

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Teknologi digital saat ini berkembang pesat, memudahkan setiap orang untuk terhubung dan berbagi minat yang sama tanpa hambatan melintasi batas geografis dan waktu. Salah satu teknologi digital yang saat ini ada adalah *game online*. *Game online* saat ini sedang *booming* di kalangan remaja dunia, bahkan diadakan turnamen/kompetisi dalam memainkannya (Kurniawan, 2019).

Berdasarkan *Global Survey of Internet Users* Indonesia menjadi negara dengan jumlah pemain *game online* terbanyak ketiga di dunia. Laporan tersebut mencatat ada 94,5% pengguna internet berusia 16-64 tahun di Indonesia yang memainkan *game online*.

Pengguna internet berdasarkan wilayah di Indonesia terbesar ada di Pulau Jawa yaitu hingga 78,39% (APJII, 2022). Terdapat beberapa kegiatan yang dilakukan oleh masyarakat Indonesia ketika menggunakan internet, salah satunya memainkan *game online* yaitu 77,25% (APJII, 2022). Menurut Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) alasan terbanyak urutan ke 3 pengguna mengakses internet di Jawa Barat adalah bermain *game online*.

*Mobile games* memang paling mudah diakses dibandingkan dengan *game* komputer dimana hampir semua remaja di Indonesia memiliki *smartphone/tablet*. Selain dapat diunduh secara gratis, *mobile games* dapat dimainkan dengan mudah karena *smartphone* mudah dibawa oleh penggunanya, bermain *mobile game* juga dapat dilakukan diwaktu luang sambil

menunggu angkutan umum atau saat istirahat sekolah atau kerja tanpa memerlukan banyak tenaga seperti pergi ke warung internet.

Saat ini *game online mobile* memiliki berbagai macam jenis (*genre*) seperti *Battle Royale*, *Multiplayer Online Battle Arena* atau MOBA, *Roleplaying Game* atau RPG, *Simulation*. Berdasarkan hasil Survei Statistik *Mobile Gaming* Relasi Sosial dan Indonesia pada Tahun 2020-2021 yang dilakukan melalui survei Google terhadap 100 responden dan disebar di media sosial, diketahui bahwa *game online mobile* yang paling banyak dimainkan yakni 69% dari total responden pernah dan memainkan *game Mobile Legends* (Ardhya, 2021).

Berdasarkan penelitian Anwari (2018), pemain *game online* terbanyak berada pada rentang usia 13-24 tahun (70%). Studi penelitian *The Development of Indonesian Online Game Addiction Questionnaire* yang dikembangkan oleh Jap, Tiantri, Jaya, dan Suteja (2013) menemukan bahwa 10,15% remaja Indonesia mengalami kecanduan *game online*. Berarti, 1 dari 10 orang remaja di Indonesia mengalami kecanduan *game online* (Jap et al. 2013).

Masa remaja adalah fase penting dalam proses pertumbuhan dan perkembangan manusia. Kondisi seseorang pada masa dewasa banyak sangat ditentukan oleh status gizi dan kesehatan pada masa remaja. Oleh karena itu, status gizi dan kesehatan merupakan faktor penentu kualitas remaja. Dengan status gizi dan kesehatan yang optimal, pertumbuhan dan perkembangan remaja menjadi lebih sempurna (Mahatir, 2023)

Bermain game online dengan intensitas yang tinggi dapat memicu perubahan pola tidur, yang pada akhirnya mempengaruhi penurunan kesehatan jantung karena sering begadang. Selain itu, terlalu sering terpapar radiasi cahaya *handphone* juga dapat merusak saraf mata dan otak. Pola hidup yang tidak sehat seperti terlalu banyak duduk hingga kurang minum karena terlalu asik dengan permainannya dapat mempengaruhi kesehatan ginjal dan lambung. Kecanduan game online juga dapat menyebabkan berat badan menurun karena lupa waktu makan, namun pada saat yang sama dapat meningkatkan risiko obesitas atau kegemukan pada jangka panjang (Soleh, 2012).

Hasil dari Riskesdas Nasional tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi status gizi pada remaja di Indonesia usia 13-15 tahun adalah 6,8% kurus, 11,2% gemuk dan 4,8% obesitas. Berdasarkan hasil Riskesdas 2013 dan 2018 pada remaja usia 13-15 tahun di Kabupaten Cianjur, terjadi penurunan kasus kurus dan peningkatan kasus gemuk. Pada tahun 2013, kasus kurus mencapai 9% sedangkan pada tahun 2018 turun menjadi 7,27%. Sementara itu, gizi normal menurun pada tahun 2013 sebanyak 84,4% menjadi 78,69%. Kasus gemuk meningkat dari 5,9% pada tahun 2013 menjadi 9,69% pada tahun 2018. Kasus obesitas juga mengalami peningkatan, dari 0,7% pada tahun 2013 menjadi 4,35% pada tahun 2018.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Haeril (2019) juga ditemukan bahwa indeks massa tubuh anak yang tidak aktif bermain *game online* lebih baik dibandingkan dengan anak yang aktif bermain *game online*. Berdasarkan hasil analisis juga menunjukkan indeks massa tubuh remaja usia 13-14 tahun

yang tidak aktif bermain *game online* adalah 18,89 dan indeks massa tubuh anak yang aktif bermain *game online* kategori kurus 17,00. Pada penelitian yang dilakukan oleh Bara tahun 2019, penyebab gizi buruk di kalangan anak muda adalah karena remaja terlalu fokus bermain *game online* sehingga lupa untuk makan.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan terhadap 60 siswa di SMPN 1 Warungkondang, Kabupaten Cianjur terdapat 25 (41,66%) siswa laki-laki dan 35 (58,33%) siswa perempuan. Setelah diwawancarai 42 siswa didapatkan sering bermain *game online* dengan 12 (28,57%) orang siswa bermain dalam durasi < 2 jam, 13 (30,95%) orang siswa bermain dalam durasi 2-3 jam, 11 (26,19%) orang siswa didapatkan gemar bermain *game online* dalam durasi 4-6 jam, 6 (14,28%) orang siswa didapatkan gemar bermain *game online* dalam waktu > 6 jam perhari. Klasifikasi durasi waktu bermain *game online* normal sebanyak 25 siswa (59,5%) dan yang tidak normal sebanyak 7 siswa (40,47%) (Piyeke 2014). Dari 42 siswa terdapat 12 yang gemar bermain *game online* mengaku pernah sampai lupa makan karena terlalu asyik bermain *game online*. Dari 42 siswa yang memainkan *game online*, terdapat 10 (23,8%) orang siswa dengan status gizi normal, 30 (71,42%) orang siswa gizi lebih (*overweight*), dan 2 (4,7%) orang siswa berstatus obesitas.

Penetapan lokasi penelitian ditentukan peneliti secara sengaja berdasarkan pertimbangan tertentu (Cresswell, 2014). Adapun alasan pemilihan lokasi penelitian yaitu berdasarkan hasil survei pengukuran antropometri tahun 2022 yang dilakukan oleh IGORNAS (Ikatan Guru Olahraga Nasional) cabang

Kabupaten Cianjur terhadap 320 remaja di 22 sekolah negeri yang ada di Kabupaten Cianjur terdiri dari 112 orang (35%) berstatus gizi kurang, 157 orang (49,16%) berstatus gizi normal, 30 orang (9,16%) berstatus gizi lebih dan 21 orang (6,66%) berstatus gizi obesitas. Dari 22 sekolah negeri tersebut, IGORNAS merekomendasikan sekolah SMPN 1 Warungkondang ini karena belum pernah dilakukan pengukuran antropometri sehingga tidak tersedianya data di IGORNAS sedangkan status sekolah tersebut sekolah sehat berdasarkan penilaian Dinas Pendidikan dan Pemuda, Olahraga (DISDIKPORA).

Melihat permasalahan tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan sebuah penelitian mengenai hubungan status gizi siswa dengan kecanduan bermain *game online* di SMPN 1 Warungkondang. Keunggulan penelitian ini terletak pada sasaran dan lokasi penelitian yang belum pernah diteliti oleh penelitian sebelumnya.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, rumusan masalah penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan kecanduan *game online* dengan status gizi remaja pada siswa SMPN 1 Warungkondang, Kabupaten Cianjur?”.

## **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka penulis merumuskan penelitian ini dengan tujuan sebagai berikut.

### **1. Tujuan Umum**

Menganalisis hubungan kecanduan bermain *game online* dengan status gizi remaja pada siswa SMPN 1 Warungkondang.

## 2. Tujuan Khusus

- 1) Mengetahui frekuensi bermain *game online* pada remaja yang bermain *game online* di SMPN 1 Warungkondang, Kabupaten Cianjur.
- 2) Mengetahui status gizi siswa yang bermain *game online* di SMPN 1 Warungkondang, Kabupaten Cianjur.
- 3) Menganalisis hubungan kecanduan bermain *game online* dengan status gizi pada siswa SMPN 1 Warungkondang, Kabupaten Cianjur.

## D. Ruang Lingkup Penelitian

1. Lingkup Masalah: hubungan kecanduan bermain *game online* dengan status gizi remaja pada siswa SMPN 1 Warungkondang, Kabupaten Cianjur.
2. Lingkup Metode: Penelitian ini merupakan jenis penelitian deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Penelitian ini menggunakan desain studi *cross-sectional*, dengan pengambilan data melalui kuesioner dan pengukuran secara langsung.
3. Lingkup Keilmuan: bidang keilmuan kesehatan masyarakat, dapat membahas faktor-faktor yang mempengaruhi kecanduan *game online*, dampak kecanduan *game online* terhadap kesehatan fisik, dan perilaku, serta ilmu gizi dan perilaku makan.
4. Lingkup Tempat: Penelitian ini dilaksanakan di SMPN 1 Warungkondang, Kabupaten Cianjur.
5. Lingkup Sasaran: Populasi penelitian ini adalah siswa kelas 7 dan 8 SMPN 1 Warungkondang, Kabupaten Cianjur. Sampel diambil dari populasi

menggunakan teknik *quota sampling*, yaitu siswa SMPN 1 Warungkondang yang bermain *game online*.

6. Lingkup Waktu: Adapun waktu penelitian ini dilaksanakan mulai pada bulan Februari hingga Agustus 2023

#### **E. Manfaat Penelitian**

1. Bagi Program Studi Kesehatan Masyarakat

Untuk meningkatkan pemahaman dan pengetahuan tentang hubungan kecanduan *game online* dengan status gizi remaja pada siswa SMPN 1 Warungkondang, Kabupaten Cianjur.

2. Bagi SMPN 1 Warungkondang

Memberikan informasi tentang hubungan kecanduan *game online* dengan status gizi remaja pada siswa SMPN 1 Warungkondang, Kabupaten Cianjur yang dapat digunakan untuk mengembangkan program kesehatan guna meningkatkan kesehatan dan kualitas hidup siswa.

3. Bagi Masyarakat

Memberikan informasi berguna kepada orang tua dan guru tentang dampak kecanduan *game online* dengan status gizi remaja pada siswa SMPN 1 Warungkondang, Kabupaten Cianjur sehingga mereka dapat membuat keputusan yang lebih baik saat memantau kebiasaan bermain *game online* pada remaja.