

## EFEKTIVITAS PSIKOEDUKASI TERHADAP TINGKAT KECANDUAN GAME ONLINE PADA REMAJA DI WILAYAH DESA IWUL RW 03 PARUNG BOGOR

Rita Dwi Pratiwi<sup>1</sup>, Muhammad Zulfikar Adha<sup>2</sup>, Arik Iskandar<sup>3</sup>, Nurazizah<sup>4</sup>

<sup>1,3</sup>Program Studi S1 Ilmu Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Widya Dharma Husada Tangerang, Tangerang Selatan, Banten, Indonesia

<sup>2</sup>Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Widya Dharma Husada Tangerang, Tangerang Selatan, Banten, Indonesia  
Email Korespondensi: ritadwipratiwi@wdh.ac.id

### ABSTRAK

*Kecanduan game online merupakan suatu kesenangan dalam bermain karena dapat memberi rasa kepuasan tersendiri, sehingga ada perasaan untuk mengulangi lagi kegiatan yang menyenangkan ketika bermain game online. Menkominfo Rudiantara menyatakan dalam Konfrensi Presiden Indonesia Digital Byte (IDBYTE) ESPORTS 2021 bahwa sekitar 40 juta orang bermain game online di Indonesia. Berdasarkan penelitian yang dilakukan yee, ditemukan bahwa pada usia 12-22 tahun sebanyak 64,45% remaja laki-laki dan 47,85% remaja perempuan yang bermain game online menyatakan bahwa mereka kecanduan terhadap game online. Tujuan Penelitian ini adalah untuk Mengetahui Efektivitas Psikoedukasi Terhadap Tingkat Kecanduan Game Online Pada Remaja Di Wilayah Desa Iwul RW 03 Parung Bogor. Metode Penelitian ini merupakan metode kuantitatif, dengan desain penelitian quasi eksperiment rancangan penelitian yang digunakan adalah one group pretest-posttest design. Jumlah sampel yang digunakan sebanyak 52 responden di Wilayah Desa Iwul RW 03 Parung Bogor. Hasil Penelitian ini diperoleh bahwa nilai rata-rata (mean) tingkat kecanduan game online sebelum dilakukan psikoedukasi adalah 56.58 dan nilai rata-rata (mean) sesudah dilakukan psikoedukasi adalah 31.38 yang mengartikan terdapat penurunan tingkat kecanduan game online. Berdasarkan hasil analisa data menggunakan uji paired sample t-test pada kelas eksperimen dinyatakan perolehan nilai (p-value 0,000,  $\alpha$ : 0,05). Oleh karena itu  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima sehingga dapat disimpulkan bahwa ada Efektivitas Psikoedukasi Terhadap Tingkat Kecanduan Game online Pada Remaja di Wilayah Desa Iwul RW 03 Parung Bogor. Saran Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan acuan dalam pengembangan penelitian dengan desain penelitian yang berbeda dan menambah variabel yang berbeda.*

**Kata Kunci** : Psikoedukasi, Tingkat Kecanduan Game online

## THE EFFECTIVENESS OF PSYCHOEDUCATION ON THE LEVEL OF ONLINE GAME ADDICTION IN ADOLESCENTS IN THE IWUL RW 03 PARUNG BOGOR VILLAGE AREA.

### ABSTRACT.

*Addiction to online games is a pleasure in playing because it can give a sense of satisfaction, so there is a feeling of repeating enjoyable activities when playing online games. Minister of Communication and Information Rudiantara stated at the 2021 Indonesia Digital Byte (IDBYTE) ESPORTS Presidential Conference that around 40 million people play online games in Indonesia. Based on research conducted by Yee, it was found that at the age of 12-22 years as many as 64.45% of teenage boys and 47.85% of teenage girls who played online games stated that they were addicted to online games. The research purpose is to determine the effectiveness of psychoeducation on the level of online game addiction in adolescents in the iwul rw 03 parung bogor village area. This research method is a quantitative method, with a quasi-experimental research design. The research design used is a one group pretest-posttest design. The number*

*of samples used was 52 respondents in the iwul rw 03 parung bogor village area. The results of this research showed that the average (mean) level of online game addiction before psychoeducation was carried out was 56.58 and the average (mean) value after psychoeducation was 31.38, which means that there was a decrease in the level of online game addiction. Based on the results of data analysis using the paired sample t-test in the experimental class, a value was obtained ( $p$ -value 0.000,  $\alpha$ : 0.05). Therefore  $H_0$  is rejected and  $H_a$  is accepted so it can be concluded that there is effectiveness of psychoeducation on the level of online game addiction in adolescents in the iwul rw 03 parung bogor village area. suggestion It is hoped that the results of this research can be used as a reference in developing research with different research designs and adding different variables.*

**Keywords** : *Psychoeducation, Level of Online Game Addiction*

## **PENDAHULUAN**

Remaja merupakan masa peralihan dari masa anak-anak menuju dewasa yang termasuk sebagai kelompok dengan populasi besar dalam jumlah penduduk dunia. World Health Organization (WHO) menyatakan bahwa lebih dari 3 miliar orang dari total 7,2 miliar penduduk dunia yang berusia dibawah 25 tahun, yaitu 42% dari populasi dunia, dan sekitar 1,2 miliar anak muda ini adalah remaja yang usianya berada diantara 10-24 tahun (18% dari populasi dunia) (Olivia, 2024).

Perkembangan ilmu dan teknologi yang semakin pesat pada zaman ini serentak membawa perubahan dalam segala lapisan kehidupan, salah satu hasil perkembangan yang sangat menonjol pada era sekarang ini adalah internet. Internet telah menjadi salah satu sarana utama dalam pemenuhan kebutuhan hidup manusia. Hingga saat ini internet telah menghasilkan multi manfaat bagi manusia (dari anak-anak sampai orang dewasa). Salah satu manfaat internet yang cukup besar berhubungan dengan hiburan. Hal ini dialami oleh semua kalangan teristimewa anak-anak dan remaja. Hiburan internet yang cukup banyak dinikmati adalah game online. Game online sering diidentikan dengan permainan video dengan menggunakan jaringan internet (Matur, 2021).

Di Indonesia remaja usia 15-18 tahun yang mengalami kecanduan game online sebesar 77,5% atau 887.003 remaja putra dan 22,5% atau 241.989 remaja putri (Gurusinga, 2021). Sementara menurut data yang diungkapkan Michael (2021) melalui merdeka.com, dilihat dari esport (sebuah kompetisi game), sekitar 58% atau 12.876.174 orang berasal dari anak muda berusia dibawah 18 tahun. Berdasarkan penelitian yang dilakukan yee, ditemukan bahwa pada usia 12-22 tahun sebanyak 64,45% remaja laki-laki dan 47,85% remaja perempuan yang bermain game online menyatakan bahwa mereka kecanduan terhadap game online (Matur, 2021)..

## **METODE**

Metode penelitian ini adalah metode kuantitatif, dengan desain penelitian quasi eksperiment rancangan penelitian yang digunakan adalah one group pretest-posttest design. Penelitian Eksperimen merupakan jenis penelitian yang bertujuan membuktikan pengaruh suatu perlakuan terhadap akibat dari perlakuan tersebut (Arib et al. 2024).

Populasi pada penelitian ini adalah remaja yang mengakses atau bermain game online sebanyak 52 remaja laki-laki di Wilayah Desa Iwul RW 03 Parung Bogor. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 52 orang, dimana teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik Total Sampling.

**HASIL**

Tabel 1 Gambaran Karakteristik Responden Berdasarkan Usia di Wilayah Desa Iwul RW 03 Parung Bogor.

Usia	Frekuensi	Persentase (%)
Remaja Awal	3	5.8 %
Remaja Tengah	31	59.6 %
Remaja Akhir	18	34.6 %
Total	52	100%

Sumber : Data Primer, 2024

Berdasarkan Tabel 1. Frekuensi berdasarkan usia menunjukkan bahwa dari 52 responden lebih dari setengahnya responden berada pada usia remaja tengah sebanyak 31 responden (59.6 %), hampir setengahnya responden pada usia remaja akhir sebanyak 18 responden (34.6 %) dan sebagian kecil responden dengan pada usia remaja awal sebanyak 3 responden (5.8%).

Tabel 2. Gambaran Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan di Wilayah Desa Iwul RW 03 Parung Bogor.

Pendidikan	Frekuensi	Persentase (%)
Pendidikan Rendah	0	0%
Pendidikan Sedang	44	84,6%
Pendidikan Tinggi	8	15,4%
Total	81	100%

Sumber : Data Primer, 2024

Distribusi Frekuensi karakteristik responden menurut tingkat pendidikan pada remaja bahwa 52 sebagian besar responden berpendidikan sedang sebanyak 44 responden (84.6%) dan sebagian kecil responden berpendidikan S1 sebanyak 8 responden (15.4%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan *Sedentary Lifestyle* Remaja Putri Di SMK Babunnajah Pandeglang Banten (n=81).

Pekerjaan	Frekuensi	Persentase (%)
Bekerja	22	42,3%

Tidak Bekerja	30	57,7%
Total	52	100%

Sumber : Data Primer, 2024

No	Kecanduan <i>game online</i>	Frekuensi (f)	Persentase %
1.	Kecanduan <i>game online</i> Ringan	31	59,6 %
2.	Kecanduan <i>game online</i> Sedang	21	40,4 %
3.	Kecanduan <i>game online</i> Berat	0	0 %
Jumlah		52	100 %

Distribusi Frekuensi karakteristik responden menurut tingkat pekerjaan pada remaja menunjukkan lebih dari setengahnya adalah tidak bekerja sebanyak 30 responden (57.7%) dan hampir setengahnya adalah bekerja sebanyak 22 responden (42.3%).

Tabel 4. Gambaran Tingkat Kecanduan *Pre Test* di Wilayah Desa Iwul RW 03 Parung Bogor.

Kecanduan <i>game online</i>	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Rendah	46	56.8
Sedang	20	24.7
Tinggi	15	18.3
Total	81	100%

Sumber : Data Primer, 2025

Berdasarkan uraian di atas tingkat kecanduan *game online* sesudah diberikan intervensi menunjukkan lebih dari setengah responden dengan kategori kecanduan *game online* ringan yaitu sebanyak 31 responden (59,6%), dan hampir setengahnya responden dengan kategori kecanduan *game online* sedang yaitu 21 responden (40,4%).

Tabel 5 Gambaran Tingkat Kecanduan *Post Test* di Wilayah Desa Iwul RW 03 Parung Bogor

No	Kecanduan <i>game online</i>	Frekuensi (f)	Persentase %
1.	Kecanduan <i>game online</i> Ringan	31	59,6 %
2.	Kecanduan <i>game online</i> Sedang	21	40,4 %
3.	Kecanduan <i>game online</i> Berat	0	0 %
Jumlah		52	100 %

Sumber: Data Primer, 2024

Berdasarkan uraian di atas tingkat kecanduan *game online* sesudah diberikan intervensi menunjukkan lebih dari setengah responden dengan kategori kecanduan *game online* ringan yaitu sebanyak 31 responden (59,6%), dan hampir setengahnya responden

dengan kategori kecanduan *game online* sedang yaitu 21 responden (40,4%).

**Tabel 6** Nilai Rata-Rata Tingkat Kecanduan *Game online* Sebelum dan Sesudah diberikan Psikoedukasi di Wilayah Desa Iwul RW 03 Parung Bogor

No.	Variabel	N	Mean	Asymp. Sig. (2-tailed)
1	Pre Test	52	56.58	.000
2	Post Test	52	31.38	

Sumber: Data Primer, 2024

Bersadarkan uraian diatas dari 52 responden yang diamati terlihat bahwa nilai rata-rata (mean) tingkat kecanduan *game online* sebelum dilakukan psikoedukasi adalah 56.58 dan nilai rata-rata (mean) sesudah dilakukan psikoedukasi adalah 31.38 yang mengartikan terdapat penurunan tingkat kecanduan *game online*. Kemudian didapatkan nilai Asymp. Sig. (2-tailed) atau nilai P-value adalah  $0.000 < \alpha 0.05$  maka dapat disimpulkan bahwa  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak yaitu adanya efektivitas psikoedukasi terhadap tingkat kecanduan *game online* pada remaja di Wilayah Desa Iwul RW 03 Parung Bogor.

**Tabel 7** Hasil Uji Normalitas *Pre-Test* dan *Post-Test* Menggunakan *Shapiro-Wilk*

Tingkat Kecanduan	<i>Shapiro-Wilk</i>			Kesimpulan
	Statistic	df	Sig	
<i>Pre-test</i>	.995	52	.053	Data berdistribusi normal
<i>Post-test</i>	.957	52	.059	Data berdistribusi normal

Sumber: Data Primer, 2024

Uraian di atas memperlihatkan bahwa hasil nilai uji normalitas Shapiro-wilk dapat diketahui bahwa nilai p-value pre-test 0,053 dan nilai p-value post-test 0,059. Hal ini menunjukkan bahwa nilai p-value pre test dan post test  $> 0,05$  sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa hasil uji normalitas dari sampel penelitian ini berdistribusi normal. Oleh sebab itu, bisa diputuskan jika data berdistribusi normal, sehingga uji hipotesis yang akan dipakai adalah uji paired sample t test.

**Tabel 8 Hasil Uji Hipotesis Menggunakan *Paired Sample T-Test* Psikoedukasi terhadap Tingkat Kecanduan *Game online* Pada Remaja di Wilayah Desa Iwul RW 03 Parung Bogor**

		<i>Paired Differences</i>				T	DF	<i>Sig. (2-tailed)</i>	
		<i>Mean</i>	<i>Std. Deviation</i>	<i>Std. Error Mean</i>	<i>95% Confidence Interval of the Difference</i>				
					<i>Lower</i>				<i>Upper</i>
Pair 1	<i>Pretest Posttest</i>	25.192	8.841	1.226	22.731	27.654	20.549	51	0.000

Sumber: Data Primer, 2025

Tabel 8 menunjukkan hasil uji paired sample t-test pada kelas eksperimen dinyatakan perolehan nilai sig (2-tailed)  $0,000 < \alpha 0,05$ . Oleh karena itu  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima sehingga dapat disimpulkan bahwa ada Efektivitas Psikoedukasi Terhadap Tingkat Kecanduan *Game online* Pada Remaja di Wilayah Desa Iwul RW 03 Parung Bogor

## PEMBAHASAN

Tabel 8 menunjukkan hasil uji paired sample t-test pada kelas eksperimen dinyatakan perolehan nilai signifikansinya  $0,000 < 0,05$ . Oleh karena itu  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima sehingga dapat disimpulkan bahwa ada Efektivitas Psikoedukasi Terhadap Tingkat Kecanduan *Game online* Pada Remaja di Wilayah Desa Iwul RW 03 Parung Bogor.

Begitu banyak efek negatif dari bermain *game online* oleh karena itu pentingnya memberikan edukasi kepada remaja yang kecanduan *game online*, untuk menangani kecanduan *game online* dapat diberikan dengan intervensi berupa psikoedukasi

Psikoedukasi merupakan edukasi yang tidak hanya mengajarkan proses dan penanganan penyakit tetapi juga membahas aspek psikososial yang dialami klien selama berjuang melawan penyakit (Fitriani et.al, 2023). Psikoedukasi adalah pengembangan dari pemberian informasi berupa motivasi dalam bentuk pendidikan kesehatan yang berkaitan dengan kecerdasan psikososial masyarakat melalui berbagai media pendekatan yang dirancang untuk memberikan perawatan secara holistik (Wiji Suryanti, 2023).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Siti Hikmah et.al (2024) dengan judul “Pendekatan Psikoedukasi dalam Mencegah Kecanduan Gadget pada Siswa Kelas 9 di SMPN 45 Semarang” didapatkan hasil analisis pretest dan posttest ditemukan adanya peningkatan pengetahuan terkait kecanduan gadget dengan nilai signifikansi  $0,000 < 0,05$ . Hasil tersebut menunjukkan bahwa intervensi berupa psikoedukasi dapat berhasil meningkatkan pengetahuan remaja terkait kecanduan gadget.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Reza et.al (2021) dengan judul ” Efektivitas Konseling Kelompok Online Pendekatan Behavior Teknik Self

Management Untuk Mengurangi Kecenderungan Kecanduan Game online Siswa” didapatkan hasil uji wilcoxon ( $Z = -2,201$ ,  $p < 0,05$ ) hal ini menunjukkan bahwa konseling kelompok online pendekatan behavior teknik self management terbukti efektif untuk mengurangi kecenderungan kecanduan game online pada siswa.

Dan didukung penelitian yang dilakukan oleh Marfuatun (2024) dengan judul “Layanan Konseling Kelompok Dengan Pendekatan Rebt Sebagai Upaya Mengurangi Kecanduan Bermain Game online Remaja” didapatkan hasil signifikansi (2-tailed) adalah 0,001, lebih kecil dari signifikansi yang ditetapkan sebesar 0,005, hal ini menunjukkan bahwa perilaku remaja yang kecanduan game online mengalami penurunan setelah menerima layanan konseling kelompok.

Berdasarkan uraian diatas peneliti beropini bahwa salah satu cara untuk menurunkan tingkat kecanduan game online dengan cara diberikan psikoedukasi yang dapat menurunkan tingkat kecanduan game online dan dari hasil yang sudah didapatkan peneliti di wilayah Desa Iwul RW 03 Parung Bogor menunjukkan hasil uji paired sample t-test pada kelas eksperimen dinyatakan perolehan nilai signifikansinya  $0,000 < 0,05$ .

## **KESIMPULAN**

Teranalisis adanya efektivitas psikoedukasi terhadap tingkat kecanduan game online pada remaja dengan diperolehnya nilai mean 56.58 kemudian mengalami penurunan menjadi 31.38 serta didapatkan nilai p-value adalah  $0.000 < \alpha 0.05$  maka dapat disimpulkan  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima yaitu ada Efektivitas Psikoedukasi Terhadap Tingkat Kecanduan Game online Pada Remaja di Wilayah Desa Iwul RW 03 Parung Bogor. Berdasarkan hasil uji paired sample t-test pada kelas eksperimen dinyatakan perolehan nilai signifikansinya  $0,000 < 0,05$ . Oleh karena itu  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima sehingga dapat disimpulkan bahwa ada Efektivitas Psikoedukasi Terhadap Tingkat Kecanduan Game online Pada Remaja di Wilayah Desa Iwul RW 03 Parung Bogor.

## **UCAPAN TERIMAKASIH**

Ucapan terimakasih peneliti ucapkan kepada seluruh pihak terkait yang terlibat pada penelitian ini.

## **DAFTAR PUSTAKA**

Arib, M Farhan, Meiliza Suci Rahayu, Rusdy A Sidorj, and M Win Afgani. 2024. “Experimental Research Dalam Penelitian Pendidikan.” 4: 5497–5511.

Fitriani Dewi, L. H. (2023). Potential Of Psychoeducation Media Based On The Internet Of Things For The Optimization Of Hypertension Management, Vol.14 No.4.

Marfuatun, S. R. (2024). LAYANAN KONSELING KELOMPOK DENGAN PENDEKATAN REBT SEBAGAI UPAYA MENGURANGI KECANDUAN BERMAIN GAME ONLINE REMAJA, Vol.9, No.1.

Matur Yustina Prima, M. G. (2021). HUBUNGAN KECANDUAN GAME ONLINE

DENGAN KUALITAS TIDUR PADA REMAJA SMA NEGERI DI KOTA RUTENG, Vol.6 No.2.

Olivia Nadia Nur, P. N. (2024). JIKSA-Jurnal Ilmu Keperawatan Sebelas April Konsep Diri dan Kecemasan Sosial Pada Remaja: Studi Deskriptif pada Remaja Kelas XII di SMA Negeri 2 Majalaya, Vol.6 No.1.

Reza Ridho Muhammad, m. (2021). EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK ONLINE PENDEKATAN BEHAVIOR TEKNIK SELF MANAGEMENT UNTUK MENGURANGI KECENDERUNGAN KECANDUAN GAME ONLINE SISWA , 22-30.

Siti Hikmah, S. R. (2024). Pendekatan Psikoedukasi dalam Mencegah Kecanduan Gadget pada Siswa Kelas 9 di SMPN 45 Semarang, Hal. 185-194.

Wiji Suryanti, A. A. (2023). EFEKTIVITAS PSIKOEDUKASI PARENTING PADA IBU TERHADAP PERILAKU PENCEGAHAN STUNTING ANAK USIA 0-2 TAHUN DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS MOJOLABAN.