

HUBUNGAN ANTARA KECENDERUNGAN ADIKSI GAME ONLINE DAN KESEHATAN MENTAL SISWA DENGAN KUALITAS PERTEMANAN SEBAGAI VARIABEL MODERATOR

Astuti Dian Lestari, Supra Wimbarti

Fakultas Psikologi, Universitas Gadjah Mada
astutilestari91@gmail.com, supra@ugm.ac.id

Abstract

One of activities done by students to spend their free time both at home and at school is to play online games. Friend's factor becomes one of the strengthening factors in online gaming activities. However, playing online games has a risk that leads to addiction which can affect the mental health of the students. This study aimed at determining the role of the quality of friendship to the relationship of online game addiction and mental health of students. The subject of this research was the junior high school students in Yogyakarta. This research was conducted using survey method. Data retrieval was done by using Mental Health Scale, Quality Scale of Friendship and Online Game Addiction Scale. The sample was determined by purposive sampling. The result of moderation analysis revealed that the quality of friendship did not effected to the relationship between online game addiction and the mental health of students ($b=0.0042$, $t=1,95$; $b=0.0015$, $t=1.564$; $p>0.05$). The tendency of online game addiction and offline friendship quality could predict student mental health significantly ($b=0.4383$; $t=-2.183$; $R^2=0.236$; $F=49,498$, $p<0.01$).

Key words: *online game addiction, student mental health, quality of friendship*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran kualitas pertemanan terhadap hubungan adiksi game online dan kesehatan mental siswa. Subjek penelitian ini adalah siswa sekolah menengah pertama di Kota Yogyakarta yang berusia 12 hingga 15 tahun dan bermain game online. Subjek penelitian berjumlah 183 siswa yang terdiri dari 115 siswa laki-laki dan 68 siswa perempuan. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode survei. Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan Skala Kesehatan Mental, Skala Kualitas Pertemanan dan Skala Adiksi Game Online. Sampel penelitian ditentukan secara purposive sampling. Hasil analisis moderasi menunjukkan bahwa kualitas pertemanan tidak terbukti secara signifikan berperan pada hubungan antara adiksi game online dan kesehatan mental siswa ($b=0.0042$, $t=1,95$; $b=0.0015$, $t=1.564$; $p>0.05$). Kecenderungan adiksi game online dan kualitas pertemanan di dunia nyata secara bersama-sama signifikan memprediksi kesehatan mental siswa ($b=0,4383$; $t=-2,183$; $R^2=0,236$; $F=49.498$, $p<0,01$).

Kata kunci: *Adiksi Game Online, Kesehatan Mental Siswa, Kualitas Pertemanan*

PENDAHULUAN

Kesehatan mental siswa menjadi isu yang penting di dunia pendidikan. Kesehatan mental merupakan salah satu faktor yang signifikan mempengaruhi performansi akademik di masa depan. Siswa yang meningkat kesehatan mentalnya juga menunjukkan peningkatan dalam hal akademik dibanding siswa dengan kesehatan mental yang stagnan atau memburuk (Murphy, Guzman, McCarthy, Squicciarini, George, Canenguez, Dunn, Simo naohn, Smoller, & Jellinek, 2015). Kesehatan mental didefinisikan sebagai suatu kondisi kesejahteraan ketika individu menyadari kemampuannya, mampu mengatasi tekanan hidup yang normal, mampu bekerja secara produktif dan sukses serta mampu berkontribusi kepada masyarakat (World Health Organization, 2004).

Berdasarkan data dari *World Health Organization* (2003) diketahui bahwa prevalensi penyakit mental pada anak dan remaja di seluruh dunia mencapai 20%. Survei yang dilakukan pada anak-anak dan remaja di Australia menunjukkan sejumlah 13,9% dari individu mengalami gangguan mental. Presentase tersebut setara dengan kurang lebih 560.000 anak-anak dan remaja (Lawrence, Johnson, Hafekost, Boterhoven, Sawyer, Ainley, & Zubrick, 2015). Di Indonesia, hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) yang dilaporkan oleh Departemen Kesehatan Republik Indonesia pada tahun 2013 menyebutkan prevalensi kemunculan gangguan emosional secara nasional sebesar 6% dari total penduduk berusia ≥ 15 tahun. Secara khusus, prevalensi kemunculan gangguan emosional di Daerah Istimewa Yogyakarta yaitu sebesar 8,1% (Departemen Kesehatan, 2015). Hasil penelitian epidemiologi kesehatan mental berbasis sekolah di DIY menunjukkan prevalensi berbagai permasalahan kesehatan mental (Kumara, Wimbari, Susetyo, & Kisriyani, 2017). Pada jenjang Sekolah Menengah Pertama ditemukan prevalensi tipe permasalahan teman sebaya (21,2%), masalah emosi (41,6%) dan masalah prososial (37,3%). Seluruh tipe permasalahan secara umum dapat diprediksi dari rendahnya *well-being* dan kemampuan dalam mengatasi masalah.

Penggunaan teknologi berupa *tablet*, *mobile phone*, maupun komputer diketahui berkaitan dengan kesehatan mental remaja. Penggunaan komputer dengan intensitas tinggi diikuti dengan kesejahteraan psikologis yang semakin rendah, begitu pula sebaliknya (Babic, Smith, Morgan, Eather, Plotnikoff, & Lubans, 2017). Secara khusus, survei terkait kesehatan mental pada anak-anak dan remaja di Australia menunjukkan adanya hubungan antara permasalahan kesehatan mental dengan aktivitas bermain *game* (Lawrence, dkk., 2015). Anak-anak maupun remaja yang menghabiskan waktu lebih lama untuk bermain video *game* cenderung mengalami distress emosional yang lebih tinggi, kecemasan, dan depresi (*Millennium Cohort Study and Understanding Society*

Survey dalam Public Health England, 2013). Beberapa gangguan kesehatan mental seperti *Attention Deficit Hyperactivity Disorder*, depresi, kecemasan, perilaku antisosial, dan distress emosional pun diketahui berkaitan dengan perilaku bermain *game* yang bermasalah dan *internet gaming disorder* (Valdin, Aslund, Hellström, & Nilsson, 2016; Wartberg, Kriston, Kramer, Schwedler, Lincoln, & Kammerl, 2016).

Sangat disayangkan, meski perilaku bermain game online berkaitan dengan gangguan kesehatan mental, prevalensi anak-anak dan remaja di Indonesia yang bermain *game online* cukup tinggi. Penelitian yang dilakukan oleh Kementrian Komunikasi dan Informatika (Kominfo) dan *United Nations International Children's Emergency Fund* (UNICEF) pada tahun 2014 menemukan sebanyak 30 juta anak-anak dan remaja di Indonesia merupakan pengguna internet (Dishubkominfo, 2016). Aktivitas berinternet tersebut dilakukan untuk bermain *game online* (63%), mencari informasi terkait pembelajaran (65%), mengakses media sosial (77%), dan mengakses *Youtube* (49%). Selain itu, data hasil dari studi awal peneliti menunjukkan sejumlah 102 siswa dari 225 siswa (45%) menyatakan bermain *game online*.

Karakteristik *game online* membuat pemainnya beresiko mengalami adiksi (Kuss & Griffiths, 2012). Adiksi *game online* merupakan salah satu jenis adiksi perilaku yang telah disebutkan dalam *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder 5* (DSM 5) dengan istilah *internet gaming disorder*. *Internet gaming disorder* merupakan suatu pola penggunaan *internet gaming* yang berlebihan dan berkepanjangan yang menghasilkan simtom kognitif dan perilaku yang meliputi kehilangan kontrol dalam bermain *game*, toleransi, dan simtom menarik diri. Individu umumnya menghabiskan waktu delapan hingga sepuluh jam atau lebih dalam sehari dan paling tidak 30 jam sepekan untuk bermain *game online*. Jika ia dicegah untuk menggunakan komputer dan kembali bermain *game*, ia menjadi gelisah dan marah. Ia sering terus bermain tanpa makan atau tidur dan mengabaikan aktivitas sehari-hari seperti sekolah (American Psychiatric Association, 2013).

Aspek sosial menjadi bagian dari karakteristik individu yang diketahui berkaitan dengan kasus adiksi *game online* (Sepehr & Head, 2013). *Psychosocial well-being* yang meliputi *depressive mood*, harga diri yang negatif, kesepian, masalah perhatian, agresivitas, kecemasan sosial, dan masalah dengan pekerjaan berhubungan secara signifikan dengan waktu yang dihabiskan untuk bermain *game online* maupun pada kasus adiksi *game online*. (van Rooij, Schoenmakers, van den Eijnden, Vermulst, & van de Mheen, 2012; Sepehr & Head, 2013). Penelitian sebelumnya menunjukkan kualitas hubungan interpersonal menurun dan menyebabkan meningkatnya kecemasan sosial ketika waktu yang dihabiskan untuk bermain *game online* semakin bertambah (Lo, Wang, & Fang, 2005). Dengan banyaknya waktu yang dihabiskan untuk bermain *game online*, maka waktu untuk berinteraksi dengan orang-orang di sekitar pun menjadi berkurang. Hal

HUBUNGAN ANTARA KECENDERUNGAN ADIKSI GAME ONLINE DAN KESEHATAN MENTAL SISWA DENGAN KUALITAS PERTEMANAN SEBAGAI VARIABEL MODERATOR

ini yang menjelaskan keterkaitan durasi bermain *game online* dengan kualitas hubungan interpersonal dan kecemasan sosial.

Interaksi sosial terjadi dalam proses permainan *game online* jenis *multiplayer*. Hal ini salah satunya dipengaruhi oleh karakteristik *game online* tertentu seperti *MMORPG* yang melibatkan interaksi sesama pemain dalam jumlah banyak dalam permainannya dan dilakukan pada satu waktu yang bersamaan (*real time*). *Game online* menjadi lingkungan yang tingkat interaktifnya tinggi yang menyediakan kesempatan untuk menciptakan pertemanan dan hubungan emosional (Cole & Griffiths, 2007). Menjalinkan hubungan merupakan salah satu motivasi individu bermain *game online* terutama jenis *MMORPG* (Yee, 2006a). Motivasi sosial dalam bermain *game online* itu sendiri meliputi aktivitas bersosialisasi, membangun hubungan, dan bekerja dalam tim (Yee, 2006b).

Interaksi sosial pemain *game online* baik itu secara *online* dengan sesama pemain maupun secara *offline* dengan orang-orang di dunia nyata menunjukkan kaitannya dengan permasalahan penggunaan *game online* dan juga kesehatan mental. Kualitas pertemanan baik itu secara *online* maupun *offline* (*real world*) diketahui berperan sebagai variabel yang memoderatori hubungan antara adiksi video *game* dengan permasalahan psikososial tersebut. Artinya, kualitas pertemanan dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis individu yang mengalami adiksi video *game*. Pemain *game online* yang memiliki tingkat adiksi tinggi dan kualitas pertemanan (baik *online* maupun *offline*) yang rendah diketahui memiliki permasalahan psikososial berupa tingkat kesepian yang lebih tinggi, sedangkan kualitas pertemanan secara *online* yang rendah berperan dalam meningkatkan permasalahan psikososial berupa kecemasan sosial pada pemain *game* dengan tingkat adiksi yang tinggi (van Rooij, Schoenmakers, van den Eijnden, Vermulst, & van de Mheen, 2013). Studi di atas didukung oleh penelitian Nugraini dan Ramdhani (2016) terkait kecanduan pada internet dalam konteks yang lebih luas, bukan hanya pada penggunaan *game online*. Penelitian tersebut bertujuan menguji secara empiris peran keterampilan sosial sebagai mediator hubungan antara kecanduan internet dan kesejahteraan psikologis pada remaja. Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh negatif kecanduan internet yang dapat menurunkan kesejahteraan psikologis individu ketika keterampilan sosialnya rendah. Kedua studi tersebut menunjukkan adanya peran aspek sosial individu dalam hal ini keterampilan sosial dan kualitas pertemanan dalam mempengaruhi kesehatan mental dengan penggunaan internet yang berlebihan hingga taraf adiksi.

Berdasarkan latar belakang di atas, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah kualitas pertemanan yang dimiliki oleh remaja yang berada pada tingkat SMP berperan sebagai variabel moderator dalam memperlemah peran adiksi *game online* dalam menentukan status kesehatan mental siswa. Hipotesis penelitian ini yaitu

kualitas pertemanan dapat memperlemah peran adiksi *game online* terhadap kesehatan mental siswa.

METODE

Desain

Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah kualitas pertemanan yang dimiliki oleh remaja yang berada pada tingkat SMP berperan sebagai variabel moderator dalam memperlemah peran adiksi *game online* dalam menentukan status kesehatan mental siswa.

Partisipan

Penelitian ini melibatkan siswa sekolah menengah pertama yang berusia 12 hingga 15 tahun dan bermain *game online*. Subjek penelitian berjumlah 183 siswa yang terdiri dari 115 siswa laki-laki dan 68 siswa perempuan.

Instrumen

Skala Adiksi Game Online

Skala adiksi *game online* yang digunakan pada penelitian ini mengacu pada *The Internet Gaming Disorder Scale* yang dikembangkan oleh Lemmens, Valkenburg, dan Gentile (2015). Skala adiksi *game online* ini memiliki kegunaan untuk mengukur tingkat adiksi dalam menggunakan *game online*. Skala tersebut berisi 27 aitem dari 9 aspek dengan enam pilihan jawaban untuk setiap aitem. Aspek-aspek tersebut yaitu preokupasi pada *game online*, toleransi, menarik diri, kegigihan, melarikan diri, masalah, menyembunyikan, pergantian, dan konflik. Uji validitas skala yang dilakukan oleh 22 rater menghasilkan nilai *Aiken's V* dengan rentang nilai 0,7 hingga 0,94. Uji reliabilitas dilakukan dengan mengestimasi koefisien *Cronbach's Alpha*. Uji reliabilitas skala pada penelitian ini yaitu 0,757.

Skala Kesehatan Mental Siswa

Kesehatan mental siswa pada penelitian ini diukur dengan menggunakan instrumen kesehatan mental yang disusun oleh Kumara, Wimbari, Susetyo dan Kisriyani (2017). Aspek yang terkandung dalam instrumen kesehatan mental disusun berdasarkan pengertian kesehatan mental oleh WHO yang terbagi menjadi empat aspek yaitu *subjective well-being*, kemampuan strategi

HUBUNGAN ANTARA KECENDERUNGAN ADIKSI GAME ONLINE DAN KESEHATAN MENTAL SISWA DENGAN KUALITAS PERTEMANAN SEBAGAI VARIABEL MODERATOR

coping, efikasi diri akademik, dan penyesuaian diri akademik. Skala ini menggunakan model *likert* dengan lima alternatif jawaban. Reliabilitas *Cronbach's Alpha* skala ini menghasilkan nilai sebesar 0,732.

Skala Kualitas Pertemanan

Relasi pertemanan pada penelitian ini diukur dengan menggunakan modifikasi skala kualitas pertemanan yang dikembangkan dari skala kualitas pertemanan yang disusun oleh Yulianti (2017). Skala ini terdiri dari 28 aitem dari 6 aspek. Aspek-aspek tersebut meliputi dukungan dan perhatian, pemecahan masalah, konflik dan penghinaan, bantuan dan bimbingan, kebersamaan dan kesenangan, serta keterbukaan. Skala ini menggunakan model *likert* dengan lima alternatif jawaban.

Uji reliabilitas skala pertemanan ini dibedakan menjadi dua, yaitu untuk teman di dunia nyata dan teman bermain game online di dunia maya. Uji reliabilitas skala untuk teman di dunia nyata pada penelitian ini yaitu 0,729. Nilai korelasi aitem total pada saat penelitian berkisar antara 0,38 hingga 0,73. Uji reliabilitas skala untuk teman bermain game online di dunia maya pada saat penelitian yaitu 0,764. Nilai korelasi aitem total pada saat penelitian berkisar antara 0,745 hingga 0,895.

Analisis Data

Analisis data dimulai dengan melakukan uji asumsi untuk mengetahui apakah variabel bebas yang akan diukur sudah layak uji. Uji asumsi yang dilakukan yaitu uji normalitas dan uji linearitas. Sesuai dengan hipotesis penelitian yang diajukan yaitu kualitas pertemanan memoderatori hubungan antara adiksi *game online* dan kesehatan mental siswa, maka analisis yang digunakan yaitu analisis moderasi. Analisis ini digunakan untuk melihat hubungan antar variabel independen dengan variabel dependen dengan memperhatikan variabel ketiga (moderator) yang akan mempengaruhi hubungan tersebut. Analisis moderasi dilakukan untuk melihat apakah variabel moderator akan memperkuat atau memperlemah hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen (Baron & Kenny, 1986). Analisis yang dilakukan menggunakan PROCESS untuk mengestimasi model moderasi dan juga menyediakan sejumlah pilihan *output* yang bernilai untuk menunjukkan dan menyelidiki interaksi antar variabel (Hayes, 2013). Uji statistik yang dilakukan secara keseluruhan menggunakan program komputer SPSS 23 *for Windows*.

HASIL

Gambaran umum dari data penelitian

Tabel 1
Deskripsi Statistik Data Subjek Penelitian

Variabel	N	Data Hipotetik				Data Empirik			
		Min	Maks	Rata-rata	SD	Min	Maks	Rata-rata	SD
Kesehatan Mental	183	32	160	96	21,3	81	148	119	12
Kecenderungan Adiksi Game Online	183	0	135	67,5	22,5	4	135	36,8	27,5
Kualitas Pertemanan <i>Offline</i>	183	25	125	75	16,7	48	124	92	13
Kualitas Pertemanan <i>Online</i>	183	28	140	84	18,7	28	136	69,3	29,7

Berdasarkan tabel 1, dapat diketahui skor rata-rata dari kesehatan mental partisipan adalah 119. Skor rata-rata dari kecenderungan adiksi game onlie adalah sebesar 36,8. Skor rata-rata dari kualitas pertemanan di dunia nyata adalah sebesar 92. Sedangkan, skor rata-rata dari kualitas pertemanan di dunia maya adalah 69,3.

Hasil Analisis Peran Kualitas Pertemanan terhadap Hubungan antara Kecenderungan Adiksi Game Online dengan Kesehatan Mental

Tabel 2
Rangkuman Analisis Moderasi Kualitas Pertemanan di Dunia Nyata

	B	T	R ²	ΔF	P	Keterangan
AGO →KMS	-0,4383	-2,183	0,026	4.749	<0,05	Signifikan
AGO + KPN → KMS	0,2682	2,723	0,236	49.498	<0,01	Signifikan
AGO X KPN → KMS	0,0042	1,95	0,252	3.840	>0,05	Tidak Signifikan

Catatan: AGO = kecenderungan adiksi game online, KMS= kesehatan mental siswa, KPN= kualitas pertemanan dunia nyata

Tabel 3
Rangkuman Analisis Moderasi Kualitas Pertemanan di Dunia Maya

	B	T	R ²	ΔF	P	Keterangan
AGO →KMS	-0,1986	-2,046	0,026	4.749	<0,05	Signifikan
AGO + KPM → KMS	-0,0258	-0,531	0,032	1.149	>0,05	Tidak Signifikan
AGO X KPM → KMS	0,0015	1,564	0,045	2.445	>0,05	Tidak Signifikan

Catatan: AGO= kecenderungan adiksi game online, KMS= kesehatan mental siswa, KPM= kualitas pertemanan dunia maya

Hasil analisis menunjukkan bahwa kecenderungan adiksi *game online* secara signifikan dapat memprediksi kesehatan mental siswa ($b=0,4383$; $t=-2,183$; $p<0,05$). Sumbangan efektif kecenderungan adiksi *game online* terhadap kesehatan mental siswa yaitu sebesar 2,6% ($R^2=0,026$; $F=4.749$, $p<0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat 97,4% variabel lain yang mempengaruhi kesehatan mental.

Hasil analisis berikutnya menunjukkan bahwa kecenderungan adiksi game online dan kualitas pertemanan di dunia nyata secara signifikan berperan terhadap kesehatan mental siswa ($b=0,2682$; $t=2,723$; $p<0,01$) dengan sumbangan efektif sebesar 23,6% ($R^2=0,236$; $F=49.498$; $p<0,01$). Namun demikian, kualitas pertemanan di dunia maya tidak signifikan berperan terhadap kesehatan mental siswa ($b=-0,0258$; $t=-0,531$; $p>0,05$).

HUBUNGAN ANTARA KECENDERUNGAN ADIKSI GAME ONLINE DAN KESEHATAN MENTAL SISWA DENGAN KUALITAS PERTEMANAN SEBAGAI VARIABEL MODERATOR

Hasil analisis moderasi menunjukkan kualitas pertemanan di dunia nyata maupun dunia maya sama-sama tidak signifikan berperan sebagai moderator hubungan antara kecenderungan adiksi *game online* dan kesehatan mental siswa ($b=0,0042$; $t=1,95$; $b=0,0015$; $t=1,564$; $p>0,05$). Hal ini menunjukkan tidak ada perbedaan antara subjek yang memiliki kualitas pertemanan yang tinggi maupun rendah dalam mempengaruhi peran kecenderungan adiksi *game online* terhadap kesehatan mental siswa.

Hasil Analisis Perbedaan Kesehatan Mental dan Kecenderungan Adiksi Game Online berdasarkan Durasi Penggunaan Game Online

Tabel 4
Skor Kesehatan Mental berdasarkan Durasi Penggunaan Game Online

Durasi	N	Rata-rata	Median	Min	Maks
< 1 jam	41	122,66	125	94	146
1 jam	43	122,74	123	99	148
2 jam	46	118,24	121	81	140
3 jam	33	115,3	116	87	137
> 3 jam	20	115	116,5	101	133

Analisis tambahan dilakukan untuk mengetahui perbedaan kesehatan mental dan kecenderungan adiksi *game online* berdasarkan durasi penggunaan *game online*. Berdasarkan uji beda Kruskal Willis, diketahui bahwa terdapat perbedaan kesehatan mental siswa yang signifikan antar kelompok subjek berdasarkan durasi penggunaan *game online* ($\chi^2=14,482$; $p=0,006$). Perbedaan tersebut dapat dilihat pada table 4 yang menunjukkan rata-rata skor kesehatan mental yang semakin rendah seiring dengan semakin lamanya durasi bermain *game online*. Namun demikian, pada durasi tiga jam dan lebih dari tiga jam rata-rata skor kesehatan mentalnya tidak berbeda jauh. Oleh karena itu, dilakukan analisis uji beda lanjutan antara kelompok durasi kurang dari tiga jam dan lebih dari atau sama dengan tiga jam. Hasil analisis tersebut menunjukkan terdapat perbedaan skor kesehatan mental yang signifikan antara kedua kelompok durasi tersebut ($Z=-3,234$; $p<0,01$) dengan skor kesehatan mental pada kelompok durasi kurang dari tiga jam lebih besar daripada kelompok durasi lebih dari sama dengan tiga jam. Hasil analisis uji korelasi menunjukkan bahwa semakin lama durasi bermain *game online* maka semakin rendah skor kesehatan mental ($r=-0,24$, $p<0,01$).

Pada kedua kelompok juga dilakukan uji beda skor kecenderungan adiksi *game online*. Hasilnya menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada kedua

kelompok dengan skor kecenderungan adiksi *game online* yang lebih besar pada kelompok durasi lebih dari atau sama dengan tiga jam ($Z=-4,287$, $p<0,01$). Hasil analisis uji korelasi menunjukkan bahwa semakin lama durasi bermain *game online* maka semakin tinggi skor kecenderungan adiksi *game online* ($r=0,318$, $p<0,01$).

Analisis tambahan lainnya dilakukan untuk mengetahui apakah ada perbedaan kualitas pertemanan di dunia nyata dan di dunia maya. Berdasarkan analisis uji beda, diketahui terdapat perbedaan yang signifikan antara kualitas pertemanan di dunia nyata dan di dunia maya ($t=10,018$, $p<0,01$). Skor kualitas pertemanan di dunia nyata diketahui lebih tinggi dibanding skor kualitas pertemanan di dunia maya.

PEMBAHASAN

Hasil analisis menunjukkan bahwa kecenderungan adiksi *game online* mampu memprediksi kesehatan mental siswa secara signifikan. Hal ini menunjukkan bahwa subjek yang semakin tinggi mengalami kecenderungan adiksi *game online* dimungkinkan akan semakin mengalami penurunan status kesehatan mental, begitu juga sebaliknya. Penelitian yang dilakukan oleh Kirbi, Jones, dan Copello (2014) sesuai dengan hasil uji hipotesis di atas yang menunjukkan bahwa aktivitas bermain *game online* yang bermasalah yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis individu. Aktivitas bermain *game online* yang bermasalah tersebut berkaitan dengan lama waktu bermain *game online*.

Hasil analisis tambahan menunjukkan terdapat perbedaan kesehatan mental siswa yang signifikan berdasarkan durasi bermain *game online*. Semakin lama individu bermain *game online* maka semakin menurun kesehatan mentalnya. Remaja yang menghabiskan waktu lebih lama untuk bermain video *game* cenderung mengalami distress emosional yang lebih tinggi, kecemasan, dan depresi (*Millennium Cohort Study and Understanding Society Survey* dalam Public Health England, 2013). Durasi bermain *game online* juga berkaitan dengan kecenderungan adiksi *game online*. Semakin lama durasi bermain *game online*, semakin tinggi pula kecenderungan individu untuk mengalami adiksi *game online*. Hal ini sesuai dengan penelitian Kirbi, Jones, dan Copello (2014) dan Lemmens, Valkenburg, dan Gentile (2015) yang menyatakan bahwa durasi bermain *game online* berkaitan dengan penggunaan *game* yang bermasalah dan adiksi *game online*.

Hasil analisis selanjutnya menunjukkan bahwa tidak hanya kecenderungan adiksi *game online* yang signifikan memprediksi kesehatan mental siswa namun juga bersamaan dengan kualitas pertemanan. Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian Amany (2009) dan Jannah (2016) yang menemukan

HUBUNGAN ANTARA KECENDERUNGAN ADIKSI GAME ONLINE DAN KESEHATAN
MENTAL SISWA DENGAN KUALITAS PERTEMANAN SEBAGAI VARIABEL
MODERATOR

remaja yang memiliki kualitas pertemanan yang baik memiliki kesejahteraan psikologis yang baik pula. Namun demikian, pada penelitian ini hanya kualitas pertemanan dengan teman di dunia nyata yang secara signifikan memprediksi kesehatan mental siswa.

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya perbedaan dampak antara kualitas pertemanan di dunia nyata dan di dunia maya terhadap kesehatan mental. Kualitas pertemanan di dunia nyata pada penelitian ini diketahui lebih tinggi dibanding kualitas pertemana di dunia maya. Valkenburg dan Peter (2007) menjelaskan bahwa kesejahteraan psikologis remaja akan meningkat ketika remaja menjalin interaksi dengan teman di dunia nyata. Kualitas pertemanan disini ditentukan oleh lamanya waktu yang dihabiskan bersama teman. Oleh karena itu, pertemanan tatap muka menjadi penting karena mempengaruhi kondisi mental individu.

Adanya perbedaan dampak antara kualitas pertemanan dengan teman di dunia nyata dan di dunia maya juga dipengaruhi oleh preferensi dengan siapa remaja berkomunikasi. *Game online* menjadi lingkungan yang tingkat interaktifnya tinggi yang menyediakan kesempatan untuk menciptakan pertemanan dan hubungan emosional. Akan tetapi, jika dibandingkan bentuk pertemanan di dunia nyata dan di dunia maya, individu lebih memercayai teman-teman individu di dunia nyata dibanding teman-teman dalam lingkungan game online tersebut (Cole & Griffiths, 2007). Interaksi yang terjadi pada *game online* pun terbatas pada hal-hal yang menyenangkan dan disesuaikan dengan pikiran pemain (Suler dalam Ramdhani, 2016). Kualitas pertemanan itu sendiri seharusnya berkembang dengan meliputi proses yang menyenangkan (dukungan, kebersamaan, dan lain-lain) maupun yang tidak menyenangkan (penyelesaian konflik) (Parker & Asher, 1993). Hal ini menunjukkan bahwa komunikasi dengan teman di dunia nyata lebih intensif dilakukan dibandingkan dengan teman di dunia maya.

Para pemain *game online* yang bersifat *multiplayer* terintegrasi dengan baik dan menggunakan *game* untuk menghabiskan waktu baik itu dengan teman lama maupun untuk mendapatkan teman baru (Domahidi, Festl, & Quandt, 2014). Namun demikian, kualitas pertemanan di dunia maya yang terjalin ternyata tidak berpengaruh terhadap kesehatan mental individu karena kualitas pertemanan di dunia maya pada penelitian ini diketahui lebih rendah dibanding kualitas pertemanan di dunia nyata. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Luknanto

(2015) yang menunjukkan bahwa kualitas antara pertemanan di dunia maya lebih rendah daripada pertemanan di dunia nyata pada kelompok usia remaja.

Perbedaan pengaruh kedua jenis kualitas pertemanan kemungkinan dipengaruhi juga oleh dengan siapa individu sering bermain *game online*. Individu pada penelitian ini lebih banyak bermain dengan teman di dunia nyata dibanding dengan teman di dunia maya. Sebagian individu bahkan lebih sering bermain sendiri (teman di dunia nyata: 123 subjek (67,2%), teman di dunia maya: 46 (25%), sendiri: 14 (7,6%)).

Uji hipotesis pada penelitian ini menunjukkan bahwa kualitas pertemanan dengan teman di dunia nyata maupun di dunia maya tidak terbukti secara signifikan menjadi moderator hubungan antara kecenderungan adiksi *game online* dan kesehatan mental. Hal ini berarti bahwa hipotesis penelitian ini ditolak. Dengan ditolaknya hipotesis tersebut menunjukkan bahwa kualitas pertemanan yang tinggi maupun rendah tidak mempengaruhi hubungan antara kecenderungan adiksi *game online* dan kesehatan mental. Artinya, pada individu yang kualitas pertemanannya tinggi maupun rendah, kondisi kesehatan mentalnya akan tetap menurun sama besarnya ketika kecenderungan adiksi *game onlinenya* meningkat. Begitu juga sebaliknya, kesehatan mental akan meningkat sama besarnya ketika kecenderungan adiksi *game online* menurun. Hal ini dikarenakan ada faktor-faktor lain yang lebih signifikan selain kualitas pertemanan dalam menentukan kesehatan mental maupun kecenderungan adiksi *game online*.

Kualitas pertemanan pada pemain *game online* dipengaruhi oleh kebutuhan bersosialisasi. Faktor sosialisasi diketahui mempengaruhi terjadi atau tidaknya kecenderungan adiksi game online (Kuss & Griffiths, 2012; Sepehr & Head, 2013). Namun, kualitas pertemanan tidak mempengaruhi hubungan kecenderungan adiksi *game online* dan kesehatan mental karena bisa jadi tidak sepenuhnya subjek yang bersangkutan menjadikan game online sebagai sarana pemenuhan kebutuhan bersosialisasi. Hal ini dikarenakan motivasi untuk bersosialisasi melalui *game online* mempengaruhi terjadinya pengalaman mengikuti arus (*flow*) bermain *game online* yang mengarah pada kecenderungan adiksi. Kebutuhan bersosialisasi disini yaitu untuk berinteraksi dengan sesama pemain *game* dan keinginan untuk bermain bersama (Liu & Chang, 2016). Griffith (2010) menjelaskan bahwa individu yang memilih bermain *game online* dibanding bersosialisasi dengan teman membuat keterampilan sosialnya tidak berkembang. Namun demikian, subjek pada penelitian ini tidak mengabaikan sosialisasi dengan teman meskipun bermain *game online*. Hal ini ditunjukkan dari kategori kualitas pertemanan subjek yang lebih banyak pada kategori sedang.

HUBUNGAN ANTARA KECENDERUNGAN ADIKSI GAME ONLINE DAN KESEHATAN
MENTAL SISWA DENGAN KUALITAS PERTEMANAN SEBAGAI VARIABEL
MODERATOR

Motivasi bermain *game online* sebagai sarana pemenuhan kebutuhan untuk berteman terbukti menjadi prediktor yang kuat terhadap aktivitas bermain game online khususnya pada game online jenis *multiplayer* (Huang, Yang, & Chen, 2015). Jenis game online yang dimainkan juga diketahui berkaitan dengan kesehatan mental individu yang bermain *game online*. Pada pemain *game online* yang bersifat *multiplayer*, kesepian menjadi prediktor yang signifikan terhadap adiksi *game online* (Chen & Leung, 2016). Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa jenis *game online* apakah itu *multiplayer* atau *non-multiplayer* ternyata menentukan hubungan antara adiksi *game online* dengan kondisi psikologis individu sedangkan pada penelitian ini melibatkan pemain berbagai jenis *game online*.

Peran kualitas pertemanan sebagai moderator tidak signifikan terbukti dimungkinkan karena subjek penelitian ini berada pada rentang kategori kecenderungan adiksi *game online* mulai dari rendah hingga tinggi dengan mayoritas berada pada kategori sedang. Berdasarkan studi Seok dan Da Costa (2014) dan Lemmens, Valkenburg dan Gentile (2015), permasalahan pertemanan pada individu yang mengalami adiksi *game online* tidak berbeda dengan individu yang tingkat keterlibatannya tinggi dengan game online. Perbedaan permasalahan dalam hal pertemanan terjadi antara pemain game online yang hanya sesekali bermain dan pemain *game online* yang intensitasnya tinggi maupun yang sudah sampai pada taraf adiksi.

Keterbatasan penelitian ini meliputi sebaran partisipan penelitian dan kriteria inklusi partisipan yang kurang spesifik. Partisipan penelitian ini hanya melibatkan siswa dari satu sekolah. Kriteria partisipan penelitian terbatas pada siswa yang bermain *game online*. Rekomendasi penelitian selanjutnya adalah diperlukan kriteria partisipan yang lebih spesifik seperti hanya melibatkan individu dengan kategori adiksi yang tinggi dan mempertimbangkan jenis *game online* yang dimainkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Amany, N. (2009). *Regulasi emosi dan kualitas persahabatan sebagai prediktor kesejahteraan subjektif pada remaja putri*. (Tesis tidak dipublikasikan). Fakultas Psikologi, Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders 5th Edition*. Washington DC: American Psychiatric Publishing

- Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia dan Polling Indonesia. (2016). *Laporan hasil survei asosiasi penyelenggara jasa internet indonesia penetrasi dan perilaku pengguna internet di indonesia*. Diakses pada tanggal 14 Februari 2017 dari <https://apjii.or.id/survei2016/download/mfBhYiO5RboAKjH13gILN2qxwUSa8Z>
- Babic, M. J., Smith, J.J., Morgan, P. J., Eather, N., Plotnikoff, R. C., & Lubans, D. R. (2017). Longitudinal associations between changes in screen-time and mental health outcomes in adolescents. *Mental Health and Physical Activity, 12*, 124-131.
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology, 51* (6), 1173-1182.
- Cole, H., & Griffiths, M. D. (2007). Social interactions in massively multiplayer online role- playing gamers. *Cyber Psychology & Behavior, 10* (4), 575-583.
- Departemen Kesehatan. (2015). *Riset kesehatan dasar RISKESDAS 2013*. Diakses pada tanggal 14 Agustus 2017 dari <http://www.depkes.go.id/resources/download/general/Hasil%20Riskesdas%202013.pdf>
- Dishubkominformo. (2016). Riset kominformo dan unicef mengenai perilaku anak dan remaja dalam menggunakan internet. Diakses pada tanggal 14 Februari 2017 dari <http://www.dishubkominformo.inhukab.go.id/siaran-pers/riset-kominformo-dan-unicef-mengenai-perilaku-anak-dan-remaja-dalam-menggunakan-internet>
- Domahidi, E., Festl, R., & Quandt, T. (2014). To dwell among gamers: Investigating the relationship between social online game use and gaming-related friendships. *Computers in Human Behavior, 35*, 107-115.
- Gentile, D., Choo, H., Liau, A., Sim, T., & Li, D. (2011). Pathological video game use among youths: A two-year longitudinal study. *Pediatrics, 127* (2), 319–29.
- Griffiths, M. D. (2005). A components' model of addiction within a biopsychosocial framework. *Journal of Substance Use, 10* (4), 191-197.
- Griffiths, M. D. (2010). Computer game playing and social skills: A pilot study. *Aloma, 27*, 301-310.
- Hayes, A. R. (2013). *Introduction to mediation, moderation, and collaboration analysis: A regression based approach*. New York: The Guilford Press
- Jannah, N. M. (2016). *Peran efikasi diri akademik dan kualitas persahabatan terhadap kesejahteraan subjektif pada siswa SMA Negeri X dan Y di Yogyakarta*.

HUBUNGAN ANTARA KECENDERUNGAN ADIKSI GAME ONLINE DAN KESEHATAN
MENTAL SISWA DENGAN KUALITAS PERTEMANAN SEBAGAI VARIABEL
MODERATOR

(Skripsi tidak diterbitkan). Fakultas Psikologi, Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta.

- Kirbi, A., Jones, C., & Copello, A. (2014). The impact of massively multiplayer online role playing games (MMORPGs) on psychological wellbeing and the role of play motivations and problematic use. *International Journal of Mental Health and Addiction, 12*, 36-51.
- Kumara, A., Wimbari, S., Susetyo, Y. F., & Kisriyani, A. (2017). The epidemiology of Indonesian children and adolescent school-based mental health: Validation of school-based mental health information system. *Universal Journal of Psychology, 5*, 114-121. doi: 10.13189/ujp.2017.050303
- Kuss, D. J. & Griffiths, M. D. (2012). Internet gaming addiction: A systematic review of empirical research. *International Journal of Mental Health and Addiction, 10* (2), 278-296.
- Lawrence, D., Johnson, S., Hafekost, J., Boterhoven De Haan, K., Sawyer, M., Ainley, J., & Zubrick, S.R. (2015) The Mental Health of Children and Adolescents. *Report on the second Australian Child and Adolescent Survey of Mental Health and Wellbeing*. Canberra: Department of Health
- Lemmens, J. S., Valkenburg, P. M., & Gentile, D. (2015). The internet gaming disorder scale. *Psychological Assessment, 1-17*. Diakses dari <http://dx.doi.org/10.1037/pas0000062>
- Liu, C. & Chang, I. (2016). Model of online game addiction: The role of computer-mediated communication motives. *Telematics and Informatics, 33*, 904–915.
- Lo, S., Wang, C., & Fang, W. (2005). Physical interpersonal relationship and social anxiety among online game players. *Cyber Psychology & Behavior, 8* (1), 15-20.
- Luknanto, A. N. (2015). Perbandingan kualitas pertemanan *online* dan pertemanan *offline* pada remaja. (Skripsi). Fakultas Psikologi, Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta.
- Murphy, J.M., Guzman, J., McCarthy, A.E., Squicciarini, A.M., George, M., Canenguez, K.M., Dunn, E.C., Baer, L., Simonaohn, A., Smoller, J.W., & Jellinek, M.S. (2015). Mental Health Predicts Better Academic Outcomes: A Longitudinal Study of Elementary School Students in Chile. *Child Psychiatry Human Development, 46*, 245–256.

- Nugraini, I., & Ramdhani, N. (2016). Keterampilan sosial menjaga kesejahteraan psikologis pengguna internet. *Jurnal Psikologi*, 43 (3), 183-193.
- Parker, J. G., & Asher, R. S. (1993). Friendship and friendship quality in middle childhood: Links with peer group and feelings of loneliness and social dissatisfaction. *Developmental Psychology*, 29 (4), 611-621.
- Public Health England. (2013). How healthy behavior support children's wellbeing. PHE Publications Gateway, No. 2013146 diakses pada tanggal 15 Februari 2017 dari <https://www.gov.uk/government/publications/how-healthy-behaviour-supports-childrens-wellbeing>
- Ramdhani, N. (2016). Game internet dan adiksi, kontrol dirikah solusinya? Dalam Neila Ramdhani, Supra Wibarti, & Yuli Fajar Susetyo, *Psikologi untuk Indonesia Tangguh dan Bahagia* (pp. 46-65). Yogyakarta: Gadjah Mada University Press
- Seok, S. & Da Costa, B. (2014), Distinguishing addiction from high engagement: An investigation into the social lives of adolescent and young adult massively multiplayer online game players. *Games and Culture*, 9(4), 227-254.
- Sepehr, S., & Head, M. (2013). Online video game addiction: A review and an information systems research agenda. *Proceedings of the Nineteenth Americas Conference on Information Systems*, 1-11
- Trinh, L., Wong, B., & Faulkner, G. E. (2015). The independent and interactive associations of screen time and physical activity on mental health, school connectedness and academic achievement among a population-based sample of youth. *Journal of The Canadian Academy of Child and Adolescence Psychiatry*, 24(1), 17-24.
- Valdin, S., Aslund, C., Hellström, C., & Nilsson, K. W. (2016). Associations between problematic gaming and psychiatric symptoms among adolescents in two samples. *Addictive Behaviors*, 61, 8-15.
- Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2007). Online communication and adolescent well-being: Testing the stimulation versus the displacement hypothesis. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 12, 1169-1182.
- Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2011). Online communication among adolescents: An integrated model of attraction, opportunities, and risks. *Journal of Adolescent Health*, 48, 121-127.
- van Rooij, A.J., Schoenmakers, T. M., van den Eijnden, R. J. J. M., Vermulst, A. A., & van de Mheen, D. (2012). Video game addiction test: Validity and

HUBUNGAN ANTARA KECENDERUNGAN ADIKSI GAME ONLINE DAN KESEHATAN
MENTAL SISWA DENGAN KUALITAS PERTEMANAN SEBAGAI VARIABEL
MODERATOR

- psychometric characteristic. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Science*, 1-5.
- van Rooij, A.J., Schoenmakers, T. M., van den Eijnden, R. J. J. M., Vermulst, A. A., & van de Mheen, D. (2013). Friendship quality matters for multiplayer gamers: The role of online and real- life friendship quality in the relationship between game addiction and psychological well-being in a sample of adolescent online gamers. Dalam Quandt & Kroger (Eds.), *Multiplayer: The social aspects of digital gaming* (pp.215-227) diakses dari https://www.researchgate.net/publication/280619579_Friendship_quality_matters_for_multi_player_gamers_The_role_of_online_and_real-life_friendship_quality_in_the_relationship_between_game_addiction_and_psychological_well-being_in_a_sample_of_adolescent
- Wartberg, L., Kriston, L., Kramer, M., Schwedler, A., Lincoln, T.M., & Kammerl, R. (2017). Internet gaming disorder in early adolescence: Associations with parental and adolescent mental health. *European Psychiatry*, 43, 14-18.
- World Health Organization (2003). *Caring for children and adolescents with mental disorders: setting WHO directions*. Geneva: World Health Organization
- World Health Organization, Department of Mental Health and Substance Abuse in collaboration with the Victorian Health Promotion Foundation (VicHealth) and the University of Melbourne. (2004). *Promoting mental health: concepts, emerging evidence, practice: summary report / a report from the World Health Organization, Department of Mental Health and Substance Abuse in collaboration with the Victorian Health Promotion Foundation (VicHealth) and the University of Melbourne*. Geneva: World Health Organization diakses pada tanggal 5 Mei 2017 dari <http://apps.who.int/iris/handle/10665/42940>
- Yee, N. (2006a). The demographics, motivations and derived experiences of users of massively-multiuser online graphical environments. *PRESENCE: Teleoperators and Virtual Environments*, 15, 309-329.
- Yee, N. (2006b). Motivations for play in online games. *Cyberpsychology & Behavior*, 9 (6), 772-775.
- Young, K. (2009). Understanding online gaming addiction and treatment issues for adolescents. *Journal of Family Therapy*, 37, 355-372.

- Young, K. S. & de Abreau, C. N. (2017). *Kecanduan internet: Panduan konseling dan petunjuk untuk evaluasi dan penanganan*. (H. P. Soetjipto & S. M. Soetjipto, Trans). Yogyakarta: Pustaka Pelajar (Naskah asli dipublikasikan 2011)
- Yulianti, R. (2017). *Eksplorasi cyberbullying dalam kaitannya dengan empati dan kualitas pertemanan remaja* (Tesis tidak dipublikasikan). Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta.