

BAB VI

PEMBAHASAN

Bab ini membahas mengenai interpretasi hasil penelitian yang disajikan secara berurutan berdasarkan tujuan dengan merujuk pada hasil penelitian, konsep teori, dan opini dengan membandingkan kajian terdahulu serta menyampaikan keterbatasan dan implikasi keperawatan.

A. Interpretasi dan Diskusi Hasil

1. Durasi Bermain Game Online

Studi ini menunjukkan bahwa durasi game online siswa SDN Tempurejo 03 sebagian besar berkategori ringan yaitu sebanyak 43 orang (52,4%).

Game dapat berupa permainan fisik seperti olahraga, atau permainan digital yang dimainkan di komputer atau laptop. Konsep ini mencakup berbagai jenis permainan, dari yang sederhana seperti kartu hingga yang kompleks seperti video game yang memerlukan strategi dan keterampilan. Dalam bahasa Indonesia, game sering diterjemahkan sebagai permainan. Istilah ini mencakup berbagai bentuk aktivitas yang dilakukan untuk bersenang-senang atau sebagai sarana pendidikan (Renaldi et al., 2023; Supriyaddin et al., 2023). Durasi bermain game pada anak adalah waktu yang dihabiskan anak untuk bermain video game, baik secara online maupun offline (Putri et al., 2023). Durasi bermain game mengacu pada jumlah waktu yang dihabiskan anak dalam aktivitas bermain game. Waktu ini bisa bervariasi dari beberapa menit hingga berjam-jam setiap hari, tergantung pada kebiasaan dan lingkungan

sebagai lamanya waktu sesuatu berlangsung atau ada. Durasi mengacu pada periode terukur selama suatu peristiwa, aktivitas, atau kondisi terjadi. Durasi bermain game mengacu pada lamanya waktu yang dihabiskan seseorang untuk bermain game, baik itu video game, board *game*, atau jenis *game* lainnya (Wijoyo et al., 2020).

Terlalu sering bermain game online pun sangat memiliki banyak faktor terhadap kehidupan individu itu sendiri seperti dapat membuang waktu seseorang demi bermain game online, mempengaruhi terhadap tingkat kesehatan seseorang, karena terlalu sering bermain game online membuat seseorang lupa waktu dan lupa terhadap kesehatan seseorang, mapu memberikan dampak kepada individu pemain game online, pengaruh kuat yang mendatangkan akibat baik negatif maupun positif (KBBI). Banyak orang yang beranggapan bahwa game online akan berdampak negatif bagi pemainnya. Ini terutama karena sebagian besar game membuat ketagihan dan biasanya dikaitkan dengan perkelahian dan perkelahian yang kejam. Kebanyakan orang tua dan media percaya dan percaya bahwa permainan dapat merusak otak anak-anak dan mendorong perilaku kekerasan di antara anak dan orang tua (Ulfah, 2020).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian milik (Sinanto et al., 2021) yang dimana menjelaskan bahwa Semua partisipan (100%) dalam penelitian ini mengalami kecanduan game online, menunjukkan bahwa responden yang terlibat memiliki kebiasaan bermain game yang tidak terkontrol dan berdampak negatif. Dampak kesehatan fisik yang sering dialami adalah kelelahan dan pusing, disebabkan oleh seringnya begadang

dan kurang tidur akibat bermain game online. Selain itu, partisipan berisiko mengalami gastritis dan infeksi saluran kemih karena sering menunda makan dan buang air kecil akibat terlalu fokus pada permainan. Responden merasa sulit untuk meninggalkan permainan karena tidak merasa puas dan sulit mengontrol diri saat bermain, sehingga kecanduan game online ini mengganggu aktivitas dan kebutuhan dasar lainnya. Penelitian tersebut sejalan dengan penelitian ini yang dimana bila seseorang individu mampu mengontrol durasi bermain game online maka tidak akan memberikan efek yang begitu berat atau mengurangi dampak negatif yang ada pada individu. Selain hal tersebut, perlunya ada pengawasan dari orang tua terkait penggunaan internet atau game online yang dilakukan karena anak-anak yang masih dalam masa pertumbuhan masih perlu pengawasan orang tua.

2. Kecemasan Orang Tua

Studi ini menunjukkan bahwa tingkat kecemasan orang tua siswa SDN Tempurejo 03 sebagian besar tingkat kecemasan sedang yaitu sebanyak 48 orang (58,5%).

Cemas adalah hal yang normal yang dialami oleh manusia dan emosi cemas ini punya tujuan baik supaya berjaga jaga atau lakukan persiapan, namun ketika cemas ini sudah semakin tinggi maka cemas menjadi hal yang kontraproduktif. Kecemasan berasal dari kata dasar cemas, yang diawali dengan imbuhan "Ke-" dan akhiran "-an". Namun, dalam perkembangannya ada pula yang langsung memberikan pengertian kata "kecemasan," entah itu dengan pertimbangan kata dasar cemas, apa yang

dirasakan saat mengalami kecemasan, hasil- hasil penelitian atau penemuan terkait kecemasan, dan lain-lain sebagainya. Berbagai sudut pandang dapat digunakan sebagai sumber dalam mendefinisikan atau memberikan pengertian dari kecemasan tersebut. Hal tersebut karena definisi atau pengertian tersebut dapat dilihat atau dipandang dari berbagai sudut pandang (Zebua, 2022).

Kecemasan orang tua merupakan fenomena psikologis signifikan yang dapat terwujud dalam berbagai konteks, khususnya terkait kesehatan, pendidikan, dan kesejahteraan anak secara keseluruhan. Kecemasan ini sering kali muncul dari tekanan yang dihadapi orang tua dalam memastikan keselamatan, keberhasilan, dan kebahagiaan anak-anak. Pada anak usia sekolah, kecemasan orang tua khususnya sangat terasa terkait keputusan pendidikan. Penelitian menunjukkan bahwa kebijakan pendidikan inklusif yang bertujuan untuk mengintegrasikan pendidikan umum dan kejuruan telah menciptakan peluang dan kecemasan bagi orang tua. Sementara kebijakan ini menawarkan lebih banyak pilihan untuk masa depan anak-anak, kebijakan ini juga menimbulkan ketidakpastian tentang jalur karier dan tekanan dalam pengambilan keputusan pendidikan (Mengqing, 2023; Zhu, 2023). Dualitas ini berkontribusi pada mentalitas kolektif yang terus-menerus berupa kecemasan pendidikan di kalangan orang tua.

Faktor-faktor yang memicu kecemasan orang tua terkait aktivitas game online anak dapat dikelompokkan menjadi beberapa kategori berdasarkan penelitian yang ada. Lama bermain game online merupakan

salah satu faktor utama yang menyebabkan kecemasan orang tua. Penelitian menunjukkan bahwa anak-anak yang terlibat dalam game online cenderung mengalami gangguan tidur, obesitas, sakit kepala, ketegangan otot, dan masalah mata seperti ketegangan mata. Salah satu dampak langsung terhadap kesehatan fisik akibat kecanduan game online adalah kurang tidur.

Penelitian Gabrito et al telah menunjukkan bahwa waktu bermain game yang berlebihan dapat menyebabkan gejala seperti pusing dan bahkan gangguan penglihatan jangka panjang (Gabrito et al., 2023; Wibowo & Belladina, 2024). Gaya hidup yang tidak banyak bergerak yang dikaitkan dengan jam bermain game yang panjang juga meningkatkan risiko terkena penyakit kardiovaskular karena kurangnya aktivitas fisik. Kecanduan ini juga dapat menyebabkan anak menjadi lebih tertutup dan kurang berinteraksi dengan lingkungan sosialnya (Kurniawan, 2022; Syafii et al., 2023).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian milik (Hou et al., 2022) yang dimana menjelaskan Hasil penelitian ini menunjukkan hubungan antara preferensi *game* mobile, risiko *online*, dan kesehatan mental anak. Misalnya, anak-anak yang sering bermain *game* multi-player dengan masalah kesehatan mental seperti depresi maka dapat menimbulkan kecemasan bagi orang tua. Pada penelitian tingkat kecemasan pada orang tua berada pada kategori sedang yang dimana merasa susah melupakan hal-hal yang terjadi dan merasakan khawatir secara terus menerus sehingga dapat menyebabkan isolasi sosial.

3. Hubungan Durasi Game Online Dengan Tingkat Kecemasan Orang Tua Pada Anak Usia Sekolah (9-11 Tahun) Di SDN Tempurejo 03

Hasil yang didapat bahwa pada siswa SDN Tempurejo 03 terdapat sebanyak 43 orang (52,4%) yang menggunakan internet ringan dan tingkat kecemasan orang tua sebanyak 48 orang (58.5%) yang mengalami cemas sedang. Berdasarkan uji statistic menggunakan *Spearman-Rho* didapatkan hasil $p\text{-value} = 0,000$ ($\alpha < 0,05$) dengan korelasi 0,765. Hal ini menunjukkan bahwa H_1 diterima dengan demikian ada hubungan antara variabel x dan y yang berarti ada hubungan antara durasi bermain game online dengan tingkat kecemasan orang tua pada anak usia sekolah (9-11 Tahun) di SDN Tempurejo 03 dengan kekuatan hubungan yang kuat.

Sutopo menyatakan bahwa tindakan apapun yang dilakukan hanya untuk bersenang-senang dan tanpa tujuan yang disengaja dianggap sebagai game. Dalam hal ini, game adalah aktivitas apapun yang menyenangkan (Sutopo, 2020). Yudha & Mandasari menyatakan bahwa game adalah suatu kegiatan yang memiliki aturan, tujuan dan unsur kesenangan. Game menjadi salah satu budaya dan kegiatan keseharian masyarakat (Yudha & Mandasari, 2021). Berdasarkan berbagai definisi di atas, game adalah suatu aktivitas yang dilakukan untuk tujuan hiburan, rekreasi, atau kompetisi, baik dalam bentuk fisik maupun digital, yang biasanya mengikuti aturan tertentu untuk mencapai kesenangan atau kepuasan batin pemainnya. Game berfungsi sebagai sarana pembelajaran atau hanya untuk hiburan tanpa tujuan yang disengaja, mencakup berbagai bentuk seperti permainan fisik, permainan kartu, hingga multimedia digital yang

dirancang untuk menarik minat pemain dan menjadi bagian dari budaya keseharian.

Pada anak usia sekolah, kecemasan orang tua khususnya sangat terasa terkait keputusan pendidikan. Penelitian menunjukkan bahwa kebijakan pendidikan inklusif yang bertujuan untuk mengintegrasikan pendidikan umum dan kejuruan telah menciptakan peluang dan kecemasan bagi orang tua. Sementara kebijakan ini menawarkan lebih banyak pilihan untuk masa depan anak-anak, kebijakan ini juga menimbulkan ketidakpastian tentang jalur karier dan tekanan dalam pengambilan keputusan pendidikan (Mengqing, 2023; Zhu, 2023). Dualitas ini berkontribusi pada mentalitas kolektif yang terus-menerus berupa kecemasan pendidikan di kalangan orang tua.

Kecemasan orang tua secara signifikan memengaruhi kondisi emosional anak. Penelitian Feroze dan Ismail telah menunjukkan bahwa anak-anak dengan orang tua yang cemas cenderung menunjukkan tingkat kecemasan yang lebih tinggi, terutama dalam situasi yang menegangkan seperti prosedur medis atau transisi sekolah (Feroze et al., 2022; Ismail & Mahrous, 2022). Misalnya, sebuah penelitian yang dilakukan oleh Jain menemukan bahwa kehadiran orang tua selama induksi anestesi mengurangi tingkat kecemasan pada anak yang menjalani operasi, yang menunjukkan pentingnya dukungan orang tua dalam mengurangi kecemasan anak (Jain et al., 2022).

Lama bermain game online merupakan salah satu faktor utama yang menyebabkan kecemasan orang tua. Penelitian menunjukkan bahwa anak-

anak yang terlibat dalam game online cenderung mengalami gangguan tidur, obesitas, sakit kepala, ketegangan otot, dan masalah mata seperti ketegangan mata. Salah satu dampak langsung terhadap kesehatan fisik akibat kecanduan game online adalah kurang tidur.

Penelitian Gabrito et al telah menunjukkan bahwa waktu bermain game yang berlebihan dapat menyebabkan gejala seperti pusing dan bahkan gangguan penglihatan jangka panjang (Gabrito et al., 2023; Wibowo & Belladiena, 2024). Gaya hidup yang tidak banyak bergerak yang dikaitkan dengan jam bermain game yang panjang juga meningkatkan risiko terkena penyakit kardiovaskular karena kurangnya aktivitas fisik. Kecanduan ini juga dapat menyebabkan anak menjadi lebih tertutup dan kurang berinteraksi dengan lingkungan sosialnya (Kurniawan, 2022; Syafii et al., 2023).

Penelitian ini sejalan dengan milik (Kracht et al., 2020) Penelitian dalam jurnal "*Video Games, Obesity, and Children*" (Kracht, Joseph, dan Staiano 2020) menyimpulkan bahwa dari 26 studi observasional, 53% tidak menemukan hubungan signifikan antara bermain video game dan obesitas pada anak, sementara sisanya menunjukkan adanya risiko peningkatan obesitas terkait bermain video game, terutama setelah tahun 2012. Faktor-faktor seperti durasi bermain, bermain di hari kerja atau sebelum tidur, dan pengaruh lingkungan kamar berpotensi memediasi hubungan ini. Selain itu, video game aktif (*exergaming*) memiliki potensi untuk menurunkan berat badan pada anak-anak, tetapi intervensi yang hanya mengurangi waktu bermain belum terbukti konsisten dalam

mengurangi berat badan. Penelitian masa depan disarankan untuk fokus pada efektivitas konten video *game* dalam mempromosikan perilaku sehat serta mempertimbangkan aspek sosial dan peran orang tua dalam aktivitas bermain video *game*. Pada penelitian tersebut dapat dijelaskan bahwa durasi bermain game mempengaruhi seseorang yang dimana bisa menjadi kecanduan, lupa waktu, bahkan bisa menimbulkan tingkat kekerasan kepada sesama sehingga hal tersebut yang dapat menyebabkan orangtua mudah mengalami kecemasan yang dimana selalu merasa khawatir kepada anaknya, maka dari itu perlu dilakukannya parenting yang diberikan kepada anak sejak kecil sehingga anak akan mengerti dan dapat mengurangi tingkat kecemasan pada orang tua.

B. Keterbatasan Hasil Penelitian

1. Penelitian ini hanya membahas mengenai durasi game online dengan tingkat kecemasan pada orang tua siswa SDN Tempurejo 03. Penelitian ini tidak membahas perubahan psikologis secara patologis pada siswa, sehingga diperlukan riset mendalam untuk meninjau akibat lama bermain game online.
2. Penelitian ini hanya memprediksi besar risiko, sehingga diperlukan kajian longitudinal atau prospektif untuk memperkuat asumsi
3. Penelitian ini hanya menggunakan instrument pemeriksaan IAT dan HARS dengan berbagai keterbatasan sehingga akurasi pemeriksaan bisa menimbulkan bias, karena secara ideal pemeriksaan dilakukan oleh ahli anak untuk lebih mendalami masalah yang ada pada anak tersebut.

C. Implikasi Keperawatan

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang kuat antara durasi bermain game online dengan tingkat kecemasan orang tua. Temuan ini mengimplikasikan peran penting perawat dalam memberikan edukasi kepada orang tua tentang dampak penggunaan game online, serta deteksi dini terhadap kecemasan orang tua. Perawat juga diharapkan dapat menyusun program promotif dan preventif seperti penyuluhan atau kelas parenting, serta menjalin kerja sama dengan pihak sekolah untuk menciptakan lingkungan yang mendukung tumbuh kembang anak secara optimal dan menjaga kesehatan mental keluarga.

