

## **BAB V PENUTUP**

### **5.1. Bahasan**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara durasi bermain *game online* dengan stres pada remaja di Surabaya. Pertama, berdasarkan hasil analisis data dengan menggunakan teknik korelasi perhitungan statistika non-parametrik *kendall's tau\_b* antara variabel durasi bermain *game online* dan stres pada remaja di Surabaya, diperoleh koefisien korelasi  $r_{xy} = 0,282$  dan nilai sig. sebesar 0,001 ( $\text{sig} < 0,05$ ) yang dapat diartikan bahwa lulus uji hubungan sehingga dapat disimpulkan ada hubungan yang signifikan antara durasi bermain *game online* dengan stres pada remaja di Surabaya. Hal tersebut menunjukkan bahwa hipotesa penelitian diterima dan terbukti.

Piaget (dalam Hurlock, 2012) mengatakan bahwa secara psikologis pada masa remaja adalah usia dimana anak tidak lagi merasa dibawah tingkat orang-orang yang lebih tua melainkan berada dalam tingkatan yang sama, sekurang-kurangnya dalam masalah hak. Maka dari itu remaja akan memilih untuk menggunakan hak mereka dalam kegiatan apa yang ingin ia lakukan, termasuk memilih kegiatan untuk bermain *game online*. Hal ini juga sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti bahwa seorang remaja yang lebih memilih bermain *game online* untuk mengurangi stres mereka.

Berdasarkan pada tabulasi silang durasi bermain *game online* dengan stres pada tabel 4.5 pada halaman 26 didapatkan hasil bahwa sebagian besar subjek penelitian dengan durasi bermain *game online* dalam kategori sangat rendah dengan 27 orang, kelompok tingkat stres menyebar ke kategori sangat rendah sebanyak 6 orang, kategori rendah sebanyak 7 orang, kategori sedang sebanyak 12 orang, kategori tinggi sebanyak 1 orang, dan kategori sangat tinggi sebanyak 1 orang. Lalu pada durasi bermain *game online* dalam kategori rendah dengan 34 orang, kelompok tingkat stres menyebar ke kategori sangat rendah sebanyak 6 orang, kategori rendah sebanyak 4 orang, kategori sedang sebanyak 11 orang, kategori tinggi sebanyak 5, dan kategori sangat tinggi sebanyak 8 orang. Kemudian pada kelompok durasi bermain *game online* dalam kategori sedang dengan 11 orang, kelompok

tingkat stres menyebar ke kategori rendah sebanyak 1 orang, kategori sedang sebanyak 3 orang, kategori tinggi sebanyak 5 orang, dan kategori sangat tinggi 2 orang. Pada kelompok durasi bermain *game online* yang terakhir yaitu dalam kategori tinggi dengan 2 orang, kelompok tingkat stress menyebar ke kategori sangat tinggi sebanyak 2 orang. Hal ini menunjukkan bahwa durasi bermain *game online* pada remaja di Surabaya dipengaruhi oleh stres. Karena menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh Maulana, Dewi, & Rosyidi (2020) mengatakan bahwa stres belajar adalah salah satu faktor yang membuat seseorang mengalami kecanduan *game online*.

Hasil uji hipotesis pada penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat kesamaan antara hasil dengan hipotesis yang diajukan peneliti sebelumnya. Hipotesis yang diajukan peneliti adalah adanya hubungan antara durasi bermain *game online* dengan stres pada remaja di Surabaya, semakin tinggi tingkat stres pada remaja maka semakin tinggi pula durasi dari bermain *game online* mereka begitu pula sebaliknya semakin rendah tingkat stres remaja maka semakin rendah juga durasi bermain *game online* dari remaja. Hal ini sesuai dengan hipotesis dari penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Jhonly Piyeye, Hendro Bidjuni dan Ferdinand Wowiling (2014) yang mengatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan durasi waktu bermain *game online* pada remaja di Manado, dengan subjek penelitian 66 orang remaja, 56 remaja yang mengalami stres ringan dan 10 orang yang mengalami stres sedang. Hasil analisis menggunakan *fisher's Exact Test* diperoleh nilai yaitu 0,024 dengan nilai  $P < 0,05$  artinya signifikan. Dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan durasi waktu bermain *game online* pada remaja di Manado.

## 5.2 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara durasi bermain *game online* dengan stres pada remaja di Surabaya. Sumbangan efektif variabel durasi bermain *game online* terhadap variabel stres sebesar 7,95%. Sisa dari hasil sumbangan efektif sebesar 92,05% menunjukkan bahwa ada faktor-faktor lain yang mempengaruhi durasi bermain *game online*, seperti bersantai dengan

suasana rumah yang memiliki suasana yang jauh lebih nyaman serta kegiatan lain diluar rumah Bersama dengan teman-teman sebaya. Sehingga dapat dilihat hal yang mempengaruhi ada hubungan yang signifikan antara durasi bermain *game online* dengan stres pada remaja di Surabaya.

Pada penelitian ini juga memiliki keterbatasan dalam penelitian. Hal tersebut dapat terlihat dimana peneliti melakukan penyesuaian dengan cara mengambil data secara online dengan menggunakan *google form* karena disebabkan oleh pandemi COVID-19. Dengan menggunakan *google form* subjek penelitian akan lebih susah untuk dijangkau, sehingga menyebabkan peneliti kurang mendapatkan lebih banyak subjek penelitian yang sesuai dengan kriteria yang telah ditentukan oleh peneliti sebelumnya.

### 5.3. Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, maka peneliti mengajukan beberapa saran sebagai berikut:

#### 1. Bagi Subjek Penelitian

Subjek penelitian bisa lebih memperhatikan dan menyadari dampak dari bermain *game online*. Dalam situasi pandemi COVID-19 ini subjek penelitian diharapkan dapat lebih mengontrol waktu dalam bermain *game online*, karena bagi para subjek penelitian juga dapat melakukan *coping stress* dengan cara lain tidak hanya bermain *game online* hingga dapat dikatakan sebagai kecanduan bermain *game online* nantinya.

#### 2. Bagi Orang Tua

Bagi orang tua diharapkan dapat lebih mengerti para remaja atau anak mereka. Selama pandemi COVID-19 ini orang tua diharapkan untuk dapat memantau kegiatan putra-putrinya dalam sehari-hari, karena kebanyakan putra-putrinya berada di rumah akan lebih mudah bagi orang tua untuk memantau kegiatan putra-putrinya agar tidak menjadi kecanduan dalam bermain *game online*. Para orang tua dapat mengingatkan dampak dari bermain *game online* yang terlalu lama hingga tidak memperdulikan lingkungan sekitar mereka.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti menyarankan bagi peneliti selanjutnya agar dapat menambah jumlah responden agar dapat lebih menggambarkan hubungan antara durasi bermain *game online* dengan stres, apalagi disaat pandemi COVID-19 saat ini akan sangat susah dalam mencari subjek penelitian. Selain itu bagi peneliti selanjutnya disarankan agar dapat lebih mencakup seluruh daerah di Surabaya sesuai dengan kriteria yang telah ditetapkan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agusman, R. (2019). The Relation of Academic Strees to Intensity of Playing Online Games. *Jurnal Neo Konseling*, 1(3), 2019. <https://doi.org/10.24036/00134kons2019>
- Ahyar, H., Maret, U. S., Andriani, H., Sukmana, D. J., Mada, U. G., Hardani, S.Pd., M. S., Nur Hikmatul Auliya, G. C. B., Helmina Andriani, M. S., Fardani, R. A., Ustiawaty, J., Utami, E. F., Sukmana, D. J., & Istiqomah, R. R. (2020). *Buku Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif (Issue March)*
- Argaheni, N. B. (2020). Sistematis Review: Dampak Perkuliahan Daring Saat Pandemi COVID-19 Terhadap Mahasiswa Indonesia. *PLACENTUM: Jurnal Ilmiah Kesehatan Dan Aplikasinya*, 8(2), 99. <https://doi.org/10.20961/placentum.v8i2.43008>
- cncindonesia.com. (2019). *10 Game Online Terbaik dan Terpopuler Untuk Mabar*. [On-Line] diakses pada 5 Januari 2020 <https://www.cncindonesia.com/tech/20190402144606-37-64321/10-game-online-android-terbaik-terpopuler-untuk-mabar>
- CNN Indonesia. (2020). Pengguna Game Online Meningkatkan 75 Persen Kala Corona. [On-Line] diakses pada tanggal 26 Oktober 2020 dari <https://www.cnnindonesia.com/teknologi/20200331163816-185488789/pengguna-gimonline-meningkat-75-persen-kala-corona>

- Elsa, R. (2019). *Perilaku Adiksi Remaja Pada Game Online di Surabaya*. Hilos Tensados, 1, 1–476.
- Haekal, M. (2017). *Hubungan Intensitas Bermain Game Online Terhadap Terjadinya Stres, Depresi, Social Phobia, Gangguan Tidur Serta Perilaku Agresif*.
- Haqq, T. A. (2016). *Hubungan Intensitas Bermain Game Online Terhadap Agresivitas Remaja Awal Di Warnet “A, B, Dan C” Kecamatan Lowokwaru Kota Malang*. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Hurlock, E. B. (1991). *Psikologi Perkembangan Elizabeth B. Hurlock.pdf* (p. 447).
- Kartini, H. (2016). *Hubungan Antara Konformitas Teman Sebaya dan Intensitas Bermain Game Online dengan Intensi Berperilaku Agresif Pada Siswa SMA Katolik W.R Soepratman Samarinda*. Psikoborneo, 4(4), 739–750.
- Kompas.com. (2019). Dimainkan 100 Juta Orang Per Bulan. [On-Line] diakses pada tanggal 26 Oktober 2020 dari <https://tekno.kompas.com/read/2019/05/26/09080287/pubg-mobile-dimainkan-100-juta-orang-per-bulan-indonesia-terbesar-kedua?page=all>
- Kusumawati, R., Aviani, Y. I., & Molina, Y. (2017). Perbedaan Tingkat Kecanduan (Adiksi) Games Online Pada Remaja Ditinjau Dari Gaya Pengasuhan. *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri Padang)*, 8(1), 88–99. <http://ejournal.unp.ac.id/index.php/psikologi/article/view/79>

- Lestari, S. M. P., & Mantasa, A. (2008). Hubungan intensitas bermain game online dengan tingkat konsentrasi belajar mahasiswa fakultas kedokteran umum universitas malahayati angkatan 2013. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan*, 4(4), 225.
- Lovibond, S.H. & Lovibond, P.F. (1995). *Manual for the Depression Anxiety Stress Scales. (2nd. Ed.)* Sydney: Psychology Foundation. ISBN 7334
- Masya, H., & Candra, D. A. (2016). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Gangguan Kecanduan Game Online pada Peserta Didik Kelas X Di Madrasah Aliyah Al Furqon Prabumulih Tahun Pelajaran 2015/2016. *KONSELI: Jurnal Bimbingan Dan Konseling (E-Journal)*, 3(2), 97–112.
- Maulana, M. A., Dewi, E. I., & Rosyidi, K. (2020). Hubungan antara Tingkat Stres Belajar dengan Kecanduan *Game Online* pada Remaja di SMK Negeri 2 Jember. *Jurnal Ners Indonesia*, 11 (1), 1-15.
- Piyeke, P., Bidjuni, H., & Wowiling, F. (2014). Hubungan Tingkat Stres Dengan Durasi Waktu Bermain Game Online Pada Remaja di Manado. *Jurnal Keperawatan UNSRAT*, 2(2), 105771.
- Sarwono, S. W. (2019). *Psikologi Remaja*.
- Sudarya, I. W., Bagia, I. W., & Suwendra, I. W. (2014). 54. Analisis

Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Stres Pada Mahasiswa Dalam Penyusunan Skripsi Jurusan Manajemen Undiksha Angkatan 2009. *E-Journal Bisma Universitas Pendidikan Ganesha Jurusan Manajemen*, 2(1), 4.

Tiningrum, F. I. (2013). Hubungan antara Kecanduan Video Game dengan Stres pada Mahasiswa Universitas Surabaya. *Jurnal Ilmiah Universitas Surabaya*, 2(1), 1–17. <http://journal.ubaya.ac.id>

Wahyuningsih, D., Fitriangga, A., Ilmu, D., Jiwa, K., Untan, F. K., Ilmu, D., Masyarakat, K., Kedokteran, P. S., & Untan, F. K. (2019). *Hubungan Durasi Bermain Game Online dan Tingkat Stres pada Siswa SMPN 03 Kecamatan Sungai Raya*. 5, 1213–1224.

Young, K. (2009). Understanding online gaming addiction and treatment issues for adolescents. *American Journal of Family Therapy*, 37(5), 355-372. <https://doi.org/10.1080/01926180902942191>