

# GAMBARAN EMOSI REMAJA YANG KECANDUAN GAME ONLINE DI SMA MUHAMMADIYAH X TAMAN

Oleh:

Ana Fatimah Suryawan,

Hazim, S.Th.I.,M.Si.

Progam Studi

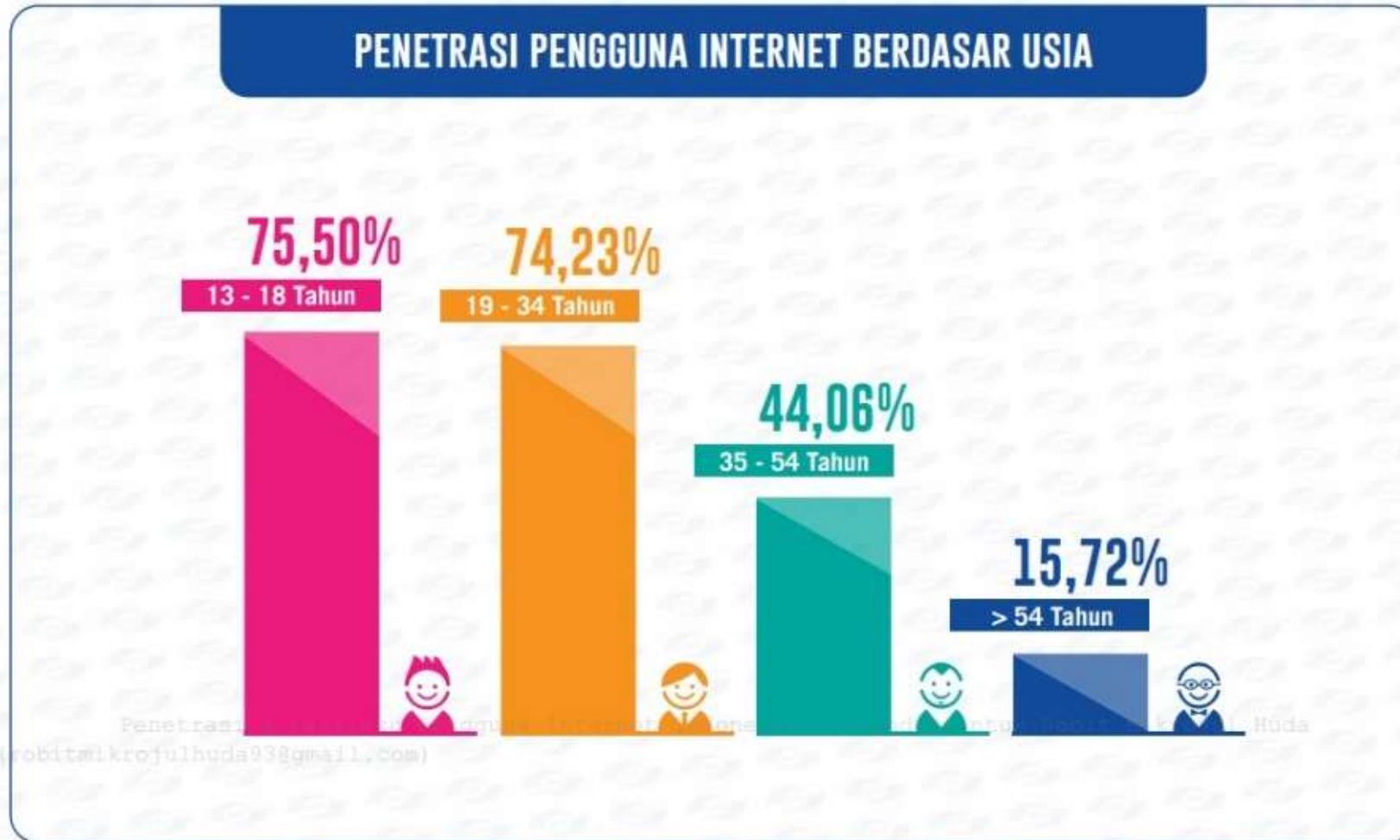
Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

Agustus, 2024

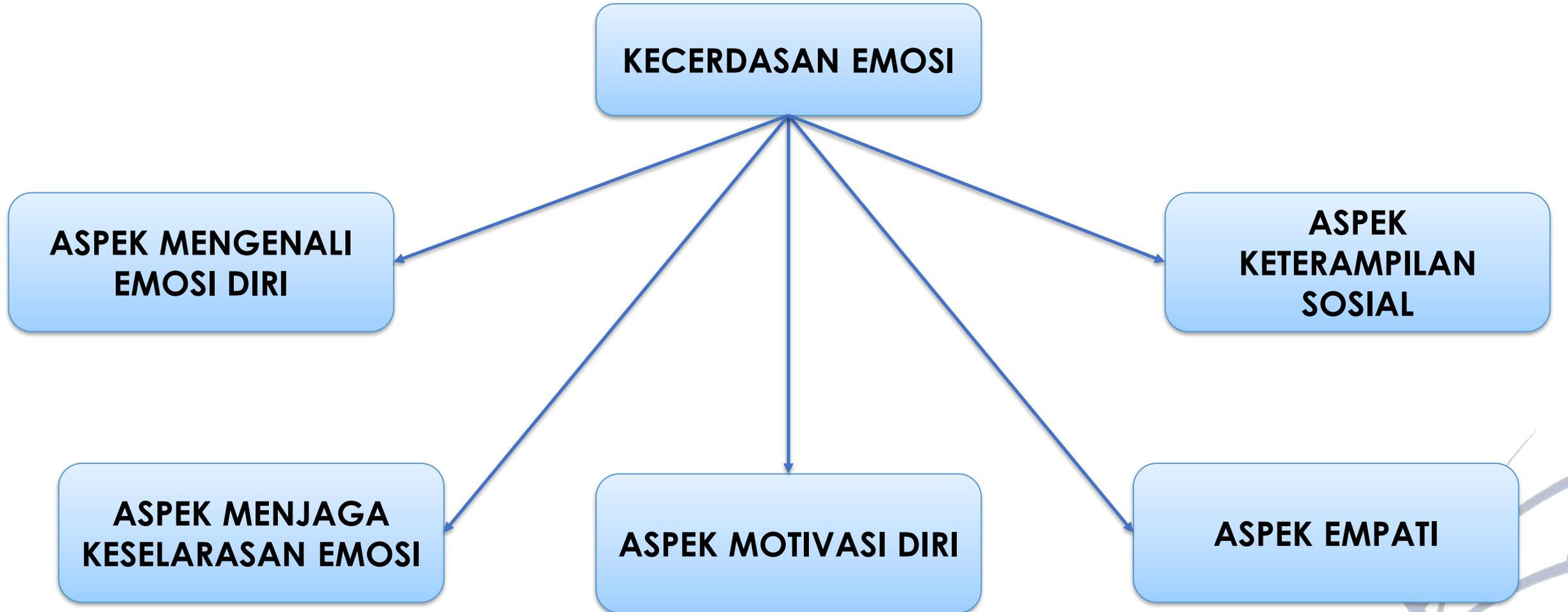
# Pendahuluan

- Pada era digital saat ini di Indonesia, game online berkembang pesat dan banyak digemari oleh beberapa kalangan, terutama pada kalangan usia remaja.
- Remaja merupakan masa yang sangat rentan bagi seseorang akan kecanduan game online yang dimana game tersebut digunakan sebagai tempat untuk melarikan diri dari kehidupan nyata atau ketidakmampuan dalam mengendalikan diri untuk berhenti bermain game online.
- Faktor yang mempengaruhi seseorang untuk kecanduan game online (Riswanto & Fauziah, 2022, pp. 720–721), adanya kurang perhatian, gangguan emosional, dan manajemen durasi waktu bermain yang buruk

# Pendahuluan



# Pendahuluan



# Pendahuluan

- Berdasarkan dari penelitian sebelumnya Winata dan Desy Pratiwi (2023) dan Darwis (2020), bahwa remaja kecanduan game online berdampak pada terbentuknya emosi yang semakin tidak terkontrol. Penelitian Simanjuntak dan Wulandari (2022), bahwa sebagian kecil yang mengalami gangguan emosi serta perilaku dari sisi sosial, emosi serta hubungan teman sebaya akibat kecanduan gadget.
- Hasil survey pada sekolah SMA Muhammadiyah X taman, bahwa kecanduan game online berpengaruh pada kualitas tidur, produktivitas akademik, sebagai pengalihan hal yang kurang menyenangkan.

# Pertanyaan Penelitian (Rumusan Masalah)

Bagaimana Gambaran Kecerdasan Emosi Pada Remaja yang Kecanduan Game Online di SMA Muhammadiyah X Taman?

# Metode

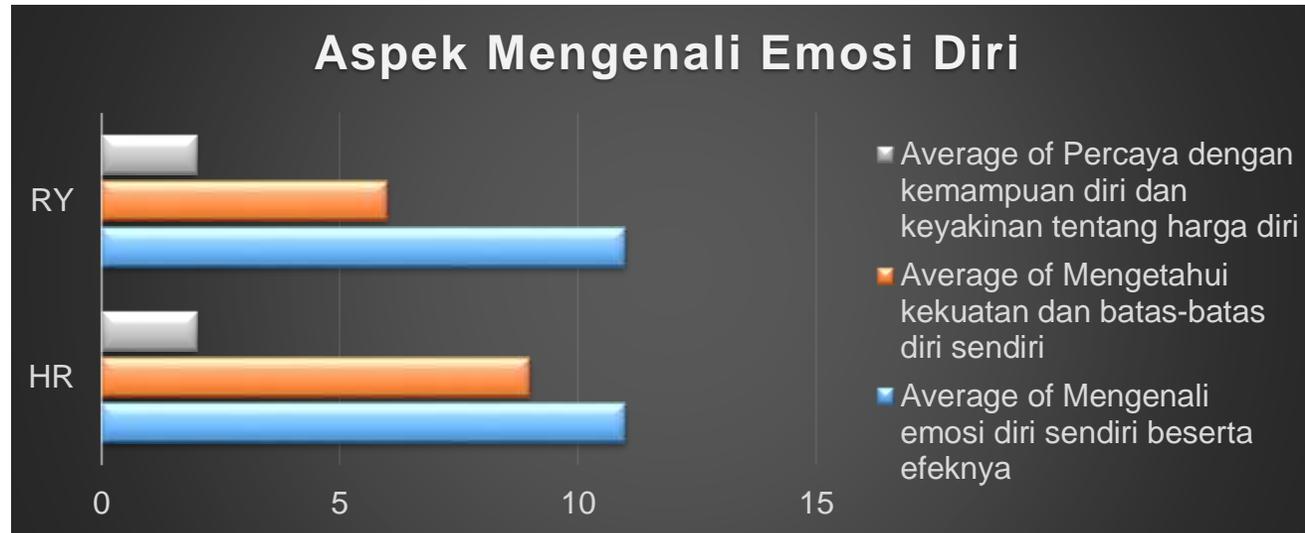
- Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi
- Subjek penelitian: 2 Remaja berusia 15-18 tahun dengan kondisi kecanduan game online dan sedang menempuh Pendidikan di SMA Muhammadiyah X Taman berdasarkan hasil survey sebelumnya
- Pengumpulan data: Wawancara terhadap subjek yang kecanduan game online
- Analisis data: reduksi data, penyajian data, dan penyimpulan hasil data

# Hasil dan Pembahasan

Nama Subjek	Hal-Hal Mengenai Subjek	Keterangan
RY	A. Status	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Usia 16 Tahun</li> <li>- Kelas 11 IPS 1</li> </ul>
	B. Jangka Bermain Game Online	7 kali selama 30 menit sampai 1 jam setiap hari
	C. Alasan Lama Bermain Game Online	Tergantung jenis game yang dimainkan
	D. Dampak	<ul style="list-style-type: none"> <li>- perasaan bosan dalam proses menuntut ilmu</li> <li>- Cenderung menunda saat orang tua meminta bantuan</li> <li>- Cenderung bermain sendiri dibandingkan berinteraksi dengan orang lain</li> </ul>
HR	A. Status	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Usia 16 Tahun</li> <li>- Kelas 11 IPS 1</li> </ul>
	B. Jangka Bermain Game Online	7 kali selama 30 menit sampai 2 jam setiap hari
	C. Alasan Lama Bermain Game Online	Tergantung suasana hati serta jenis game yang dimainkan
	D. Dampak	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tidak fokus saat guru menyampaikan materi pembelajaran</li> <li>- Memunculkan perasaan marah dan jengkel saat bermain game online</li> <li>- Tidak bisa lepas dari game online saat orang tua meminta bantuan</li> <li>- Cenderung bermain sendiri dibandingkan berinteraksi dengan orang lain</li> </ul>

# Gambaran Kecerdasan Emosi

Gambar 2. Mengenal Emosi Diri



kesadaran diri untuk lebih waspada terhadap suasana hati maupun pikiran dalam bermain game online secara berlebihan. Bila kurang waspada maka individu tersebut akan mudah larut dalam aliran emosi dan dikuasai oleh emosi. Merujuk pada gambar tersebut Subjek RY dan Subjek HR memiliki kesamaan, mengetahui dampak yang dirasakan dari bermain game online secara intensif serta kurangnya keyakinan diri dalam pengelolaan tersebut, RY sering menghabiskan waktu bermain game online berdampak pada jam tidur yang berantakan, HR kesulitan untuk memusatkan perhatian pada tugas yang dikerjakan karena terdistraksi dengan handphone sehingga tugas tidak selesai tepat waktu RY mengetahui kekuatan menyesuaikan diri antara bermain game online dengan melaksanakan tanggung jawabnya sebagai pelajar sehingga mengalami peningkatan dalam kegiatan belajar dibandingkan SMP, sedangkan HR mampu membagi waktu antara belajar dan bermain game online namun masih mengalami kendala untuk menunda tugas sekolah.

# Gambaran Kecerdasan Emosi

Gambar 2. Mengenal Emosi Diri



kemampuan dalam menjaga emosi tetap terkendali hingga tidak mengalami intensitas terlampau lama yang akan mengoyak kestabilan dirinya. Gambar tersebut menunjukkan kesamaan subjek RY dan HR untuk terbuka terhadap gagasan pengelolaan emosi diri oleh orang tua maupun guru bertujuan untuk mampu menjaga kesehatan diri serta fokus pada kegiatan pembelajaran. Subjek RY lebih luwes terhadap perubahan dengan meninggalkan gadget sementara untuk melaksanakan tanggung jawab untuk membantu orang tua, Subjek HR melaksanakan tanggung jawab yang diberikan oleh orang tua sekaligus pemenuhan emosi diri dengan bermain game online secara bersamaan. Dalam mengelola gejolak hati saat bermain game online oleh subjek RY lebih baik dengan menjaga perkataan yang digunakan maupun perilaku sehingga tidak menimbulkan konflik yang berujung pada terganggunya hubungan sosial, HR kurang mampu dalam mengelola gejolak hati pada saat berfokus pemenuhan emosi diri bermain game online dengan serius sehingga menumbuhkan perasaan marah serta teriak-teriak.

# Gambaran Kecerdasan Emosi



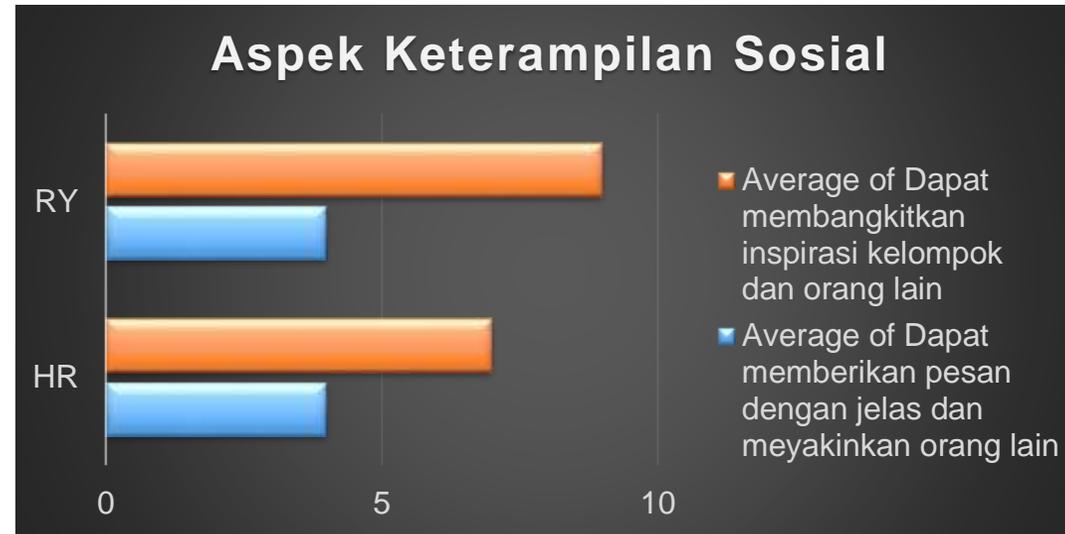
Ketekunan untuk menahan diri terhadap kepuasan dan pengendalian dorongan hati serta memiliki perasaan motivasi yang positif. Merujuk gambar tersebut bahwa kedua subjek memiliki kesamaan taraf untuk mengelola emosi diri kearah positif namun belum yakin untuk mengurangi secara total dalam pemenuhan tersebut. Subjek RY memiliki kekuatan pengelolaan emosi cukup tinggi dari HR, Subjek RY mengelola emosi dengan membuat perencanaan berupa jadwal kegiatan sehari-hari, HR mengelola emosi dengan fokus pada kegiatan pembelajaran dibandingkan bermain game online. Melalui pengelolaan tersebut disertai dorongan dari eksternal, kedua subjek mengalami peningkatan untuk fokus dalam menuntut ilmu dibandingkan sebelumnya.

# Gambaran Kecerdasan Emosi



Kemampuan dalam menerima sudut pandang orang lain, peka terhadap perasaan orang lain dan mampu dalam mendengarkan orang lain. Dari gambar tersebut menunjukkan Subjek RY dan Subjek HR memiliki kesamaan untuk menerima sudut pandang orang lain saat adanya perbedaan mengenai game online. Subjek RY memiliki kepekaan lebih tinggi untuk membantu orang lain apabila yang meminta bantuan tidak bisa menyelesaikan masalahnya maupun urgensi dengan meninggalkan permainannya sebentar, HR belum bisa lepas dari game online sehingga yang dilakukan HR membantu orang lain sekaligus bermain game online.

# Gambaran Kecerdasan Emosi



Kemampuan dalam komunikasi untuk memahami dan memenuhi kebutuhan orang lain dengan lancar dan mampu menunjang keberhasilan antar pribadi serta menjadi teman yang menyenangkan karena kemampuan komunikasinya. Dari gambar tersebut Subjek RY dan Subjek HR memiliki kesamaan, mampu memberikan pesan secara meyakinkan dengan teman sebaya melalui game online, melalui interaksi dengan teman sebaya dapat membantu dirinya untuk tetap memiliki kecerdasan emosi yang cukup. Subjek RY lebih tinggi dalam membangun relasi dengan kelompok tertentu dari HR di lingkungan sekolah, namun keduanya kurang mampu berelasi di lingkungan rumah karena kurang mengenal dengan orang sekitar rumah. Maka dari itu, subjek akan lebih intensif dalam pemenuhan emosi diri dirumah karena masing-masing subjek memiliki gadget yang kapan saja bisa memainkannya dan hidup pada dunianya sendiri.

# Kesimpulan

Dari beberapa aspek tersebut, kedua subjek menunjukkan kesamaan dalam aspek mengenali emosi diri kurang waspada dalam mengatur waktu untuk bermain game online sehingga berpengaruh pada waktu tidur berantakan serta pengerjaan tugas sekolah tidak selesai. Dari aspek empati adanya kepekaan kedua subjek membantu orang lain serta membangun relasi di lingkungan sekolah saja. Namun, dalam aspek menjaga keselarasan emosi subjek RY lebih baik daripada HR meskipun keduanya mempunyai kecerdasan emosi yang rendah. Apabila mendapatkan gangguan dari orang lain saat bermain game online, subjek RY merespon dengan sabar, sedangkan subjek HR merespon dengan kesal dan marah karena ingin memenangkan game tersebut. Aspek motivasi diri dalam mengurangi bermain game online oleh subjek RY dengan membuat jadwal pembagian waktu antara bermain game online dan aktivitas lain, sedangkan HR dengan cara hanya fokus belajar dan tidak bermain game online.

# Manfaat Penelitian

Hasil temuan penelitian ini diharapkan memberikan wawasan bagi pembaca mengenai perasaan negatif yang dialami oleh remaja yang kecanduan game online serta pengaruhnya pada kecerdasan emosi individu. Selain itu, hasil tersebut diharapkan dapat menjadi pelajaran, terutama remaja yang bermain game online secara intensif untuk lebih bijak disertai dengan dukungan oleh guru maupun orang tua dalam mengontrol emosi lebih baik.

# Referensi

- 1] K. Surbakti, "Pengaruh Game Online Terhadap Remaja," J. Curere, vol. 1, no. 1, pp. 28–38, 2017, doi: <http://dx.doi.org/10.36764/jc.v1i1.20>.
- [2] J. Clement, "Global video game users 2029," Statista. Accessed: Aug. 07, 2024. [Online]. Available: <https://www.statista.com/statistics/748044/number-video-gamers-world/>
- [3] D. Gentile, "Pathological Video-Game Use Among Youth Ages 8 to 18: A National Study," Psychol. Sci., vol. 20, no. 5, pp. 594–602, May 2009, doi: 10.1111/j.1467-9280.2009.02340.x.

# Referensi

- [4] C. Adair, "Video Game Addiction Statistics 2023 - How Many Addicted Gamers Are There?," Game Quitters. Accessed: Jul. 13, 2024. [Online]. Available: <https://gamequitters.com/video-game-addiction-statistics/>
- [5] P. MPower, "49 Video Game Addiction Statistics: Most Addictive Games," MPower Wellness. Accessed: Jul. 14, 2024. [Online]. Available: <https://mpowerwellness.com/video-game-addiction-statistics/>
- [6] I. Partiwi, H. Handrik, G. Atmadiredja, and B. Utama, Konsentrasi Belajar Siswa SMA dan Penggunaan Gawai. Jakarta: Pusat Penelitian Kebijakan Pendidikan dan Kebudayaan, Badan Penelitian dan Pengembangan, Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan, 2019. [Online]. Available: [https://pskp.kemdikbud.go.id/assets\\_front/images/produk/1-gtk/buku/12\\_\\_Buku\\_Gawai\\_2018\\_indah.pdf](https://pskp.kemdikbud.go.id/assets_front/images/produk/1-gtk/buku/12__Buku_Gawai_2018_indah.pdf)

# Referensi

- [7] Ns. Frediana Pegia Hartanti, S.Kep, “Dampak Buruk Kecanduan Game pada Anak Usia Remaja,” Kementerian Kesehatan Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan. [Online]. Available: [https://yankes.kemkes.go.id/view\\_artikel/1359/dampak-buruk-kecanduan-game-pada-anak-usia-remaja](https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1359/dampak-buruk-kecanduan-game-pada-anak-usia-remaja)
- [8] E. Novrialdy, “Kecanduan Game Online pada Remaja: Dampak dan Pencegahannya,” *Bul. Psikol.*, vol. 27, no. 2, p. 148, Dec. 2019, doi: 10.22146/buletinpsikologi.47402.
- [9] A. Apriliyani, “Hubungan Intensitas Bermain Permainan Online Dengan Kecerdasan Emosional,” *Psikoborneo J. Ilm. Psikol.*, vol. 8, no. 1, p. 40, Mar. 2020, doi: 10.30872/psikoborneo.v8i1.4856.

# Referensi

- [10] M. Misnawati, "Hubungan Kecerdasan Emosi Dengan Kecanduan Game Online Pada Siswa-Siswi," *Psikoborneo J. Ilm. Psikol.*, vol. 4, no. 2, Jun. 2016, doi: 10.30872/psikoborneo.v4i2.4004.
- [11] E. Y. Winata and Desy Pratiwi, "Dinamika Emosi Remaja Ketergantungan Game Online," *Kaganga Komunika J. Commun. Sci.*, vol. 5, no. 1, pp. 58–66, May 2023, doi: 10.36761/kagangakomunika.v5i1.2687.
- [12] J. Simanjuntak and I. S. M. Wulandari, "Gangguan Emosi Dan Perilaku Remaja Akibat Kecanduan Gadget," *Malahayati Nurs. J.*, vol. 4, no. 4, pp. 1057–1065, Apr. 2022, doi: 10.33024/mnj.v4i4.6221.

# Referensi

- [13] U. Mulyani and W. Fitriani, “Dampak Emosi Remaja Kecanduan Bermain Game Online Mobile Legends di Kecamatan Mandau,” *JCOSE J. Bimbingan. Dan Konseling*, vol. 5, no. 1, pp. 29–35, 2022.
- [14] P. Krishnamoorthy and Kalpana B, “Gaming Addiction and Its Impact on Emotional Intelligence among School Students during COVID - 19 Pandemic,” *Urr Peditr*, vol. 25, no. 10, pp. 1–4, 21.
- [15] T. S. Hastuti, D. L. Tobing, and E. Novianti, “Hubungan Perilaku Kecanduan Game Online dengan Kecerdasan Emosional Remaja di SMA Sejahtera 1 Depok`,” presented at the Konferensi Nasional (KONAS) XVI Keperawatan Kesehatan Jiwa, Bandar Lampung: 4, 2019, pp. 22–26. [Online]. Available: <https://journalpress.org/proceeding/ipkji/article/view/4>

# Referensi

- [16] M. P. Riswanto and M. Fauziah, “Faktor yang Mempengaruhi Gangguan Emosional pada Remaja yang Kecanduan Game Online,” presented at the Seminar Antarbangsa Bimbingan dan Konseling, Universitas Ahmad Dahlan, 2020, pp. 713–728. [Online]. Available: <http://seminar.uad.ac.id/index.php/PSNBK/article/view/12337>
- [17] A. Hadi, A. Asrori, and Rusman, Penelitian Kualitatif Studi Fenomenologi, Case Study, Grounded Theory, Etnografi, Biografi. 2020.
- [18] A. Rijali, “Analisis Data Kualitatif,” Alhadharah J. Ilmu Dakwah, vol. 17, no. 33, pp. 81–95, 2018, doi: 10.18592/alhadharah.v17i33.2374.

# Referensi

- [19] P. Limbong, W. Wilson, and D. Ayub, "Pengaruh Game Online Terhadap Kecerdasan Emosi Remaja di Kampung Maredan Barat Kecamatan Tualang Kabupaten Siak," *Innov. J. Soc. Sci. Res.*, vol. 4, no. 2, Art. no. 2, Apr. 2024, doi: 10.31004/innovative.v4i2.10091.
- [20] A. D. Lestari, E. E. Rohaeti, and R. R. Siddik, "Gambaran Kecerdasan Emosional Siswa Kelas Vii Smp Negeri 9 Cimahi Selama Pembelajaran Daring," *FOKUS Kaji. Bimbing. Dan Konseling Dalam Pendidik.*, vol. 5, no. 4, pp. 259–268, Jul. 2022, doi: 10.22460/fokus.v5i4.8850.
- [21] K. N. Ramadhanintyas, A. D. Rahmawati, and P. A. Wibowo, "Alone Together Dengan Perubahan Perilaku Emosional Remaja Dalam Keluarga," *Care J. Ilm. Ilmu Kesehat.*, vol. 11, no. 1, pp. 45–56, 2023.

# Referensi

- [22] P. E. Anggarini, M. V. Manangkot, and M. O. A. Kamayani, "Hubungan Kecanduan Internet dengan Kecerdasan Emosional pada Remaja," *J. Ilmu Keperawatan Jiwa*, vol. 5, no. 2, Art. no. 2, May 2022.
- [23] K. B. Alrasheed and M. Aprianti, "Hubungan Antara Kecanduan Gadget Dengan Kecerdasan Emosi Pada Remaja (sebuah Studi pada Siswa SMP di Kecamatan Setiabudi Jakarta Selatan)," *J. Sains Psikol.*, vol. 7, no. 2, pp. 136–142, 2018.
- [24] E. S. Rohman and A. S. K. S, "Intensitas Bermain Permainan Online Terhadap Kecerdasan Emosional," *J. Ilm. Res. Stud.*, vol. 1, no. 3, Art. no. 3, Jan. 2024, doi: 10.61722/jirs.v1i3.647.

# Referensi

- [25] S. W. Nurhidayati and M. Iqbal, “Fenomena Kecanduan Game Online Pada Remaja (Studi Kasus di Kec. Sukaraja, Kab. Seluma, Prov. Bengkulu),” *Khatulistiwa J. Pendidik. Dan Sos. Hum.*, vol. 4, no. 2, pp. 01–15, Apr. 2024, doi: 10.55606/khatulistiwa.v4i2.2636.
- [26] U. Mulyani and W. Fitriani, “Dampak Emosi Remaja Kecanduan Game Online Mobile Legends,” *JCOSE J. Bimbingan. Dan Konseling*, vol. 5, no. 1, pp. 29–35, Dec. 2022, doi: 10.24905/jcose.v5i1.114.
- [27] Ely Manizar Hm, “Mengelola Kecerdasan Emosi,” *Tadrib J. Pendidik. Agama Islam*, vol. 2, no. 2, Art. no. 2, 2016.

# Referensi

- [28] R. Shofhatunnaja, “Dampak Kecanduan Game Online Terhadap Perilaku Sosial Remaja Di Tiyuh Candra Mukti Kabupaten Tulang Bawang Barat,” *undergraduate*, IAIN Metro, 2023. Accessed: Jul. 06, 2024. [Online]. Available: <https://repository.metrouniv.ac.id/id/eprint/8545/>
- [29] C. S. L. Sitorus, D. P. Hutagalung, and Y. Sari, “Analisis Pengaruh Aplikasi Game Online Mobile Legend Di Kalangan Muda,” *Algoritma J. Mat. Ilmu Pengetah. Alam Kebumian Dan Angkasa*, vol. 2, no. 5, pp. 40–49, Jun. 2024, doi: 10.62383/algoritma.v2i5.121.

