

PENGARUH PROMOSI KESEHATAN TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA TENTANG PERMAINAN *GAME ONLINE* DI KELURAHAN KWALA BEGUMIT

Neni Ekowati Januariana^{1*}, Marlina², Linda Hernike Napitupulu³, Kariimah Husnun⁴

^{1,2,3,4} Program Studi Sarjana Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Institut Kesehatan Helvetia, Medan, Sumatera Utara, Indonesia

Email: neniekowati@helvetia.ac.id

(* : coresponding author)

Abstrak– World Health Organization (WHO) menetapkan kecanduan game online sebagai salah satu gangguan mental, dan prevalensi kecanduan game online pada usia remaja yaitu 24%. Hal ini diduga karena remaja kurang pengetahuan dan memiliki sikap negatif. Promosi kesehatan melalui penyuluhan tentang kecanduan game online sangat penting dilakukan, terutama bagi remaja yang rentan terhadap kecanduan. Riset ini bertujuan mengetahui pengaruh promosi kesehatan terhadap pengetahuan dan sikap remaja tentang permainan game online. Jenis penelitian ini adalah pre experimental dengan the one group pretest posttest design. Penelitian dilakukan di Kelurahan Kwala Begumit . Populasi penelitian adalah seluruh remaja sebanyak 65 orang, dan seluruhnya dijadikan sampel (total sampling). Data dianalisis secara univariat dan bivariat menggunakan uji Wilcoxon pada tahap kepercayaan 95% ($\alpha = 0,05$). Hasil penelitian menunjukkan bahwa promosi kesehatan berpengaruh terhadap pengetahuan remaja tentang permainan game online di Kelurahan Kwala Begumit, tahun 2023, $p = 0,000 < 0,05$. Promosi kesehatan berpengaruh terhadap sikap remaja tentang permainan game online di Kelurahan Kwala Begumit ($p = 0,000 < 0,05$). Penelitian ini bahwa promosi kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja tentang permainan game online. Remaja harus banyak bertanya kepada tenaga kesehatan atau membaca banyak informasi terkait dengan dampak negatif permainan game online sehingga pengetahuan menjadi baik dan sikap menjadi positif.

Kata Kunci: Promosi Kesehatan, Pengetahuan, Sikap, Remaja, Game Online

Abstract - The World Health Organization (WHO) has designated online gaming addiction as one of the mental disorders, and the prevalence of online game addiction in adolescence is 24%. This is suspected because teenagers lack knowledge and have negative attitudes. Health promotion through counseling about online game addiction is very important, especially for adolescents who are prone to addiction. This research aims to determine the influence of health promotion on adolescents' knowledge and attitudes about online game games. This type of research is pre-experimental with the one group pretest posttest design. The research was conducted in Kwala Begumit Village. The study population was all adolescents as many as 65 people, and all of them were used as samples (total sampling). Data were analyzed univariate and bivariate using the Wilcoxon test at a 95% confidence level ($\alpha = 0.05$). The results of the study showed that health promotion had an effect on adolescents' knowledge of online game games in Kwala Begumit Village, in 2023, $p = 0.000 < 0.05$. Health promotion affects adolescents' attitudes about online game games in Kwala Begumit Village ($p = 0.000 < 0.05$). This research shows that health promotion can improve adolescents' knowledge and attitudes about online gaming. Teenagers have to ask a lot of questions to health workers or read a lot of information related to the negative impact of online games so that knowledge becomes good and attitudes become positive.

Keywords: Health Promotion, Knowledge, Attitude, Teens, Online Games

1. PENDAHULUAN

Berkembangnya teknologi komunikasi dan informasi, maka peralatan teknis saat ini tidak hanya perlu memiliki satu fungsi, tetapi juga perlu memiliki banyak fungsi sekaligus untuk memenuhi kebutuhan manusia. Tuntutan perangkat dengan banyak fungsi mendorong kreativitas manusia untuk mengembangkan fungsi ini di masa depan. Saat ini internet tidak hanya digunakan untuk memenuhi kebutuhan informasi, tetapi juga untuk menghibur berbagai hal.

Game merupakan salah satu hiburan internet yang telah menarik perhatian masyarakat luas. Di masa lalu, hanya Internet yang dapat memainkan game secara offline, dan kemunculan game internet memungkinkan mereka untuk bermain game online tanpa lebih banyak waktu. Game online saat ini dikembangkan oleh perkembangan dan kemajuan teknologi itu sendiri (Febrina, 2021). Game online dapat disebut sebagai bagian dari aktivitas sosial karena pemain dapat berinteraksi secara virtual dan sering kali membuat komunitas virtual. Dalam hal ini semakin menunjukkan bagaimana interaksi dalam permainan tersebut mempengaruhi perkembangan pemain itu sendiri (Fauziawati, 2015).

Game online adalah game yang berbasis elektronik dan visual yang memanfaatkan jaringan internet sebagai medianya. Game online di masa sekarang ini begitu populer di berbagai kalangan, salah satunya populer diantara anak sekolah (Rini, 2020). Popularitas game online berdampak besar pada anak muda, karena game online bisa membuat seseorang ketagihan. Pengguna game online tidak hanya remaja, tetapi banyak anak-anak yang ikut bermain game online. Selain mencari pemenang, game online juga menjadi tujuan untuk berteman dengan para pecinta game online. Game online sendiri mayoritas dimainkan oleh kalangan remaja hingga orang dewasa (Anggraini, 2017).

Masa remaja merupakan masa kemudaan manusia. Pada masa remaja, manusia tidak bisa disebut dewasa, tetapi tidak bisa disebut anak-anak. Masa remaja adalah masa peralihan manusia dari masa kanak-kanak hingga dewasa. Masa remaja adalah masa transisi dari masa kanak-kanak hingga dewasa, dengan rentang usia antara 11 hingga 21 tahun (Sarwono, 2020). Menurut Hurlock, masa remaja merupakan masa transisi dari masa kanak-kanak hingga dewasa, dibagi atas tiga kelompok usia tahap perkembangan, yaitu: remaja awal (early adolescence) berada pada rentang usia 12-15 tahun, remaja pertengahan (middle adolescence) dengan rentang usia 15-18 tahun, remaja akhir (late adolescence) berkisar pada usia 18-21 tahun (Hurlock, 2018).

Menurut laporan dari Newzoo, perusahaan riset pasar game global, pada tahun 2021, terdapat sekitar 2.8 miliar gamers di seluruh dunia, meningkat sekitar 5.7% dari tahun sebelumnya (Newzoo, 2021). Sekitar 80% pengguna internet di Amerika Serikat berusia 16-64 tahun memainkan game online setiap bulan. Jumlah pemain game di seluruh dunia telah mencapai 3,5 miliar. Mayoritas (69%) pengguna internet mengaku bahwa mereka bermain game di perangkat seluler, 41% orang bermain game di laptop atau desktop, dan 25% bermain game di konsol. Mengingat harga perangkat seluler yang relatif lebih murah dibandingkan game PC atau konsol game, tidak mengherankan jika jumlah gamer online melebihi PC dan konsol game (Hybrid, 2022). Menurut laporan Newzoo, pendapatan industri game pada tahun 2019 mencapai US\$150 miliar, naik hampir 10% jika dibandingkan dengan tahun sebelumnya. Sementara Statista, menyebutkan bahwa total pendapatan game online pada 2019 naik 5% menjadi US\$83 miliar (Newzoo, 2021).

Data Indonesia tahun 2021, tercatat sekitar 89 juta gamers atau sekitar 33.5% dari total populasi penduduk Indonesia, menurut data dari APJII (Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia). Selain data tersebut APJII juga merilis data bahwa game online yang paling digemari adalah permainan point blank, sebuah permainan komputer bertemakan perang modern, strategi perang, dan senjata dimainkan secara online. Permainan ini dikembangkan oleh Zepetto dari Korea Selatan yang dipublikasikan oleh NCSoft, dan di Indonesia memiliki server tersendiri (APJII, 2021).

Saat ini, WHO (World Health Organization) sudah menetapkan kecanduan game online sebagai salah satu gangguan mental (WHO, 2022). Beberapa tahun terakhir, penelitian tentang kecanduan game online telah meningkat baik dalam kuantitas maupun kualitas. Penelitian mengungkapkan bahwa game online merupakan masalah bagi pelajar. Kecanduan game online di era saat ini melaporkan bahwa estimasi prevalensi kecanduan game online semakin meningkat di dunia. Di negara-negara Asia Tenggara, dampak negatif dari kecanduan game online telah menyebabkan pemerintah dan penyedia layanan kesehatan menjadikan hal tersebut menjadi masalah yang serius dan berupaya untuk mengembangkan serangkaian inisiatif untuk membatasi dan mengatasi masalah tersebut. Di Korea Selatan, kecanduan game online dipandang sebagai sebuah keprihatinan yang signifikan bagi kesehatan masyarakat, 24% anak-anak di negara tersebut telah didiagnosis dengan kecanduan internet hospitalized. Di Jepang, pemerintah telah mengakui masalah tersebut menjadi sebuah studi oleh Departemen Pendidikan, yang telah menyebabkan pengembangan "fasting camp" di mana individu yang menderita dampak negatif dari internet dan kecanduan game online dibantu dengan memutuskan teknologi secara keseluruhan. Telah dinyatakan bahwa semakin tinggi penetrasi internet dan penerimaan game online, semakin tinggi prevalensi masalah. Sebagian menjelaskan tingkat prevalensi lebih tinggi dilaporkan di negara-negara Asia Tenggara (Kuss, 2019).

Game online dapat memberikan dampak positif bagi para pemainnya. Salah satu dampak positif adalah meningkatkan kemampuan kognitif dan perkembangan otak, seperti meningkatkan konsentrasi, koordinasi antara mata dan tangan, serta kemampuan berpikir dan memecahkan masalah. Game juga dapat membantu meningkatkan keterampilan sosial, karena banyak game yang membutuhkan kerja sama antar pemain dan memungkinkan para pemain untuk berinteraksi secara online (Kurnia, 2019). Selain itu, game online dapat menjadi sarana untuk meredakan stres dan kecemasan, karena dapat memberikan kesenangan dan mengalihkan perhatian dari masalah sehari-hari. Oleh karena itu, game online dapat memberikan dampak positif bagi pemainnya selama dimainkan dengan bijak dan seimbang (Susanti, 2020).

Selain memberikan dampak positif, game online tentunya game online memiliki dampak negatif, misalnya seorang profesor dari Tokyo Nihon University, Akio Mori melakukan kajian mengenai dampak

game pada aktivitas otak. Dari penelitian Akio Mori tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat 2 poin penting. Pertama, penurunan aktivitas gelombang otak prefrontal yang memiliki peranan sangat penting, dengan pengendalian emosi dan agresifitas sehingga mereka cepat mengalami perubahan mood, seperti mudah marah, mengalami masalah dalam hubungan dengan hubungan sosial, tidak konsentrasi dan lain sebagainya. Kedua, penurunan aktivitas gelombang beta merupakan efek jangka panjang yang tetap berlangsung meskipun gamer tidak sedang bermain game. Dengan kata lain para gamer mengalami “autonomic nerves” yaitu tubuh mengalami pengelabuan kondisi dimana sekresi adrenalin meningkat, sehingga denyut jantung, tekanan darah, dan kebutuhan oksigen terpacu untuk meningkat. Bila tubuh dalam keadaan seperti ini maka yang terjadi pada gamer adalah otak mereka merespon bahaya sesungguhnya (Nugroho, 2021).

Pengguna game online tidak mengetahui umur atau jenis kelaminnya, di antara anak laki-laki usia 12-22 tahun yang bermain game online di Indonesia, 64,45% laki-laki dan 47,85% perempuan menyatakan kecanduan game online. Banyak alasan yang disebabkan karena kecanduan game online, salah satunya adalah gamer tidak akan pernah bisa menyelesaikan game tersebut secara utuh. Selain itu karena pada dasarnya sifat manusia selalu ingin menjadi pemenang dan bangga menjadi ahli dalam bidang permainan dan aspek lainnya (Masya & Candra, 2019).

Penelitian yang dilakukan oleh Setiawan, dkk. di Indonesia tahun 2021 menunjukkan bahwa remaja yang kecanduan game online cenderung memiliki gangguan tidur dan kualitas hidup yang buruk. Penelitian ini melibatkan 217 remaja dan ditemukan bahwa remaja yang kecanduan game online memiliki gangguan tidur yang lebih sering terjadi daripada remaja yang tidak kecanduan game online. Selain itu, mereka juga memiliki kualitas hidup yang buruk karena kurangnya interaksi sosial dan waktu yang dihabiskan untuk bermain game (Setiawan et al., 2021). Penelitian yang dilakukan oleh Dong dan Yang di Korea Selatan tahun 2022 menunjukkan bahwa remaja yang kecanduan game online cenderung memiliki gangguan perilaku dan kognitif. Bahwa remaja yang kecanduan game online memiliki masalah perilaku seperti impulsif dan agresif, serta gangguan kognitif seperti kesulitan berkonsentrasi dan mengingat informasi (Dong & Yang, 2022).

Dengan perkembangan pesat dan kematangan teknologinya telah menarik perhatian banyak orang, terutama remaja, dan penggunaan game online juga semakin meningkat (Rifai, 2020). Remaja yang mengalami kecanduan game online menjadi masalah yang semakin sering terjadi di era digital ini karena dapat memengaruhi kesehatan mental dan fisik remaja, serta dapat mengganggu keseimbangan hidup mereka. Beberapa tanda-tanda kecanduan game online pada remaja yaitu menghabiskan waktu yang lama bermain game, merasa kesulitan untuk berhenti bermain, kurang tidur karena bermain game hingga larut malam, kurang fokus pada tugas dan kewajiban lainnya, dan meninggalkan kegiatan sosial dan olahraga yang sebelumnya disukai (Al-Mighwar, 2020).

Ketika kecanduan game online terjadi pada remaja maka peran tenaga kesehatan sangat penting untuk memberikan promosi kesehatan atau penyuluhan kesehatan. Promosi kesehatan dapat meliputi edukasi tentang risiko kecanduan game online dan cara menghindarinya, tips untuk mengelola waktu bermain game, serta pentingnya menjaga keseimbangan hidup antara bermain game dan kegiatan lainnya. Selain itu, penyuluhan kesehatan juga dapat membantu remaja untuk mengenali tanda-tanda kecanduan game online dan memberikan strategi untuk mengatasinya (Risman, 2020).

Tenaga kesehatan juga dapat membantu dengan merujuk remaja yang mengalami kecanduan game online ke profesional kesehatan mental untuk mendapatkan bantuan yang lebih spesifik. Konseling dan terapi dapat membantu remaja untuk memahami penyebab kecanduan mereka, mengembangkan keterampilan untuk mengelola stres dan emosi yang mendorong mereka bermain game, serta mencari alternatif kegiatan yang lebih sehat (Rini, 2020).

Promosi kesehatan melalui penyuluhan tentang kecanduan game online sangat penting dilakukan, terutama bagi remaja yang rentan terhadap kecanduan tersebut. Salah satu cara yang efektif adalah dengan menggunakan leaflet sebagai media penyuluhan. Dalam leaflet tersebut, informasi yang disampaikan meliputi pengertian kecanduan game online, dampak negatif yang bisa terjadi, serta cara mencegah dan mengatasi kecanduan tersebut. Selain itu, leaflet juga dapat memberikan informasi tentang pentingnya bermain game online dengan seimbang dan bijak sehingga remaja dapat meningkatkan pengetahuan dan merubah sikapnya menjadi positif (Indriani, 2019).

Dengan meningkatnya pengetahuan dan kesadaran remaja tentang kecanduan game online melalui leaflet, diharapkan dapat meningkatkan sikap yang positif terhadap bermain game dan menghindari kecanduan yang berbahaya. Leaflet merupakan media berbentuk selembaran kertas yang diberi gambar dan tulisan biasanya lebih banyak berisi tulisan. Media leaflet digunakan sebagai media pendidikan kesehatan dikarenakan dalam media ini sasaran dapat menyesuaikan dengan belajar mandiri, pengguna dapat melihat

isinya di saat santai, informasi dapat dibagi dengan keluarga dan teman, dapat memberikan informasi lebih detail mengenai informasi yang tidak dapat diberikan secara lisan mengurangi kebutuhan mencatat (Suliha, 2018).

Penelitian yang dilakukan oleh Wulandari dan Ramadhani di Indonesia tahun 2021 menunjukkan bahwa promosi edukasi penyuluhan kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja tentang kecanduan game online. Penelitian ini melibatkan 30 remaja dan ditemukan bahwa setelah mendapatkan promosi kesehatan menggunakan leaflet, terjadi peningkatan signifikan dalam pengetahuan remaja tentang efek buruk kecanduan game online, serta peningkatan positif dalam sikap mereka terhadap penggunaan game online yang sehat (Wulandari & Ramadhani, 2021). Penelitian Kim, dkk. di Korea Selatan tahun 2022 menunjukkan bahwa promosi kesehatan melalui media sosial dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja tentang kecanduan game online. Penelitian ini melibatkan 186 remaja dan ditemukan bahwa setelah mendapatkan promosi edukasi penyuluhan kesehatan melalui media sosial, terjadi peningkatan signifikan dalam pengetahuan remaja tentang dampak buruk kecanduan game online, serta peningkatan positif dalam sikap mereka terhadap penggunaan game online yang sehat (Kim et al., 2022).

Penelitian ini dilaksanakan di Kelurahan Kwala Begumit . Data yang diperoleh dari Lurah Kelurahan Baru, bahwa jumlah remaja sebanyak 65 orang terdiri dari laki-laki sebanyak 60 orang dan perempuan sebanyak 5 orang. Berdasarkan pengamatan yang peneliti lakukan pada remaja yang ada di Kelurahan Baru usia remaja baik itu remaja putra dan putri sebagian besar menggunakan waktunya dengan bermain game online. Jenis games yang banyak dimainkan oleh remaja tersebut seperti Free Fire, Mobile Legends atau PUBG Mobile, Candy Crush, dan lain-lain. Kondisi tersebut dikhawatirkan mengingat mereka masih usia sekolah sehingga sering lupa belajar dan mengerjakan tugas dari sekolahnya, dan tidak membantu orang tuanya.

Berdasarkan survei awal yang dilakukan peneliti, bahwa dari 10 remaja hanya 2 remaja yang tidak bermain game online di Jalan Pattimura Ujung Kelurahan Kwala Begumit , 4 orang bermain Mobile Legends atau PUBG Mobile, 2 orang bermain Free Fire, dan 2 orang bermain Candy Crush. Peneliti melihat bahwa remaja ketika bermain game online di suatu tempat perkumpulan mereka menjadi sibuk sendiri, fokus hanya bermain game, susah disuruh orangtua, mudah melawan orangtua, lupa makan bahkan lupa mengerjakan PR dari sekolah. Bahkan ada anak sekolah masih menggunakan pakaian seragam sekolah, biasanya anak SMP. Mereka yang berkumpul di suatu tempat bermain game online memakai android milik mereka sendiri, hingga lupa waktu. Ini disebabkan karena anak terpengaruh oleh game online yang mereka mainkan, karena hampir semua remaja menyukai permainan ini dan sering memainkannya. Ketika peneliti menanyakan keuntungan dan kerugian bermain game online, dampaknya pada remaja, mereka tidak dapat menjawabnya dengan benar.

Berdasarkan hal tersebut di atas terdapat suatu aspek yang menarik untuk dikaji yaitu tentang “Pengaruh Promosi Kesehatan Terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Tentang Permainan Game online di Kelurahan Kwala Begumit ”.

2. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian Pre Experimental pendekatan kuantitatif. Desain penelitian ini menggunakan desain pretest-posttest, yaitu Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh promosi kesehatan terhadap pengetahuan dan sikap remaja tentang permainan game online secara bersamaan pada waktu tertentu dalam suatu sampel populasi. Sumber data dari variabel independen dan variabel dependen dengan menggunakan kuesioner. Penelitian ini dilakukan di Kelurahan Kwala Begumit . Populasi dalam penelitian ini adalah remaja Kelurahan Kwala Begumit dengan mengambil populasi yaitu Total Sampling secara keseluruhan yang berjumlah 65 orang. Analisis data menggunakan program SPSS, analisis univariat digunakan untuk mendeskripsikan karakteristik responden, sampel, distribusi dan frekuensi variable, analisis bivariat untuk melihat hubungan variabel dengan uji Chi-Square.

3. HASIL

Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan uji *Wilcoxon*, pengaruh promosi kesehatan terhadap pengetahuan remaja tentang permainan *game online* dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 1. Hasil Uji *Wilcoxon* Pengaruh Promosi Kesehatan Terhadap Pengetahuan Remaja Tentang Permainan *Game Online* di Kelurahan Kwala Begumit

Variabel	Pengetahuan (Post)		Perubahan Ranking	n	p.
	Baik	Cukup			
Pengetahuan (Pre)					
Baik	4	0	Ranking Negatif	0	0,000
Cukup	32	7	Ranking Positif	54	
Kurang	8	14	Ties	11	
Total	44	21	Total	65	

Keterangan :

1. Ranking negatif adalah perubahan kategori pengetahuan sebelum dan sesudah dari kategori “cukup menjadi kurang”, atau kategori “baik menjadi kurang”, atau kategori “baik menjadi cukup”.
2. Ranking positif adalah perubahan kategori pengetahuan sebelum dan sesudah dari kategori “kurang menjadi cukup”, atau kategori “kurang menjadi baik”, atau kategori “cukup menjadi baik”.
3. Ties artinya tidak terjadi perubahan kategori sebelum dan sesudah intervensi

Pada tabel di atas dilakukan uji Wilcoxon untuk melihat perubahan kategori pengetahuan, dari hasil analisis menunjukkan bahwa responden yang mengalami peningkatan ranking (*positive rank*) sebanyak 54 responden dan yang tidak berubah (ties) sebanyak 11 responden. tidak ada responden yang mengalami penurunan ranking.

Jumlah responden yang pengetahuannya meningkat dari kategori kurang menjadi kategori cukup sebanyak 14 responden dan menjadi kategori baik sebanyak 8 orang. Responden yang pengetahuannya meningkat dari kategori cukup menjadi kategori baik sebanyak 32 responden, dan yang tetap pada kategori cukup sebanyak 7 orang. Responden yang pengetahuannya tetap pada kategori baik sebanyak 4 orang. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan $p(0,000) < \alpha (=0,05)$. Artinya ada perbedaan pengetahuan remaja tentang permainan *game online* sebelum dan setelah diberikan promosi kesehatan.

Tabel 2. Hasil Uji Wilcoxon Pengaruh Promosi Kesehatan Terhadap Sikap Remaja Tentang Permainan *Game Online* di Kelurahan Kwala Begumit

Variabel	Sikap (Post)		Perubahan Ranking		p.
	Positif	Negatif		n	
Sikap (Pre)					
Positif	18	0	Ranking Negatif	0	0,000
Negatif	32	15	Ranking Positif	32	
			Ties	33	
Total	50	15	Total	65	

Keterangan :

1. Ranking negatif adalah perubahan kategori sikap sebelum dan sesudah dari kategori “positif menjadi negatif”.
2. Ranking positif adalah perubahan kategori sikap sebelum dan sesudah dari kategori “negatif menjadi positif”.
3. Ties artinya tidak terjadi perubahan kategori sebelum dan sesudah intervensi

Pada tabel di atas dilakukan uji Wilcoxon untuk melihat perubahan kategori sikap, dari hasil analisis menunjukkan bahwa responden yang mengalami peningkatan ranking (*positive rank*) sebanyak 32 responden dan yang tidak berubah (ties) sebanyak 33 responden. Tidak ada responden yang mengalami penurunan ranking.

Jumlah responden yang sikapnya meningkat dari kategori negatif menjadi kategori positif sebanyak 32 responden dan yang tetap pada kategori negatif sebanyak 15 orang. Sementara jumlah dalam kategori tetap yaitu kategori positif sebanyak 18 orang. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan $p(0,001) < \alpha (=0,05)$, artinya ada perbedaan sikap remaja tentang permainan *game online* sebelum dan setelah diberikan promosi kesehatan.

4. PEMBAHASAN

Pengaruh Promosi Kesehatan Terhadap Pengetahuan Remaja Tentang Permainan Game Online

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh promosi kesehatan terhadap pengetahuan remaja tentang permainan game online di Kelurahan Kwala Begumit tahun 2023, $p = 0,000 < 0,05$. Sebelum diberi promosi kesehatan (pretest) sebagian besar responden berpengetahuan cukup tentang game online (60,0%), sebagian kecil berpengetahuan baik (6,2%). Setelah diberi promosi kesehatan (posttest) sebagian besar responden berpengetahuan baik (67,7%), sebagian kecil berpengetahuan cukup (32,3%) dan tidak ada lagi responden dengan pengetahuan yang kurang.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Dewi (2021) menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan remaja setelah mendapatkan promosi kesehatan. Hasil penelitian Kurniasih (2022) menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan remaja setelah mengikuti program penyuluhan kesehatan tersebut. Remaja menjadi lebih memahami tentang bahaya kecanduan game online. Hasil penelitian Jumaidah dkk di SMP Muhammadiyah 3 Samarinda terdapat peningkatan pengetahuan siswa mengenai dampak perilaku kecanduan game online terhadap kesehatan fisik dan mental. Perlunya dilakukan penyuluhan dan sosialisasi terkait dampak bermain game online pada remaja di sekolah-sekolah.

Pengetahuan adalah suatu pemahaman atau kesadaran yang dimiliki individu atau kelompok tentang fakta, informasi, konsep, atau prinsip yang diperoleh melalui pengalaman, belajar, atau penelitian. Hal ini melibatkan kemampuan untuk menghubungkan dan menginterpretasikan data serta menggunakan pengetahuan tersebut untuk membuat keputusan atau mengatasi masalah dalam berbagai konteks kehidupan. Pengetahuan dapat diperoleh dari berbagai sumber seperti buku, artikel ilmiah, pengalaman praktis, interaksi sosial, dan media digital. Pentingnya pengetahuan sebagai fondasi untuk pengembangan individu dan masyarakat tidak dapat disangkal, karena pengetahuan merupakan landasan bagi inovasi, pembelajaran, dan pertumbuhan.

Menurut peneliti, penelitian membuktikan bahwa promosi kesehatan mempengaruhi pengetahuan remaja tentang permainan game online di Kelurahan Kwala Begumit. Sebelum diberi promosi kesehatan, pengetahuan remaja tentang permainan game online pada kategori cukup, sedangkan setelah diberi promosi kesehatan mayoritas remaja di Kelurahan Kwala Begumit berpengetahuan baik tentang permainan game online. Dalam era digital ini, game online telah menjadi bagian integral dari kehidupan remaja, yang menghabiskan waktu yang signifikan di depan layar komputer atau perangkat seluler mereka. Promosi kesehatan dapat memanfaatkan pengetahuan remaja tentang game online sebagai sarana untuk menyampaikan pesan-pesan kesehatan yang relevan. Hal ini bisa mencakup informasi tentang pentingnya penggunaan yang seimbang, jeda yang diperlukan, serta pemahaman tentang dampak kesehatan mental dan fisik dari bermain game online yang berlebihan. Dengan memahami dunia game online yang sangat mereka kenal, promosi kesehatan dapat lebih efektif dalam mencapai remaja dan membantu mereka mengembangkan perilaku yang lebih sehat dalam penggunaannya.

Promosi atau edukasi kesehatan tentang game online dapat meningkatkan pengetahuan remaja tentang risiko yang terkait dengan kecanduan game, seperti gangguan tidur, penurunan produktivitas, dan masalah kesehatan mental. Untuk mengatasi remaja yang kecanduan game online, perlu diterapkan beberapa strategi seperti pembatasan waktu bermain dengan pengaturan jadwal yang seimbang antara aktivitas online dan offline, pendampingan oleh orang tua dalam pemantauan dan pemahaman terhadap konten game yang dimainkan, serta mendukung hobi atau kegiatan lain yang positif untuk mengalihkan perhatian mereka dari game online. Selain itu, penting juga mempromosikan kesadaran akan tanda-tanda kecanduan dan mencari bantuan profesional jika diperlukan agar remaja dapat mengembangkan kebiasaan yang lebih sehat dalam menggunakan game online.

Pengaruh Promosi Kesehatan Terhadap Sikap Remaja Tentang Permainan Game Online

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh promosi kesehatan terhadap sikap remaja tentang permainan game online di Kelurahan Kwala Begumit tahun 2023, $p = 0,000 < 0,05$. Sebelum diberi promosi kesehatan (pretest) sebagian besar responden bersikap negatif (72,3%), sebagian kecil bersikap positif (27,7%). Setelah diberi promosi kesehatan (posttest) sebagian besar responden bersikap positif (76,9%), sebagian kecil bersikap negatif (23,1%).

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan Dewi (2021) menunjukkan adanya peningkatan sikap remaja setelah mendapatkan promosi kesehatan. Hasil penelitian Kurniasih (2022) menunjukkan adanya peningkatan sikap remaja setelah mengikuti program penyuluhan kesehatan tersebut. Remaja menjadi lebih memahami tentang bahaya kecanduan game online.

Sikap adalah suatu predisposisi psikologis yang mencakup penilaian, evaluasi, dan reaksi individu terhadap objek, orang, atau konsep tertentu. Sikap mencerminkan cara individu merasa terhadap sesuatu dan

dapat berkisar dari positif hingga negatif. Sikap dapat memengaruhi perilaku individu, termasuk tindakan, preferensi, dan keputusan mereka. Sikap dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk pengalaman pribadi, pengaruh sosial, nilai-nilai budaya, dan informasi yang diperoleh.

Menurut peneliti, hasil penelitian ini membuktikan bahwa promosi kesehatan dapat meningkatkan sikap remaja tentang permainan game online di Kelurahan Kwala Begumit. Sebelum diberi promosi kesehatan, sikap remaja tentang permainan game online pada kategori negatif, sedangkan setelah diberi promosi kesehatan mayoritas remaja bersikap positif tentang permainan game online. Hal tersebut mengindikasikan bahwa melalui promosi kesehatan yang tepat, dapat memengaruhi sikap remaja terhadap permainan daring dengan memberikan pemahaman yang lebih baik tentang dampak kesehatan, baik fisik maupun mental, dari bermain game online yang berlebihan.

Selain itu, promosi kesehatan dapat membantu merangsang sikap yang lebih positif terhadap penggunaan teknologi, dengan mengajarkan remaja cara mengintegrasikan game online ke dalam kehidupan sehari-hari mereka secara seimbang, serta mengidentifikasi tanda-tanda ketika bermain game online mengganggu kesejahteraan mereka. Dengan menghubungkan promosi kesehatan dengan sikap remaja terhadap game online, kita dapat menciptakan lingkungan yang mendukung pemahaman yang lebih baik tentang bagaimana memanfaatkan permainan online dengan sehat dan bertanggung jawab dalam era digital ini.

Promosi atau edukasi kesehatan tentang game online memiliki potensi untuk mengubah sikap remaja dari negatif menjadi positif dengan meningkatkan pemahaman mereka tentang risiko kecanduan game dan dampak negatif yang mungkin timbul. Dengan pemahaman yang lebih baik tentang cara mengatur waktu bermain, mengidentifikasi tanda-tanda kecanduan, dan memahami pentingnya keseimbangan antara kegiatan online dan offline, remaja memiliki sikap yang positif serta proaktif mencegah dan mengatasi kecanduan game online. Dengan demikian, mereka dapat mengembangkan hubungan yang lebih sehat dengan teknologi dan meraih manfaat positif dari pengalaman bermain game, seperti peningkatan keterampilan kognitif, sosial, dan pemecahan masalah, sambil menjaga keseimbangan dalam kehidupan sehari-hari mereka..

5. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di Kelurahan Kwala Begumit, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara Promosi kesehatan berpengaruh terhadap pengetahuan remaja tentang permainan game online ($p=0.000<0.05$) dan Promosi kesehatan berpengaruh terhadap sikap remaja tentang permainan game online ($p=0.000<0.05$)

Agar melakukan bekerjasama dengan aparat Kelurahan Kwala Begumit memberikan Edukasi tentang pentingnya menjaga keseimbangan antara bermain game online dan aktivitas fisik, sosial, dan akademik lainnya sangat penting. Tenaga kesehatan dapat memberikan saran praktis tentang waktu yang sehat untuk bermain game online agar remaja dengan pengetahuan kurang dan sikap negatif dapat meningkat menjadi pengetahuan baik dan sikap positif.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Mighwar, M. (2020). *Psikologi Remaja* (Cetakan 2). Pustaka Setia.
- Angraini, D. (2017). Dinamika Perilaku Agresif Anak yang Bermain Game pada Anak Kelompok B4 di TK Aba Wonocatur Banguntapan Bantul. *Jurnal Psikologi*, 1(1), 151–160.
- APJII. (2021). *Infografis Penetrasi & Perilaku Pengguna Internet Indonesia*. Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII).
- Dewi, R. (2021). Pengaruh Promosi Kesehatan Terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Tentang Permainan Game Online. *Jurnal Kesehatan*, 12(2), 123–131.
- Dong, G., & Yang, X. (2022). Gaming addiction and behavior and cognitive problems among adolescents: a cross-sectional study in South Korea. *Child Psychiatry & Human Development*, 53(1), 53–63.
- Fauziawati, W. (2015). Upaya Mereduksi Kebiasaan Bermain Game Online Melalui Teknik Diskusi Kelompok. *Jurnal Psikopedagogia*, 4(2), 41–47.
- Febrina. (2021). Hubungan Kebiasaan Bermain Game Online. *Jurnal Borneo Cendekia*, 5(1), 24–33.
- Hurlock, E. B. (2018). *Psikologi Perkembangan, Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan (Terjemahan)* (Cetakan 8). Erlangga.
- Hybrid. (2022). *Jumlah Gamer di Dunia*.
- Indriani, D. (2019). *Kesehatan Mental Remaja: Cegah Kecanduan Game Online* (Cetakan 1). Kencana.

- Jumaida, P. A., Ekawaty, R., Parande, A. L., Nurlaila, Arianto, O. G., & Masnina, R. (2022). Promosi kesehatan tentang bahaya adiksi game online pada remaja di smp muhammadiyah 3 samarinda. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Nusantara*, 1(1), 37–44.
- Keraf, S., & Dua, M. (2015). *Ilmu pengetahuan (Sebuah Tinjauan Filosofis)* (Cetakan 2). Kanisius.
- Kim, Y. J., Kim, J. H., Kim, S. H., & Hwang, S. S. (2022). The effects of social media health education on adolescents' knowledge and attitudes toward online game addiction. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(1), 95–102.
- Kurnia, H. (2019). *Gamers: Menggali Makna dan Fenomena Game Online* (Cetakan 2). Gramedia Pustaka Utama.
- Kurniasih, N. (2022). Efektivitas Program Penyuluhan Kesehatan Terhadap Pengetahuan dan Sikap Remaja Tentang Bahaya Kecanduan Game Online. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 3(1), 45–53.
- Kuss. (2019). Excessive online social networking: Can adolescents become addicted to Facebook? *Education and Health*, 29(4), 68–71.
- Masya, H., & Candra, D. (2019). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perilaku Gangguan Kecanduan Game Online pada Peserta Didik Kelas X di Madrasah Aliyah Al-Furqon Prabumulih. Fakultas Tarbiyah dan Keguruan IAIN Raden Intan Lampung. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 2(2), 27–35.
- Newzoo. (2021). *Global Games Market Report*. Newzoo.Com.
- Nugroho, E. (2021). *Game On: Bagaimana Dunia Game Menjadi Kekuatan Budaya Global* (Cetakan 3). Kepustakaan Populer Gramedia.
- Peraturan Presiden. (2003). *Undang-Undang Republik Indonesia No. 13 Tahun 2003 tentang Ketenagakerjaan* (Issue 13). Kementerian Ketenagakerjaan.
- Rifai, A. (2020). *Game Addiction: Mengatasi Kecanduan Game Online* (Cetakan 2). Pustaka Zahra.
- Rini, A. (2020). *Menanggulangi Kecanduan Game Online pada Anak* (Cetakan 2). Pustaka Mania.
- Risman, E. (2020). *Game On: Bahaya Game Online dan Cara Mengatasinya* (Cetakan 1). Darul Haq.
- Sarwono, S. W. (2020). *Psikologi Remaja*. Rajawali Press.
- Setiawan, B., Rijaluddin, F., Lubis, D. P., & Rahman, S. F. (2021). Gaming addiction and sleep quality among adolescent: a cross-sectional stud. *International Journal of Adolescent Medicine and Health*, 1(1), 1–7.
- Suliha, U. (2018). *Pendidikan Kesehatan Dalam Keperawatan* (Cetakan 3). EGC.
- Susanti, F. (2020). *Gamers: Panduan Sehat Bermain Game Online* (Cetakan 2). Gramedia Pustaka Utama.
- Wawan, A., & Dewi, M. (2015). *Teori Pengukuran Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Manusia* (Cetakan 3). Nuha Medika.
- WHO. (2022). *Kecanduan Main Game Jadi Kelainan Mental*. World Health Organization.
- Wulandari, R. A., & Ramadhani, A. (2021). The effectiveness of health education promotion on adolescent's knowledge and attitude towards online game addiction. *Journal of Health Science and Prevention*, 5(1), 1–6.