**HUBUNGAN ANTARA *SCHOOL WELL-BEING* DENGAN KECENDERUNGAN KECANDUAN *ONLINE GAME* PADA SISWA SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN**

**Ananda Naftalia Saputra**

**15010115130165**

Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro

[**anandanaftaliasaputra@gmail.com**](mailto:anandanaftaliasaputra@gmail.com)

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *school well-being* dengan kecenderungan kecanduan *online game* pada siswa sekolah menengah kejuruan (SMK). *School well-being* adalah pandangan siswa terhadap kondisi sekolah (*having*), hubungan sosial (*loving*), pemenuhan diri (*being*), dan status kesehatan (*health status*). Kecenderungan kecanduan *online game* adalah derajat penggunaan *game* terkoneksi internet secara tidak sewajarnya dan berulang yang mendatangkan masalah emosional atau sosial. Populasi penelitian ini adalah siswa kelas X SMK Muhammadiyah 2 Semarang dengan sampel sebanyak 90 siswa. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah sampling jenuh. Alat ukur dalam penelitian ini adalah Skala *School Well-Being* (21 aitem; α = 0,897) dan Skala Kecenderungan Kecanduan *Online Game* (33 aitem; α = 0,945). Analisa data menggunakan uji korelasi *Product Moment* dari Pearson. Hasilnya menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara *school well-being* dengan kecenderungan kecanduan *online game* pada siswa sekolah menengah kejuruan (r = -0,624; p = 0,000). Artinya semakin positif *school well-being* pada siswa sekolah menengah kejuruan (SMK) semakin rendah kecenderungan kecanduan *online game*, dan sebaliknya.

**Kata Kunci:** *school well-being*, kecenderungan kecanduan *online game***,** siswa SMK, remaja

**BAB I**

**PENDAHULUAN**

1. **Latar Belakang Masalah**

Pada era globalisasi saat ini teknologi informasi semakin canggih dan mudah didapatkan dengan jaringan internet, seperti *google chrome, twitter, facebook, instagram*, bahkan sampai perkembangan *online game.* Menurut Santrock (2012) hasil survei didapatkan 2.200 anak dan remaja rentang usia 8 – 18 tahun menghabiskan waktu selama 6,5 jam sehari untuk media, 2,25 jam sehari untuk orang tua, dan 50 menit sehari untuk mengerjakan rumah. Data survei Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) tahun 2014 menyatakan tingkat SMU sederajat yang paling banyak menggunakan internet di Negara Indonesia (APJII, 2015). Perkembangan internet tidak hanya dimanfaatkan dengan bermedia *online* aja, tetapi dimanfaatkan dengan cara bermain *online game*. Menurut Herudin (2014) selama 12 tahun terakhir *online game* mengalami kemajuan yang sangat pesat, terlihat pada kota – kota besar maupun kecil mempunyai pusat *game*. Berbagai kalangan seperti pelajar, mahasiswa, pekerja, pensiunan, dan pengangguran juga banyak yang menggunakan *online game*, tetapi kalangan yang sering menggunakan *online game* adalah kalangan pelajar. Penelitian yang dilakukan Hussain, Griffiths, dan Baguley (2012) menunjukkan bahwa 704 *gamer* (50,0%) adalah pelajar, 504 (35,8%) pekerja, 55 (3,9%) wiraswastawan, 134 (9,5%) pengangguran, dan 12 (0,9%) pensiunan, sebagian besar *gamer* (61,8%) masih lajang, (14,3%) sudah menikah, dan (24%) dalam hubungan intim. Pelajar yang sering bermain *online game* dapat menyebabkan ketagihan. Menurut Ratana (2018) individu selalu ingin mencoba permainan meskipun mengalami kekalahan, jika mengalami kemenangan maka muncul kesenangan dalam hatinya, dan jika mengalami kekalahan individu tidak akan bosan untuk mengulangi permainan sampai beberapa kali.

Menurut DSM V (2013) kecanduan *online game* adalah bentuk permainan secara online yang dilakukan secara terus - menerus dan berkepanjangan yang berdampak munculnya gejala kognitif dan perilaku, termasuk hilangnya kontrol progresif terhadap permainan, toleransi, dan gejala penarikan. Menurut Young (2009) kecanduan *online game* dapat memberikan dampak negatif bagi para pemainnya seperti rela melupakan tidur, melupakan makan, dan kehilangan sosialisasi di dunia nyata untuk lebih memilih menghabikan waktu di dunia virtualnya. Aktivitas *online game* yang sudah melekat dalam diri individu sangat sulit untuk melepaskan, hal ini berdampak buruk dengan aktivitas – aktivitas lainnya yang justru memiliki banyak manfaat. Menurut Linzi Band (dalam Latief, 2016) orang tua sering tidak menyadari waktu yang dihabiskan anak – anaknya untuk bermain *game* mempunyai dampak negatif, seperti kemampuan bersosialisasi yang rendah, depresi, gangguan tidur, nafsu makan, mengisolasi diri, dan lupa waktu.

Fenomena kecanduan *online game* mempunyai dampak merugikan orang lain yang sangat signifikan. Kasus yang terjadi pada seorang ibu yang kebobolan tagihan telepon pasca bayar Rp 11.548.829 akibat putranya bermain online game masih berupaya melakukan refund, rinciannya untuk *game Mobile Legend* Rp 3.431.000 dan *Free Fire* Rp 6.577.000 (Mashudi, 2019). Kecanduan *online game* tidak hanya merugikan lingkungan keluarga tetapi lingkungan sekolah juga merasa dirugikan karena mendapati siswanya membobol dan mengambil uang di sekolah. Kasus kecanduan *online game* yang terjadi di SMK 2 Takengon Aceh Tengah yakni terdapat tiga pelajar yang mengambil uang sebesar Rp 3.000.000 di dalam laci dan menghabiskan uang tersebut untuk pergi ke warnet (Setyadi, 2019). Masa remaja paling rentan oleh pengaruh negatif positif dari lingkungan dan sosial, terutama pergaulannya selama di sekolah. Perkembangan maa remaja atau kalangan pelajar di sekolah sering kali diwarnai oleh interaksi faktor-faktor genetik, biologi, lingkungan, dan sosial (Santrock, 2012). Dari berbagai kalangan masyarakat yang paling berisiko terkena pengaruh *online game* dan bisa menyebabkan kecanduan *online game* adalah kalangan remaja atau pelajar. Penelitian yang dilakukan Griffiths, Davies, dan Chappell (2004) menunjukkan kalangan remaja yang sangat minat bermain *online game* yakni remaja laki – laki sebanyak 93,2 % dan remaja perempuan sebanyak 6,8 %. Pada dasarnya remaja atau pelajar memiliki banyak waktu bermain dibandingkan dengan orang dewasa yang lebih menyibukkan diri untuk bekerja mencari uang. Para *gamer* remaja rela mengorbankan hobi, waktu tidur, sekolah atau pekerjaan, tidak bersosialisasi dengan teman, keluarga, serta pasangannya demi kepuasan bermain *game* (Griffiths, Davies, & Chappell, 2004).

Penelitian yang dilakukan Suplig (2017) menunjukkan bahwa siswa SMA kelas X di Makassar dalam satu minggu menghabiskan waktu bermain *game* rentang 1 – 9 jam sebanyak 14 %, rentang 10 – 19 jam sebanyak 56 %, dan rentang 20 jam lebih sebanyak 30 %. Penelitian yang dilakukan Lemmens, Valkenburg, dan Peter (2009) pada remaja sekolah pendidikan menengah di Belanda dengan rentang usia 12 – 18 tahun menunjukkan remaja laki – laki (78%) cenderung lebih banyak bermain game dibandingkan remaja perempuan (33%), dalam kurun waktu satu minggu remaja laki – laki menghabiskan waktu 10,5 jam dan remaja perempuan menghabiskan waktu 4,3 jam untuk bermain *online game*. Terdapat banyak kasus kecanduan *online game* di kalangan remaja atau pelajar memberikan dampak negatif pada pendidikannya seperti malas belajar, malas mengerjakan tugas sekolah, dan akhirnya nilai ujian menjadi menurun. Organisasi pendidikan Jammu dan Kashmir *Students Association* bahwa *game battle royal* sangat berperan membuat nilai siswa SMA yang terdapat di Negara India menjadi menurun (buruk), terutama pada ujian kelas X dan XII (Ikhsan, 2019).

Penggunaan *online game* secara berlebihan dapat memberikan dampak positif dan negatif. Menurut Masya dan Candra (2016) dampak positif *online game* siswa dapat meluapkan emosinya, siswa bisa berpikir kreatif, dan dapat merepon secara cepat reflek berpikirnya. Penggunaan *online game* secara berlebihan pada pelajar mengakibatkan malas belajar, waktu luang yang dimiliki hanya untuk *game*, menggunakan uang spp dan uang jajan untuk bermain *game*, dan cenderung untuk bolos sekolah demi bermain *game* (Masya & Candra, 2016).

Peneliti juga melakukan penggalian data di SMK Muhammadiyah 2 Semarang yaitu pada hari Rabu tanggal 25 September 2019. Peneliti mewawancarai beberapa guru yang salah satunya terbuka kepada peneliti mengenai siswa dan siswinya yang bermain *online game*, beliau bernama Ibu A selaku guru kimia. Ibu A mengatakan bahwa keseluruhan siswa dan siswinya bermain *online game* terkecuali kelas XII. Ibu A mengatakan bahwa siswa dan siswinya di ijinkan untuk membawa *handphone* dan tidak diperbolehkan menggunakan *handphone* saat jam pelajaran. Waktu yang digunakan siswa dan siswi di SMK Muhammadiyah 2 Semarang untuk bermain *online game* yaitu pada saat jam istirahat atau jeda waktu jam pelajaran berganti, selama jam pelajaran berlangung tidak ada siswa dan siswi yang bermain game karena jika guru kelas bersungguh – sungguh mengelola kelas dengan baik siswa tidak akan mengeluarkan *handphone* atau bermain *game*.

“Saya pikir kayaknya di semua deh, dan saya yakin tidak hanya disini saja kok di semua tempat saya yakin seperti itu ya nanti tinggal tapi juga ada anak didik yang membuat kita oh ini memang dia pilihan lah istilahnya seperti itu ya kembalinya ya kesitu tinggal gurunya itu bersungguh-sungguh mengelola kelas, kalau seperti itu kan gak akan terjadi selama jam pelajaran paling ya pas jam istirahat atau jeda antar matpen (mata pelajaran) curi-curi itu kan hp ditangan kok semua pada megang hp”.

Ibu A juga mengatakan bahwa siswa dan siswinya yang bermain *game* karena motivasinya adalah uang. Selain itu, pada saat jam istirahat beliau melihat siswanya bergerombol bermain game dengan cara di video lalu dimasukkan ke dalam *youtube*.

“Iya sih kadang anak-anak ditanya kamu main *online game* kenapa kadang ada yang motivasinya uang juga ternyata”.

Pihak sekolah hanya membiarkan siswa dan siswinya bermain *game* dengan *handphone* pribadi masing – masing selama hal itu tidak mengganggu proses belajar mengajar di kelas. Ketika siswa dan siswi bermain *game* atau mengeluarkan *handphone* saat proses pembelajaran di kelas, guru kelas akan mengambil handphone tersebut. Di SMK Muhammadiyah 2 Semarang memperbolehkan menggunakan *handphone* jika bersangkutan dengan pelajaran kelas, seperti pencarian materi, tugas – tugas kelas yang mengharuskan menggunakan *handphone*, dan guru juga mengawasi dalam penggunaan *handphone* saat pelajaran berlangsung.

Peneliti juga mewawancarai guru BK yang terbuka mengenai kondisi siswa dan siswinya di sekolah. Wawancara dilakukan pada hari Selasa tangga 1 Oktober 2019, guru BK mengatakan bahwa SMK Muhammadiyah 2 Semarang mayoritas anak – anaknya memiliki SDM rendah dan banyak anak – anak yang memiliki masalah seperti anak yang *broken*, kurang perhatian orang tua, ada bawaan dari rumah, dan kenakalan remaja seperti pencurian dan tawuran.

“Anak-anak disini kan mayoritas SDM nya dari orang tua maupun anaknya siswanya itu menengah kebawah ya, ya ada sih anaknya dosen ada tapi minim gitu, misal anaknya, ada anaknya bidan tapi ada yang broken juga jadi ada penanganan khusus begitu”.

“Ya itu banyak itu kan bawaan dari rumah ya basicnya emang udah kurang perhatian orang tuanya ya pencuri juga ada”.

“Berani mencuri uang guru ya ada gitu, apa itu namanya karena kenapa dia bisa berani seperti itu ya karena dia kebutuhan mbak enggak dijual itu gitu ya kepingin aja, kepingin memiliki, hp juga dulu gitu uang juga gitu buat beli hp dia pingin hp gitu kan basicnya ekonominya di bawah”.

“Ada ya terus tawuran, kalau tawuran itu imbasnya dari teman-temannya tapi mayoritas disini kalau sudah kelas satu semester satu sudah digembleng jalan kok ada dhuha sholat dhuhur berjamaah gitu”.

Ketika peneliti bertanya mengenai siswa yang sering bermain *game*, guru BK mengatakan sering melihat tetapi tidak saat jam pelajaran, siswa bermain *game* ketika guru belum masuk ke ruang kelas, saat makan istirahat. Guru BK juga mengatakan ada salah satu siswa yang kecanduan *game* sampai merelakan tidak masuk sekolah selama dua bulan karena ingin mengikuti lomba *game*:

“Kayak terus yang si H itu dia *game* terus sampai dua bulan gak berangkat yang namanya yang namanya H itu dua bulan gak berangkat, itu dia pernah juara *game* dapat uang 750 gitu, jadi dia untuk semangatnya untuk memenangkan terus”.

Selain itu, guru BK mengatakan bahwa kalau siswa yang kecanduan *online game* seperti kasusnya si H di sekolah terdapat hanya 10% saja, namun untuk kecenderungan kecanduan bermain *online game* tidak sampai parah seperti si H bisa hampir seluruh siswa.

Menurut Santoso, Sugiharto, dan Suharso (2013) faktor – faktor yang mempengaruhi kecanduan *online game* adalah faktor kurang perhatian dari orang terdekat, faktor stres atau depresi, faktor kurang kontrol, faktor kurang kegiatan, dan faktor lingkungan. Faktor – faktor yang mempengaruhi kecanduan *online game* lainnya adalah faktor kombinasi motivasi internal (impulsif, agresi, depresi, harga diri rendah, kontrol diri rendah, dan kecemasan), faktor hubungan keluarga, faktor kehidupan sekolah, dan media (Seok, Lee, Park, & Park, 2018).

Hasil penelitian yang dilakukan Apriyanti dan Harmanto (2015) permainan *online game* sangat digemari kalangan remaja, pada saat bermain melibatkan interaksi antara pemain dan lawan, serta melibatkan perilaku yang agresif dalam pertandingan. Perilaku agresif adalah bentuk kemarahan ketika bermain *online gam*e, bentuk perilaku agresif ada dua macam yakni agresif fisik seperti menendang dan memukul, agresif verbal seperti berkata kata kotor (Apriyanti & Harmanto, 2015). Hal ini sejalan dengan penelitian Umaroh (2017) ketika iklim sekolah yang negatif berkaitan dengan lingkungan sekolah yang dirasakan kurang nyaman oleh siswa sehingga menjadi penyebab tingginya agresivitas. Hasil penelitian yang dilakukan Nidianti dan Desiningrum (2015) menunjukkan terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *school well-being* dan agresivitas pada SMK Negeri 4 Semarang, semakin tinggi tingkat kesejahteraan siswa pada sekolah maka semakin rendah agresivitasnya, dan sebaliknya.

Kata *school* dalam bahasa Inggris yang artinya sekolah, kata *well-being* dalam bahasa Inggris yang artinya kesejahteraan. Pengertian *school well-being* adalah pandangan siswa terhadap kondisi sekolah (*having*) mencakup lingkungan fisik di sekitar sekolah dan lingkungan dalam sekolah, hubungan sosial (*loving*) mencakup hubungan guru dengan siswa, hubungan dengan teman sekolah, hubungan antara orang tua dengan pihak sekolah, dan dinamika kelompok, pemenuhan diri (*being*) mencakup cara di mana sekolah menawarkan sarana untuk pemenuhan diri, dan status kesehatan (*health status*) mencakup tidak terjangkitnya suatu penyakit (Konu & Rimpela, 2002). Menurut Konu dan Lintonen (2006) tujuan utama dari *school well-being* yaitu membantu proses pengembangan secara individu di sekolah dengan menggunakan cara yang mudah dan efektif. Kesejahteraan sekolah bisa ditingkatkan dengan cara lebih menghargai setiap anggota guru dan karyawan di sekolah, lalu lingkungan sekolah sangat berdampak besar pada perilaku dan kesejahteraan emosional sehingga siswa merasa dihargai dengan memberikan mereka kesempatan untuk berpartisipasi positif di sekolah (Konu & Lintonen, 2006).

Siswa yang tidak nyaman ketika berada di sekolah terkait dengan manajemen pembelajaran sekolah seperti buku ajar yang kurang, koneksi internet yang sukar dijangkau, waktu belajar yang sangat padat, dan waktu istirahat yang tidak cukup (Khatimah, 2015). Ruang kelas yang baik dan layak akan menciptakan proses belajar mengajar yang efektif bagi siswa, jika ruang kelas yang buruk akan memberikan dampak negatif dalam proses belajar mengajar (Setiawan, 2013). Program *school well-being* sangat penting diterapkan karena siswa akan bahagia dan sejahtera saat mengikuti pembelajaran di sekolah, selain itu siswa dapat berkontribusi aktif di sekolah (Anggreni & Immanuel, 2019).

Berdasarkan uraian di atas, *school well-being* yang negatif dapat berpengaruh pada perilaku untuk mengarah pada kecenderungan kecanduan *online game*. Urgensi dalam penelitian ini penting dilakukan karena peneliti ingin mengetahui apakah kecenderungan kecanduan *online game* disebabkan oleh *school well-being* yang negatif.

1. **Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian dari latar belakang masalah di atas, peneliti merumuskan permasalahan yaitu apakah ada hubungan antara *school well being* dengan kecenderungan kecanduan *online game* pada siswa sekolah menengah kejuruan?.

1. **Tujuan Penelitian**

Tujuan dari dilakukannya penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan antara *school well being* dengan kecenderungan kecanduan *online game* pada siswa sekolah menengah kejuruan.

**D. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat, baik secara teoritis maupun praktis. Manfaat dari penelitian ini adalah:

1. Manfaat Teoritis

Manfaat penelitian dapat memberikan referensi dalam bidang psikologi, khususnya bidang Psikologi Klinis dan Psikologi Pendidikan tentang kecenderungan kecanduan *online game* dan *school well-being* pada siswa sekolah menengah kejuruan (SMK).

1. Manfaat Praktis
2. Siswa

Siswa menjadi lebih mengetahui banyaknya dampak negatif dari penggunaan *game* berlebihan sehingga siswa tetap menghindari bermain *online game*.

1. Sekolah

Sekolah dapat mempertahankan kondisi lingkungan sekolah yang baik, mempererat hubungan siswa dengan pihak-pihak sekolah, dan mempertahankan kesejahteraan sekolah agar siswwa tetap terhindar dari kecenderungan kecanduan *online game*.

1. Peneliti

Peneliti dapat mengetahui ada hubungan antara *school well-being* dengan kecenderungan kecanduan *online game* pada siswa sekolah menengah kejuruan (SMK).