

## HUBUNGAN ADIKSI GAME ONLINE DENGAN PENYESUAIAN DIRI PADA REMAJA DI KELURAHAN SIMATORKIS SISOMA

<sup>1</sup>Wendi Ariansyah, <sup>2</sup>Sukatno, <sup>3</sup>Nor Mita Ika Saputri  
Bimbingan Konseling Universitas Muhammadiyah Tapanuli Selatan  
sukatno@um-tapsel.ac.id

---

**Abstract:** *The word addiction is mostly used in clinical words and refined with the word excessive, the concept of addiction can be applied to a variety of behaviors, such as consuming alcohol, heroin, tobacco, and playing games excessively. Understanding of online games is a type of video game that can be played with devices connected to the internet, have now become part of the routine of teenagers in filling their free time, the influence of online games can be said to be an obstacle to adolescent development. This study uses a correlational method using non-experimental quantitative methods, the population in this study is teenagers of Simatorkis Sisoma Village with a total sample of 32 adolescents. which is selected based on purposive sampling. Variable- The research variables were measured using an online game addiction scale of 50 answers and a self-adjustment scale of 50 answers. The results of this study show that there is a relationship between Online Game Addiction and Self-Adjustment in adolescents in Simatorkis Sisoma Village. Obtained using product moment correlation analysis techniques which show that there is a very significant positive relationship between online game addiction and adolescent self-adjustment shown with a value of  $p = 0.432$  ( $p < 0.05$ ). based on these calculations, it can be concluded that there is a relationship between variable X and variable Y is very significant between online game addiction and adolescent self-adjustment. This shows that the more positive the level of achievement of online game addiction, the higher the level of achievement of adolescent self-adjustment*

**Keywords:** adiksi, Game Online, Self-Adjustment

**Abstrak:** Kata kecanduan sebagian besar di gunakan dalam kata klinis dan di haluskan dengan kata berlebihan, konsep kecanduan dapat di terapkan pada berbagai perilaku, seperti mengkonsumsi alkohol, heroin, tembakau, dan memainkan *game* secara berlebihan. pengertian dari *game online* ini jenis *video game* yang bisa dimainkan dengan perangkat yang terhubung dengan internet, kegiatan bermain *game*, kini telah menjadi bagian dari rutinitas remaja dalam mengisi waktu luang mereka, penelitian ini menggunakan metode korelasional dengan menggunakan metode kuantitatif non-eksperimen, populasi dalam penelitian ini yaitu remaja Kelurahan Simatorkis Sisoma dengan jumlah sampel sebanyak 32 remaja. yang di pilih berdasarkan purposive Sampling. Variabel-variabel penelitian di ukur menggunakan skala *adiksi game online* sebanyak 50 butir jawaban dan skala penyesuaian diri sebanyak 50 butir jawaban hasil penelitian ini menunjukkan ada hubungan antara *Adiksi Game Online* dengan Penyesuaian diri pada remaja di kelurahan Simatorkis sisoma. Di peroleh dengan menggunakan teknik analisis korelasi product moment yang menunjukkan bahwa ada hubungan yang positif sangat signifikan antara adiksi game online dengan penyesuaian diri remaja di tunjukkan dengan nilai  $p = 0.432$  ( $p < 0.05$ ). berdasarkan perhitungan tersebut dapat disimpulkan Bahwa terdapat hubungan antara variabel X terhadap variabel Y sangat signifikan antara *adiksi game online* dengan penyesuiain

diri remaja. Hal ini menunjukkan bahwa semakin positif tingkat pencapaian *adiksi game online*, maka semakin tinggi tingkat pencapaiannya penyesuaian diri remaja

**Kata kunci:** *Adiksi, Game online, Penyesuaian diri*

## PENDAHULUAN

Kecanduan atau *Addiction* dalam Kamus Psikologi didefinisikan sebagai keadaan ketergantungan fisik terhadap obat-obatan yang umumnya mengakibatkan peningkatan ketergantungan fisik dan psikis, kecanduan adalah suatu kondisi yang menjadikan seseorang kehilangan kontrol terhadap suatu hal, biasanya hal ini merujuk pada rasa suka yang terlalu besar dan di dorong oleh keinginan yang kuat (Rizal, 2020), kata kecanduan sebagian besar di gunakan dalam kata klinis dan di haluskan dengan kata berlebihan, konsep kecanduan dapat di terapkan pada berbagai perilaku, seperti mengkonsumsi alkohol, heroin, tembakau, dan memainkan *game* secara berlebihan.

Saat ini kita hidup di era *globalisasi* atau bisa di sebut era modernisasi Indonesia merupakan Negara berkembang dalam berbagai hal termasuk ilmu pengetahuan dan ilmu teknologi di era modernisasi pada saat ini masyarakat sangat bergantung kepada teknologi, oleh Karena itu teknologi juga di dukung oleh ilmu pengetahuan dan teknologi yang berkembang sangat pesat.

Sukatno (2020), dengan perkembangan internet yang begitu cepat remaja dengan mudah dapat mencari informasi mengenai tugas sekolah di internet, internet memberikan dampak yang positif terhadap proses belajar, yang dimana dapat bertukar informasi yang di butuhkan, dengan seiring berkembangnya

internet yang dulunya sebagai wadah untuk mencari informasi kini sudah dapat meng akses *game online*, dengan seiring berkembangnya internet yang dulunya sebagai wadah untuk mencari informasi kini sudah dapat meng akses *game online*, perkembangan *game* yang awalnya hanya bisa dimainkan secara *offline*, sekarang bisa dimainkan secara *online* tanpa ada tenggat waktu, dan bisa di akses kapan pun dan dimana pun (Fajri, 2019).

Salah satu produk teknologi yang saat ini sedang banyak di perbincangkan dan paling ramai diminati oleh berbagai kalangan mulai dari anak-anak, remaja, sampai orang tua yaitu *game online*, *Game* artinya permainan dan *online* artinya daring (dalam jaringan), pengertian dari *game online* ini jenis video *game* yang bisa dimainkan dengan perangkat yang terhubung dengan internet, menurut Young (dalam Salsabila, 2020), *game online* dapat menggantikan interaksi sosial dengan ber interaksi di dunia maya dan menjadi pelarian dari kenyataan bagi penggunaannya.

Laporan *We Are Social* (2022), Indonesia adalah Negara dengan jumlah video *game* terbanyak ketiga di dunia, menurut laporan tersebut pada januari 2022, 94,5% pengguna internet berusia 16-64 tahun, Dengan akses yang mudah, para pemain sudah bisa bermain *game*, dengan hanya mengunakan *handphone*, remaja dianggap lebih rentang terhadap kecanduan *online game* dari pada orang dewasa, karna masa remaja adalah masa

ketidak stabilan emosi yang membuat kaum muda lebih cenderung mudah mencoba hal hal baru seperti *game online*. Remaja juga dikaitkan dengan *stereotip* masa sulit, (Jordan & Andersen, 2022).

*Game online* membuat remaja merasa tertantang sehingga menimbulkan rasa penasaran, yang menyebabkannya memainkan *game* secara terus menerus dan menjadikan *game* sebagai prioritas utama. Hurluck (dalam Frediana, 2022), akibatnya remaja yang kecanduan *online game* cenderung kurang aktivitas lain dan menjadi tertekan saat tidak dapat bermain *game online*, dengan kecanduan *game online* menjadikan seseorang merasa senang. *Game online* digunakan untuk sebagai hiburan yang menyenangkan, kegiatan bermain *game*, kini telah menjadi bagian dari rutinitas remaja dalam mengisi waktu luang mereka, namun terkadang para remaja lupa akan waktu yang telah mereka habiskan hanya untuk bermain *game online* hal ini dapat menyebabkan perilaku yang menunjukkan ketidak pedulian terhadap resiko negatif yang mungkin dihadapi oleh para remaja (Saputri dkk. 2022), tentunya dengan perkembangan *game online*, apakah seorang remaja dapat beradaptasi dengan lingkungannya, mempertahankan eksistensinya atau bertahan hidup, mencapai kesejahteraan fisik dan menjalin hubungan yang memuaskan dengan kebutuhan sosialnya, tentu akan berdampak positif dan negatif.

Untuk setiap individu. Seseorang yang lebih memprioritaskan bermain *game* dari pada

melakukan kegiatan lainnya dikatakan *behavioral disorder* atau gangguan perilaku, kecanduan *game* didefinisikan sebagai perilaku bermain, baik bermain *game online* maupun *offline* (*game* digital atau video *game*), seseorang yang kecanduan bermain *game* dapat dilihat dari ciri- ciri berikut 1.) tidak dapat mengendalikan keinginan untuk bermain *game*, 2.) lebih memprioritaskan bermain *game* dibandingkan minat terhadap kegiatan atau aktivitas lainnya. 3.) seseorang yang terus bermain *game* meski ada konsekuensi negatif yang terlihat.

Fauziah (2013), mengatakan jika seorang remaja tidak bisa mengendalikan diri untuk bermain *game online*, akan dapat menyebabkan pengaruh buruk terhadap perkembangan diri remaja, yang akan menimbulkan dampak negatif diantaranya, kesulitan berkonsentrasi dan kesulitan untuk bersosialisasi terhadap lingkungan sekitar, banyak remaja yang mengorbankan sekolahnya demi bisa untuk bermain *game online*, pengaruh *game online* bisa di katakan sebagai penghambat perkembangan remaja.

Rahmadina (2013), mengemukakan adaptasi sosial manusia yang disebabkan oleh internet *gaming*, yang pada akhirnya juga berdampak pada minimnya aktivitas sosial dan komunikasi dengan orang lain dan remaja akan lebih cenderung memilih berdiam diri dirumah dan bermain *game* sepuasnya dan menjadikan *game online* menjadi proiritas utama.

Papalia dalam Putro (2019), mengungkapkan masa remaja merupakan masa

dimana seseorang tumbuh dan berkembang menuju kedewasaan, dalam proses ini merupakan masa transisi, remaja mengalami perubahan di antaranya perubahan secara fisik, psikis, seksual, kognitif dan sosial yang meningkatkan ketegangan emosi.

Erikson (dalam, Alfian, 2018), Mengatakan bahwa tugas perkembangan remaja adalah menyelesaikan krisis identitas, sehingga di harapkan terbentuk suatu identitas diri yang stabil, yang memperoleh pandangan yang jelas tentang remaja tersebut, selain perubahan yang terjadi pada diri remaja, terdapat juga perubahan lingkungan seperti sikap orang tua, guru, teman sebaya, dan lainnya. Yang dapat memahami perbedaan dengan remaja lainnya, *game online* mempengaruhi penyesuaian sosial yang buruk, kondisi ini merupakan respons terhadap lonjakan pertumbuhan remaja, remaja harus mampu menunjukkan perilaku yang di anggap pantas bagi orang sekitarnya, perubahan baik yang bersikap internal (introvert), maupun eksternal (ekstrovert), dengan meningkatnya kebutuhan remaja terutama kebutuhan psikologis dan sosialnya,

Penyesuaian sosial yang buruk mengganggu fungsi psikologis dan sosial, serta mengganggu hubungan masyarakat dengan lingkungannya penyesuaian sosial memburuk karena individu tidak mampu mengatasi konflik yang mereka hadapi atau menemukan cara yang tepat untuk menghadapi masalah tuntutan lingkungan, yang menyebabkan banyak kecacauan emosional (Ningrum, 2013),

Penyesuaian adalah suatu proses yang mencakup respon mental dan tingkah laku, dimana individu berusaha untuk dapat berhasil mengatasi kebutuhan di dalam dirinya, ketegangan, konflik, dan frustrasi yang di alaminya sehingga terwujud tingkat keselarasan atau harmonis antara tuntutan dari dalam dirinya, Fatimah (dalam Windaniati, 2013), individu mampu untuk membangun dan memelihara hubungan sosial yang sehat dan invidu mampu untuk berkomunikasi secara efektif, dan menciptakan jaringan sosial yang baik.

Menurut Desmita (2014), penyesuaian adalah proses yang melibatkan respons mental dan perilaku, individu yang berusaha untuk bisa mengatasi kebutuhan diri sendiri, ketegangan, konflik, dan frustrasi yang dialaminya, sehingga ada keselarasan antara tuntutan internal dan harapan dengan lingkungan. Peneliti juga sudah mengamati lingkungan sekitar ter khusus bagi remaja yang bertempat tinggal di Kelurahan Simatorkis Sisoma yang sudah menjadi kebiasaan menghabiskan waktunya selalu berada di tempat tongkrongan warung kopi hanya untuk bermain *game online* dari pada harus melakukan aktivitas yang bermanfaat lainnya, yang tentunya dapat mengganggu penyesuaian dirinya dan remaja lebih cenderung lebih memilih berkumpul di warung yang tersedia jaringan wifi.

Berdasarkan latar belakang di atas yang dimana remaja lebih rentan terhadap kecanduan *game online* yang tentunya dapat

berpengaruh terhadap penyesuaian diri maka penulis tertarik untuk meneliti tentang “Hubungan *Adiksi Game Online* Dengan Penyesuaian Diri Pada Remaja Di Kelurahan Simatorkis Sisoma”.

## METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian korelasi, menurut Arikunto (2013), korelasi adalah studi yang dilakukan oleh peneliti untuk mencari tahu tingkat hubungan antara dua variabel atau lebih tanpa perubahan, menambah atau menukar, data yang dikumpulkan, dalam penelitian ini merupakan data kuantitatif yang akan di olah menggunakan statistik. Metode penelitian kuantitatif adalah metode yang mengandalkan pengukuran objektif dan analisis matematis (statistic), terhadap sampel data yang diperoleh melalui kuesioner, jejak pendapat, tes, atau instrument penelitian lainnya yang membuktikan atau menguji hipotesis (dugaan sementara), yang di ajukan dalam penelitian.

Untuk sebuah penelitian maka akan di perlukan sumber objek penelitian yang disebut populasi, populasi ini merupakan kumpulan aspek-aspek tertentu dari sifat fenomena atau konsep yang bermasalah menurut Sugiono (dalam Kurniasari, 2019), populasi adalah suatu wilayah yang digenerasikan yang terdiri dari objek subjek dengan jumlah dan karakteristik tertentu yang mulai dipelajari peneliti dan kemudian ditarik kesimpulannya.

Ukuran sampel ditentukan dari banyaknya pengamatan dalam sampel, menurut

Arikunto (dalam Budianto, 2013), ketika populasi kurang dari 100 orang, seluruh sampel diambil secara keseluruhan, jika jumlah polusi lebih dari 100 orang, maka sampel bisa di ambil 10-15% atau 20-25% dari total populasi. Metode pengumpulan sampel ini digunakan dengan cara *purposive sampling*, dengan menentukan kriteria-kriteria tertentu, jumlah sampel pada penelitian ini adalah berjumlah 32 orang.

## HASIL

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis apakah terdapat hubungan *adiksi game online* dengan penyesuaian diri pada remaja maka dapat di lihat pada tabel berikut

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui dengan nilai signifikan antara *adiksi game online* dengan penyesuaian diri remaja 0.013 dimana hasil tersebut lebih besar dari 0.05 dan untuk melihat apakah hasil tersebut kuat atau lemah, dapat di lihat pada tabel *correlation pearson* dari kedua varibel bernilai 0.432. yang ber arti ber nilai sedang, nilai tersebut membuktikan ada hubungan yang sedang antara *adiksi game online* dengan penyesuaian diri pada remaja.

Correlations

		Adiksi Game online	Penyesuaian Diri
Adiksi Game online	Pearson Correlation	1	.432**
	Sig. (2-tailed)		.013
	N	32	32
Penyesuaian Diri	Pearson Correlation	.432**	1
	Sig. (2-tailed)	.013	
	N	32	32

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil yang di dapat di lapangan menunjukkan bahwa remaja Kelurahan Simatorkis Sisoma mengalami *adiksi game online* sangat tinggi hal tersebut dapat di lihat bahwa remaja yang mengalami kecanduan dengan jumlah 1 orang bernilai rendah, 6 orang bernilai sedang dan 25 orang bernilai tinggi, hal ini juga ditunjukkan dengan signifikansi dengan nilai F sebesar 6.900.

Hal ini di sebabkan bahwa adanya ketidak mampuan diri dalam mengatur pemakaian waktu untuk bermain *game*, ke tidak mampuan diri untuk menahan dorongan untuk bermain *game*, ketidak mampuan diri untuk mengatur hubungan yang baik dengan orang yang ada di lingkungan sekitar seperti kurang ber gaul dengan orang sekitar serta kurang memperhatikan kesehatannya sendiri.

Terkait efek *game online* menurut Cooper (dalam hakiki, 2019), menyatakan bahwa kecanduan adalah bentuk perilaku yang di dorong oleh rasa ketergantungan yang tinggi pada sesuatu yang di sukainya sehingga seseorang dapat dikatakan kecanduan, apabila melakukan kegiatan yang sama ber ulang-ulang kali atau lebih dari lima kali, sama halnya dalam penelitian yang dilakukan oleh Wijayanti (2014), bahwa para pemain sudah terbiasa dan mengikuti *game online* dengan baik, maka para pemain akan menghabiskan waktu yang sangat lama untuk bermain *game*, apabila sudah mengalami kecanduan dan selalu bermain *game*, para pemain rela membeli barang atau aitem yang terdapat dalam permainan tersebut dengan

menggunakan uang nyata (Barnes dalam, Hakiki 2019).

Berdasarkan hasil analisis dalam penelitian ini diketahui bahwa ada hubungan yang signifikan antara *adiksi game online* dengan penyesuain diri pada remaja di kelurahan Simatorkis Sisoma, dalam hal ini hasil hipotesis H1 diterima dan hubungan yang di hasilkan kuat, hasil tersebut di buktikan dengan nilai signifikan antara *adiksi game online* dengan penyesuaian diri remaja 0.013 dimana hasil tersebut lebih besar dari 0.05 dan untuk melihat apakah hasil tersebut kuat atau lemah, dapat di lihat pada tabel *correlation pearson* dari kedua varibel bernilai 0.432. yang ber arti ber nilai sedang, nilai tersebut membuktikan ada hubungan yang sedang antara *adiksi game online* dengan penyesuaian diri pada remaja. Dalam hal ini dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi *adiksi game online* maka semakin tinggi penyesuain diri pada remaja. Hasil penelitian ini disesuaikan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Wahyuni (2021) dengan judul pengaruh permainan *game online* terhadap perilaku menyimpang anak SD inpres buttatiang Makassar. Di dapatkan hasil dampak buruk terhadap moral anak, mengarah kepada etika dan akhlak anak yang mengarah pada proses sosialisasinya di lingkungan sekitar, termasuk di lingkungan keluarga, moral lebih ke perbuatan tingkah laku atau ucapan seseorang dalam ber interaksi, apabila anak dapat di terima serta menyenangkan di lingkungan

sekitar, maka anak dapat nilai ber moral yang baik.

Sama halnya dengan penelitian yang dilakukan oleh Irfan (2022) dengan judul pengaruh *game online* terhadap akhlak remaja di desa tallo. Dengan hasil yang dimana *game online* sangat berpengaruh besar terhadap akhlak siswa, dan semenjak bermain *game online* remaja di desa muara banyak menghabiskan waktu hanya untuk bermain *game*, dan malas untuk melakukan aktivitas lainnya, dan remaja juga lebih cenderung menyendiri serta tidak lagi mencari kesibukan seperti ikut serta dalam pengajian. Berdasarkan hasil lapangan yang di dapat oleh peneliti dengan hasil yang dimana *Adiksi game online* terhadap remaja Kelurahan Simatorkis Sisoma yang dimana remaja lebih banyak menghabiskan waktu untuk bermain *game* yang dimana bermain *game* menjadi kegiatan prioritas utama para remaja yang menjadikan remaja menjadi malas untuk bergerak dan para remaja lebih memilih berkumpul di warung dari pada harus ikut serta dalam kegiatan yang di adakan masyarakat, dan para remaja yang mengalami kecanduan *game online* juga lebih sering berkata kasar saat bermain *game* tanpa peduli terhadap orang yang ada di lingkungan sekitarnya.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah di paparkan pada penelitian ini, mengenai hubungan *adiksi game online* terhadap penyesuaian diri pada remaja di

kelurahan Simatorkis Sisoma. Maka peneliti, dapat menarik kesimpulan sebagai berikut:

Bahwa terdapat hubungan antara variabel X terhadap variabel Y yaitu *adiksi game online* dengan penyesuaian diri remaja dengan nilai t hitung, sebesar 7.418 dengan nilai signifikansi 0.000 yang dimana lebih kecil dari 0.05, dengan nilai koefisien korelasi atau pun hubungan sebesar 0.432 yang berarti hubungan antara variabel X dan Variabel Y bernilai sedang.

## DAFTAR RUJUKAN

- Alfian, Pahlevi. 2018. Pengaruh Kecanduan *Game Online* Terhadap Penyesuaian Sosial Pada Remaja di Malang. (thesis). Malang: Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, Fakultas psikologi,
- Desmita. 2014. Psikologi Perkembangan Peserta Didik. Bandung PT Remaja Rosdakarya
- Fajri, Choirun. 2019. Perkembangan Teknologi Informasi, Jakarta, Universitas Indonesia.
- Fauziah E, R. 2013. Pengaruh *Game Online* Terhadap Perubahan Perilaku Anak SMP Negeri 1 Samborja, Ejournal Ilmu Komunikasi
- Hakiki, Choirul. 2019. Hubungan Kecanduan *Game Mobile Legend* Terhadap Interaksi Sosial pada Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Maulana Maliki Ibrahim Malang: Universitas Islam Negeri Maulana Maliki Ibrahim Malang
- Irfan Putra. 2022. Pengaruh *Game online* Terhadap Akhlak Remaja di Desa Muara Simpur Kecamatan Ulu Talo. Universitas Fatmawati Sukarno Bengkulu

- Miss, Nor dkk. 2022. Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Berbasis Teknik Self Management Terhadap Penurunan Tingkat Kecanduan *Game Online* Pada Siswa Kelas XI Di SMK Negeri 1 Hutaraja Tinggi. Ristekdik Jurnal Bimbingan Konseling
- Windaniati. 2013. Meningkatkan Kemampuan Penyesuaian Diri Siswa Melalui Teknik *Cognitive Restructuring* Pada Kelas X Tkr 1 Smk Negeri 7 Semarang. Jurnal pendidikan
- Ningrum, PR. 2013. Perceraian Orang Tua dan Penyesuaian Diri Remaja Studi Pada Remaja Sekolah Menengah atas Kejuruan di kota Samarinda. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, e-journals.unmul.ac.id
- Putro, Khamin. 2017. Memahami ciri dan tugas perkembangan Masa Remaja. Fakultas Ilmu Tarbiyah Dan Keguruan. Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga
- Rahmadina A. 2013. Hubungan Antara Kecanduan *Game Online* Dengan Keterampilan Sosial Pada Remaja. Skripsi Universitas Gajah Mada Yogyakarta
- Royhan. 2018. Kontribusi Konsep Diri dan Kematangan Emosi Terhadap Penyesuaian diri
- Salsabila, Safitri. 2020. *Adiksi Game Online* dan Keterampilan Penyesuaian Sosial Pada Remaja, Empati,
- Sukatno. 2022. Pengaruh Pengguna Gadget Terhadap Motivasi Belajar Siswa Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Di Smk Negeri 1 Batang Angkola. Ristekdik Jurnal Bimbingan Konseling
- Wahyuni, Sri. 2021. Pengaruh Permainan *Game Online* Terhadap Perilaku Menyimpang Moral Anak SD Inpres Buttatiang. Universitas Muhammadiyah Makassar
- Wijayanti. 2013. Motif *Adiksi Pemain Game Online*: studi Deskriptif, Tentang Motif dan *Adiksi Pemain Game Online* Dragon Nest di Surabaya, Media Commoline, Surabaya Airlangga Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu politik,