

HUBUNGAN PERAN ORANG TUA DAN *SELF CONTROL* DENGAN PERILAKU KECANDUAN GAME ONLINE PADA REMAJA DI SMP EMPAT LIMA KARANGGENENG KABUPATEN LAMONGAN

Oleh : Nur Ubaidatul Khofiyah

Pembimbing: (1) Arifal Aris, S. Kep., Ns., M. Kes (2) Dr. Dadang Kusbiantoro, S. Kep., Ns., M. Si

ABSTRAK

Kecanduan game online pada remaja akan memberikan dampak pada beberapa aspek kehidupan, seperti aspek kesehatan, aspek psikologis, aspek akademis, aspek sosial dan aspek keuangan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan peran orang tua dan *self control* dengan perilaku kecanduan game online pada remaja di SMP Empat Lima Karanggeneng Kabupaten Lamongan. Penelitian ini menggunakan desain penelitian *analitik korelasi* dengan pendekatan *Cross sectional* menggunakan teknik *total sampling* sebanyak 99 responden. Data penelitian ini diambil menggunakan kuesioner tertutup dengan lembar observasi kemudian di analisis menggunakan uji *spearman rank (Rho)*. Hasil penelitian peran orang tua dengan perilaku kecanduan game online di peroleh nilai $p = 0,000$ dimana nilai $p < 0,05$ maka H_0 di tolak dan H_1 di terima yang artinya terdapat hubungan yang signifikan antara variabel peran orang tua dengan perilaku kecanduan game online. Kemudian hasil penelitian *self Control* dengan kecanduan game online di peroleh nilai $p = 0,000$ dimana nilai $p < 0,05$ maka H_0 di tolak dan H_1 di terima yang artinya terdapat hubungan yang signifikan antara variabel *self control* dengan perilaku kecanduan game online pada remaja di SMP Empat Lima Karanggeneng Kabupaten Lamongan. Saran untuk institusi pendidikan agar mengadakan pendidikan kesehatan tentang dampak dari permainan game online, supaya siswa-siswi dapat mengantisipasi agar tidak sampai mengarah pada kecanduan game online.

Kata Kunci : *Peran Orang Tua, Self Control, Kecanduan Game Online*

ABSTRACT

Online game addiction in adolescents will have an impact on several aspects of life, such as health aspects, psychological aspects, academic aspects, social aspects and financial aspects. The purpose of this study was to determine the relationship between the role of parents and self-control with online game addiction behavior in adolescents at SMP Empat Lima Karanggeneng Lamongan Regency. This study uses a correlation analytic research design with a cross sectional approach using a total sampling technique of 99 respondents. The research data was taken using a closed questionnaire with an observation sheet and then analyzed using the Spearman rank (Rho) test. The results of the research on the role of parents with online game addiction behavior obtained p value = 0.000 where p value < 0.05 then H_0 was rejected and H_1 was accepted, which means that there is a significant relationship between parental role variables and online game addiction behavior. Then the results of self-control research with online game addiction obtained p value = 0.000 where p value < 0.05 then H_0 is rejected and H_1 is accepted, which means that there is a significant relationship between self-control variables and online game addiction behavior in adolescents at SMP Empat Five Karanggeneng, Lamongan Regency. Suggestions for educational institutions to conduct health education about the impact of online game games, so that students can anticipate so as not to lead to online game addiction.

Keywords: *Role of Parents, Self Control, Online Game Addiction*

1. PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi yang sangat pesat menuntut kita untuk dapat memilih berbagai informasi yang kita terima. Salah satu dampak kemajuan teknologi saat ini yaitu munculnya perangkat gadget berupa *smartphone* yang selain berguna sebagai sarana komunikasi dan informasi, *smartphone* juga bisa sebagai sarana untuk bermain game, atau yang biasa disebut dengan game online. Di era saat ini Game online sudah menjadi gaya hidup baru bagi masyarakat, baik dari kalangan anak-anak, remaja hingga dewasa (Setiawan, 2018).

Dalam batas penggunaan yang tidak berlebihan game online pada dasarnya dapat dikatakan sebagai sarana hiburan atau kegiatan pengisi waktu luang. Namun, ada juga pemain game online yang kesulitan mengendalikan kebiasaan bermain mereka, sehingga akan mengalami kecanduan. Kecanduan game online dapat berdampak buruk bagi para pemainnya. Fenomena yang terjadi, banyak pelajar maupun remaja yang menghabiskan waktunya berjam-jam di depan layar ponsel hanya untuk bermain game, sehingga mereka lupa dengan kegiatan mereka yang lain (Novrialdy, 2019).

Jika permainan game online di mainkan secara terus menerus tanpa adanya Kontrol diri, maka akan menjadikan seseorang atau anak tersebut memiliki kebiasaan bermain game online. Kebiasaan tersebut menjadikan fase sulit untuk melepas game online. Peran orang tua disini sangat dibutuhkan dalam hal mengawasi anak. Orang tua perlu melakukan pengawasan terhadap anak dalam penggunaan *smartphone* atau gadget. Sehingga, anak dapat menggunakan *smartphone* tersebut dengan semestinya dan sesuai dengan kebutuhannya. Lingkungan keluarga merupakan lingkungan yang paling dekat dengan individu, sehingga sangat dibutuhkan peran dari masing-masing orang tua supaya individu itu tidak memasuki pada ranah kecanduan game online.

Organisasi Kesehatan Dunia atau *World Health Organizations* (WHO) resmi menetapkan Kecanduan game atau *game disorder* ke dalam versi terbaru *International Statistical Classification of Diseases* (ICD)

sebagai penyakit gangguan mental untuk pertama kalinya. Menurut Nurjanah (2013) sebagian besar remaja merupakan pecandu game online. Prevalensi kecanduan game online dapat dilihat dari penelitian di tujuh negara Eropa berdasarkan sampel dari 12.938 remaja usia antara 14 dan 17 tahun, hasil penelitian menemukan 1,6% dari remaja memenuhi kriteria *Internet Gaming Disorder*, dengan 5,1% lebih berisiko mengalami *Internet Gaming Disorder* (Muller dkk, 2015). Menurut lembaga riset pemasaran asal Amsterdam, Newzoo, ada 43,7 juta gamer (56% di antaranya laki-laki). Jumlah pemain game di Indonesia menjadi negara terbanyak se-Asia Tenggara, yang bermain game di telepon pintar, personal computer dan laptop.

Dari hasil survei yang telah di lakukan oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) mencatat bahwa salah satu konten hiburan yang banyak dipilih oleh masyarakat adalah game online, yaitu sebesar 16,5%. Secara provinsi, jumlah pemain game online terbanyak saat ini masih berada di Jawa barat, lalu di ikuti Jawa timur dan Jawa tengah (APJII, 2020) Prevalensi di prediksi akan meningkat sebanyak 21,6% di tahun 2025 (Dahwilani, 2020). Jika prevalensi terus meningkat dikhawatirkan akan dapat memberikan dampak negatif bila tidak dikendalikan. Hasil studi *Mobile Marketing Association* (MMA) (dalam Maulida 2018) juga mencatat jumlah pemain game online di Indonesia mencapai 60 juta, Jumlah ini diperkirakan akan terus meningkat hingga menjadi 100 juta (Maulida, 2018). Hasil ini menjadikan Indonesia sebagai negara dengan jumlah pemain game online terbanyak es-Asia tenggara dan keenam se-Asia (Sulistya, 2020). Berdasarkan data tersebut dapat dilihat bahwa jumlah pemain game online di indonesia terbilang banyak. Hasil dari studi pendahuluan yang dilakukan pada bulan Desember 2021 di SMP Empat Lima Karanggeneng Kabupaten Lamongan melalui wawancara didapatkan 12 (67%) dari 18 siswa diantaranya merupakan pemain aktif game online dengan waktu bermain game lebih dari 4 jam perhari.

Ada beberap faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya kecanduan terhadap game online, yaitu 1) Faktor internal, rasa bosan yang dirasakan remaja ketika berada di

rumah atau di sekolah, ketidakmampuan mengatur prioritas untuk mengerjakan aktivitas penting lainnya juga menjadi penyebab timbulnya kecanduan terhadap game online, kurangnya *self control* dalam diri remaja, sehingga remaja kurang mengantisipasi dampak negatif yang timbul dari bermain game online secara berlebihan. 2) Sedangkan faktor eksternal yang menyebabkan terjadinya kecanduan bermain game online pada remaja, yaitu lingkungan yang kurang terkontrol, karena melihat teman-temannya yang sedang bermain game online, kurang memiliki hubungan sosial yang baik, sehingga remaja memilih alternatif bermain game sebagai aktivitas yang menyenangkan, juga kurangnya peran dari orang tua dalam hal mengawasi aktivitas anak, sehingga anak akan lebih bebas dalam melakukan aktivitas yang diinginkan (Masya, 2016).

Melakukan apapun dalam kadar yang berlebihan tentu saja tidak baik, seperti halnya bermain game online. Beberapa dampak negatif dari bermain game online secara berlebihan tidak baik untuk kesehatan, khususnya kesehatan mata yang akan menimbulkan kelelahan. Jarak antara mata dengan layar ponsel yang terlalu dekat sangat berbahaya bagi kesehatan mata, terlebih jika dilakukan dalam waktu berjam-jam tanpa henti. Tidak hanya itu, dalam beberapa kasus karena terlalu fokus bermain game online, seseorang juga akan mengabaikan makan dan istirahat yang merupakan kebutuhan dasar tubuh. Ketagihan memainkan game online juga akan berdampak buruk dari segi psikis, segi akademik dan sosialnya. Secara psikis, pikiran akan terus menerus memikirkan game yang sedang dimainkan sehingga siswa-siswi menjadi sulit berkonsentrasi terhadap pelajaran. Selain itu, game online dapat membuat pecandunya menjadi cuek, acuh tak acuh, serta kurang peduli terhadap hal-hal yang terjadi di lingkungan sekitar seperti pada keluarga, teman dan orang-orang terdekat (Ghuman & Griffiths, 2012)

Kecanduan game online dapat mempengaruhi aspek sosial dalam menjalani kehidupan sehari-hari mulai dari kualitas berinteraksi dengan orang-orang terdekat, pencitraan diri hingga perubahan perilaku individunya. Karena banyaknya waktu yang

dihabiskan di dunia maya menyebabkan siswa-siswi kurang berinteraksi dengan orang lain dalam dunia nyata. Hal ini terjadi dikarenakan siswa-siswi hanya terbiasa berinteraksi satu arah dengan komputer membuat perilaku siswa-siswi jadi tertutup, sulit mengekspresikan diri ketika berada di lingkungan nyata (Susanto, 2010).

Untuk mengatasi hal tersebut, ada beberapa cara yang dapat diupayakan oleh orangtua, diantaranya dengan meluangkan waktu bersama dengan anak untuk melakukan kegiatan bersama, menjaga komunikasi yang efektif, memberikan perhatian terhadap minat bakat dan kebutuhan-kebutuhan anak, Membuat komitmen bersama terkait waktu dan durasi anak bermain game agar anak mempunyai kontrol diri yang baik terhadap game online, atau bisa juga dengan memberikan pemahaman pada anak akan dampak negatif jika bermain game online secara berlebihan.

2. METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah analitik korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa di SMP Empat Lima Karanggeneng Kabupaten Lamongan pada bulan Mei tahun 2022 sebanyak 99 siswa dengan menggunakan teknik sampling *total sampling*. Jumlah sampel sebanyak 99 siswa. Alat ukur yang digunakan adalah lembar kuesioner tertutup, kemudian dilakukan *editing, coding, scoring, tabulating*, lalu di analisa menggunakan uji *spearman rank* (Rho).

3. HASIL PENELITIAN

1) Gambaran umum lokasi penelitian

Lokasi Penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah di SMP Empat Lima Karanggeneng Kabupaten Lamongan.

2) Data Umum

1. Distribusi Usia

Tabel 1. Distribusi Berdasarkan Usia Remaja di SMP Empat Lima Karanggeneng Kabupaten Lamongan Tahun 2022.

No	Usia	Frekuensi	Persentase (%)
1	12 Tahun	7	7,1
2	13 Tahun	24	24,2
3	14 Tahun	42	42,4
4	15 Tahun	26	26,3
Jumlah		99	100%

Berdasarkan tabel 4.1 di atas dapat dijelaskan bahwa dari 99 remaja di SMP Empat Lima Karanggeneng Kabupaten Lamongan, hampir sebagian remaja berusia 14 tahun dengan jumlah 42 (42,4%), sedangkan sebagian kecil remaja berusia 12 tahun dengan jumlah 7 (7,1%).

2. Distribusi Jenis Kelamin

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Remaja di SMP Empat Lima Karanggeneng Kabupaten Lamongan Tahun 2022.

No	Jenis Kelamin	Frekuensi	Presentase (%)
1	Laki-Laki	40	40,4
2	Perempuan	59	59,6
Jumlah		99	100%

Berdasarkan tabel 4.2 di atas dapat dijelaskan bahwa dari 99 remaja di SMP Empat Lima Karanggeneng Kabupaten Lamongan sebagian besar remaja berjenis kelamin perempuan yaitu berjumlah 59 (59,6%), dan hampir sebagian remaja berjenis kelamin laki-laki dengan jumlah 40 (40,4%).

3. Distribusi Kelas

Tabel 3. Distribusi Responden Berdasarkan Kelas Pada Remaja di SMP Empat Lima Karanggeneng Kabupaten Lamongan tahun 2022.

No	Kelas	Frekuensi	Presentase (%)
1	VII (Tujuh)	37	37,4
2	VIII (Delapan)	27	27,3
3	IX (Sembilan)	35	35,4
Jumlah		99	100%

Berdasarkan tabel 4.3 di atas dapat dijelaskan bahwa dari 99 remaja di SMP

Empat Lima Karanggeneng Kabupaten Lamongan, hampir sebagian remaja berada di kelas VII dengan jumlah 37 (37,4%), dan sebagian kecil remaja berada di kelas VIII dengan jumlah 27 (27,3%).

3. Data Khusus

1. Mengidentifikasi Peran Orang Tua Pada Remaja

Tabel 4. Distribusi Peran Orang Tua Pada Remaja di SMP Empat Lima Karanggeneng Kabupaten Lamongan Tahun 2022.

No	Peran Orang Tua	Frekuensi	Persentase (%)
1	Baik	14	14,1
2	Cukup	40	40,4
3	Kurang	45	45,5
Jumlah		99	100%

Berdasarkan tabel 4.4 di atas dapat dijelaskan bahwa dari 99 remaja di SMP Empat Lima Karanggeneng Kabupaten Lamongan, hampir sebagian (45,5%) peran orang tua terhadap remaja kurang, dan sebagian kecil (14%) peran orang tua terhadap remaja baik.

2. Mengidentifikasi *Self Control* Pada Remaja di SMP Empat Lima Karanggeneng Kabupaten Lamongan.

Tabel 5. Distribusi *Self Control* Pada Remaja di SMP Empat Lima Karanggeneng Kabupaten Lamongan Tahun 2022.

No	<i>Self Control</i>	Frekuensi	Persentase (%)
1	Baik	19	19,2
2	Cukup	38	38,4
3	Kurang	42	42,4
Jumlah		99	100%

Berdasarkan tabel 5 di atas dapat dijelaskan bahwa dari 99 remaja di SMP Empat Lima Karanggeneng Kabupaten Lamongan hampir sebagian (42,2%) remaja memiliki kontrol diri yang kurang, dan sebagian kecil (19,2%) remaja memiliki kontrol diri yang baik.

3. Mengidentifikasi Perilaku kecanduan Game Online pada remaja di SMP Empat Lima Karanggeneng Kabupaten Lamongan

Tabel 6. Distribusi Perilaku Kecanduan Game Online Pada Remaja di SMP empat Lima Karanggeneng Kabupaten Lamongan Tahun 2022

No	Perilaku Kecanduan Game Online	Frekuensi	Persentase (%)
1	Tidak Kecanduan	14	14,1
2	Kecanduan Ringan	7	7,1
3	Kecanduan Sedang	55	55,6
4	Kecanduan Berat	23	23,2
	Jumlah	99	100%

Berdasarkan tabel 4.6 di atas dapat dijelaskan bahwa dari 99 remaja di SMP Empat Lima Karanggeneng Kabupaten Lamongan, sebagian besar (55,6%) mengalami perilaku kecanduan game online sedang, dan sebagian kecil (7,1%) mengalami perilaku kecanduan game online ringan.

Tabel 7. Hubungan Peran Orang Tua Dengan Perilaku Kecanduan Game Online Pada Remaja di SMP Empat Lima Karanggeneng Kabupaten Lamongan Pada Tahun 2022.

No	Peran Orang Tua	Perilaku Kecanduan Game Online							
		Tidak Kecanduan		Kecanduan Ringan		Kecanduan sedang		Kecanduan Berat	
		Σ	%	Σ	%	Σ	%	Σ	%
1	Baik	10	10%	1	1%	1	1%	2	2%
2	Cukup	4	4%	5	5%	26	26%	40	40%
3	Kurang	0	0%	1	1%	28	28%	45	45%
	Total	14	14%	7	7%	55	55%	99	100%

Berdasarkan tabel 4.7 diatas diperoleh bahwa hampir sebagian (46%) peran orang tua kurang dalam menyikapi perilaku kecanduan game online, berada pada tingkat kecanduan sedang (28%), dan sebagian kecil (14%) peran orang tua baik dalam menyikapi perilaku kecanduan game online, sebagian kecil (1%)

remaja yang mengalami kecanduan game online ringan dan sedang.

Berdasarkan hasil analisa data dengan menggunakan program SPSS 22.0 for windows dengan menggunakan uji spearman rank (Rho) diperoleh taraf signifikan $p = 0.000$ dimana nilai $p < 0.05$ maka H_0 di tolak dan H_1 di terima yang artinya terdapat hubungan yang signifikan antara variabel peran orang tua dengan perilaku kecanduan game online pada remaja di SMP Empat Lima Karanggeneng Kabupaten Lamongan.

4. Menganalisis Hubungan Self Control Dengan Perilaku Kecanduan Game Online Pada Remaja di SMP Empat Lima Karanggeneng Kabupaten Lamongan.

Tabel 8. Hubungan Self Control Dengan Perilaku Kecanduan Game Online Pada Remaja di SMP Empat Lima Karanggeneng Kabupaten Lamongan Pada Tahun 2022.

No	Self Control	Perilaku Kecanduan Game Online							
		Tidak Kecanduan		Kecanduan Ringan		Kecanduan sedang		Kecanduan Berat	
		Σ	%	Σ	%	Σ	%	Σ	%
1	Baik	10	10%	5	5%	4	4%	0	0%
2	Cukup	4	4%	2	2%	25	25%	7	7%
3	Kurang	0	0%	0	0%	26	26%	16	16%
	Total	14	14%	7	7%	55	56%	23	23%

Berdasarkan tabel 4.8 diatas diperoleh data bahwa hampir sebagian (42%) remaja yang memiliki kontrol diri kurang, maka hampir sebagian (26%) remaja yang mengalami masalah perilaku kecanduan game

online sedang, kemudian sebagian kecil remaja yang baik, maka sebagian kecil (0%) remaja yang mengalami masalah perilaku kecanduan game

online berat. Berdasarkan hasil analisa data dengan menggunakan program SPSS 22.0 for windows dengan menggunakan uji spearman rank (Rho) diperoleh taraf signifikan $p = 0.000$ dimana nilai $p < 0.05$ maka H_0 di tolak dan H_1 di terima yang artinya terdapat hubungan yang signifikan antara variabel self control dengan perilaku kecanduan game Online pada remaja di SMP Empat Lima Karanggeneng Kabupaten Lamongan.

4. PEMBAHASAN

1) Peran Orang Tua di SMP Empat Lima Karanggeneng Kabupaten Lamongan.

Hasil penelitian yang didapatkan menunjukkan bahwa hampir sebagian orang tua mempunyai kategori peran yang kurang, dan sebagian lainnya mempunyai kategori peran cukup, kemudian sebagian kecil peran orang tua terhadap remaja tersebut baik. Dari hasil analisis tersebut dapat di simpulkan bahwa hampir sebagian besar orang tua memiliki peran yang kurang terhadap remaja dalam hal mengawasi aktivitas dan pergaulan mereka selama di rumah maupun di luar rumah. Hal tersebut dapat menimbulkan remaja memanfaatkan kesempatan tersebut untuk melakukan sesuatu yang kurang bermanfaat seperti halnya bermain game online. Minimnya komunikasi antara orang tua dan anak yang menjadikan anak tersebut seperti tidak mempunyai tempat untuk menceritakan keluh kesah mereka dan hal-hal serta aktivitas yang dilalui pada setiap harinya membuat mereka mudah masuk pada ranah kecanduan game online. Untuk itu penting bagi sebuah keluarga khususnya orang tua dan anak agar saling menjaga komunikasi yang baik dan sama-sama rutin untuk meluangkan waktu bersama untuk sekedar berdiskusi tentang hobi, cita-cita dan kebiasaan yang dilakukan oleh anak.

Orang tua merupakan pendidik utama dan pertama, di katakan utama karena pengaruh orang tua sangat mendasar dalam kepribadian setiap anak, dan dikatakan pertama karena orang tua merupakan seseorang pertama dan paling banyak melakukan kontak dengan anak. Hal ini sejalan dengan pengertian orang tua menurut Zakiah Drajad, "Orang tua adalah pendidik utama dan pertama bagi anak-anak mereka, karena dari merekalah anak-anak pertama kalinya mendapat pendidikan dan pengawasan". Peran orang tua mempengaruhi cara mereka dalam memperlakukan anak dan mempengaruhi sikap anak terhadap mereka, pada dasarnya hubungan orang tua dan anak tergantung dari peran orang tua tersebut. Pengawasan dan contoh-contoh tentang nilai kehidupan, baik akademis maupun sosial yang diberikan merupakan faktor yang kondusif untuk mempersiapkan anak menjadi pribadi yang sehat dan positif.

Menurut Valeza (2017) terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi peranan orang tua, di antaranya meliputi latar belakang pendidikan orang tua, karena pada umumnya orang tua yang berpendidikan tinggi maka lebih luas pengetahuan, pengalaman, dan pandangannya dibandingkan dengan orang tua yang berpendidikan rendah dalam melaksanakan perannya terhadap anak, tetapi meskipun demikian tidak menutup kemungkinan orang tua yang berpendidikan rendah sangat memperhatikan anaknya. Faktor yang kedua adalah keadaan ekonomi orang tua sangat mempengaruhi keberadaan bimbingan terhadap anaknya, sekalipun hal tersebut tidak dapat diberlakukan kepada semua orang tua, pada umumnya orang tua yang mempunyai ekonomi menengah ke atas lebih memungkinkan untuk memenuhi fasilitas yang dibutuhkan anak-anaknya. Kemudian ada juga faktor pekerjaan orang tua, karena orang tua memiliki pekerjaan yang berbeda-beda, sehingga ada orang tua yang dapat membagi waktu dengan baik dan ada orang tua yang tidak dapat membagi waktu dengan baik sehingga peran sebagai orang tua tidak bisa maksimal, dan faktor yang terakhir adalah jumlah anggota keluarga karena hal tersebut mempengaruhi orang tua pada saat mendampingi anak ketika di rumah. Jumlah anggota yang terlalu banyak dalam sebuah rumah tangga akan mengakibatkan kurangnya waktu yang tersedia untuk orang tua dalam pengawasan terhadap anaknya.

2) *Self Control* Pada Remaja di SMP Empat Lima Karanggeneng Kabupaten Lamongan.

Hasil penelitian yang didapatkan menunjukkan bahwa hampir sebagian siswa memiliki kontrol diri yang kurang, dan sebagian lainnya memiliki kontrol diri yang cukup, kemudian sebagian kecil siswa memiliki kontrol diri baik. Dari hasil analisis tersebut dapat di simpulkan bahwa hampir sebagian besar siswa memiliki kontrol diri kurang, yang artinya semakin rendah kontrol diri seseorang maka semakin tinggi tingkat kecanduan game online, dan juga sebaliknya. Terdapat salah satu faktor yang membuat kontrol diri siswa tersebut menjadi rendah yaitu dari segi usia, dimana usia dari siswa-siswi di SMP Empat Lima Karanggeneng masih berada di fase usia remaja awal hingga

tengah, pada usia tersebut mereka masih mudah terbawa arus di lingkungan sekitarnya atau dengan kata lain masih labil dalam menentukan pilihan dan pendiriannya, maka dari itu mereka sulit mengendalikan apapun yang akan mereka lakukan untuk kebaikan mereka sendiri dan bahkan bisa membawa pengaruh buruk untuk dirinya nanti jika tidak bisa mengendalikannya ke dalam hal yang positif, karena kemampuan seseorang dalam mengontrol dirinya berkembang seiring dengan bertambahnya usia. Kontrol diri adalah perilaku yang sangat diperlukan bagi setiap individu untuk mengurangi kecanduan game tersebut (Puspita, 2014)

Menurut Chaplin (2018) Kontrol diri merupakan suatu upaya yang dilakukan oleh individu untuk membimbing tingkah lakunya agar dapat menekan impuls-impuls dari perilaku impulsif, kontrol menunda kepuasan sesaat (*Delay Gratification*). Kontrol diri merupakan kemampuan individu untuk mengendalikan dorongan-dorongan, baik dari dalam diri maupun luar diri individu (Thalib, 2010). Kontrol diri menjadi faktor yang penting bagi individu yang bermain game online agar tidak mengalami kecanduan, karena semakin baik kontrol diri individu maka mengontrol sesuatu apapun yang tidak baik juga akan mudah. Beberapa faktor yang mempengaruhi kontrol diri seseorang adalah lingkungan keluarga, terutama orang tua menentukan bagaimana kemampuan mengontrol diri seseorang. Bila orang tua menerapkan disiplin kepada anaknya sikap disiplin secara intens sejak dini, dan orang tua tetap konsisten terhadap semua konsekuensi yang dilakukan anak bila menyimpang dari yang sudah ditetapkan, maka sikap konsisten ini akan diinternalisasi oleh anak dan kemudian akan menjadi kontrol diri baginya.

3) Perilaku Kecanduan Game Online Pada Remaja di SMP Empat Lima Karanggeneng Kabupaten Lamongan.

Hasil penelitian yang di dapatkan sebagian besar responden mengalami perilaku kecanduan game online sedang terhadap game online, sedangkan sebagian kecil responden mengalami kecanduan ringan terhadap game online. Dari hasil analisis di dapatkan bahwa setiap siswa memiliki tingkat perilaku

kecanduan game online yang beragam, dari hasil kuesioner 20 soal bahwa sebagian besar siswa memiliki tingkat perilaku kecanduan game online sedang, hal ini dikarenakan siswa lebih banyak mengenal tentang dunia game online. Siswa yang memiliki perilaku kecanduan game online sedang akan mengalami beberapa hal seperti berfikir tentang bermain game online sepanjang hari, waktu bermain game semakin meningkat, bermain game hanya untuk melarikan diri dari masalah yang dialami, dan mengabaikan kegiatan lainnya sehingga menyebabkan permasalahan pada siswa tersebut.

Kecanduan game online merupakan salah satu jenis bentuk kecanduan yang di sebabkan oleh teknologi internet, kecanduan ini dapat disebut penyakit apabila seseorang tidak bisa mengendalikan kebiasaan bermain game online, mulai memprioritaskan bermain game online diatas kegiatan lain dan terus menerus bermain game online meski sudah ada konsekuensi negatif yang terlihat jelas. (Hendrawati, 2020). Siswa yang mengalami perilaku kecanduan game online menunjukkan bahwa perilaku tersebut memberikan dampak yang buruk bagi kepribadian mereka. Menurut penelitian (Doni, 2019) yang mengemukakan bahwa game online bisa menimbulkan dampak buruk bagi perkembangan remaja apabila tidak bisa mengontrol diri, dampak negatif yang muncul biasanya susah untuk bersosialisasi, dan menjadi mudah emosi dengan lingkungan sekitar, hubungan dengan teman dan keluarga menjadi renggang karena aku bersama mereka menjadi berkurang.

Ada beberapa hal yang mempengaruhi perilaku kecanduan game online, salah satunya karena Lingkungan anak yang kurang terkontrol, karena melihat teman-temannya yang sedang bermain game online, kurang memiliki hubungan sosial yang baik, sehingga remaja memilih alternatif bermain game sebagai aktivitas yang menyenangkan, harapan orang tua yang melabung terhadap anaknya untuk mengikuti berbagai kegiatan seperti kursus atau les, sehingga kebutuhan primer anak, seperti kebersamaan, bermain dan berhubungan sosial dengan keluarga menjadi terlupakan. Peran orang tua sangat penting bagi perilaku seseorang. Maka, sejak dini orang tua harus berhati-hati dalam

memperlakukan anaknya. Karena kekeliruan dalam berperan maka suatu saat anak akan meniru perilaku orang tuanya (Masya, 2016). Game online bisa menimbulkan dampak buruk bagi perkembangan remaja apabila tidak bisa mengontrol diri, dampak negatif yang muncul diantaranya susah bersosialisasi dan akan berdampak buruk pada kesehatan fisik maupun psikisnya. Dampak sosialnya game Online dapat membuat remaja menjadi acuh dan kurang peduli dengan lingkungannya, hubungan dengan teman dan keluarga menjadi renggang karena waktu bersama mereka menjadi berkurang.

4) Hubungan Peran Orang Tua Dengan Perilaku Kecanduan Game Online Pada Remaja di SMP Empat Lima Karanggeneng Kabupaten Lamongan.

Berdasarkan hasil penelitian dijelaskan bahwa hampir sebagian peran orang tua kurang dalam menyikapi perilaku kecanduan game online, berada pada tingkat kecanduan sedang, dan sebagian kecil peran orang tua baik dalam menyikapi perilaku kecanduan game online, sebagian kecil remaja yang mengalami kecanduan game online ringan dan sedang. Dapat disimpulkan bahwa semakin baik peran orang tua yang diberikan, maka akan semakin rendah tingkat kecanduan, begitu pula sebaliknya.

Menurut Halawa & Christopher (2017) menyatakan dalam mewujudkan perilaku disiplin yang baik pada remaja, peran orang tua yang baik dan sesuai dengan karakter remaja menjadi sangat penting untuk dilakukan. Pemahaman mengenai cara mendidik dan menanamkan konsep yang baik mengenai kedisiplinan pada remaja serta di dukung oleh pemahaman akan karakter remaja lewat pemberian perhatian dan komunikasi intens yang terjadi di dalam keluarga menjadi hal penting yang harus dipahami orang tua dalam mengajarkan kedisiplinan pada remaja. (Sukrakarta, 2014) Menyatakan keluarga khususnya orang tua memegang peranan penting dalam membentuk sikap dan perilaku anak. Berbagai permasalahan dapat mempengaruhi minat dan bakat anak untuk mengikuti kegiatan belajar di sekolah.

Kecanduan game online merupakan salah satu bentuk kecanduan yang disebabkan

oleh teknologi internet atau yang lebih dikenal dengan *internet addictive disorder*, seperti yang disebutkan Young (Aziz, 2011) yang menyatakan bahwa internet dapat menyebabkan kecanduan, salah satunya adalah *Computer game addiction* (Kustiawan & Utomo, 2019). Menurut Gunarsa (2012) Keluarga khususnya orang tua mempunyai peran dan tanggung jawab sebagai berikut : 1) Membesarkan anak, 2) memberikan kasih sayang, dukungan, dan keakraban. 3) Mengembangkan kepribadian, 4) Mengatur pemberian tugas, menanamkan kewajiban, hak dan tanggung jawab, 5) Mengajarkan dan meneruskan adat istiadat, kebudayaan, agama, dan nilai moral kepada anak. Remaja yang mengalami kecanduan game online tidak terlepas dari beberapa faktor. Smart (2010) Mengemukakan bahwa faktor-faktor yang dapat mengakibatkan remaja kecanduan game online adalah kurang perhatian dari orang-orang terdekat, mengalami stress, kurang kontrol orangtua, kurang kegiatan, lingkungan, dan peran orang tua.

Game online dapat dikatakan sebagai sarana hiburan atau kegiatan pengisi waktu luang bagi para siswa pada saat hari libur, tetapi ada juga siswa yang sampai kesulitan mengendalikan kebiasaan bermain mereka, sehingga mereka akan mengalami kecanduan. Kecanduan game online dapat berdampak buruk bagi para siswa khususnya dalam hal akademis dan kesehatannya. Untuk itu pemahaman orang tua mengenai permainan game online dapat menjadi landasan utama dalam pengawasan anak terkait peran orang tua dalam meminimalisir kecanduan game online pada anak, namun. Untuk itu perlu lebih banyak waktu orang tua untuk mengawasi aktivitas dan kebiasaan siswa agar siswa dapat menggunakan waktu mereka untuk hal-hal yang bermanfaat.

5) Hubungan *Self Control* Dengan Perilaku Kecanduan Game Online Pada Remaja di SMP Empat Lima Karanggeneng Kabupaten Lamongan.

Berdasarkan hasil penelitian dijelaskan bahwa jumlah siswa yang memiliki kontrol diri yang baik tidak satupun siswa mengalami perilaku kecanduan game online berat, kemudian sebagian kecil siswa tersebut yang

mengalami masalah perilaku kecanduan game online sedang, lalu hampir sebagian kecil siswa mengalami perilaku kecanduan game online ringan, dan sebagian besar siswa tidak mengalami perilaku kecanduan game online. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa semakin baik kontrol diri seseorang maka semakin rendah tingkat kecanduan game online, dan juga sebaliknya.

Wong & Hodgins (2013) Mengemukakan bahwa faktor penyebab dari kecanduan game online adalah kehilangan kontrol diri untuk bermain game online, kontrol diri dapat meniadakan perilaku yang tidak diharapkan dan menahan diri pada tindakan yang dilakukan. Individu dengan kontrol diri yang baik dapat menahan diri terhadap tindakan yang dilakukannya secara berlebihan seperti mampu mengatur durasi dan intensitas dalam bermain game online, sehingga tidak cenderung mengalami kecanduan game online. (Ghufron & Rini, 2012) Mengemukakan bahwa kontrol diri adalah kemampuan yang di miliki individu untuk mengarahkan perilaku ke arah yang lebih baik. Sehingga pemain harus mampu membatasi waktu dalam bermain game online agar tidak merugikan dan mengganggu tanggung jawab yang lain, karena jika individu kesulitan dalam mengendalikan diri dengan baik, maka individu akan di kuasai oleh keinginan dan dorongan untuk selalu bermain game online setiap waktu hingga akan menimbulkan kecanduan.

Kontrol diri yang rendah akan sulit mengontrol perilaku bermain game online sehingga akan mengalami kecanduan. Remaja yang mengalami kecanduan game online mereka akan sulit untuk mengontrol durasi bermain game, sulit mengatur pola tidur, sulit memprioritaskan kegiatan yang lain, sehingga akan berdampak buruk baik dari segi psikis maupun fisik. Untuk itu, diharapkan bagi para remaja agar memilih lingkungan yang positif dan teman-teman yang bisa mengajak ke arah yang positif juga. Sehingga semakin bertambahnya usia dihabiskan untuk hal-hal yang positif maka kontrol diri akan semakin baik, dan tidak sampai mengarah pada ranah kecanduan game online.

PENUTUP

1) Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka dapat disimpulkan bahwa :

- 1) Hampir sebagian orang tua remaja di SMP Empat Lima Karanggeneng Kabupaten Lamongan mempunyai kategori peran kurang.
- 2) Hampir sebagian remaja di SMP Empat Lima Karanggeneng Kabupaten Lamongan memiliki kontrol diri yang kurang.
- 3) Sebagian besar remaja di SMP Empat Lima Karanggeneng Kabupaten Lamongan mengalami tingkat kecanduan game online sedang.
- 4) Terdapat hubungan peran orang tua dengan perilaku tingkat kecanduan game online pada remaja di SMP Empat Lima Karanggeneng Kabupaten Lamongan.
- 5) Terdapat hubungan *self Control* dengan perilaku kecanduan game online pada remaja di SMP Empat Lima Karanggeneng Kabupaten Lamongan.

2. Saran

Berdasarkan hasil kesimpulan diatas, maka ada beberapa saran dari penulis yakni sebagai berikut :

1) Bagi Akademik

Dari hasil penelitian ini dapat menjadi bahan kajian ataupun referensi di perpustakaan serta mengembangkan pengetahuan tentang hubungan peran orang tua dan *self Control* dengan perilaku kecanduan game online pada remaja di SMP Empat Lima Karanggeneng Kabupaten Lamongan

2) Bagi Profesi

1) Bagi Profesi Keperawatan

Diharapkan dengan penelitian ini profesi keperawatan dapat berkembang menjadi profesi yang lebih diperhitungkan oleh profesi lainnya. Hasil penelitian ini dapat di jadikan sebagai bahan masukan dalam menerapkan pengetahuan tentang masalah perilaku kecanduan game online pada remaja sehingga hasil penelitian ini dapat di jadikan sebagai sumbangan terhadap profesi keperawatan.

2) Bagi Institusi Terkait

Diharapkan dengan penelitian ini institusi mengadakan pendidikan kesehatan mengenai dampak dari bermain game online terlalu sering, agar siswa-siwi tidak sampai mengarah pada kecanduan game online.

3) Bagi peneliti selanjutnya

Dari hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber informasi bagi peneliti selanjutnya mengenai perilaku kecanduan game online pada remaja dan sebagai data sekunder untuk penelitian lebih lanjut sesuai dengan ilmu teknologi yang berkembang.

DAFTAR PUSTAKA

- Adelse Prima Mulya, Mamat Lukman. Desi Indra Yani. (2021) *Peran Orang Tua Dan Peran Teman Sebaya Pada Perilaku Seksual Remaja*. Health Journal. Vol. 8
- Ahyani, Latifah Nur, and Rr. Dwi Astuti. (2018). *Buku Ajar Psikologi Perkembangan Anak Dan Remaja*. Universitas Muria Kudus.
- Akbar, H. (2020). *Dampak Perilaku Kecanduan Game Online Terhadap Kesehatan Remaja di SMA Negeri 1 Kotamobagu*. Community Engagement & Emergence Journal
- Arifin, H. H. and Milla, M. N. (2020). *Adaptasi Dan Properti Psikometrik Skala Kontrol Diri Ringkas Versi Indonesia*. Jurnal Psikologi Sosial.
- Arikunto, S. (2011). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta
- Badria, I. L., Fajariningtyas, D. A. and Wati, H. D. (2018). *Pengaruh Peran Orang Tua Dan Kesiapan Belajar Terhadap Prestasi Belajar Ipa*. LENSEA (Lentera Sains): Jurnal Pendidikan IPA.
- Dona Febriandari, Fathra Annis Nauli, Siti Rahmalia. (2016). *Hubungan Kecanduan Bermain Game Online Terhadap Identitas Diri Remaja*. Jurnal Keperawatan Jiwa Vol. 4
- Febriandari, Nauli, F. A. and Rahmalia, S. (2016). *Hubungan Kecanduan Bermain Game Online terhadap Identitas Diri Remaja*. Jurnal Keperawatan Jiwa.
- Freeman, C.B. (2008). *Internet Gaming Addiction*. Jurnal For Nurse Practitioner. Vol. 4
- Haryanti Tri Darmi Titisari. (2017). *Hubungan Antara Penyesuaian Diri Dengan Kontrol Diri Dengan Perilaku Delikuen Pada Siswa SMA Muhammadiyah 1 Jombang*. Jurnal Psikodimensia
- Hervina Muarifah. (2019). *Peran orang tua dalam pengasuhan anak*. Jurnal PAI Vol. 1
- Ikbal, I., Septian Reza, M. and Wikanengsih (2021). *Profil Tingkat Kecanduan Game Online Peserta Didik Kelas X Ma Plus Al Mujammil Garut*. Jurnal Program Studi Bimbingan dan Konseling.
- Kardinal. (2020). *Peran Orang Tua Dalam Meminimalisir Kecanduan Game Online Pada Anak Usia Sekolah Di Kota Palopo*. Fakultas Ushuluddin Adab Dan Dakwah Institut Agama Islam Negeri Palopo.
- Kholilur Rohman. (2020). *Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Kecanduan Game Online Pada Siswa SMK Negeri 1 Muara Elang*. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang.
- Kusumawati, Rosi, Yolivia Irna Aviani. Yosi Molina. (2017). *Perbedaan Tingkat*

- Kecanduan (Adiksi) Games Online.*
Universtas Negeri Padang. Jurnal
RAP UNP
- Muhammadiyah Kalimantan
Timur. Jurnal Keperawatan.
- Lukman, Faradila Firdaus. (2021). *Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Kecanduan Game Online Pada Pemain PUBG.* Jurnal Psikologi Universitas Negeri Makassar
- Maria Eliza. (2013). *Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Prestasi Akademik Pada Mahasiswa.* Universitas Sanata Dharma Yogyakarta.
- Muzdalifah. (2017). *Efektifitas Peran Orang Tau Terhadap Keberhasilan Pendidikan Keagamaan Anak.* Journal Og Guidance And Counseling. Vol. 1
- Novrialdy, E. (2019). *Kecanduan Game Online pada Remaja: Dampak dan Pencegahannya.* Buletin Psikologi
- Novrialdy. Eryzal, (2019). *Kecanduan Game Online Pada Remaja: Dampak Dan Pencegahannya.* Buletin Psikologi.
- Nursalam. (2015). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan : Pendekatan Praktis (4th ed.).* Salemba Medika.
- Pratama, R., Widianti, E. and Hendrawati. (2019). *Gambaran Tingkat Kecanduan Game Online Pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Padadjaran Psdku Garut.* Jurnal Keperawatan
- Pratamam, R, E Widat, and Hendrawati. (2020). *Tingkat Kecanduan Game Online Pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan.* Jnc
- Rahman, A. Z. (2018). *Gambaran Tingkat Kecanduan Remaja dengan Game Online di Universitas*
- Ramadona Dwi Marsela, Mamat Supriatna. (2019). *Kontrol Diri Definisi Dan Faktor.* Journal Of Innovative Counseling. Vol 3
- Zaenatul Huda. (2021). *Hubungan Kontrol Diri Dengan Kecanduan Game Online Pada Remaja SMA X.* Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang.