**HUBUNGAN ANTARA *ADVERSITY QUOTIENT* DENGAN KECANDUAN *GAME ONLINE* PADA REMAJA**

***THE RELATIONSHIP BETWEEN ADVERSITY QUOTIENT WITH GAME ONLINE ADDICTION IN ADOLESCENTS***

**Deska Triani Arifin**

Universitas Mercu Buana Yogyakarta

[deskaarifin09@gmail.com](mailto:deskaarifin09@gmail.com)

**Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *adversity quotient* dengan kecanduan *game online* pada remaja. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan negatif antara adversity quotient dengan kecanduan game online pada remaja. Subjek penelitian ini berjumlah 100 orang. Penentuan subjek penelitian menggunakan metode *Nonprobability Sampling*. Pengumpulan data menggunakan alat ukur berupa Skala *Adversity Quotient* dan Kecanduan *Game Online* pada remaja . Metode analisis yang digunakan adalah *Pearson Correlation*. Hasil analisis diperoleh nilai korelasi sebesar r = -0.365 dan p = 0,000 (p < 0,01). Nilai koefisien determinasi (R *squared*) sebesar 0.133 yang berarti *adversity quotient* memberikan sumbangan efektif sebesar 13.3% terhadap kecanduan *game online*. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan negatif antara *adversity quotient* dengan kecanduan *game online* pada remaja.

**Kata Kunci** : kecanduan *game online*, *adversity quotient*, *game online*, remaja

***Abstract***

*This study aims to determine the relationship between adversity quotient with game online addiction in teenager. The hypothesis of this study is that there is negative relationship between adversity quotient with game online addiction in teenager. Research subjects are determined by Nonprobability Sampling method. Research data collection used a measurement tool of Adversity Quotient Scale and Game Online Addiction in teenager Scale. Data analysis method used is Pearson Correlation. Data analysis results obtained correlation value r = -0.365 and p = 0.000 (p*<0,01*). The coefficient determination (R squared) which means Adversity Quotient give contribution effective amounted to 13.3% against Game Online Addiction. The result show that there is a significant negative correlation between Adversity Quotient with Game Online addiction in teenager*

***Keyword*** *: Game Online Addiction, Adversity Quotient, Game Online, Teenager*

**Pendahuluan**

Era globalisasi seperti sekarang ini banyak remaja yang terpengaruh dengan perkembangan zaman, salah satunya yaitu mulai tergantinya permainan tradisional oleh permainan modern, hal ini dikarenakan permainan modern lebih menyenangkan (Kurniawan, 2017). Horigan (2002) mengungkapkan bahwa remaja mencari kegiatan untuk bersenang-senang di internet, salah satunya ialah dengan bermain *game online*. Kegiatan bermain *game online* ini dilakukan oleh remaja dikarenakan perubahan-perubahan kognitif yang ada pada diri remaja, Santrock (2002) menyatakan bahwa masa remaja adalah masa dimana remaja sudah mulai mengalami perubahan-perubahan perkembangan kognitif.

Menurut Masya dan Candra (2016) remaja mempunyai sifat rasa ingin tahu yang tinggi sehingga ingin mencoba sesuatu yang baru di lingkungan sekitarnya, salah satunya ialah bermain *game online*. *Game online* adalah hal yang tidak asing di dengar bagi remaja pada saat ini, dan tentunya sangat di gemari di kalangan tersebut. Remaja yang dapat mengontrol dirinya dalam bermain *game online* dan memanfaatkan nilai-nilai positif dalam bermain *game online* maka akan membuat otak lebih aktif dalam berfikir, *reflect* lebih cepat dalam merespon, dan juga dapat menjadi wadah dalam meluapkan emosional dan kejenuhan, serta menjadi lebih kreatif dan imajinatif namun *game online* juga dapat mendatangkan hal negatif bagi pemainnya, banyak remaja yang berbohong demi mendapatkan tambahan uang agar dapat bermain *game online* dan juga mengabaikan kewajibannya untuk mengerjakan tugas sekolah, serta banyak remaja yang kurang berinteraksi didunia nyata serta remaja akan lupa waktu karena mengejar peringkat dalam permainan *game online* tersebut (Fauziawati, 2015).

Kondisi remaja yang mengalami banyaknya tuntutan dalam pengambilan keputusan ataupun dalam dunia pendidikan membuat remaja mencari kegiatan untuk melampiaskan rasa jenuhnya dan mengisi waktu luang nya dengan bermain *game online*, bermain *game online* secara terus menerus maka akan menyebabkan kecanduan *game online* (Masya&Candra,2016). Menurut Lemmens,Valkenburg dan Peter (2009) mengungkapkan bahwa kecanduan *game online* ialah ketidakmampuan seseorang dalam mengontrol diri untuk bermain *game online*, remaja yang tidak dapat mengontrol diri untuk bermain game online sehingga berpengaruh ke psikologis dan kognitif. Dinata (2017) mengatakan bahwa seseorang yang mengalami kecanduan *game online* menghabiskan lebih banyak waktunya tanpa sadar untuk memperoleh kesenangan dalam bermain *game online* dan tidak memperdulikan dunia luar. Young (2004) mengatakan bahwa kecanduan *game online* dikarenakan *game online* bukan hanya dapat dimainkan oleh satu pemain tetapi dapat dimainkan oleh banyak orang bahkan dilokasi yang berbeda. Yee (2006) mengungkapkan bahwa kecanduan *game online* adalah perilaku seseorang yang ingin terus bermain *game online* yang menghabiskan banyak waktu serta dimungkinkan individu yang bersangkutan tidak mampu mengontrol atau mengendalikannya.

Menurut Lemmens,Valkenburg dan Peter (2009) terdapat 7 aspek atau kriteria kecanduan *game*, yaitu,*saliance*, *tolerance, mood modification, withdrawal*, *relapse, conflict*, *problem.* Aspek yang pertama adalah *saliance* yaitu apabila bermain *game* menjadi aktivitas yang sangat penting dalam hidup, berikutnya aspek *tolerance* yaitu saat dimana seseorang mulai bermain lebih sering, aspek *mood modification*, hal ini mengacu pada pengalaman subjektif melalui bermain *game*, selanjutnyaaspek *withdrawal* adalah efek fisik yang timbul ketika kegiatan bermain *game* dikurangi atau dihentikan, aspek *relapse*, adalah kecenderungan untuk melakukan kegiatan bermain *game* secara berulang, aspek *conflict*, mengacu kepada konflik antara pemain *game* dan orang-orang disekitar, yang terakhir ialah aspek *problem*, mengarah pada masalah yang diakibatkan oleh penggunaan *game* yang berlebih.

Yee (2006) menemukan 64,45% remaja laki-laki dan 47,85% remaja perempuan usia 12-22 tahun yang bermain *game online* kecanduan terhadap *game online*. Survei terbaru yang dirilis oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) pada tahun 2014, menyebutkan pengguna internet aktif tahun 2014 mencapai 107 juta pengguna atau sekitar 24% dari total populasi Indonesia. Dari data pengguna internet aktif pada tahun 2014, diperkirakan pemain *game online* di Indonesia berkisar 10,7 juta orang atau sekitar 10% dari total pengguna (APJII, 2014). Berdasarkan hasil survey APJII (2014) juga menunjukkan penduduk berusia 12-34 tahun (64%) mendominasi pengguna internet di Indonesia dan penduduk berusia 20−24 tahun (15%), berdasarkan hasil survei tersebut Indonesia menempati urutan ke delapan didunia. kecanduan bermain *game online* dapat dilihat dari penggunaan waktu selama (rata-rata) 20-25 jam dalam seminggu (Chou, Condron, & Belland 2005).

Terdapat beberapa faktor yang menjadikan seseorang kecanduan *game online*, salah satunya adalah melarikan diri dari kenyataan. Hal ini juga didukung oleh pendapat Chin-Sheng & Wen (2006) yang menyatakan bahwa faktor – faktor kecanduan *game online*, yaitu hiburan dan rekreasi, *emotional coping*, melarikan diri dari kenyataan, hubungan interpersonal dan memuaskan kebutuhan sosial, kebutuhan untuk berprestasi, kebutuhan untuk adanya kegembiraan dan tantangan dalam diri, kebutuhan akan kekuasaan. Menurut Syahran (2015) ada dua faktor yang mempengaruhi seseorang bermain game online yaitu faktor keluarga dan faktor social. Peneliti memilih faktor dari Chin-Sheng & Wen (2006) karena lebih lengkap untuk mendukung penelitian.

Salah satu faktor dari Chin-Sheng & Wen (2006) adanya melarikan diri dari kenyataan. *Game online* ialah bentuk seseorang yang mencari pelarian dari masalahnya, seseorang akan mencari pelarian apabila tidak mengetahui bagaimana respon dalam menghadapi permasalahan yang datang kepada dirinya. Menurut Anggarani (2015) seseorang yang bermain *game online* memungkinkan terjadinya subtitusi pada interaksi sosial di dunia nyata dengan memberi ruang bagi pemain untuk melarikan diri. Melarikan diri dari kenyataan karena tidak adanya kemampuan individu menghadapi kesulitan yang ada dikenal dalam istilah psikologi dengan sebutan *adversity quotient.*

Menurut Stoltz (2005*), Adversity Quotient* (AQ) merupakan suatu kemampuan seseorang untuk mengetahui bagaimana respon seseorang dalam menghadapi kesulitan hidupnya. AQ merupakan kemampuan seseorang menerima secara afektif dan mengaitkan dan mengaitkan dirinya dengan cara menghadapi tantangan yang ada (Hartosujono, 2015). Stoltz (2005) menyatakan bahwa aspek-aspek dari AQ mencakup beberapa komponen yaitu *control*, *origin* dan *ownership*, *reach*, *endurance* yang disingkat menjadi CO2RE. Aspek *control* merupakan kemampuan mengendalikan dan mengelola peristiwa yang menimbulkan kesulitan. Aspek *origin* dan *ownership* merupakan sejauh mana seseorang mempermasalahkan dirinya ketika kesalahan berasal darinya. Aspek *reach* merupakan sejauh mana kesulitan dapat mengganggu aktivitas lainnya. Aspek *endurance* merupakan kecepatan dan ketepatan dalam memecahkan masalah. Menurut Stoltz (2005) AQ dapat membantu seseorang dalam mengelola dan mengatasi ketika dihadapkan pada berbagai peristiwa yang menyulitkan dirinya. Lebih lanjut, seseorang yang memiliki AQ yang tinggi cenderung berpikiran positif dalam menghadapi situasi yang dialaminya (Stoltz, 2005).

Hal ini didukung berdasarkan hasil penelitian Putri (2018) menunjukkan bahwa *self control* memiliki sumbangan efektif atau memiliki kontribusi sebesar 64,6% terhadap intensitas anak usia sekolah dalam bermain *game online*. Menurut Stoltz (2005) *self control* merupakan bagian dari dimensi AQ, dimana seseorang yang memiliki AQ memungkinkan seseorang dapat mengontrol dirinya dalam bersikap, sehingga dapat menghadapi dan menyelesaikan berbagai kesulitan dikehidupannya. Menurut Stoltz (2005) seseorang dapat melarikan diri atau tidak mampu bertahan menghadapi kesulitan tergatung dengan seberapa besar *Adversity Quotient* (AQ) yang dimilikinya. AQ dapat meramalkan siapa yang dapat bertahan atau yang melarikan diri dari kenyataan permasalahan, dan memprediksi siapa yang dapat melebihi harapan dari potensi yang dimiliki, sehingga AQ dapat menunjukan siapa saja yang akan melarikan diri dan tidak akan melarikan diri dari setiap hambatan dalam menjalani kehidupannya. Seseorang akan mencari pelarian abila tidak dapat menghadapi permasalahannya. *Game online* merupakan salah satu bentuk pelarian seseorang dari permasalahan kehidupan nyata. Berdasarkan uraian di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: *“apakah terdapat hubungan antara AQ dengan kecanduan game online pada remaja ?*

**Metode Penelitian**

Varibel terikat dalam penelitian ini adalah Kecanduan *Game Online* dan Variabel bebas dalam penelitian ini adalah *Adversity Quotient*. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 100 Remaja berjenis kelamin perempuan atau laki-laki yang bermain game online 25 jam perminggu. Data dalam penelitian ini diperoleh dua skala yaitu skala kecanduan game online dan skala adversity quotient.

Skala *Game Online Addiction Scale* berjumlah 28 aitem . Aitem dalam skala ini terdiri dari aitem *favorable* saja disebabkan oleh semua aitem pernyataan dalam *Game Online Addiction Scale* merupakan aitem *favorable.* Artinya, semua aitem dalam skala ini merupakan kecenderungan positif yang akan mengarah pada tingginya tingkat kecanduan *game online*. Alasan hanya menggunakan aitem *favorable* saja karena aitem *unfavorable* hanya untuk melihat seberapa konsistensi subjek terhadap variabel yang diukur. Pada aitem *favorable,* pemberian skor pada jawaban Sangat Sesuai (SS) diberi skor 4, pada jawaban Sesuai (S) diberi skor 3, Tidak Sesuai (TS) diberi skor 2, dan untuk jawaban Sangat Tidak Sesuai diberi skor 1. Skala ini terdiri dari 26 aitem dan koefisien validitasnya antara 0,383 sampai dengan 0,854 dengan koefisien alpha (α) sebesar 0,961.

Skala Adversity Quotient menggunakan skala ARP (*adversity Response Project*) yang telah disusun oleh Paul G. Stoltz dan sudah teruji realibilitas dan validitasnya. Skala AQ ini diberikan pilihan jawaban dari rentang 1-5, subjek diminta untuk memilih dari salah satu jawaban tersebut dengan memberi tanda silang pada pilihan jawabannya. Skala ini terdiri dari 42 aitem dan koefisien validitasnya antara 0,255 sampai dengan 0,654 dengan reliabilitasnya alpha (α) sebesar 0,892.

**Hasil dan Pembahasan**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara AQ dengan kecanduan *game online* pada remaja. Hasil analisis Product moment menunjukkan koefisien korelasi (rxy) sebesar -0.365 (p < 0.01). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara AQ dengan kecanduan *game online*. Artinya, semakin tinggi AQ maka semakin rendah kecanduan *game online* pada remaja. Sebaliknya semakin rendah AQ maka semakin tinggi kecanduan *game online* pada remaja.

Menurut Stoltz (2005) adanya AQ membantu individu untuk bertahan dalam menghadapi kesulitan-kesulitan yang datang, dan juga merupakan kemampuan individu untuk menggerakkan tujuan kedepan, dan sebagai pengukur tentang bagaimana seseorang merespon kesulitan. Stoltz (2005) membagi tiga tipe manusia yang diibaratkn sedang dalam perjalanan mendaki gunung yaitu *quitter, camper,* dan *climber*. *Quitters* yaitu (orang-orang yang berhenti), orang-orang jenis ini ialah termasuk orang-orang yang berhenti ditengah proses pendakian.

Berdasarkan hasil kategorisasi skala kecanduan *game online* menunjukkan bahwa subjek yang berada dalam kategori sedang sebesar 63% (63 subjek), kecanduan ringan sebesar 13% (13 subjek), dan kecanduan tinggi sebesar 24% (24 subjek). Selanjutnya, berdasarkan hasil kategorisasi skala AQ menunjukkan bahwa subjek yang berada dalam kategori tinggi sebesar 9% (9 subjek), sedang sebesar 82% (82 subjek) dan rendah sebesar 9% (9 subjek). Dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa dalam peneltian ini sebagian besar subjek memiliki kecanduan *game online* dalam kategori sedang dan AQ dalam kategori sedang. Menurut Stoltz (2005) AQ yang diklasifikasikan dalam kategori sedang menunjukkan bahwa seseorang dapat bertahan dan menunjukkan kemampuannya dalam menghadapi masalah, akan tetapi disituasi tertentu AQ dalam kategori sedang memungkinkan seseorang sulit mengendalikan dirinya, sehingga terkadang berada diluar kendali seperti memiliki perasaan tidak berdaya dalam menghadapi kesulitan.

Stoltz (2005) mengatakan bahwa AQ membuat seseorang dapat menghadapi masalah dikehidupannya, sehingga tidak mudah tertekan dan terhindar dari perilaku melarikan diri dari masalah yang sedang dihadapinya. Pada hasil penelitian ini juga telah memberikan sumbangan efektif dari variabel AQ terhadap variabel kecanduan *game online* sebesar 13.3% dan sisanya 86.7% dipengaruhi oleh faktor-faktor lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

**Simpulan dan Saran**

1. **Simpulan**

Hasil analisis korelasi *product moment (person correlation*) diperoleh koefisien korelasi (rxy) = -0,365 dengan p < 0.01. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara AQ dengan kecanduan *game online* pada remaja, sehingga hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dapat diterima. Artinya, semakin tinggi AQ maka akan semakin rendah kecanduan *game online* pada remaja. Sebaliknya semakin rendah AQ maka akan semakin tinggi kecanduan *game online* pada remaja. Hal tersebut juga menunjukkan bahwa remaja yang memiliki kemampuan untuk mengelola, bertahan, dan dapat menyelesaikan maslaahnya dengan baik, sehingga ketika terjadi peristiwa yang menghambat kehidupannya maka remaja tidak akan melarikan diri untuk bermain *game online* secara berlebihan dan dapat bermain dengan bijak sesuai dengan kebutuhan. Sebaliknya ketika remaja tidak mampu untuk menghadapi dan keluar dari kesulitan yang terjadi di kehidupannya maka remaja akan melarikan diri dengan menggunakan *game online* secara berlebihan dan menganggap *game online* sebagai pengobat dari permasalahan yang terjadi.

Pada penelitian ini juga menunjukkan koefisien determinasi (R²) yang diperoleh sebesar 0,085, hal tersebut menunjukkan bahwa variable AQ memberikan sumbangan sebesar 8,5% terhadap variabel kecanduan *game online* dan sisanya 91,5% dipengaruhi oleh faktor lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini seperti faktor hiburan dan rekreasi, *emotional coping*, melarikan diri dari kenyatan, hubungan interpersonal dan memuaskan kebutuhan sosial, kebutuhan untuk berprestasi, kebutuhan untuk adanya kegembiraan dan tantangan dalam diri, kebutuhan akan kekuasaan.

1. **Saran**
2. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti dengan mempertimbangkan faktor-faktor lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini seperti faktor hiburan dan rekreasi, *emotional coping*, melarikan diri dari kenyatan, hubungan interpersonal dan memuaskan kebutuhan sosial, kebutuhan untuk berprestasi, kebutuhan untuk adanya kegembiraan dan tantangan dalam diri, kebutuhan akan kekuasaan.

# DAFTAR PUSTAKA

[APJII], A. P. (2014). *Profil Pengguna Internet Indonesia.* Jakarta: Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia.

Ananta, L., & Puspitosari, W. A. (2009). Hubungan antara Kecanduan Online Game dengan Depresi. *Mutiara Medika*, 9(1) 51-56.

Chen, C.-Y., & Chang, S.-L. (2008). An Exploration of the Tendency to Online Game Addiction Due to User's Liking of Design Features. *Asian Journal of Health and Information Sciences*, (3) : 38-51.

Dinata, O. (2017). Hubungan Kecanduan Game Online Clash of Clans Terhadap Perilaku Sosial. *Jom FISIP*, 4(2) 1-15.

Fauziawati, W. (2015). Upaya Mereduksi Kebiasaan Bermain Game Online Melalui Teknik Diskusi Kelompok . *PSIKOPEDAGOGIA*, 4(2) 115-123.

Griffith, M., Davies, M., & Chappel, D. (2004). Online computer gaming: a comparison of adolescent and adult gamers. . *Journal Of Adolescence*, 27(1): 84-96.

Hardiansyah, M., & Dian, A. C. (2016). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Kecanduan Game Online Pada Peserta Didik Kelas X di Madrasah Aliyah Al-Furqon Prabumulih Tahun Pelajaran 2015/2016. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 03(1) : 153-169.

Hartosujono. (2015). Perilaku Adversity Quotient Mahasiswa Ditinjau dari Locus of Control. *Jurnal Sosiohumaniora*, 1 (1).

Kurniawan, D. E. (2017). Pengaruh Intensitas Bermain Game Online Terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Yogyakarta. *Jurnal Konseling GUSJIGANG*, 03(1) : 97-103.

Lemmens, J. S., Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2009). Development and Validation of a Game Addiction Scale for Adolescents. *Media Psychology*, 12: 77-95.

Masya, H., & Candra, D. A. (2016). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Gangguan Kecanduan Game Online Pada Peserta Didik Kelas X Di Madrasah Aliyah Al Furqon Prabumulih Tahun Pelajaran 2015/2016. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 03(1) : 153-169.

Santrock, J. W. (2002). *Life Span Development.* Jakarta: Erlangga.

Stoltz, P. G. (2005). *Adversity quotient mengubah hambatan menjadi peluang.* Jakarta: Grasindo.

Wan, C.-S., & Chiou, W.-B. (2006). Psychological Motives and Online Games Addiction: ATest of Flow Theory and Humanistic Needs Theory for Taiwanese Adolescents. *CyberPsychology & Behavior*, 9(3).

Xu, Z., Turel, O., & Yuan, Y. (2012). Online Game Addiction Among Adolescents: Motivation and Prevention Factors. *European Journal of Information Systems* , 21 : 321-340.

Yee, N. (2006). Motivations for Play in Online Games. *CyberPsychology & Behavior* , 9(6).

Young, K. S. (2004). Internet Addiction: A New Clinical Phenomenon and Its Consequences. *Journal St.Bonaventure University Center for /online Addiction American Behavioral Scientist*, 48(2).