



Jurnal Anoa Keperawatan Mandala Waluya
 DOI: <https://doi.org/10.54883.jakmw.v2i2.574>
 ISSN: 2809-6762
<http://ejournal.umw.ac.id/jakmw>



Hubungan Antara Prestasi Belajar Dan Tingkat Stres Terhadap Intensitas Penggunaan Game Online Pada Siswa Kelas XII Di SMA Negeri 05 Kendari

Merry Pongdatu¹, Tasman², Sitti Masyithah Ayu Lestari³

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Mandala Waluya

ABSTRAK

Fenomena bermain game online ditemukan sebanyak 52,3% dilakukan oleh siswa/siswi di SMAN 05 Kendari, Berdasarkan hasil survei awal terhadap 21 pengguna aktif *game online* di SMA Negeri 05 Kendari. Dari hasil sebaran angket, 11 orang (52,3%) menjawab bahwa mereka bermain *game online* lebih dari 2 jam setiap hari. Selain itu, beberapa orang mengeluhkan kemampuan belajarnya menurun setelah bermain *game online* sehingga sulit untuk berhenti bermain *game online*. Kemudian, 10 (47,6%) siswa lainnya bermain *Game* kurang dari 2 jam Siswa yang bermain *game online* mengatakan mereka bermain game untuk kepuasan pribadi, 10 dari mereka mengatakan bahwa mereka bermain game untuk menghilangkan stres karena banyak tugas belajar dan sekolah yang harus mereka selesaikan. Selain itu, dari data yang tertera pada rapor siswa, terdapat 15 siswa (71,4%) yang nilainya turun dari 90 poin menjadi 80 poin, dan 6 siswa (28,6%) yang nilainya turun dari 77 poin menjadi 60 poin. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan keberhasilan belajar dan tingkat stres terhadap intensitas penggunaan *game online* pada siswa Kelas XII SMA Negeri 05 Kendari. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian analitik kuantitatif dengan menggunakan pendekatan *Cross Sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa dan siswi kelas XII di SMA Negeri 05 Kendari dengan jumlah 433 orang yang terdiri dari 13 Kelas. Sampel pada penelitian ini berjumlah 82 orang siswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Proportional Stratified Random Sampling*. Metode analisis menggunakan *Uji Pearson Chi-Square* dan *Uji Phi*. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan cukup kuat antara prestasi belajar siswa terhadap intensitas penggunaan *game online* pada siswa kelas XII di SMA Negeri 05 Kendari tahun 2023 dengan X^2 hitung (19.799) $\geq X^2$ tabel (5.991) dengan nilai $\phi = 0.491$, dan ada hubungan lemah antara tingkat stress terhadap intensitas penggunaan *game online* pada siswa kelas XII di SMA Negeri 05 Kendari tahun 2023 dengan X^2 hitung (10.016) $\geq X^2$ tabel (5.991) dengan nilai $\phi = 0.349$.

Kata kunci : *Game online*, Prestasi Belajar, Tingkat Stres.

Relationship Between Learning Achievement And The Stress Levels On The Intensity Of Online Game Use Among Class XII Students At SMA Negeri 05 Kendari

ABSTRACT

The phenomenon of playing online games was found to be 52.3% of students at SMAN 05 Kendari, based on the results of an initial survey of 21 active online game users at SMA Negeri 05 Kendari. From the results of the questionnaire distribution, 11 people (52.3%) answered that they played online games for more than 2 hours every day. Apart from that, some people complain that their learning ability decreases after playing online games, making it difficult to stop playing online games. Then, 10 (47.6%) other students played games for less than 2 hours. Students who played online games said they played games for personal satisfaction, 10 of them said that they played games to relieve stress because they had a lot of study and school assignments. finish. Apart from that, from the data listed on the student report cards, there were 15 students (71.4%) whose scores fell from 90 points to 80 points, and 6 students (28.6%) whose scores fell from 77 points to 60 points. The aim of this research is to determine the relationship between learning success and stress levels on the intensity of online game use among Class XII students at SMA Negeri 05 Kendari. The type of research used is quantitative analytical research using a cross sectional approach. The population in this research is class XII students at SMA Negeri 05 Kendari with a total of 433 people consisting of 13 classes. The sample in this study was 82 students. The sampling technique used Proportional Stratified Random Sampling. The analysis method used the Pearson Chi-Square Test and Phi Test. The results of th research show that there is a fairly strong relationship between student learning achievement and the intensity of online game use in

class XII students at SMA Negeri 05 Kendari in 2023 with calculated X^2 count (19.799) $\geq X^2$ table (5.991) and $\phi = 0.491$ and there is a low relationship between stress levels and the intensity of online game use among class XII students at SMA Negeri 05 Kendari in 2023 with X^2 count (10.016) $\geq X^2$ table (5.991) and $\phi = 0.349$

Keywords : Game Online, Learning Achievement, Stress Level

Penulis Korespondensi :

Sitti Masyithah Ayu Lestari

Afiliasi : program Studi S1 Keperawatan

E-mail : sittimasyithah2601@gmail.com

No. Hp : +6282188566159

PENDAHULUAN

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Global Web Index (2021) disebutkan bahwa terdapat 4,66 miliar klien memainkan game berbasis internet di seluruh dunia. Indonesia berada di posisi ketiga dalam hal yang bernain *game online* dengan jumlah 1,68 juta orang Indonesia yang memainkan game berbasis internet. Hal ini pula yang menjadikan porsi pendudukan yang bermain *game online* berada di negara Indonesia terbesar di Asia Tenggara. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menyampaikan bahwa kecanduan *Game online* diklasifikasikan sebagai sekelompok penyakit mental yang disebut kecanduan *Game online*. Hal tersebut telah ada dalam daftar beta ke-11 dari Draf Klasifikasi Penyakit Internasional atau biasa disebut *International Classification of Diseases (ICD)*".

Pada tahun 2020 Sulawesi Tenggara menunjukkan data pengguna *game online* melalui internet yaitu sebanyak 41,92%. Salah satu tujuan orang mengakses untuk menghabiskan waktu yang lebih banyak untuk bermain *game* daripada perempuan. Meskipun laki-laki dan perempuan menghabiskan waktu yang sama banyaknya dalam menggunakan *game online*. Kota kendari menunjukkan remaja laki-laki yang bermain *game online* sebanyak 73,10% dan remaja perempuan sebanyak 71,01%. Banyaknya waktu luang yang dimiliki remaja berdampak pada banyaknya waktu yang dapat dihabiskan untuk bermain game. Remaja yang bermain *game* cenderung sulit dalam membatasi diri terhadap *game online* (Noveladia et al., 2022).

Dari siswa yang bermain *game* secara terus-menerus dengan perasaan emosional secara berlebihan dapat menimbulkan stress. Stres merupakan respon mental yang timbul karena adanya ketegangan, baik yang berasal dari dalam maupun luar. Tingkat stres dan ketergantungan terhadap *game online* dapat mempengaruhi remaja secara fisik dan mental, oleh karena itu hal ini disebabkan oleh dua faktor, misalnya stres, pengendalian diri, dan mengelola prioritas, dan faktor luar seperti pola pengasuhan, iklim kelompok dan teman sebaya (Suralaga et al, 2023 ; Fadli Ilhami Harri, 2022).

Dampak *game online* terhadap perasaan stres yang muncul pada remaja, khususnya respon mental (kesulitan mengendalikan perasaan, mudah marah, mudah tersinggung), respon fisiologis (sakit di bagian belakang leher, nyeri mata dan gangguan tidur), respon terhadap proses berpikir, (misalnya pikiran menjadi kacau, fokus berkurang, pemikiran tumpul dan pemikiran tidak wajar), respon perilaku (meningkatnya kecambuhan merokok, atau bahkan menjauhi teman dan menjadi musuh dalam suatu pergaulan) (Pribadi, 2022).

Selain stress, *game online* juga dapat berpengaruh pada menurunnya prestasi belajar siswa. Efek samping yang muncul adalah siswa tidak dapat memupuk bakatnya, mengalami berkurangnya kebebasan belajar, dan selalu berusaha mengabaikan tugas-tugas yang diberikan

kepadanya sehingga dapat mempengaruhi prestasi keilmuan yang diperoleh siswa tersebut. Kemudian siswa yang terlalu aktif dalam bermain *game online* dapat menyebabkan berkurangnya konsentrasi atau keaktifan dalam belajar, dan berupaya untuk mengalahkan pengaruh *game online* terhadap prestasi belajar siswa, khususnya guru pada umumnya memberikan latihan-latihan yang dapat mencakup semua siswa seperti latihan permainan dan latihan olahraga, latihan lain seperti latihan di kelas menyanyi, kuis yang dapat membuat siswa menjadi tidak fokus pada main-main (Zendrato & Harefa, 2020).

Hasil survey awal di SMA Negeri 05 Kendari kepada 21 orang pengguna aktif *Game online*. Hasil pembagian angket menunjukkan terdapat 11 (52,3%) orang diantaranya menyatakan bermain *Game online* tiap hari dengan durasi lebih dari 2 jam mereka juga mengatakan diantara mereka mengatakan bahwa prestasi belajar mereka mengalami penurunan sejak bermain *Game online* dan merasakan kesulitan untuk berhenti bermain *Game online*. 10 (47,6%) siswa lainnya bermain *Game* kurang dari 2 jam. Para siswa yang bermain *Game online* menyatakan bahwa mereka bermain *Game* karena memiliki kepuasan tersendiri, 10 orang dari mereka mengatakan bermain *Game* untuk menghilangkan stress akibat banyaknya pembelajaran dan tugas sekolah mereka. Dan dari data yang dilihat melalui nilai rapot yang dimiliki siswa ada terdapat 15 (71,4%) siswa yang memiliki prestasi menurun dari angka 90 ke 80, terdapat 6 (28,6%) siswa memiliki penurunan prestasi dari angka 77 sampai 60. Dari data hasil survey awal tersebut pengguna *Game online* aktif dengan penurunan prestasi didominasi kebanyakan laki-laki dibandingkan dengan perempuan.

Data yang didapatkan dari SMAN 05 Kendari pada tahun 2023 menunjukkan bahwa jumlah seluruh siswa dan siswi kelas X sebanyak 380 orang siswa, kelas XII sebanyak 433 orang siswa dan kelas XIII sebanyak 435 orang siswa sehingga total dari keseluruhan kelas yaitu 1284 orang siswa maupun siswi. Dalam penelitian ini peneliti berfokus pada kelas XII yang berjumlah 433 orang siswa (181 orang siswa berjenis kelamin laki-laki, dan 252 orang siswa berjenis kelamin perempuan).

Sehubungan dengan pernyataan diatas didapatkan hasil dari pembagian angket yang dilakukan peneliti, yaitu mengenai siswa yang bermain *Game online*, dapat mempengaruhi atau mengalami penurunan belajar dan stress akibat lamanya penggunaan *Game online*. Dalam permasalahan tersebut penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Antara Prestasi Belajar Dan Tingkat stres Terhadap Intensitas Penggunaan *Game online* Pada Siswa Kelas XII Di SMA Negeri 05 Kendari”.

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dalam pengembangan bidang ilmu keperawatan khususnya ilmu keperawatan jiwa yang dapat memberikan wacana tentang intensitas penggunaan *game online* serta pengaruhnya terhadap tingkat stres yang di alami dalam kehidupan remaja. Kemudian perawat juga dapat mengedukasi remaja untuk mengurangi bahkan menghilangkan kecanduan dalam bermain *game online* dengan memberikan edukasi terkait dampak negatif dalam bermain *game online*.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan SMAN Negeri 05 Kendari pada bulan Juli 2023 - Agustus 2023, menggunakan rancangan kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional study* terhadap 82 siswa, yang diambil menggunakan teknik *stratified random sampling* dengan kriteria inklusi siswa kelas

XII di SMAN 05 Kendari, siswa yang bermain game online, dapat membaca dan menulis, bersedia menjadi responden serta siswa yang mampu berkomunikasi dengan baik. Adapun responden yang tidak bermain game online, yang tidak bersedia menjadi responden, serta siswa yang sakit ataupun berhalangan pada saat penelitian tidak diambil dalam penelitian ini. Pengukuran tingkat stres dilakukan menggunakan kuisioner *Education Stress Scale Adolescence* (ESSA), dan pengukuran intensitas penggunaan game online juga menggunakan kuisioner frekuensi bermain game online. Proses analisis data dilakukan menggunakan analisis uji *pearson chi-square* serta uji koefisien phi dengan bantuan program komputer yaitu aplikasi SPSS versi 20. Penelitian ini telah mendapatkan uji kelayakan etik penelitian dari Universitas Mandala Waluya dengan nomor 0168/UMW.08/VII/2023.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Analisa Univariat

Analisis univariat dilakukan untuk mengetahui distribusi frekuensi variabel penelitian, baik pada variabel dependen maupun pada variabel independen. Adapun hasil analisis univariat dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

a. Intensitas Penggunaan *Game Online*

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Intensitas Penggunaan Game online Di SMAN 05 Kendari Tahun 2023

No	Intensitas Penggunaan <i>Game online</i>	N	%
1	Rendah	29	35,4
2	Tinggi	53	64,6
Total		82	100

Tabel diatas menunjukkan bahwa dari 82 responden terdapat 29 responden (35,4%) yang intensitas penggunaan game onlinenya rendah, dan terdapat 53 responden (64,6%) yang intensitas penggunaan game onlinenya tinggi.

b. Prestasi Belajar

Tabel 2. Distribusi Responden berdasarkan prestasi belajar di SMA Negeri 05 Kendari Tahun 2023

No	Prestasi Belajar	N	%
1	Baik	15	18,3
2	Cukup	45	54,9
3	Kurang	22	26,8
Total		82	100

Tabel diatas menunjukkan bahwa dari 82 responden terdapat 15 orang responden (18,3%) yang memiliki prestasi baik, kemudian 45 orang responden (54,9%) yang memiliki prestasi belajar cukup dan 22 orang responden (26,8%) memiliki prestasi belajar kurang.

c. Tingkat Stres

Tabel 3. Distribusi responden berdasarkan tingkat stress di SMA Negeri 05 Kendari Tahun 2023

No	Tingkat Stres	n	%
1	Rendah	9	11,0

2	Sedang	23	28,0
3	Tinggi	50	61,0
Total		82	100

Tabel diatas menunjukkan bahwa dari keseluruhan total sebanyak 82 (100%) responden, terdapat 9 responden (11,0%) yang tingkat stresnya rendah, 23 responden (28,0%) yang tingkat stresnya sedang, dan 50 responden (61,0%) yang tingkat stresnya tinggi.

2. Analisa Bivariat

Analisis bivariat adalah analisis terhadap 2 (dua) variabel yang bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara variabel independen dan variabel dependen. Dalam penelitian ini alat uji hipotesis yang digunakan adalah dengan menggunakan uji chi square yang dianalisis dengan sistem komputerisasi.

- a. Distribusi hubungan prestasi belajar terhadap intensitas penggunaan game online pada siswa kelas XII di SMA Negeri 05 Kendari

Tabel 4. Analisis hubungan prestasi belajar terhadap intensitas penggunaan game online pada siswa kelas XII di SMA Negeri 05 Kendari tahun 2023

Prestasi Belajar	Intensitas Penggunaan <i>Game online</i>				Total		Hasil Uji Chi Square
	Rendah		Tinggi		n	%	
	n	%	n	%			
Baik	12	80,0	3	20,0	15	100	$X^2_{Hit} = 19,799$ $X^2_{Tal} = 5,991$ P value = 0,000 $\phi = 0,491$
Cukup	15	33,3	30	66,7	45	100	
Kurang	2	9,1	20	90,9	22	100	
Total	29	35,4	53	64,6	82	100	

Tabel diatas menunjukkan bahwa dari 82 responden, terdapat 29 responden dengan intensitas penggunaan game onlilne rendah, diantaranya sebanyak 12 (80%) responden yang intensitas penggunaan game onlinenya rendah dengan prestasi belajar baik, 15 (33,3%) responden yang intensitas penggunaan game online rendah dengan prestasi belajar cukup, dan 2 (9,1%) responden yang intensitas penggunaan game online rendah dengan prestasi belajar kurang. Kemudian terdapat 53 responden yang intensitas penggunaan game onlinenya tinggi, diantaranya sebanyak 3 (20%) responden yang memiliki intensitas penggunaan game online tinggi dengan prestasi belajar dalam kategori baik, 30 (66,7%) responden memiliki intensitas penggunaan game online tinggi dengan prestasi belajar cukup, dan terdapat 20 (90,9%) responden memiliki intensitas penggunaan game online tinggi prestasi belajar kurang.

Berdasarkan hasil uji pearson chi-square diperoleh nilai X^2 hitung (19,799) $\geq X^2$ tabel (5,991), hal ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, yang berarti terdapat hubungan antara prestasi belajar dengan intensitas penggunaan game online pada siswa di SMA Negeri 05 Kendari tahun 2023. Kemudian nilai phi (ϕ) = 0,491, hal ini menunjukkan adanya hubungan cukup kuat

- b. Distribusi hubungan tingkat stres terhadap intensitas penggunaan game online pada siswa kelas XII di SMA Negeri 05 Kendari

Tabel 5. Analisis hubungan tingkat stres terhadap intensitas penggunaan game online pada siswa kelas XII di SMA Negeri 05 Kendari tahun 2023

Tingkat Stres	Intensitas Penggunaan <i>Game online</i>				Total		Hasil Uji Chi Square
	Rendah		Tinggi		n	%	
	n	%	n	%			
Rendah	5	55,6	4	44,4	9	100	X^2 Hit = 10,016 X^2 Tab = 5,991 P value = 0,000 ϕ = 0,349
Sedang	13	56,5	10	43,5	23	100	
Tinggi	11	22,0	39	78,0	50	100	
Total	29	35,4	53	64,6	82	100	

Tabel diatas menunjukkan bahwa dari 82 responden terdapat 29 responden yang mengalami intensitas penggunaan game online rendah, diantaranya sebanyak 5 (55,6%) responden yang memiliki intensitas penggunaan game online rendah dengan tingkat stres rendah, 13 (56,5%) responden dengan tingkat stres sedang, dan 11 (22,0%) responden dengan tingkat stres tinggi. Sedangkan dari total 53 responden memiliki intensitas penggunaan game online tinggi, diantaranya sebanyak 4 (44,4%) responden dengan tingkat stres rendah, 10 (43,5%) responden dengan tingkat stress sedang dan 39 (78,0%) responden dengan tingkat stress tinggi.

Berdasarkan hasil uji pearson chi square diperoleh nilai X^2 hitung (10,016) $\geq X^2$ tabel (5,991). hal ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, yang berarti terdapat hubungan antara tingkat stress terhadap intensitas penggunaan game online pada siswa di SMA Negeri 05 Kendari pada tahun 2023. Kemudian nilai phi (ϕ) = 0,349 yang menunjukkan adanya hubungan lemah.

3. Pembahasan

a. Hubungan Prestasi Belajar Terhadap Intensitas Penggunaan Game Online Pada Siswa Kelas XII Di SMA Negeri 05 Kendari

Intensitas penggunaan game online berhubungan dengan lama penggunaan atau lama frekuensi seseorang dalam bermain game online dalam sehari bahkan seminggu. Alasan siswa bermain game online yaitu karena untuk mengisi kejenuhan siswa selama belajar, agar tidak dikira kurang pergaulan, ada juga beberapa siswa yang bermain game hanya untuk bersenang-senang dan menghilangkan stres.

Berdasarkan dari data analisi bivariat menunjukkan bahwa terdapat 12 (80%) responden memiliki prestasi dalam kategori baik dengan intensitas penggunaan game online rendah dengan frekuensi waktu bermain game online yaitu satu jam dalam sehari, dapat dilihat dari frekuensi nilai rata-rata dalam kategori baik berada pada rentang nilai 88-100 sebanyak 15 responden dengan persentase 18,3%. Hal ini disebabkan karena responden tersebut bermain game online hanya untuk kesenangan mereka saja dalam

mengisi waktu luang bukan menjadi kegiatan yang prioritas (seperti mengikuti pembelajaran, mengerjakan tugas dan lain sebagainya).

Studi ini serupa dengan penelitian yang dilakukan oleh Pitaloka (2020) menyatakan bahwa siswa bermain game online memiliki alasan untuk mengisi waktu luang oleh game pelajar. Mereka menyukai game online secara tidak langsung karena tidak memiliki aktivitas yang bisa dilakukan, kesepian, merasa bosan karena tidak ada teman maupun keluarga yang bisa diajak berinteraksi membuat gamer pelajar tertarik bermain game online. Game online dianggap sebagai teman untuk mengisi waktu. Tuntutan aktivitas akademik juga menjadikan game online sebagai tempat pelarian bagi gamer pelajar. Aktivitas sekolah, ekstrakurikuler dan bimbingan belajar menjadi beban bagi mereka. Waktu bermain mereka secara otomatis juga berkurang akibat banyaknya aktivitas akademik.

Terdapat hasil dari penelitian yang dilakukan ada 2 (9,1%) responden memiliki prestasi belajar kurang dengan intensitas penggunaan game online rendah. Dapat dilihat dari frekuensi nilai rata-rata dalam kategori kurang berada pada rentang nilai 69-75 sebanyak 22 responden dengan persentase 26,8% yang berarti perlu ditingkatkan, serta frekuensi lama game online pada kategori ini yaitu rata-rata 1 jam/hari. Hal ini disebabkan, siswa yang prestasinya kurang bukan hanya dari game online, bisa juga dari faktor luar, seperti minat siswa dalam belajar kurang, dan juga dukungan dari keluarganya kurang, hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Pujawati (2018) yang menyimpulkan bahwa kurangnya dukungan orang tua mendampingi anak dalam belajar sehingga prestasi yang diraih oleh anak kurang. Sehingga dari dukungan tua itulah anak dapat mengembangkan kemampuan yang dimilikinya.

Kemudian terdapat 3 (20%) responden memiliki prestasi belajar yang baik dengan intensitas penggunaan game online tinggi, frekuensi bermain responden dalam kategori ini yaitu 3 jam/hari. Untuk prestasi belajar responden dalam kategori ini dapat dilihat dari rentang nilai yaitu 86-88 sebanyak 3 orang responden dengan persentasi 20%. Hal tersebut dikarenakan responden dalam kategori ini dapat bermain game online ketika semua pekerjaan rumah (PR) sudah dikerjakan semua, dan juga semua kegiatan akademik disekolah terselesaikan. Serta kemampuan setiap anak berbeda-beda antara satu dengan yang lain dapat dilihat dari nilai raport yang mereka dapatkan.

Pernyataan diatas sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahyuni dkk (2021) yang menjelaskan bahwa kemampuan setiap anak itu berbeda-beda antara satu dengan yang lainnya, oleh karenanya untuk mengetahui pengaruh penggunaan game online tidak hanya melihat pada faktor kebiasaan anak, tetapi berpengaruh juga pada anak yang memang pada dasarnya memiliki kemampuan atau prestasi yang baik dibanding anak lain pada umumnya

Terdapat hasil 30 (66,7%) responden mengalami prestasi belajar yang cukup dengan intensitas penggunaan game onlinenya tinggi, frekuensi bernain responden dalam kategori ini yaitu 2-3 jam/hari. Untuk prestasi belajar responden dalam kategori ini dapat dilihat dari rentang nilai yaitu 78-84 sebanyak 30 orang responden dengan persentasi 36,6%, peneliti berpendapat bahwa siswa dalam kategori ini dapat membagi waktunya antara bermain game online dengan tugas-tugas sekolah. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan

oleh Henukh Liti dkk (2022) menyimpulkan bahwa game online dapat memberikan dampak positif secara perlahan, siswa yang masih dapat membagi waktunya antara belajar dan bermain, karena dengan game online siswa dapat melatih fokus mereka serta menumbuhkan intrinstik siswa. Serta game online dapat membantu meningkatkan motivasi belajar siswa bila diterapkan dalam pembelajaran.

Kemudian, terdapat 20 (90,9%) responden memiliki prestasi belajar yang kurang dengan intensitas penggunaan game online tinggi. frekuensi bermain responden dalam kategori ini yaitu 3 jam/hari. Untuk prestasi belajar responden dalam kategori ini dapat dilihat dari rentang nilai yaitu 69-75 sebanyak 20 orang responden dengan persentasi 24,3%. Hal ini disebabkan karena kecanduan bermain game online memberikan pengaruh negatif terhadap prestasi belajar seseorang.

Hasil uji statistik pearson chi-square diperoleh nilai X^2 hitung (19,799) \geq X^2 tabel (5,991), hal ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, yang berarti terdapat hubungan antara prestasi belajar dengan intensitas penggunaan game online pada siswa di SMA Negeri 05 Kendari tahun 2023. Kemudian nilai phi (ϕ) = 0,491, hal ini menunjukkan adanya hubungan cukup kuat

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nisrinafatin (2020) yang menyatakan bahwa game online berdampak negatif bagi motivasi belajar para siswa, seseorang yang kecanduan bermain game online akan mempengaruhi motivasinya dalam belajar dan jika motivasi belajarnya terganggu maka akan mempengaruhi pula prestasi belajarnya. Selain itu hal ini juga didukung dengan penelitian yang dilakukan Nabel Rifqy Anwar dan Evi Winingsih dengan judul Pengaruh game online terhadap prestasi akademik siswa sekolah menengah pertama negeri 5 banjar dimassa pandemi covid-19 dengan hasil penelitian ada hubungan negatif antara kecanduan game online dengan prestasi akademik kategori korelasii sedang.

b. Hubungan Antara Tingkat Stres Terhadap Intensitas Penggunaan Game Online Pada Siswa Kelas XII Di SMA Negeri 05 Kendari

Berdasarkan hasil uji bivariate pada variabel ini yaitu terdapat responden dengan intensitas penggunaan game online tinggi dengan tingkat stress rendah sebanyak 4 (44,4%) responden, frekuensi bermain game online pada kategori ini yaitu 2-3 jam/hari, dalam hal ini peneliti berpendapat bahwa siswa menggunakan game online sebagai media untuk melampiaskan stresnya. Hasil dari analisa kuisioner, kebanyakan responden yang memiliki stress ringan mempunyai tekanan dalam kompetensi antara teman sekelasnya dan juga banyak tugas sekolah.

Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan Volmer, dkk (2019), Pemain game memilih bermain game online disebabkan beberapa alasan yaitu mencari kesenangan, rekreasi, mengatasi stress, mendapatkan status atau pengakuan dan juga melarikan diri dari kehidupan nyata, Penelitian yang dilakukan oleh Sapto Irawan & Dina Siska W. pada tahun 2021 menjelaskan bahwa terdapat tiga faktor yang mempengaruhi peserta didik kecanduan game online, faktor tersebut terdiri dari Frekuensi bermain game online, faktor waktu bermain dan faktor game yang digemari.

Kemudian, pada tabel 5 menunjukkan sebanyak 10 (43,5%) responden memiliki intensitas penggunaan game onlinenya tinggi tapi tingkat stresnya sedang, frekuensi bermain game online responden dalam kategori ini yaitu 3 jam/hari. Peneliti berpendapat bahwa game online dapat mempengaruhi perasaan, berubahnya emosional, imajinatif, dan tidak konsentrasi dalam belajar.

Hasil dari analisis dengan melihat kuisisioner yang diisi oleh responden, mereka mengalami stress sedang dengan alasan tuntutan belajar yang berat, hasil ujian yang buruk, tugas yang banyak, tekanan naik kelas, lamanya belajar, kecemasan saat menghadapi ujian, tuntutan orang tua.

Cao & Su (2019) mengatakan bahwa siswa remaja dapat mengalami kecanduan karena sifat game untuk membuat pemain tertarik hingga tidak dapat berhenti bermain game online. Melupakan kegiatan sehari-hari atau tugas dari sekolah, tidak konsentrasi dalam belajar, kurangnya sosialisasi yang didapat dari lingkungan, lupa akan waktu, dan mempengaruhi pola pikir merupakan dampak kecanduan bermain game online.

Terdapat 39 (78%) responden memiliki intensitas penggunaan game onlinenya tinggi dengan tingkat stress yang tinggi, frekuensi bermain game online responden dalam kategori ini yaitu 3 jam/hari. Berdasarkan hasil penelitian, hal ini disebabkan karena sebagian besar remaja yang melakukan permainan game online dan memiliki tingkat stress tinggi dipengaruhi oleh faktor internal atau faktor yang berasal dari individu itu sendiri. Ada beberapa level yang harus diselesaikan oleh seseorang dalam bermain game online, hal tersebut akan mendorong rasa ingin memenangkan permainan tersebut atau rasa ingin melewati level tersebut semakin tinggi, namun jika pada saat bermain apa yang diharapkan tersebut tidak tercapai akan menyebabkan rasa kecewa yang mana seseorang tersebut dapat memiliki perasaan ragu terhadap kemampuan diri sendiri dalam menyelesaikan masalah atau dapat dikatakan sebagai stress.

Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ni Made Yeshika (2023), menyatakan bahwa banyaknya remaja yang bermain game mengalami stress, dikarekan adanya dorongan rasa ingin memenangkan pertandingan atau rasa ingin melewati level selanjutnya. Penyebab lain berupa kejadian buruk yang terjadi dalam kehidupan dapat menjadi pemicu timbulnya stress, jika individu tidak dapat mengatasi hal tersebut seorang diri serta kekurangan dukungan eksternal maka individu tersebut akan mengalami stress yang berdampak negatif dan dapat mempengaruhi suasana hati.

Selanjutnya, sebanyak 5 (55,6%) responden memiliki intensitas penggunaan game onlinenya rendah, dengan tingkat stresnya rendah, frekuensi dalam bermain game online responden pada kategori ini yaitu 1-2 jam/harinya. Peneliti berasumsi bahwa tidak terlalu kepikiran mengenai gagalnya dalam bermain game online mereka bermain game online hanya untuk sebagai hiburan mereka saja disaat mereka lelah dengan masalah yang ia hadapi, responden lebih banyak memperlmasalahakan mengenai banyaknya tugas disekolah, tidak mampu menerima materi dan konflik dengan keluarga juga mampu membuat responden memiliki stress yang rendah, hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh, Rauf Adhan (2019) yang menyimpulkan bahwa tidak adanya hubungan antara tingkat stress dengan kecanduan game online karena siswa bermain game online dibawah dari 3 jam dan hanya memainkan game online diwaktu luangnya saja dan siswa juga tidak

mengalami tekanan dan paksaan dari teman sebaya untuk menyesuaikan ikut bermain game online.

Terdapat 13 (56,5%) responden memiliki intensitas penggunaan game onlinenya rendah dengan tingkat stresnya sedang, dengan frekuensi bermain game online 2-3 jam/hari. Peneliti berasumsi bahwa salah satu alasan subjek berada pada kategori sedang, karena sebagian subjek dapat mengelolah stresor yang muncul dari lingkungan akademiknya, seperti tugas-tugas perkuliahan, sehingga siswa tidak keasyikan dengan online game dan mahasiswa memainkan online game disaat tugas-tugas kuliah semua telah dikerjakan. Siswa dengan stres yang sedang, cenderung tidak mengalami reaksi stres karena kemampuan mengelola stres yang baik. Sebaliknya, siswa yang mengalami stres yang tinggi, sulit mengelola stres sehingga mudah terjadi reaksi stress.

Sejalan dengan penelitian Zuama (2014) mengenai kemampuan mengelola stres akademik pada mahasiswa yang menemukan hasil bahwa secara fisik, tiap responden mengalami semua reaksi stres yang umum terjadi, seperti berkeringat, mudah lelah, sangat sensitif atau peka, dan sebagainya.

Selanjutnya hasil penelitian menunjukkan 11 (22,0%) responden memiliki intensitas penggunaan game onlinenya rendah dengan tingkat stresnya tinggi, frekuensi dalam bermain game online responden dalam kategori ini yaitu 3 jam/hari. Peneliti berpendapat, karena banyaknya tekanan dari faktor eksternal berupa tugas-tugas dari sekolah, kurangnya pengawasan dari orangtua serta belum terselesaikan suatu masalah.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang lakukan oleh Piyeke P. Jhonly, Hendro Bidjuni, dan Ferdinand Wowiling tahun (2015) menyatakan bahwa seseorang yang memiliki tingkat stress tinggi pada remaja diantaranya tidak mampu menerima pelajaran disekolah karena perbedaan kemampuan individu dalam menerima materi, banyak tugas yang diberikan, konflik dengan keluarga maupun teman sebaya, hubungan sosial yang buruk dengan orang lain.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Januar tentang hubungan antara stres dan kecanduan game online pada remaja, yang menemukan korelasi yang rendah ($p = 0,26$) antara keduanya . Game online yang berlebihan dapat menyebabkan stres, kesepian, kurangnya sosialisasi, dan kurangnya interaksi dengan lingkungan. Intensitas game online mempengaruhi kehidupan remaja, terutama tingkat stres mereka.

Berdasarkan hasil uji pearson chi square diperoleh nilai X^2 hitung (10,016) \geq X^2 tabel (5,991). hal ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, yang berarti terdapat hubungan antara tingkat stress terhadap intensitas penggunaan game online pada siswa di SMA Negeri 05 Kendari pada tahun 2023. Kemudian nilai phi (ϕ) = 0,349 yang menunjukkan adanya hubungan lemah.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dalam penelitian ini maka dapat ditarik kesimpulan yaitu ada hubungan cukup kuat antara prestasi belajar terhadap intensitas penggunaan game online pada siswa kelas XII di SMA Negeri 05 Kendari. Terdapat juga hubungan lemah antara tingkat stress terhadap intensitas penggunaan game online pada siswa kelas XII di SMA Negeri 05 Kendari.

Berdasarkan kesimpulan yang telah dijelaskan maka saran yang diajukan pada penelitian ini adalah : Diharapkan kepada pihak SMA Negeri 05 Kendari dapat mengontrol siswa dalam bermain game online dengan memberikan kesempatan belajar yang lebih banyak sekaligus memberikan kegiatan yang positif dan mendorong untuk menghilangkan fokus mereka dalam penggunaan game online melalui edukasi tentang penjelasan dampak negatif dari bermain game online. Diharapkan kepada orang tua/ wali siswa dan siswi untuk lebih mengontrol anaknya dalam bermain *game online*, orangtua diharapkan lebih banyak waktu bersama dengan anaknya dirumah dan lebih memperhatikan belajar anak dirumah. Diharapkan bagi siswa/siswi SMA Negeri 05 Kendari agar lebih meningkatkan pembelajaran dan membatasi penggunaan *game online* yang dimainkan hingga larut malam secara berlebihan namun lebih memfokuskan diri pada proses pembelajaran dan juga menjaga kesehatan mental. Kemudian bagi profesi keperawatan diharapkan dapat turun melakukan promosi kesehatan dalam mengedukasi siswa, guru maupun orang tua guna untuk mengurangi bahkan menghilangkan kecanduan dalam bermain *game online*, dengan memberikan edukasi terkait dampak negatif dalam bermain *game online* sehingga dapat meningkatkan prestasi dan hasil belajar. Serta memberikan edukasi mengenai pengendalian stress pada siswa maupun masyarakat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan dengan penuh rasa hormat, mengucapkan terima kasih yang tidak terhingga. Ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya penulis sampaikan pula pada : Pihak sekolah, guru maupun staff di SMA Negeri 05 Kendari, yang telah memberikan izin serta memfasilitasi peneliti dalam melakukan proses penelitian di SMA Negeri 05 Kendari. Terima kasih juga kepada siswa dan siswi kelas XII SMA Negeri 05 Kendari yang telah bersedia menjadi subjek dalam penelitian ini. Dan terima kasih juga kepada seluruh pihak atas motivasi dan dukungannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Fadli Ilhami Harri Siregar. (2022). Hubungan Tingkat Stress Dengan Mekanisme Koping Pada Mahasiswa Profesi Ners Di Fakultas Keperawatan Universitas Andalas Padang. Skripsi. Unniversitas Andalas
- Henukh, L. R., Abolladaka, J., Simanungkalit, E. F. B. (2022). Pengaruh Game Online Terhadap Motivasi Belajar Siswa Kelas XI IPS SMA Negeri 1 Lobalain. *Journal Economic Education, Bussines and Accounting (JEEBA)*. 1(2), 1-6
- Suralaga, C., Misgiati, D.E & Usman, A.M. (2023). Hubungan Lama Bermain Game Online Dengan Tingkat Stres dan Kualitas Tidur Pada Remaja. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*. 5(1) : 269-280
- Ni Made Yeshika Armiadeni., Ni Luh Putu Dina Susanti & Ni Wayan Manik Parwanti. 2023. Hubungan Intensitas Bermain Game Online Dengan Tingkat Stress & Kecerdasan Emosional Remaja Pada Era New Normal . *Jurnal Institut Teknologi dan Teknologi Bali*16(1), 170-180
- Nisrinafatin. (2020). Pengaruh Game Online Terhadap Motivasi Belajar Siswa. *Jurnal edukasi nonformal*. 1(1), 135-142
- Novelida, Dinda A., Ruslan Majid., Syawal Kamiluddin Saptautra. (2022). Hubungan Kecanduan Dan Durasi Bermain Game Online Dengan Kualitas Tidur Pada Remaja Di Kelurahan Kasilampe Tahun 2022. *Jurnal WINS, Volume 3 No 6*, Hal 89-94
- Pitaloka, Ardanareswari Ayu. (2020). Perilaku Konsumsi Game Online Pada Pelajar (Studi Fenomenologi Tentang Perilaku Konsumsi Game Online Pada Pelajar Di Kelurahan Germolong Kabupaten Sragen. *Jurnal ilmiah pendidikan sosial Ant*. Volume 3 Nomor 1
- Piyeke, Phainel Jhonly., Hendro Bidjuni, F.W. (2014). Hubungan Tingkat Stres Dengan Durasi Waktu Bermain Game Online Pada Remaja di Manado. *Jurnal Universitas Sam Ratulagi*
- Pribadi, Catur Langgeng. (2022) Gejala Stress Pada Remaja Pecandu Game Online Di Desa Cokromenggalan. Skripsi. IAIN Ponorogo

- Rahyuni, R., Yunus, M., Hamid S. (2021). Pengaruh Game Online Terhadap Motivasi Belajar Dan Prestasi Belajar Siswa SD Kecamatan Pammana Kabupaten Wajo. Jurnal pendidikan bosowa. Volume 1 Nomor 2, Hal 65-70
- Rauf, Adhnan Azhari., Badar., Arsyawina. (2019). Hubungan Kecanduan Game Online Dengan Tingkat Stress Pada Siswa SMA Negeri 5 Di Samarinda. Skripsi. Politeknik Kesehatan Kalimantan Timur
- Vollmer, C., et al. (2019). Computer Game Addicition In Adolescents And Its Relationship To Chronotype And Personality.
- Zendrato, Y., & Harefa, H. O. N. (2020). Dampak Game Online Terhadap Prestasi Belajar Siswa. *Educativo. Jurnal Pendidikan*, 1(1), 139–148. <https://doi.org/10.56248/educativo.v1i1.21>
- Zuama, Shofiyanti Nur. (2014). Kemampuan Mengelola Stress Akademik Pada Mahasiswa Yang Sedang Skripsi Angkatan 2009 Program Studi PG PAUD. *Kreatif. Volume 17 Nomor 2*

Jurnal Anoa Keperawatan Mandala Waluya (JAKMW) is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License.

