

## HUBUNGAN KECANDUAN GAME ONLINE TERHADAP KECEMASAN AKADEMIK SISWA KELAS 2 SMP NEGERI 1 MUNTILAN

### *CORELATION OF GAME ADDICTION TO ACADEMIC ANXIETY OF 2nd GRADE STUDENTS ON MUNTILAN JUNIOR HIGH SCHOOL*

Oleh: Randes Hestu Putra Wijayanto, Universitas Negeri Yogyakarta, randes1705@gmail.com

#### **ABSTRAK**

Penelitian ini dilatar belakangi oleh adanya dampak negatif dari kegiatan diluar jam belajar mengajar di sekolah yang menimbulkan berbagai macam permasalahan belajar terhadap siswa. Hal inilah yang melatar belakangi penulis untuk melakukan penelitian dengan tujuan mengetahui hubungan kecanduan game online terhadap kecemasan akademik pada siswa.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis korelasi. Subjek pada penelitian ini adalah siswa kelas 2 jenjang SMP sejumlah 123 siswa. Metode pengumpulan data dilakukan dengan angket, sedangkan instrumen penelitian berupa skala, yaitu skala kecanduan game online dengan jumlah 41 item valid dan skala kecemasan akademik dengan jumlah 38 item valid. Uji reliabilitas instrumen dihitung dengan menggunakan rumus Alpha Cronbach. Analisis data menggunakan teknik analisis korelasi product moment.

Hasil analisis product moment menunjukkan angka signifikansi 0,642 yang berarti terdapat hubungan antara kecanduan game online terhadap kecemasan akademik. Sehingga hipotesis yang menyatakan terdapat hubungan antara kecanduan game online terhadap kecemasana akademik diterima. Berdasarkan hasil uji hipotesis menunjukan semakin tinggi tingkat kecanduan game online pada siswa maka akan semakin tinggi kecemasan akademik yang dialami.

Kata kunci: Kecanduan Game Online, Kecemasan Akademik, dan Siswa SMP.

#### **ABSTRACT**

*This research is based on the negative impact of activities outside of teaching hours at school which raises various learning problems to students. This is the reason why author did research for purpose of knowing the corelation between online game addiction and academic anxiety on students.*

*This research uses model quantitative wich is correlation type. Subjects in this research is about 123 students in grade 2 of student junior high school. Record Data method is done by questionnaire, while the research instrument is a scale, there are Online Game Addition scale wich contain 41 valid item and Acaemic Annxiety scale wich contain 38 valid items. The instrument reliability test is calculated using the Alpha Cronbach formula.*

*Data analyze using Correlation Product Moment analysis technique. The analysis score results is 0.642 which means there is positive correlation on online game addiction to academic anxiety. Based on the hypothesis test results showed the higher the level of online game addiction in students, the higher the academic anxiety experienced.*

*Keywords: Games Online Addiction, academic Anxiety, and student of junior high school.*

#### **PENDAHULUAN**

*Game online* merupakan permainan yang dapat diakses oleh banyak pemain dimana mesin yang digunakan dihubungkan suatu jaringan (Rolling dan Adam, 2007:24). Pada awalnya *game online* lebih dikenal dengan *game* jaringan dimana beberapa *personal computer*

dihubungkan melalui kabel satu sama lain dan dapat bermain *game* bersama didalamnya. Berkembangnya zaman menyebabkan *game* jaringan ini akhirnya digantikan oleh *game online*. Jaringan yang digunakan saat ini untuk bermain adalah internet. Peminat *game online* sekarang ini meningkat dikarenakan fitur-fitur

serta ragam permainan yang dimainkan lebih banyak. Modifikasi model permainan yang tidak terbatas serta komunikasi yang tidak terbatas jarak menjadi alasan utama orang lebih menyukai *game online*. Pemain dapat bermain dari berbagai tempat secara bersama sehingga tidak perlu untuk berkumpul bersama di satu tempat untuk bermain.

Bermain *game online* menjadi kebiasaan bagi masyarakat saat ini khususnya kalangan pelajar. Data pada tahun 2016 menunjukkan penggunaan internet sudah mencapai 132 juta menurut Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII). Data tersebut menunjukkan bahwa 18,4% penggunaannya dari kalangan usia 10-24 tahun. Penggunaan internet untuk *game online* sendiri mencapai 40,33%. *Steamspy* sebagai salah satu pengembang *game online* di Indonesia merilis ada sekitar 3.304.652 orang yang terdaftar aktif dalam *game online*, dan setiap minggunya ada sekitar 161.000 pemain melakukan *login* kedalam *game* (2016). Berdasarkan data tersebut dapat ditarik kesimpulan pemain *game online* didominasi dari usia 10-24 tahun yang merupakan kalangan pelajar. Data dari *Lyto.co* mengungkapkan bahwa 40,19% dari jumlah pemain dalam *game online*-nya mendaftarkan akun permainannya dengan usia 12-22 tahun. Berdasarkan data tersebut menunjukkan banyak remaja yang mengenal *game online*. Fenomena kecanduan terhadap *game online* sudah sering terjadi. Data dari penelitian 64,45% laki-laki dan 47,55% perempuan pada rentang usia 12-22 tahun mengalami kecanduan *game online*. Berdasarkan data tersebut, apabila diperhatikan rentang usia

yang menjadi responden menunjukkan bahwa sebagian besar merupakan pelajar.

Griffits (2010 : 11) menjelaskan anak yang kecanduan *game* cenderung memilih untuk melakukan kegiatan yang menurutnya menyenangkan dan tidak mau melakukan kegiatan yang menurutnya tidak menarik. Siswa yang mengalami kecanduan *game online* lebih memilih untuk bermain *game* dibandingkan belajar, karena menurutnya kegiatan bermain *game* lebih menyenangkan dibandingkan belajar. Douglas (2004:21) mengemukakan bahwa bermain *game* akan menyebabkan anak-anak mengalami kecanduan, depresi, dan fobia sosial. Menurunnya hasil akademik, tidak mengerjakan tugas, hingga membolos merupakan salah satu dampak dari rasa malas pada bidang akademik. Permasalahan dalam akademik tersebut menimbulkan adanya kecemasan bagi siswa. Kasus tersebut menunjukkan kecanduan *game online* akan berdampak pada timbulnya kecemasan akademik. Kecemasan tersebut merujuk pada bentuk perilaku siswa yang cenderung menolak atau menghindari dari tugas-tugas akademik.

Kecemasan merupakan bentuk respon wajar yang timbul dari dalam tubuh. Kecemasan adalah hasil dari proses biokimia dalam tubuh dan otak yang meningkatkan dan membutuhkan perhatian (Winkel, 2010:29). Ketika kecemasan yang dirasakan meningkatkan maka tubuh akan memberikan respon positif atau negatif dalam menghadapinya. Perubahan terjadi dalam respon terhadap situasi akademik, seperti menyelesaikan tugas disekolah disebut sebagai kecemasan akademik. Kecemasan akademik yang dirasakan

menyebabkan para pelajar mengalami gangguan dalam kegiatan akademik, seperti gelisah, sulit untuk berkonsentrasi, mudah tertekan, prokastinasi dan sebagainya. Hal tersebut merupakan salah satu bentuk hasil negatif dari kecemasan akademik. Pelajar yang mengalami kecemasan akademik yang dapat diolah secara positif akan mendapatkan sebuah motivasi lebih untuk berprestasi, mau berusaha keras dan lainnya.

Kecemasan akademik disebabkan oleh beberapa sumber yaitu, reputasi akademik, pendapat tentang potensi diri, fokus pada pencapaian tujuan dan ketidak siapan (Winkel, 2010:25). Kecemasan mendorong individu untuk lebih berhati-hati dalam menentukan pilihan atau kepanikan yang menyebabkan terburu-buru dalam mengambil keputusan. Siswa yang mengalami kecemasan akademik memiliki beberapa karakteristik yaitu adanya pola kecemasan yang menimbulkan aktivitas mental, perhatian pada arah yang salah, distress pada tubuh dan perilaku yang kurang tepat (Ottens, 2005:23). Bentuk perilaku malas belajar, menunda tugas sekolah bahkan membolos merupakan contoh dari karakteristik kecemasan pada perilaku (*Innapropriate Behaviour*).

Kecemasan yang timbul disebabkan terlalu sering dalam bermain *game online* mengakibatkan pelajar malas dalam belajar. Pelajar yang mengalami kecemasan akademik dan takut untuk menghadapinya akan lebih memilih untuk melampiaskannya pada hal lain, seperti pergi wisata, atau juga bermain *game online*. Siswa yang mengalami kecemasan pada bidang akademik ditunjukkan dengan perilaku

yang tidak tepat, seperti menunda tugas, membolos dan sebagainya. Pada kegiatan belajar mengajar siswa yang mengalami kecemasan akademik lebih mudah teralihkannya sehingga sulit fokus pada pelajaran. Secara fisik siswa yang mengalami kecemasan akan terlihat lebih pucat, lesu bahkan mual.

Siswa yang mengalami kecanduan *game online* menjadi sebuah fenomena yang sudah sering terjadi. Siswa yang kecanduan *game online* lebih meluangkan banyak waktunya untuk bermain, hal tersebut menimbulkan berkurangnya waktu untuk belajar dan kebutuhan lainnya. Menurunnya intensitas waktu untuk belajar menyebabkan siswa yang kecanduan *game online* mengalami masalah dalam akademik. Siswa yang mengalami permasalahan tersebut antara lain sulit berkonsentrasi, malas untuk belajar bahkan hingga membolos. Hal tersebut menunjukkan adanya kecemasan siswa terhadap kegiatan akademik. Seorang siswa mengalami kecemasan akademik cenderung untuk menjauhi kegiatan akademik disebabkan perasaan cemas dan khawatir terhadap kemampuan dirinya.

Guru BK di SMP Negeri 1 Muntilan mengungkapkan adanya kesulitan siswa dalam berkonsentrasi saat kegiatan belajar mengajar. Hal tersebut di buktikan melalui hasil pengamatan dikelas bahwa ada siswa yang sering tidur, sering berbicara dengan teman sebangku, atau sesekali bermain *handphone*. Sekolah tidak melarang siswa untuk membawa alat komunikasi ke sekolah namun penggunaan didalam kelas saat kegiatan belajar mengajar merupakan bentuk pelanggaran. Hasil observasi

dikelas menunjukan saat jam kosong siswa lebih memilih bermain *game online* dibandingkan mengerjakan tugas yang diberikan. Beberapa siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Muntilan mengungkapkan ia menyukai bermain *game online*. Menurut mereka bermain *game online* menjadi media hiburan dan pelepas penat dari kegiatan akademik. Bermain *game* menjadi kegiatan yang lebih menarik dibandingkan belajar. Guru BK juga mengeluhkan tentang permasalahan siswa terlambat pulang ke rumah, disebabkan bermain *game online* di *game center*. Orang tua mengeluhkan tentang sulitnya anak untuk lepas dari bermain *game online* di rumah. Hal tersebut yang mendorong siswa malas dalam belajar.

Perilaku malas pada siswa menyebabkan persepsi buruk terhadap kegiatan akademik. Guru mata pelajaran bahasa inggris di SMP 1 Muntilan menyampaikan bahwa siswa lebih asik untuk bermain handphone dibandingkan memperhatikan pelajaran. Beberapa kali didapati oleh guru BK bahwa ada siswa kelas VIII yang membolos mata pelajaran untuk bermain *game online*. Kegiatan tersebut menunjukan adanya kecemasan akademik pada siswa tersebut. Kecemasan akademik yang mendorong siswa untuk membolos, sulit dalam memperhatikan pelajaran dan sebagainya. Pada akhirnya siswa akan mengalami kegagalan dalam mencapai hasil pada bidang akademik. Tugas guru BK adalah membantu mengatasi permasalahan tersebut. Guru BK sudah melakukan beberapa bimbingan pada siswa, serta melakukan konseling untuk mengatasi kecemasan akademik pada siswa di SMP Negeri 1 Muntilan.

Seorang siswa di sekolah pada dasarnya berkewajiban untuk mendapatkan ilmu dan memenuhi tugas perkembangan dirinya. Berdasarkan kejadian di lapangan, siswa sering mengalami permasalahan-permasalahan yang menyebabkan tidak tercapainya tujuan pembelajaran. Permasalahan pada era modern saat ini adalah kemajuan teknologi yang mendorong kenyamanan bagi penggunaanya khususnya bagi seorang siswa menyebabkan kecanduan. Kecanduan teknologi yang sering terjadi pada siswa di tingkat SMP berupa kecanduan terhadap *game online*. Kecanduan *game online* sangat terikat pada kecemasan yang dialami oleh para siswa. Mehwas Mehroof dan Mark Griffiths (2010: 315) menjelaskan kecemasan akademik yang dialami berhubungan positif dengan kecanduan *game online* pada pelajar. Pelajar yang mengalami kecemasan akademik menggunakan game online sebagai bentuk pelampiasan penyelesaian permasalahannya, sehingga menimbulkan perilaku kecanduan terhadap *game online* yang akhirnya menyebabkan kecemasan baru. Hal tersebut mendorong perilaku negatif pada siswa yang menimbulkan karakteristik kecemasan. Kecemasan tersebut dapat diamati berdasarkan perilaku siswa SMP Negeri 1 Muntilan.

Berdasarkan hasil observasi di SMP Negeri 1 Muntilan, siswa kelas VIII lebih sering memilih untuk bermain *game online* disaat waktu luang atau waktu istirahat. Guru BK di SMP Negeri 1 Muntilan menuturkan beberapa siswa yang sering bermain game online mengalami permasalahan dalam belajar. Kesulitan dalam berkonsentrasi, sering gugup

saat ujian, bahkan beberapa kali membolos saat mata pelajaran tertentu yang merupakan karakteristik siswa yang mengalami kecemasan akademik. Peneliti tertarik untuk meneliti hubungan kecanduan game online terhadap kecemasan akademik. Perbedaan tingkat kecanduan bermain game online akan menimbulkan tingkat kecemasan yang berbeda sehingga intensitas dalam belajar serta perilaku yang dihasilkan akan bervariasi. Berdasarkan pemaparan tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Hubungan Kecanduan Game Online terhadap Kecemasan Akademik Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Muntilan". Penelitian ini dilakukan untuk menunjukkan adanya permasalahan kecemasan pada siswa yang disebabkan kecanduan *game online*, sehingga mampu dilakukan tindakan yang tepat dalam mengatasinya.

## **METODE PENELITIAN**

### **Jenis Penelitian**

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif dengan teknik analisis korelasional. Metode korelasional dapat diartikan sebagai kajian tentang hubungan antara dua atau lebih variabel dapat dimaksudkan untuk mendeskripsikan hubungan korelasional atau hubungan kausal. Menurut Nana Syaodih (2015:56) penelitian korelasional ditujukan untuk mengetahui hubungan suatu variabel dengan variabel lainnya. Hubungan antara satu dengan beberapa variabel lain dinyatakan dengan besarnya koefisien korelasi dan keberartian (signifikansi) secara statistik. Penelitian ini dilakukan guna untuk mengkaji tentang

hubungan antara kecanduan *game online* terhadap kecemasan akademik pada siswa sekolah menengah pertama.

### **Waktu dan Tempat Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan di SMP 1 Muntilan yang beralamat di Jalan Pemuda No. 11 Muntilan, Kabupaten Magelang. Waktu penelitian dilaksanakan pada semester I tahun pelajaran 2017/ 2018.

### **Target dan Subjek Penelitian**

Subjek pada penelitian kali ini adalah siswa kelas 2 SMP Negeri 1 Muntilan. Pemilihan subjek menggunakan system sampel yang diukur menggunakan tabel Isaac dan Michael. Jumlah keseluruhan populasi berjumlah 191. Dikarenakan jumlah populasi besar, atas keterbatasan waktu dan dana, maka peneliti akan menggunakan sampel dari populasi. Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik dimiliki oleh populasi (Sugiyono, 2016:118). Penentuan jumlah anggota sampel yang diambil dalam penelitian ini berdasarkan tabel yang dikembangkan dari *Isaac* dan *Michael* dengan taraf kesalahan 5%. Teknik pengambilan sampel yang akan digunakan adalah Teknik *quota sample*. Sugiyono (2016:120) menyatakan bahwa, *quota sample* merupakan teknik pengambilan sampel anggota populasi yang dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi itu tapi berdasarkan pada jumlah yang telah ditentukan. Sehingga diambil sampel berjumlah 123 siswa.

### **Teknik Pengumpulan Data**

Pada penelitian ini pengumpulan data dilakukan dengan metode skala. Skala adalah suatu instrumen pengumpul data yang berisi pernyataan dan diikuti dengan kolom-kolom yang menunjukkan tingkatan misalnya mulai dari sangat setuju sampai ke sangat tidak setuju. Skala dalam penelitian ini menggunakan skala jenis *likert* untuk menyusun skala kecanduan terhadap *game online*, skala kecemasan akademik siswa. Skala *likert* adalah jenis skala yang dapat digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Dalam penelitian, fenomena sosial ini telah ditetapkan secara spesifik oleh peneliti yang selanjutnya disebut dengan variabel penelitian.

### Teknik Analisis Data

Data yang telah terkumpul kemudian diolah dengan menggunakan analisis statistik dengan bantuan *SPSS For Windows Versi 23.00*.

#### 1. Uji Kategorisasi Variabel

Variabel yang telah diolah tersebut kemudian dibuat kategorisasi berdasarkan batasan-batasan menurut Saifuddin Azwar (2015:148) sebagai berikut:

Kemudian disusun dengan langkah- langkah sebagai berikut.

Rumus	Kategori
$Mi + 1,5 SDi < x$	Sangat tinggi
$Mi + 0,5 SDi < x < Mi + 1,5 SDi$	Tinggi
$Mi + 0,5 SDi < x < Mi + 0,5 SDi$	Sedang
$Mi - 1,5 Sd < x < Mi - 0,5 SDi$	Rendah
$X < Mi - 1,5 SDi$	Sangat Rendah

a. Menentukan skor tertinggi dan terendah, perhitungan skor tertinggi dan terendah berdasarkan jumlah butir dan penskoran, jumlah butir pernyataan pada penelitian disebut n dengan penskoran 1 sampai 5, skor tertinggi n

b.  $x \times 5$  dan skor terendah  $n \times 1$ .

c. Menghitung Mean ideal ( $\mu$ ) yaitu  $\frac{1}{2}$  (skor tertinggi + Skor terendah)

d. Menghitung standar deviasi ( $\sigma$ ) yaitu  $\frac{1}{6}$ (skor tertinggi + skor terendah)

#### 2. Uji Prasyarat Analisis

##### a. Uji Normalitas

Uji normalitas dimaksudkan untuk mengetahui apakah skor variabel yang diteliti mengikuti distribusi normal atau tidak. Sebaran data dapat diketahui normal tidaknya dengan menggunakan uji normalitas sebaran. Kaidah yang digunakan adalah jika  $p > 0.05$  maka sebarannya normal dan apabila  $p \leq 0.05$  maka sebarannya tidak normal. Teknik yang digunakan adalah uji *Kolmogrov Smirnov* melalui program *SPSS For Windows Versi 23.00*.

##### b. Uji Linearitas

Uji linearitas dimaksudkan untuk mengetahui bentuk hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat. Kaidah yang digunakan adalah jika  $p \leq 0.05$  maka hubungan antara keduanya adalah linear. Sedangkan jika  $p > 0.05$  maka hubungan kedua variabel tidak linear. Uji linearitas menggunakan analisis

varian melalui program *SPSS For Windows Versi 23.00*.

### 3. Uji Hipotesis

Setelah uji normalitas dan uji linearitas, selanjutnya dilakukan pengujian hipotesis menggunakan teknik analisis korelasi dengan teknik *Corelational Product Moment* dari Pearson dan dibantu dengan menggunakan program *SPSS For Windows Versi 23.00*. Teknik tersebut digunakan untuk menguji hubungan variabel *independent* dan *dependent*.

Analisis uji hipotesis bertujuan untuk mengetahui apakah hipotesis penelitian yang telah disusun sebelumnya dapat diterima atau tidak. Analisis uji hipotesis tidak menguji kebenaran hipotesis, melainkan untuk menguji hipotesis tersebut diterima atau ditolak.

Hasil perhitungan peneliti akan diinterpretasikan dengan menunjukkan tabel *r product moment*. Pada taraf signifikansi 5%, jika perhitungan lebih besar dari *r* tabel maka korelasi dianggap signifikan atau  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak, apabila hasil perhitungan lebih kecil dari *r* tabel maka korelasi dianggap tidak signifikan atau  $H_a$  ditolak dan  $H_0$  diterima.

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan menunjukkan tingkat percaya diri siswa dari total responden 123 siswa pada kategori sangat tinggi sebesar 22,7%, tinggi sebesar 23,5%, sedang sebesar 26%, rendah sebesar 22,7%, dan rendah sebesar 4,8%. Berdasarkan hasil yang diperoleh dapat diketahui

bahwa tingkat kecanduan *game online* berada pada kategori sedang.

Hasil analisis data menunjukkan bahwa siswa bermain *game online* menjadi sebuah rutinitas dalam kegiatan keseharian. Siswa yang bermain *game online* secara rutin tidak menyadari bahwa mereka memiliki kecanduan terhadap *game online*. Hasil data menunjukkan mayoritas siswa memilih sesuai pada pernyataan "Saya lebih mudah bersosialisasi didalam *game online*". Pernyataan tersebut menunjukkan siswa lebih memiliki kecenderungan untuk berinteraksi didalam *game online*. Kecenderungan pada siswa tersebut yang mendorong untuk bermain *game online*.

Pada penelitian ini juga diperoleh data menunjukkan tingkat kecemasan akademik dari 123 siswa pada kategori sangat tinggi sebesar 11,4%, pada kategori tinggi sebanyak 25,2%, pada kategori sedang sebesar 30,1%, pada kategori rendah sebesar 15,4%, dan pada kategori sangat rendah sebesar 17,9%. Berdasarkan hasil yang diperoleh dapat diketahui bahwa tingkat kecemasan akademik pada siswa pada kategori sedang.

Tingkat kecemasan yang dirasakan siswa dapat berbeda-beda disebabkan karena berbagai macam faktor yang dapat memberikan dampak diluar batas penelitian. Tingkat kecemasan akademik juga berbanding lurus dengan tingkat kecanduan *game online*, dapat diasumsikan bahwa siswa yang mengalami kecanduan *game online* berdampak pada kecemasan akademiknya.

Berdasarkan data penelitian yang telah diolah oleh peneliti, terdapat hubungan yang

signifikan antarakecanduan *game online* dengan kecemasan akademik siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Muntilan. Hal tersebut ditunjukkan dari nilai  $r_{hitung}$  lebih besar dari nilai  $r_{tabel}$  yaitu yaitu  $0,637 > 0,176$  dan nilai signifikansi sebesar  $0,000 < 0,05$ , yang berarti penelitian ini bernilai positif dan signifikan.

Siswa yang kecanduan *game online* akan lebih terdorong menghabiskan waktu melakukan kegiatan yang ia senangi seperti bermain *game online*. Menurut Badudu, J.S dan Mohammad Zain Z (2010:139) kecanduan merupakan perasaan kuat terhadap sesuatu yang diinginkan dan tidak dapat mengontrol keinginannya. Permasalahan pada siswa adalah kecanduan pada *game online*, dimana *game online* menjadi sebuah rutinitas bahkan kewajiban yang harus dikerjakan. Dengan begitu mendorong terbentuknya perilaku negatif seperti malas, kesulitan bergaul, serta gangguan emosional lainnya. Perilaku negatif tersebut mendorong timbulnya kecemasan akademik pada siswa.

Siswa dengan kecemasan akademik lebih mudah mengalami gangguan sehingga ia tidak dapat secara optimal dalam mengikuti kegiatan akademik. Gangguan tersebut disebabkan oleh dorongan untuk lebih memilih bermain *game online* dibandingkan mengikuti kegiatan akademik. Ottens (2005) menjelaskan dalam karakteristik kecemasan akademik, siswa dapat melakukan perilaku yang kurang tepat (Innapropriate Behaviours) ketika mengalami kecemasan. Siswa dengan kecemasan akademik yang disebabkan kecanduan *game online* dapat mendorong timbulnya perilaku seperti membolos hanya untuk bermain *game online*, mencuri

untuk biaya bermain atau perilaku lainnya. Diperlukan adanya pengawasan bagi siswa serta tindakan yang tepat agar tidak terjadi permasalahan tersebut.

Sehingga dapat diartikan bahwa semakin tinggi tingkat kecanduan *game online* maka semakin tinggi tingkat kecemasan akademik pada siswa. Begitu juga sebaliknya, semakin rendah tingkat kecanduan terhadap *game online* maka semakin rendah pula kecemasan akademik siswa.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan tentang “hubungan kecanduan *game online* terhadap kecemasan akademik siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Muntilan”, dapat disimpulkan bahwa hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara kecanduan *game online* dengan kecemasan akademik siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Muntilan. Hal ini dapat dilihat dari nilai  $r_{hitung}$  lebih besar nilai  $r_{tabel}$  yaitu  $0,637 > 0,176$  dan nilai signifikansi kurang dari  $0,05$ , sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa semakin tinggi tingkat kecanduan *game online* siswa semakin tinggi pula kecemasan akademik yang dialami siswa. Begitu juga sebaliknya, semakin rendah tingkat kecanduan *game online* siswa, maka semakin rendah kecemasan akademiknya.

## Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan simpulan yang telah diuraikan maka peneliti

dapat memberikan beberapa saran sebagai berikut :

1. Bagi Siswa

Siswa diharapkan mampu belajar mengatur waktu dalam bermain dan belajar agar terhindar dari perilaku kecanduan *game online*. Selalu mengkomunikasikan permasalahan dengan teman atau orang tua atau guru yang dirasa sangat nyaman untuk berbagi cerita.

2. Bagi Guru BK

Guru BK diharapkan mampu mengidentifikasi siswa yang mengalami permasalahan dalam kecemasan akademik kemudian memberikan layanan bimbingan pribadi belajar pada siswa agar siswa mampu mengarahkan kecemasan tersebut menjadi lebih positif.

Peran guru BK adalah membantu mengarahkan perkembangan siswa sehingga dapat menjadi pribadi yang memenuhi hakikat sebagai manusia yang berguna bagi sekitarnya. Diantaranya adalah dengan melakukan

3. Bagi Orang Tua

Orang tua selalu mengawasi dan mengontrol kegiatan anaknya sehingga dapat menghindarkan dari perilaku kecanduan game online. Ketika anak mengalami permasalahan kecemasan akademik diharapkan untuk selalu siap dan membantu menyelesaikannya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adam, Ernest & Rollings, (2007). *Foundamentals of game design*. New jersey: Person Education Inc. Journal of Education.
- Badudu , J.S & Zain, Mohammad. (2010). *Kamus Umum Bahasa Indonesia*. Jakarta : Pustaka Sinar Harapan.
- Douglas, A. G, Paul. J. L & Walsh, A. D (2004) *Journal of The effect of violent video game habits on adolescent hostility, aggressive behaviors, and school performance*. (1-48)
- Griffiths, Mark. (2010). *Adolescent video game addiction: issues for the classroom*. Journal of Education. (310-322)
- Ottens, Allen J. (2005). *Coping with academic anxiety: the rosen publishing group*. journal of education. (239-246)
- Winkel, Ws, (2010). *Psikologi Pengajaran*. Jakarta: Rajawali Press.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Kombinasi (Mixed Methods)*. Bandung: Alfabeta.