksi dan berpetualang serta membentuk komunitasnya sendiri dalam dunia maya. Melalui keberadaan MMOG ini muncullah dinamika-dinamika baru pada para pemainnya.

Sebagai sebuah alat rekreasi, *game*

online dapat bersifat negatif ataupun positif. Namun yang lebih sering mendapat sorotan adalah sisi negatifnya, karena para pemain *game online* mempunyai kecenderungan menghabiskan banyak waktu untuk bermain dan sebagai akibatnya prestasi akademis mereka cenderung turun. Meskipun demikian, sisi positifnya juga ada, bahwa dengan bermain *game online*, pemain memperoleh kesempatan untuk melakukan eksplorasi diri dan memenuhi beberapa kebutuhan seperti penggunaan waktu untuk kegiatan santai atau *leisure*.²

Game online merupakan permainan (*games*) yang dapat diakses oleh banyak pemain, di mana mesin-mesin yang digunakan pemain dihubungkan oleh suatu jaringan³, umumnya jaringan yang digunakan adalah Internet. *Game online* berkisar dari permainan yang menggunakan teks sederhana sampai permainan yang melibatkan grafis yang kompleks dan dunia virtual yang dipenuhi oleh banyak pemain secara serempak.⁴

Dari data di atas, dapat diketahui bahwa minat remaja terhadap *game online* cukup

besar. Namun jika kebiasaan bermain ini membawa pada masalah dalam kehidupan nyata maka dapat dikatakan itu merupakan suatu perilaku yang merugikan diri sendiri. Perilaku yang merugikan diri sendiri inilah yang menjadi aspek penting yang menentukan terjadinya kecanduan⁵.

Digunakannya istilah kecanduan pada *game online* merupakan suatu hal yang masih kontroversial, namun beberapa penelitian menemukan data yang mendukung bahwa istilah ini dapat diterima dan digunakan. Data-data tersebut adalah sebanyak 64,45% remaja laki-laki dan 47,85% remaja perempuan usia 12-22 tahun yang bermain *game online* menyatakan bahwa mereka menganggap diri mereka kecanduan terhadap *game online*, sebanyak 25,3% remaja laki-laki dan 19,25% remaja perempuan usia 12-22 tahun yang bermain *game online* mencoba untuk berhenti main namun tidak berhasil⁶.

Masalah akademis terlihat dalam penelitian Griffiths, Davies & Chappell pada tahun 2003⁷ yang menunjukkan bahwa remaja usia 12 sampai 19 tahun lebih cenderung mengorbankan pendidikan maupun pekerjaan mereka untuk bermain *game online*. Pengaruh negatif pada fungsi fisik dan mental yang diakibatkan penggunaan *game* berlebihan antara lain menurunnya kondisi indra penglihatan dan berat badan yang menurun serta menghasilkan kebingungan antara kenyataan dan ilusi, juga relasi dengan sesama yang tidak dewasa⁷.

Remaja yang menjadi subyek penelitian ini merupakan remaja berusia 18 tahun sampai 24 tahun yang memainkan *game online* (*online gamer*). Rentang usia ini digunakan dengan mempertimbangkan faktor kepribadian yang diukur. Menurut Costa dan McCrae⁸, kepribadian seseorang akan mencapai tahap yang relatif stabil setelah individu mencapai usia di atas 18 tahun. Ditemukan juga bahwa kepribadian pada

mereka yang berusia 18 sampai 26 tahun lebih menunjukkan kestabilan dibandingkan dengan perubahan (Santrock, 2007). Sedangkan usia 24 tahun merupakan batasan akhir usia remaja Indonesia menurut Sarwono (2006).⁵

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif deskriptif, yang bertujuan untuk memperoleh gambaran tentang perilaku adiksi pada pemain permainan *game online*. Dengan mengambil obyek penelitian Dinus Tech yang merupakan warung internet dan game yang beroperasi 24 jam penuh dan berlokasi di Lingkungan Universitas Dian Nuswantoro Semarang. Dinus Tech mempunyai konsumen mahasiswa dan pelajar dari masyarakat sekitar Udinus. Tarif yang diberikan Dinus Tech sesuai dengan standart pasar yakni Rp 3500/ jam dan paket Rp 10.000/ 8 jam pada pukul 21 : 00 malam – 06 : 00 pagi.

Dengan tarif yang relatif murah tersebut sehingga observasi awal yang dilakukan oleh penulis menyimpulkan bahwa 70% pemain *game online* di Dinus Tech Semarang merupakan *gamers*.

Berdasarkan latar belakang permasalahan besarnya pemain *game online* di Dinus Tech Semarang, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perilaku adiksi pada pemain *game online* di Dinus Tech Semarang serta dampaknya terhadap kesehatan.

METODE

Gambaran variabel dan definisi operasional sebagai berikut :

1. Gambaran adiksi pemain *game*
Merupakan hasil penilaian pengguna permainan *game online* terhadap jawaban kuesioner mengenai gambaran adiksi pemain *game online* yang meliputi, adiksi tingkat tinggi, sedang dan rendah.
2. Perilaku teman
Merupakan hasil penelitian pengguna

permainan *game online* terhadap jawaban kuesioner mengenai perilaku teman yaitu teman seorang *gamers*.

3. Tekanan teman
Merupakan hasil penelitian pengguna permainan *game online* terhadap jawaban kuesioner mengenai tekanan teman yang meliputi, ajakan teman, bermain dalam grup / team.
4. Kepercayaan terkena dampak
Merupakan hasil penelitian pengguna permainan *game online* terhadap jawaban kuesioner mengenai kepercayaan terkena dampak permainan *game online* antara lain, kehidupan sosial, masalah fisik dan lainnya.
5. Kepercayaan tentang pengorbanan
Merupakan hasil penilaian pengguna permainan *game online* terhadap jawaban kuesioner mengenai kepercayaan pelanggan terhadap pengorbanan yang dilakukan dalam permainan *game online*, yang meliputi prestasi akademik, pengorbanan waktu dan uang untuk bermain *game*.
6. Kepercayaan tentang keuntungan
Merupakan hasil penilaian pengguna permainan *game online* terhadap jawaban kuesioner mengenai kepercayaan pelanggan *game* mengenai keuntungan permainan *game online*, yang meliputi keuntungan uang dan kepuasan.
7. Adiksi permainan *game online*
Merupakan hasil penilaian pengguna permainan *game online* terhadap jawaban kuesioner mengenai perilaku adiksi pada pemain permainan *game online*.

Populasi pada penelitian ini adalah seluruh pengguna permainan *game online* di Dinus Tech Semarang.

Sebagian dari keseluruhan objek yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi. Teknik pengambilan sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah

Accidental Sampling.

Sampel dalam penelitian ini yaitu pelanggan yang bermain *game online* di Dinus Tech setiap hari > 5 jam per hari dengan kriteria inklusi seperti dibawah ini :

- a. Sudah bermain *game online* selama 1 bulan.
- b. Bermain *game* di Dinus Tech.
- c. Bersedia menjadi responden.

Pengumpulan data primer dalam penelitian ini dilakukan dengan cara wawancara dengan responden menggunakan instrumen penelitian yang berupa kuesioner.

HASIL

Adiksi: sebagian besar responden menjawab setuju terhadap pernyataan adiksi dengan presentase sebesar 63%. Namun 59% beranggapan bahwa mereka bermain *game* lebih dari waktu yang direncanakan.

Kepercayaan terhadap pengorbanan: sebagian besar responden menjawab tidak setuju terhadap kepercayaan tentang pengorbanan sebesar 53%. Namun yang beranggapan bahwa orang tua tidak melarang bermain sebesar 44%. Demikian disimpulkan bahwa sebagian besar responden sering berkorban demi bermain *game online* walaupun tidak sebanding dengan banyaknya pengorbanan.

Kepercayaan terhadap keuntungan: sebagian besar responden menjawab netral 72%. Namun demikian yang merasakan kepuasan ketika memperoleh keuntungan masih 13%. Kepercayaan terhadap perilaku teman: sebagian besar responden menjawab setuju tentang kepercayaan terhadap perilaku teman sebesar 56%. Namun mereka beranggapan kurang modern bila tidak bermain *game online* sebesar 30%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sebagian besar terpengaruh *game online* karena perilaku teman. Kepercayaan terkena dampak, sebagian besar responden

menjawab tidak setuju terhadap terkena dampak sebesar 57%. Namun yang menganggap bahwa bermain *game* bisa membuat sesak nafas sebesar 24%. Dengan demikian responden tidak mempercayai adanya terkena dampak *game online*.

PEMBAHASAN

Gambaran adiksi pemain *game online*

Hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan gambaran tingkat adiksi pada pemain *game online* di Dinustech Udinus Semarang pada kategori sedang sebesar 40%, Hal ini merupakan perilaku kecanduan mahasiswa terhadap permainan *game online*.

Dengan kata lain pemain *game* di Dinustech Udinus Semarang lebih banyak adalah mahasiswa semester menengah sampai akhir. Sedangkan bagi mahasiswa semester awal diduga masih banyak disibukkan oleh tugas kuliah serta masih serius dalam perkuliahan, membuat waktu untuk bermain *game online* menjadi berkurang.⁴

Dilihat dari segi main *game online* lupa dengan waktu apalagi ini untuk para pelajar. Main *game* membuat malas belajar. Hal ini sangat berbahaya menyangkut masa depan karena dapat menurunkan prestasi akademik.

Segi biaya untuk bermain *game online* ada beberapa sarana yang dibutuhkan seperti koneksi internet, listrik, *voucer*, dan computer yang digunakan berapa biaya yang dikeluarkan untuk bermain *game* hasilnya selain kepuasan saja.⁹

Segi psikis selalu terbayang dan mengingat *game* sehingga sulit berkonsentrasi dalam hal lain seperti belajar, pekerjaan, bahkan dalam mengerjakan ibadah.¹⁰

Kepercayaan tentang pengorbanan untuk bermain *game online*

Berdasarkan hasil penelitian, terdapat pula pemain yang sangat tidak bisa mengontrol dorongan-dorongannya untuk melakukan aktivitas bermain *game online*

sepanjang waktu. Dalam satu hari pemain bisa menggunakan waktu bermain *game online* lebih banyak dari aktivitas lainnya, waktu makan yang merupakan kebutuhan primer pun sampai terlewatkan. Begitu seringnya siswa bermain *game online*, konsentrasi belajar menjadi terganggu dan bahkan bisa terbawa sampai ke alam bawah sadar mereka.

Keuntungan bermain *game online* dan harapan keuntungan dalam bermain *game online*

Aspek keuntungan merupakan aspek yang paling mendominasi pemain dalam melakukan aktivitas bermain *game online*. Hampir seluruh sampel berada pada kategori tinggi, dengan prosentase sebesar 46%.

Keuntungan adalah harapan keuntungan yang diperoleh dalam aktivitas bermain *game online* yang berupa uang dan kepuasan. Dengan demikian pemain merasa lebih bersemangat pada saat bermain *game online*, apalagi jika menerima tantangan dalam permainan *game online*.

Perilaku teman yang mendukung atau mendorong untuk bermain *game online*

Aspek perilaku teman berada pada kategori yang sedang dengan prosentase 60% dan sisanya pada kategori tinggi sebanyak 40%.

Berdasarkan hasil analisa diketahui bahwa adiksi tinggi lebih banyak terjadi pada responden yang kepercayaan terhadap perilaku temannya rendah (0%) dibandingkan yang tinggi (4%) dan sedang (9,5%).

Kepercayaan tentang kemungkinan terkena dampak bermain *game online*

Berdasarkan hasil analisa diketahui bahwa adiksi tinggi lebih banyak terjadi pada responden yang kepercayaan terhadap adanya dampak sedang (9,5%) dibandingkan yang rendah (4%) dan tinggi (9,5%).

Sejak terbentuk teori HBM (Health Belief Model) telah digunakan untuk menjelaskan berbagai perilaku kesehatan yang dihipotesis

oleh teori HBM adalah tindakan-tindakan yang berkaitan dengan kesehatan beberapa kejadian simulasi yang terdiri dari 3 faktor yaitu :

1. Cukup motivasi (masalah kesehatan) untuk membuat masalah yang ada menjadi relevan.
2. Keyakinan bahwa seseorang rentan atau serius mengalami masalah kesehatan dari suatu penyakit atau kondisi. hal ini sering dianggap sebagai ancaman yang dirasakan.
3. Keyakinan bahwa mengikuti rekomendasi tertentu akan bermanfaat dalam mengurangi ancaman yang dirasakan, pada biaya yang dikeluarkan.

SIMPULAN

Sebagian besar responden berpendidikan mahasiswa (80%), berumur 17-19 tahun (58%). Bagi Dinustech Udinus Semarang

Bagi Dinustech Udinus Semarang hendaknya memberikan batasan waktu agar tidak menimbulkan keresahan bagi orang tua karena sebagian besar pemain *game* adalah pelajar. Banyak cara yang dapat dilakukan oleh mahasiswa menghindari untuk bermain *game online*, diantaranya adalah melakukan kewajibannya sebagai seorang mahasiswa dengan teratur, yakni kuliah dan belajar.

DAFTAR PUSTAKA

1. Bartle, R. A. *Hearts, clubs, diamonds and spades: player who suits muds Colchester*, Essex: MUSE Ltd. <http://www.mud.co.uk/richard/hcde.htm> (terakhir diakses, September 2011)
2. Fachrisal, A. (2005). *Online gaming di Indonesia*. dari Majalah LEVEL edisi 12 tahun 2005. Jakarta: Elex Media Computindo.
3. Wikipedia. (2007). "Online Game". http://en.wikipedia.org/wiki/Online_game (terakhir diakses, Agustus 2011)
4. <http://www.detikinet.com/read/2009/02/06/093617/1080445/654/game-online-di-indonesia-makin-subur> (terakhir diambil, Agustus 2011)
5. Yee, N. (2002). "Ariadne – Understanding MMORPG Addiction". <http://www.nickyee.com/hub/addiction/home.html> (terakhir diambil, Agustus 2011)
6. Nicholas David Bowman and Michigan State University. Perception of and Addiction to Online Games as a Function of Personality Traits. Online Publication 2008 April 26; Journal of Media Psychology, California.
7. Mayer, R. E. *The promise of educational psychology, vol. II: Teaching for meaningful learning*. New Jersey: Pearson Education. 2002.
8. Egdenfelt-Nielsen, S. & Smith, J.H. *Computer games, media and interactivity*. Terjemahan bahasa Inggris dari Den Digitale Leg.(2000). http://www.game-research.com/.art_games_media.asp (terakhir diambil, Agustus 2011)
9. Nuswandana, Adhityaswara. (2005). *Bikin main game makin asyik*. Dari Harian Kompas tanggal 21 September 2005. <http://www.kompas.com/kompas-cetak/0510/21/muda/2143888.htm> (terakhir diambil, Agustus 2011)
10. Jane Ogden. *The Stages of Substance Use*, Bristol : Open University Press. 1996.