

PENDAHULUAN

Game online merupakan salah satu tanda perkembangan kemajuan teknologi permainan audio visual dan komputer elektrik. *Game online* adalah permainan berbasis internet yang bisa dimainkan dengan siapa saja dan dimana saja menggunakan fasilitas internet (1). Permainan *game online* yang dimainkan secara berulang dapat membuat seseorang menjadi kecanduan dan menyebabkan dampak negatif, baik dari segi kesehatan fisik maupun psikososial. Seseorang yang mengalami kecanduan *game online* akan terganggu kesehatannya seperti gastritis, migrain, sakit punggung, dan sakit mata (2). Kelelahan mata dapat terjadi akibat terpapar radiasi yang ditimbulkan oleh monitor. Gejala keluhan kelelahan mata ditandai dengan mata merah, berair, perih, gatal atau kering, mengantuk, tegang, pandangan kabur, pengelipatan rangkap, sakit kepala, dan kesulitan fokus (3). Hasil wawancara menunjukkan bahwa 19 dari 20 siswa mengatakan frekuensi bermain *game online* dalam sehari lebih dari 4 jam. Sebanyak 20 siswa menyatakan suka bermain *game online* jenis *Massively Multiplayer Online First Person Shooter (MMOFPS)*, dan *Massively Multiplayer Online Role Playing Game (MMORPG)*, dan dari hasil wawancara mendapatkan 9 siswa dari 20 siswa memiliki keluhan kelelahan mata dengan gejala

mata merah, mata pedih, dan mata berair.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan metode *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel secara *proportionate stratified* sampel yaitu sampel yang diambil berdasarkan tingkatan. Penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 1 Sedayu pada bulan april 2017 dengan jumlah responden 158 siswa yang terbagi atas 78 siswa kelas X dan 80 siswa XI SMA Negeri 1 Sedayu. Kriteria sampel adalah siswa kelas X dan XI SMA N 1 Sedayu, bermain *game online* dan bersedia menjadi responden. Pengambilan data menggunakan kuesioner yang telah dimodifikasi oleh peneliti, dan telah dilakukan uji validitas dan reabilitas. Analisa bivariat menggunakan *koefisien kontingensi*.

Hasil dan Pembahasan

Tabel 1 Distribusi Karakteristik responden yang menggunakan *game online* pada siswa SMA N 1 Sedayu Yogyakarta.

No	Karakteristik subjek	Jumlah (n)	Persentase (%)
1	Umur		
	14 tahun	1	0,6
	15 tahun	25	15,8
	16 tahun	62	39,2
	17 tahun	66	41,8
2	18 tahun	4	2,5
	Jenis kelamin		
	Laki-laki	79	50
	Perempuan	79	50
3	Frekuensi		
	1-2 hari	38	24,1
	3-4 hari	46	29,1
	5-6 hari	19	12,1
	Setiap hari	55	34,8
4	Durasi		
	1-2 jam	45	29,1
	3-4 jam	65	41,1
	5-6 jam	31	19,6
	>6 jam	16	10,1
	6-12 bulan	21	17,1
	13-18 bulan	32	20,3
	19-24 bulan	30	19,0
>24 bulan	68	43,0	
Total		158	100

Sumber : Data primer (2017)

Karakteristik subjek penelitian dapat dilihat pada tabel 1. Sampel penelitian sebagian besar berada pada kelompok umur 17 tahun yaitu sebanyak 66 siswa (41,8%). Hasil penelitian ini didukung dari hasil penelitian Suryanto yang menyatakan bahwa jumlah responden

terbanyak adalah pelajar yang berusia 13-17 tahun dengan jumlah 22 orang (73%), alasan para pelajar memainkan *game online* karena *game online* menjadi salah satu hiburan bagi anak – anak setelah mengakhiri kegiatan belajar di sekolah (4). Penelitian ini juga didukung oleh penelitian Santoso menyatakan sebagian besar responden yang mengalami kecanduan *game online* berusia 13-18 tahun atau siswa yang duduk di bangku SMP dan SMA (5)

Distribusi subjek penelitian berdasarkan jenis kelamin antara perempuan dan laki-laki adalah sama yaitu sebanyak 79 siswa (50%). Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian dari Suryanto yang menyatakan bahwa permainan *game online* bukan hanya disukai oleh kalangan laki-laki namun tidak menutup kemungkinan terdapat pada kalangan perempuan yang juga menyukai permainan *game online* apalagi saat ini telah banyak fendor yang mengeluarkan *game plug and play* yang didesain untuk perempuan (4).

Distribusi subjek penelitian berdasarkan frekuensi penggunaan *game online* sebagian sebagian besar responden yaitu sebanyak 55 responden (34,8%) memiliki frekuensi bermain *game online* setiap hari dalam seminggu. Frekuensi penggunaan *game online* yang tinggi dikarenakan *game online* merupakan permainan berbasis elektronik

dan visual yang dapat diakses oleh banyak individu yang disambungkan melalui mesin atau elektronik menggunakan *PC (personal computer)*, *smartphone* yang dapat dimainkan secara online dimanapun kapanpun. Hasil penelitian ini didukung dari penelitian Nia yang mengatakan bahwa frekuensi penggunaan *game online* yang tinggi dikarenakan bermain *game online* dapat dilakukan dimanapun dan kapanpun secara mudah melalui online via internet, bisa dimainkan melalui komputer maupun *smartphone* (6).

Distribusi subjek penelitian berdasarkan durasi penggunaan *game online* sebagian besar responden yaitu sebanyak 65 responden (41,1) memiliki durasi penggunaan *game online* 3-4 jam sehari dan sebagian besar responden sebanyak 68 responden (43,0 %) sudah menggunakan *game online* > 24 bulan. Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian Ambersari yang mengatakan bermain *game online* lebih dari 3 jam termasuk kategori lama dan penggunaan *game online* dengan durasi yang lama ini dikarenakan jenis *game* yang mempunyai beberapa tingkatan atau level sehingga menyebabkan responden merasa tertantang untuk menyelesaikan permainan untuk naik ke tingkatan selanjutnya, dan akhirnya responden tidak memperhatikan lama waktu permainan yang telah dilakukannya (7). Sedangkan menurut penelitian Pitaloka

menyebutkan bahwa sudah lamanya anak menggunakan *game online* karena *game online* merupakan hasil dari produk teknologi yang menggambarkan kekuatan ilmu pengetahuan dan memungkinkan para pemain untuk mendapatkan kebebasan dalam mengeksplorasi diri. Hal yang mendasari para pemain tertarik untuk menggunakan *game online* adalah adanya sosialisasi sejak dini tentang permainan digital, sejak dini mereka sudah mengenal permainan sejenis *game online* yaitu *playstation*, yang telah dikenalkan dari orang tua dan orang terdekatnya (8).

Tabel 2 Distribusi intensitas penggunaan *game online* pada siswa SMA N 1 Sedayu Yogyakarta.

Intensitas pengguna an game online	Jumlah	Persentase (%)
Rendah	23	14,6
Sedang	84	53,2
Tinggi	51	32,3
Total	158	100

Sumber : Data primer (2017)

Berdasarkan hasil penelitian, intensitas penggunaan *game online* siswa SMA N 1 Sedayu sebagian besar siswa menggunakan *game online* pada intensitas sedang yaitu 84 responden (53,2 %).

Sejauh ini *game online* paling banyak dimainkan oleh pelajar laki-laki dalam rentang usia wajib belajar dan sisanya adalah

masyarakat umum dari semua kalangan usia maupun profesi, alasan para pelajar menyukai *game online* cukup beragam, diantaranya adalah *game online* merupakan sarana hiburan bagi mereka setelah seharian harus berjibaku dengan buku-buku pelajaran, sebagai pengisi waktu luang, tempat berkumpul dengan teman-teman serta media untuk

Tabel 3 distribusi kelelahan mata pada siswa SMA N 1 Sedayu Yogyakarta

Kelelahan mata	Jumlah	Persentase (%)
Tidak kelelahan mata	63	39,9
Kelelahan mata	95	60,1
Total	158	100

Sumber :Data Primer (2017)

Berdasarkan hasil penelitian, siswa SMA N 1 Sedayu yang tidak mengalami kelelahan mata sebanyak 63 responden (39,9%), dan siswa yang mengalami kelelahan mata sebanyak 95 responden (60,1%). Beberapa dampak negatif yang ditimbulkan dari *game online* yaitu pada kesehatan, kepribadian, pendidikan atau prestasi, serta keluarga atau masyarakat. Salah satu dampak yang ditimbulkan terhadap kesehatan yaitu masalah stres, gangguan

mendapatkan lebih banyak kenalan baru baik dari dunia maya melalui *game online* maupun dari warnet tempat bermain. *Game online* yang dimainkan secara terus menerus menimbulkan kesenangan yang selalu ingin diulang-ulang sehingga membuat para pemain *game online* lupa waktu (8).

penurunan dan kerusakan pada mata (9). Anak-anak yang terus bermain *game online* selama berjam-jam akan beresiko menyebabkan masalah mata seperti sakit kepala, pengelihatn kabur, susah melihat objek yang jauh dan sering menyipitkan mata ketika melihat objek jauh dan ketidaknyamanan dimata (10).

Penelitian ini didukung oleh jurnal kesehatan masyarakat yang menyebutkan pencahayaan buruk dapat mengakibatkan kelelahan mata dengan berkurangnya daya dan efisiensi kerja, kelelahan mental, keluhan pegal, dan sakit disekitar mata, kerusakan alat pengelihatn dan kecelakaan kerja (11). Sedangkan menurut jurnal e-biomatika menyebutkan bawa kelelahan mata dapat disebabkan oleh radiasi monitor dengan gelombang elektromagnetik rata-rata tertinggi pada 0,01-0,10 uT (12).

Tabel 4 Hubungan Kebiasaan Bermain *Game Online* Dengan Kelelahan Mata Pada Siswa SMA N 1 Sedayu Yogyakarta

Intensitas penggunaa n game online	Tingkat Kelelaha n Mata		Kelelahan mata		<i>p value</i>
	Tidak kelelahan mata		n	%	
Rendah	n 21	% 13,3	n 2	% 1,3	0,000
Sedang	40	25,3	44	27,8	
Tinggi	2	1,3	49	31,0	
Total	52	33,5	105	66,5	

Sumber: Data primer (2017)

Berdasarkan hasil analisa hubungan menunjukkan hasil bahwa intensitas penggunaan *game online* rendah mengalami kelelahan mata 2 responden (1,3%) dan tidak kelelahan mata 21 responden (13,3%), untuk intensitas sedang mengalami kelelahan mata 44 responden (27,8%) dan tidak mengalami kelelahan mata 40 responden (25,3%), sedangkan untuk intensitas tinggi mengalami kelelahan mata 49 responden (31,0%) dan tidak mengalami kelelahan mata 2 responden (1,3%). Berdasarkan hasil analisis koefisien kontingensi diketahui bahwa nilai tingkat signifikansi 0,000 yang berarti lebih kecil dari taraf signifikansi $p < 0,05$ maka dapat dikatakan bahwa ada hubungan dan signifikan antara intensitas penggunaan game online dengan kelelahan mata.

Menurut hasil penelitian Yanto yang menyebutkan bahwa perilaku remaja yang memainkan *game online* lebih dominan mengakibatkan kecanduan

dalam memainkan sehingga mengakibatkan kelelahan pada mata. Tindakan responden yang sering menghabiskan waktu bermain *game online* dengan waktu yang cukup lama yaitu 5 jam, dengan jarak antara mata dengan layar monitor terlalu dekat tidak memenuhi syarat yaitu sekitar 50-70 cm beresiko menyebabkan kelelahan mata (10). Sedangkan hasil penelitian Anggitiyas menyebutkan bahwa anak usia sekolah yang bermain *game online* dengan durasi rata-rata 20,80 jam per minggu maka akan terjadi kelelahan mata dan dapat menurunkan ketajaman pengelihatian atau visus mata (13).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan hasil bahwa usia siswa SMA Negeri 1 Sedayu Yogyakarta yang menggunakan *game online* sebagian besar berada pada kelompok umur 17 tahun yaitu sebanyak 66 siswa (41,8%), dan antara jenis kelamin perempuan dan laki-laki sama

yaitu sebanyak 79 siswa (50%). Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa kebiasaan bermain *game online* pada siswa di SMA N 1 Sedayu Yogyakarta sebagian besar intensitas sedang yaitu 84 responden (53,2 %), sebagian besar responden yaitu sebanyak 55 responden (34,8%) memiliki frekuensi bermain *game online* setiap hari dalam seminggu, dan sebagian besar responden sebanyak 65 responden (41,1) memiliki durasi penggunaan *game online* 3-4 jam sehari dan sebagian besar responden sebanyak 68 responden (43,0 %) sudah menggunakan *game online* > 24 bulan. Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa siswa di SMA N 1 Sedayu Yogyakarta yang mengalami kelelahan mata sebanyak 95 responden (60,1%). Berdasarkan hasil penelitian menunjukan ada hubungan yang signifikan antara intensitas penggunaan *game online* dengan kelelahan mata di SMA N 1 Sedayu Yogyakarta tahun 2017, dengan keeratan hubungan yang sedang (0,590) antara hubungan intensitas penggunaan *game online* dengan kelelahan mata.

SARAN

1. Sebaiknya guru di sekolah dapat membimbing siswa dan memeberikan pengaraha pendidikan tentang penggunaan *internet*, *hp*, *laptop* maupun *komputer* yang baik. Memberikan pengarahan bahwa anak harus bisa membagi waktu

antara belajar dan menjaga kesehatan daripada bermain *game online*

2. Diharapkan kepada anak usia sekolah supaya lebih membatasi waktu bermain *game online*.

Daftar pustaka

1. Angela. *Pengaruh Game Online Terhadap Motivasi Belajar Siswa SDN 015 Kelurahan Sidomulyo Semarang Ilir*. E journal Ilmu Komunikasi 2013; 1 (2): 532-544.
2. Erin, S. *Gangguan dan Penyakit akibat Kemajuan Teknologi Masa Kini*. 2012.
3. National Eye Institute. *Dry Eye*. Februari. National Institutes of Health; 2013.
4. Suryanto Nico, R. *Dampak Positif dan Negatif Permainan Game Online Dikalangan Pelajar*;2015.
5. Santoso, Whity.T. *Perilaku Kecanduan Permainan Internet Dan faktor Penyebabnya Pada Siswa Kelas VIII Di SMP N 1 Jatisarone Wonogiri*; 2013.
6. Antala, N. *Hubungan Kebiasaan Bermain Game Online Dengan Tingkat Insomnia Pada Siswa SMA N 1 Sedayu Yogyakarta [skripsi]* ; 2015.
7. Ambarsari, Rini. *Hubungan lama Permainan Game Online Dengan Pola Tidur Anak Usia 10-12 Tahun diwilayah Jateng*

- Kabupaten
Karanganyar,2012
8. Pitaloka Ayu,A. *Studi fenomenologi tentang perilaku Konsumsi Game Online Pada Pelajar di Kelurahan Gemolong Kabupaten Sragen tahun 2013*
9. Rini, A. *Menanggulangi Kecanduan Game Online Pada Anak*. Jakarta : Pustaka Mina ; 2011
10. Riki, Y. *Pengaruh Game online terhadap perilaku remaja*. Skripsi fakultas Ilmu sosial dan ilmu politik universitas andalas padang ;2011
11. Jurnal Kesehatan Masyarakat. *Kesehatan Inten/sitas*
- Pencahayaan Dan Kelelahan Refraksi Mata Terhadap Kelelahan Mata*.2014
12. Deby, T. *Tingkat radiasi elektromagnetik beberapa laptop dan pengaruhnya terhadap keehatan* .Jurnal e-Biomedik (eBM) volume 1 (2), juli 2013
13. Anggityas F, P. *Gambaran Perubahan Ketajaman Pengelihatan Pada Anak Usia Sekolah Yang Bermain Game Online diwarnet X kabupaten Semarang*, 2013.

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS