

HUBUNGAN ANTARA ADIKSI GAME ONLINE DENGAN KEJADIAN DEPRESI PADA MAHASISWA KEDOKTERAN

THE ASSOCIATION BETWEEN ONLINE GAME ADDICTION AND DEPRESSION IN MEDICAL STUDENTS

Antonia Joscelin*¹, Eva Suryani², Yunisa Astiarani³, Satya Joewana⁴

¹Program Studi Kedokteran, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya,
DKI Jakarta, Indonesia

²Departemen Ilmu Kesehatan Jiwa dan Perilaku, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Katolik
Indonesia Atma Jaya, DKI Jakarta, Indonesia

^{3,4}Departemen Ilmu Kesehatan Masyarakat dan Gizi, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas
Katolik Indonesia Atma Jaya, DKI Jakarta, Indonesia

e-mail: *antonia.joscelin@gmail.com

Abstrak

Tingkat penggunaan internet ditemukan cukup tinggi pada mahasiswa. Internet bila digunakan sebagai sarana untuk bermain *game online*, jika dimainkan berlebihan dapat menimbulkan adiksi. Bermain *game online* yang berlebihan ditemukan berhubungan dengan kesejahteraan psikososial yang menurun dan menimbulkan mood depresi. Gambaran tingkat gangguan depresi di Indonesia, khususnya di lingkungan mahasiswa masih cukup tinggi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan adiksi *game online* dengan tingkat kejadian depresi pada mahasiswa preklinik Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Unika Atma Jaya (FKIKUAJ).

Desain penelitian ini adalah metode potong lintang pada mahasiswa preklinik FKIKUAJ angkatan 2017-2019. Alat ukur yang digunakan adalah kuesioner (demografi, *Game Addiction Scale*, dan *Patient Health Questionnaire-9*). Dari 215 responden, sebanyak 3,7% mengalami adiksi *game online*. Ditemukan tingkat kejadian depresi ringan 34%, depresi sedang 18,1%, depresi sedang ke berat 7,4%, dan depresi berat 2,3%. Hasil analisis statistik menunjukkan terdapat hubungan bermakna antara adiksi *game online* dengan kejadian depresi ($p < 0,05$).

Kesimpulan dari penelitian ini terdapat hubungan antara adiksi *game online* dengan tingkat kejadian depresi pada mahasiswa preklinik FKIKUAJ.

Kata kunci: Adiksi; Depresi; *Game Online*

Abstract

The rate of internet use is quite high among college students. Internet is used as a media to play online games, which if played extensively may lead to addiction. Excessive play of online games is found to be associated with decreased psychosocial wellbeing and may cause depressive mood. The rate of depression disorder in Indonesia, especially among college students is quite high. This research aims to find out the association between online game addiction and depression in preclinical students of Atma Jaya Catholic University of Indonesia's Medicine and Health Science Faculty.

This research uses cross-sectional method on preclinical students of Atma Jaya Catholic University of Indonesia's Medicine and Health Science Faculty year 2017-2019. The instruments used are questionnaires (demographic, *Game Addiction Scale*, and *Patient Health Questionnaire-9*). Out of 215 respondents, 3,7% had online game addiction. It was found that the rate of mild depression is 34%, moderate depression is 18.1%, moderately severe depression is 7.4%, and severe depression is 2.3%. Statistical analysis indicates that there is a significant association between online game addiction and depression ($p < 0,05$).

In conclusion, there is an association between online game addiction and depression in preclinical students of Atma Jaya Catholic University of Indonesia's Medicine and Health Science Faculty.

Keywords: Addiction; Depression; Online Game

© 2021 Antonia Joscelin, Eva Suryani, Yunisa Astiarani, Satya Joena
Under the license CC BY-SA 4.0

1. PENDAHULUAN

Manusia dituntut untuk dapat beradaptasi dengan perkembangan teknologi yang kian pesat, salah satunya penggunaan internet. Internet merupakan suatu sistem yang menghubungkan komputer secara global dan mengizinkan orang untuk berkomunikasi dan bertukar informasi satu sama lain(1). Hasil survei dari Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) tahun 2018 menyatakan bahwa pengguna internet di Indonesia mencapai 171,17 juta jiwa atau setara dengan 64,8% populasi di Indonesia, mengalami peningkatan dari tahun 2017. Survei dari APJII pada tahun 2018 juga menunjukkan bahwa tingkatan pengguna internet yang sedang kuliah (mahasiswa) cukup tinggi, sekitar 92,6% (2).

Salah satu penggunaan internet adalah sebagai sarana untuk bermain *game online*. Bermain *game online* secara terus menerus dapat menimbulkan adiksi, dimana pecandu menggunakan *game online* secara berlebihan dan kompulsif sehingga mengganggu kehidupan sehari-hari³. Prevalensi dari adiksi *game online* beragam pada berbeda negara, misalnya 17,7% dari remaja di Singapura, 3,9% dari remaja sekolah menengah pertama dan atas di China, dan 4,6% remaja di Hungaria⁴⁻⁵. Di Indonesia, hasil penelitian menunjukkan bahwa 10,15% remaja di empat kota besar (Manado, Medan,

Pontianak dan Yogyakarta) termasuk ke dalam kriteria adiksi *game online*(3). Sebuah penelitian yang pernah dilakukan oleh mahasiswa pada tahun 2017 menunjukkan mahasiswa preklinik Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Unika Atma Jaya (FKIKUAJ) yang mengalami adiksi *game online* sekitar 1,5%, dengan 54,5% dari jumlah tersebut berada dalam kelompok usia 16-19 tahun(4).

Menurut survei Riskesdas pada tahun 2018, 6,1% penduduk Indonesia berumur di atas atau sama dengan 15 tahun sudah mengalami depresi, dan hanya 9% diantaranya yang menjalani pengobatan(5). Sebuah studi tahun 2017 menyatakan bahwa proporsi mahasiswa preklinik FKIKUAJ yang mengalami gangguan depresi ringan adalah 53,5%, gangguan depresi sedang adalah 34,9% dan gangguan depresi berat sebesar 11,6%(6).

Pada tahun 2018, Rodriguez et al. melakukan penelitian terhadap remaja pecandu *game online*, dan menemukan bahwa mereka lebih cenderung bersifat introvert, submisif, tidak percaya diri, memiliki hubungan yang tidak baik dengan keluarga, juga cenderung bersifat obsesif-kompulsif. Penelitian tersebut juga menyatakan bahwa kelompok remaja dengan adiksi *game online* juga memiliki tingkat ansietas dan depresi yang lebih

tinggi(7). Pemain *game* dengan adiksi mengalami dikatakan mengalami iritabilitas, agitasi, kesedihan, dan seringkali kebingungan antara kehidupan nyata dan dunia virtual. Van Rooij et al. juga menemukan hubungan kuat antara bermain *game* berlebihan dan menurunnya kesejahteraan psikososial serta performa akademik yang rendah, menyebabkan terjadinya mood depresi, ansietas sosial, harga diri yang rendah, dan rasa kesepian(8).

Dari gambaran mengenai tingkat kejadian depresi yang ada di Indonesia, terutama di lingkungan FKIKUAJ, terlihat bahwa gangguan depresi merupakan isu yang penting dan patut untuk diteliti. Penelitian mengenai hubungan antara adiksi *game online* dengan gangguan depresi pada mahasiswa juga belum banyak dilakukan. Berdasarkan hal diatas, peneliti tertarik untuk meneliti mengenai hubungan antara adiksi *game online* dengan tingkat kejadian depresi pada mahasiswa preklinik FKIKUAJ pada tahun 2020. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan adiksi *game online* dengan tingkat kejadian depresi pada mahasiswa preklinik FKIKUAJ.

2. METODE

Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan metode potong lintang, yang dilakukan di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan

Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya pada bulan Mei 2020-Januari 2021. Sampel dari penelitian ini adalah mahasiswa preklinik Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Unika Atma Jaya angkatan 2017-2019 yang memenuhi kriteria inklusi dan tidak memenuhi kriteria eksklusi. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner (demografi, *Game Addiction Scale*, *Patient Health Questionnaire-9*). Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3. 1. Hasil

Penelitian ini dilakukan pada 222 mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Unika Atma Jaya Angkatan 2017-2019, namun terdapat tujuh responden yang dieksklusi karena responden pernah atau sedang didiagnosis dengan gangguan mental atau depresi, sehingga total responden menjadi 215 orang.

Dari penelitian ini menunjukkan mahasiswa yang mengalami adiksi *game online* mencapai 3,7%, dengan lebih banyak pada usia 13-20 (75%), jenis kelamin laki-laki (62,5%), dan angkatan 2018 (50%). (Lihat Tabel 1.)

mahasiswa preklinik FKIKUJ sebesar 3,7%. Angka ini menunjukkan peningkatan dari penelitian tahun 2017 yaitu 1,5%(4).

Mahasiswa yang mengalami adiksi *game online* lebih banyak pada kelompok usia 13-20 tahun (75%). Kelompok usia ini, menurut tahapan psikososial oleh Erik Erikson, berada pada tahapan dimana mereka mulai memiliki preokupasi dengan identitas diri (*identity vs. role confusion*). Di akhir masa remaja seseorang dapat mengalami krisis identitas yang merupakan hal yang normal, namun jika tidak berhasil dihadapi, akan menyebabkan orang tersebut berkembang tanpa identitas yang pasti, terlihat dari sifat yang tidak mengenali diri dan adanya kebingungan akan peran atau tempatnya di dunia. Salah satu cara remaja untuk menghadapi ini adalah dengan bergabung dengan kelompok-kelompok(9), seperti lewat bermain *game online*.

Adiksi *game online* juga lebih banyak ditemukan pada mahasiswa dengan jenis kelamin laki-laki. Hal ini sejalan dengan penelitian yang menyatakan pria lebih rentan untuk menjadi pecandu *game online*, sesuai dengan penelitian Wittek et al.(10) dan Fam(11). Peningkatan kerentanan pria terhadap adiksi *game online* juga dapat dijelaskan dari industri *game online* yang kebanyakan memasarkan *game* yang dikembangkan

oleh dan untuk pria. Selain itu, dikatakan meningkatnya prevalensi gangguan jiwa pada remaja laki-laki berkaitan dengan isolasi sosial dan adanya sifat maskulinitas seperti sikap tabah dan kemandirian, sehingga banyak dari remaja laki-laki cenderung menyimpan masalah dan menerapkan strategi penanggulangan yang maladaptif, seperti konsumsi alkohol atau obat-obatan berlebihan, dan termasuk bermain *game online* berlebihan(12).

Hasil penelitian menunjukkan kejadian depresi lebih banyak pada responden usia 13-20 tahun dan dengan jenis kelamin perempuan. Hal ini sesuai dengan penelitian lain yang dilakukan oleh Choi et al., yang menyatakan indeks depresi terlihat lebih tinggi pada remaja wanita(13). Ada beberapa faktor yang dapat menyebabkan perbedaan kejadian depresi antara pria dan wanita, seperti perubahan fisik dan hormonal yang terjadi pada masa pubertas. Remaja perempuan memiliki penilaian negatif terhadap perubahan tubuhnya, seperti merasa tidak puas dan tidak menarik. Hormon oksitosin pada remaja perempuan juga lebih tinggi, menyebabkan adanya ketertarikan yang lebih tinggi pada hubungan interpersonal, yang membuat remaja perempuan lebih tergantung pada orang lain yang dianggap dapat memberikan dukungan sosial.(14) Remaja perempuan dapat menjadi lebih peka terhadap penolakan orang lain dan

mudah merasa tidak puas dengan hubungan interpersonal, yang dapat menjadi risiko munculnya gejala depresi. Selain itu, ada perbedaan strategi antara remaja perempuan dan laki-laki dalam mengatasi masalah. Remaja perempuan lebih banyak menggunakan strategi seperti internalisasi, intelektualisasi, dan rasionalisasi. Strategi tersebut kurang efektif dan tidak mampu mengurangi tekanan dari kejadian negatif yang dialami. Akibatnya, remaja perempuan tidak mampu mempertahankan keseimbangan emosi, dan menjadi lebih rentan terhadap depresi daripada remaja laki-laki(15).

Kejadian depresi paling tinggi terjadi pada mahasiswa angkatan tahun 2018 dan tahun 2019. Hal ini dapat dipengaruhi oleh berbagai tekanan yang dihadapi oleh seorang mahasiswa, seperti tuntutan akademi dan hubungan interpersonal, khususnya dalam lingkungan pendidikan kedokteran(16)(17). Selain tuntutan akademi, mahasiswa angkatan tahun 2018 dan tahun 2019 juga mendapat tekanan dari kegiatan organisasi dan kepanitiaan yang dapat berdampak dalam lingkungan interpersonalnya. Mahasiswa angkatan tahun 2018 juga bisa mendapatkan stresor dari proses pengerjaan karya tulis ilmiah.

Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan bermakna antara adiksi *game online* dengan kejadian depresi. Hasil ini sesuai dengan penelitian yang pernah

dilakukan di Yogyakarta(18), dan penelitian di India terhadap mahasiswa kedokteran yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara hasil skor PHQ-9 yang tinggi dan skor IGDS9-SF yang tinggi juga(19).

Hubungan antara adiksi *game online* dengan kejadian depresi dapat terjadi karena adanya penggunaan *game online* sebagai pelarian diri dan usaha untuk menanggulangi emosi maladaptif. Seorang pemain *game online* didorong oleh sifat urgensi positif, yang membuat pemain sulit untuk melepas *game online* dan adanya pemusatan dalam dunia maya untuk menghindari efek negatif dari masalah hidup(9).

Seorang mahasiswa akan memiliki berbagai tuntutan yang harus dihadapi. Tuntutan ini dapat menjadi faktor penyebab terjadinya depresi seperti yang telah dijelaskan di atas. Jika hal tersebut tidak dapat diatasi, mahasiswa tersebut dapat beralih ke *game online* sebagai usaha untuk mencari perasaan positif atau mengurangi emosi negatif yang dirasakan. Perilaku bermain ini dapat meningkat menjadi patologis, yang jika dibiarkan akan menyebabkan disfungsi pada kehidupan sehari-hari, dan menyebabkan bertambahnya depresi(20).

4. KESIMPULAN

Terdapat 3,7% mahasiswa dengan adiksi *game online*, lalu 34% mengalami depresi ringan, 18,1% mengalami depresi sedang, 7,4% mengalami depresi sedang ke berat, dan 2,3% mengalami depresi berat. Dari hasil analisis terdapat hubungan yang bermakna antara adiksi *game online* dan kejadian depresi.

Dari kesimpulan tersebut, peneliti memberikan saran, seperti diperlukan adanya skrining dan penyelenggaraan bantuan untuk mahasiswa sebagai upaya preventif dan upaya kuratif untuk mahasiswa dengan adiksi *game online* atau depresi. Selain itu, diperlukan penelitian lebih lanjut mengenai hubungan adiksi *game online* dengan tingkat kejadian depresi, seperti faktor-faktor yang memengaruhi terjadinya adiksi *game online* dan depresi pada mahasiswa.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada berbagai pihak yang telah memberi dukungan dan bantuan dalam penelitian ini, dan kepada seluruh partisipan yang telah menjadi responden dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. The Internet. Meaning in the Cambridge English Dictionary. 2019.

2. Indonesia. APJI. Infografis Penetrasi dan Perilaku Pengguna Internet Indonesia Survey 2018. 2019.
3. Jap T, Tiatri S, Jaya ES, Suteja MS. The Development of Indonesian Online Game Addiction Questionnaire. PLoS One. 2013;8(4):4–8.
4. V. W. Gambaran serta Hubungan Adiksi Internet dan Game Online dengan Komorbiditasnya pada Mahasiswa Preklinik FKUAJ Angkatan 2014-2017 . Jakarta: Fakultas Kedokteran, Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya; 2017. [Skripsi]. 2017;
5. Kemenkes RI. Hasil Utama Riskesdas 2018. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2018.
6. RN. T. Gambaran Tingkat Keparahan Gangguan Depresi dan Gangguan Cemas pada Mahasiswa Preklinik FKUAJ Tahun Ajaran Genap 2015/2016 dan Ganjil 2016/2017 Jakarta: Fakultas Kedokteran, Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya; [Skripsi]. 2017;
7. Torres-Rodríguez A, Griffiths MD, Carbonell X OU. Internet gaming disorder in adolescence: Psychological characteristics of a clinical sample. Sep 1;7(3):707-718.

- doi: 10.1556/2006.7.2018.75. Epub 2018 Sep 28. PMID: 30264606; PMCID: PMC6426364. *J Behav Addict.* 2018;
8. Naskar S, Victor R, Nath K SC. "One level more:" A narrative review on internet gaming disorder. *Ind Psychiatry J.* 2016;25(2):145-.
9. Sadock BJ, Sadock VA RPK and S. *Synopsis of Psychiatry: Behavioral Sciences/Clinical Psychiatry.* Ed ke-11. Lippincott Williams & Wilkins; 2015.
10. Wittek CT, Finserås TR, Pallesen S, Mentzoni RA, Hanss D, Griffiths MD et al. Prevalence and Predictors of Video Game Addiction: A Study Based on a National Representative Sample of Gamers. [Diakses 20 Oktober 2019]. *Int J Ment Heal Addict.* 2016;14(5):672-.
11. JY. F. Prevalence of internet gaming disorder in adolescents: A meta-analysis across three decades. *Scandinavian Journal of Psychology* [Diakses 20 Oktober 2019]. 2018;59(5):524.
12. Chen KH, Oliffe JL KM. Internet Gaming Disorder: An Emergent Health Issue for Men. [Diakses 18 Desember 2020]. *Am J Mens Heal.* 2018;12(4):1151.
13. Choi YJ, Gang HI, Kim DW, Seong GH HW. Investigation on Factors Affecting Adolescent Depression: Using Korean Children and Youth Panel Survey. [Diakses 20 Januari 2020]. *J Korean Soc Sch Community Heal Educ.* 2017;18(3):45-5.
14. Ilham R, Ibrahim SA, Igrisa MDP. Pengaruh Terapi Reminiscence Terhadap Tingkat Stres Pada Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha. *Jambura J Heal Sci Res.* 2020;2(1):12-23.
15. Meta DN. Analisis: Gender dan Depresi Pada Remaja. [Diakses 21 Desember 2020]. *J Psikol.* 2015;35(2):164-180.
16. Ngin C, Pal K, Tuot S, Chhoun P, Yi R YS. Social and behavioural factors associated with depressive symptoms among university students in Cambodia: a cross-sectional study. [Diakses 20 Januari 2020]. *BMJ Open.* 2018;8(9).
17. Yusoff MSB, Mat Pa MN, Esa AR ARA. Mental health of medical students before and during medical education: A prospective study. [Diakses 23 Juni 2020]. *J Taibah Univ Med Sci.* 2013;8(2):86-92.
18. Widyarti N, Ismanto, SH MS. Korelasi antara adiksi game online dengan depresi pada pemain game online di game center di Sleman. [Diakses 4 Februari 2020]. 2017;

19. Singh S, Dahiya N, Singh AB, Kumar R BY. Gaming disorder among medical college students from India: Exploring the pattern and correlates. [Diakses 1 Februari 2020]. *Ind Psychiatry J*. 2019;28(1):107.
20. Burleigh TL, Stavropoulos V, Liew LW, Adams BL GM. Depression, Internet Gaming Disorder, and the Moderating Effect of the Gamer-Avatar Relationship: An Exploratory Longitudinal Study. *Int J Ment Health Addict*. 2017;1-23.