

HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN DURASI WAKTU BERMAIN GAME ONLINE PADA REMAJA DI SMK TELKOM SANDHY PUTRA PURWOKERTO

ABSTRAK

Latar Belakang : Masa remaja merupakan sebuah masa transisi yang menghubungkan masa kanak-kanak ke masa dewasa. Pada masa tersebut tidak terlepas dari berbagai permasalahan dalam tiap tahap perkembangannya yang dapat menyebabkan stres. Stres merupakan suatu reaksi yang ada di dalam diri seseorang terhadap masalah yang dihadapinya. Stres pada remaja bisa terjadi karena tekanan untuk bisa berprestasi, dorongan untuk menyelesaikan masalahnya sendiri, banyaknya tugas rumah, tugas sekolah, dan tugas ekstrakurikuler, serta masalah utama yang berasal dari hubungan teman dan keluarga. Saat ini remaja menghabiskan waktunya untuk bermain *game online* rata-rata 2,5 jam per hari. Hal tersebut dikarenakan bermain *game online* merupakan sarana untuk mengatasi stres.

Metode : Penelitian ini merupakan penelitian analitik observasional dengan desain *cross-sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja yang bermain *game online* di SMK Telkom Sandhy Putra Purwokerto. Besar sampel dihitung menggunakan rumus besar sampel dan diperoleh jumlah sampel minimal 75 orang. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *purposive sampling*. Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan alat bantu kuisioner DASS-14, kuisioner durasi waktu bermain *game online*, dan kuisioner LMMPI. Analisis statistik menggunakan uji *chi square*.

Hasil : Hasil penelitian dengan uji *chi square* menunjukkan nilai p sebesar 0,729 dengan sebagian besar responden memiliki tingkat stres normal (60,25%) dan durasi waktu bermain *game online* sebagian besar normal (52,56%).

Kesimpulan : Tidak terdapat hubungan tingkat stres dengan durasi waktu bermain *game online* ($p > 0,05$).

Kata Kunci : Durasi, *Game Online*, Remaja, Stres

**THE CORRELATION BETWEEN THE STRESS LEVEL WITH DURATION
OF ONLINE GAMING IN ADOLESCENT OF SMK TELKOM SANDHY
PUTRA PURWOKERTO**

ABSTRACT

Background : Adolescence is a period of transition between childhood to adulthood. At that time, various kinds of problems at each stage of development sometimes can cause stress. Stress is a reaction of someone to the problem they face. Stress in adolescent can occur because of the pressure to be able to achieve, the responsibility to solve their own problems, a lot of homework assignments, school assignments, and extracurricular assignments, as well as the main problems that come from friend and family relationship. Nowadays, adolescence is spending their time playing online game for 2.5 hours a day. That is because playing online game is a way to deal with stress.

Methods : This study was an observational analytic study with cross-sectional research design. The population in this study were teenagers who played online games at the SMK Telkom Sandhy Putra Purwokerto. The sample size was calculated using the sample size formula and obtained a sample size of at least 75 people. The sampling technique in this study used purposive sampling. Data retrieval is done by using DASS-14 questionnaire tool, duration of time playing online games, and LMMPI questionnaire. Statistical analysis using chi square test.

Results : The results of the study with chi square test showed a p value of 0,729 with the majority of respondents having normal stress levels (60.25%) and the duration of playing online games was mostly normal (52.56%).

Conclusion: There is no correlation between stress levels and duration of playing online games ($p>0.05$).

Keywords : Adolescence, Duration, Online Game, Stress