

ABSTRAK

Game merupakan permainan yang melewati jaringan Internet juga merupakan *game online*, 54,1% remaja berusia 15 hingga 18 tahun kecanduan bermain *game online*. Internet menjadi bagian dari kehidupan manusia, jumlah penggunaan internet terus meningkat setiap tahunnya. Penelitian ini untuk mengetahui pengaruh kecanduan bermain *game online* terhadap kesehatan mata bagi mahasiswa Akademi Farmasi Yarsi Pontianak. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain deskriptif-korelasional. Desain korelasional digunakan untuk menganalisis hubungan antara kecanduan bermain *game online* dengan kesehatan mata, data dalam penelitian ini dikumpulkan menggunakan metode survei melalui kuesioner *online* yang dirancang untuk mengukur variabel penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Akademi Farmasi Yarsi Pontianak 411, dengan sampel yang diambil 80 menggunakan teknik simple random sampling untuk memastikan representasi yang baik dari populasi. Hasil adanya pengaruh pengetahuan terhadap variabel (X) Kecanduan bermain *game online* dengan nilai r hitung yaitu $0,295 > \text{nilai } r \text{ tabel kritis yaitu } 1,990$. Maka dapat disimpulkan dalam penelitian ini adalah kecanduan bermain *game online* berpengaruh terhadap kesehatan mata.

Kata Kunci: Kecanduan, *Game online*, Kesehatan Bola Mata, Mahasiswa Akademi Farmasi Yarsi Pontianak

ABSTRACT

Games are activities that are played over the Internet, also known as online games. 54.1% of teenagers aged 15 to 18 are addicted to playing online games. The Internet has become a part of human life, and the amount of Internet usage continues to increase every year. This study aims to determine the impact of online gaming addiction on eye health among students of the Yarsi Pharmacy Academy in Pontianak. This research uses a quantitative approach with a descriptive-correlational design. The correlational design is used to analyze the relationship between online gaming addiction and eye health. The data in this study were collected using survey methods through an online questionnaire designed to measure the research variables. The population in this study is 411 students from the Yarsi Pharmacy Academy in Pontianak, with a sample size of 80 taken using simple random sampling techniques to ensure a good representation of the population. The result of the influence of knowledge on variable (X) Online game addiction with a calculated r value of $0.295 >$ the critical table r value of 1.990 . So it can be concluded in this study that addiction to playing online games affects eye health.

Keywords: Addiction, Online Game, Eye Health, Students of Yarsi Academy of Pharmacy Pontianak

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Dunia saat ini sedang mengalami perkembangan dalam bidang ilmu pengetahuan dan *teknologi*. Kehidupan masyarakat telah berubah karena pesatnya kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi saat ini. Internet, atau era digital, adalah salah satu hasil dari perkembangan teknologi. Seiring dengan perkembangan internet atau era digital yang semakin pesat, *internet* menjadi sarana hiburan, seperti bermain *game*. *Game* merupakan permainan yang melewati jaringan Internet juga merupakan *game online*. (Online & Sosial, 2022). Lebih dari 4,2 miliar orang di seluruh dunia menggunakan internet, dengan rata-rata 55,1% penduduk di seluruh dunia dan 53,7% penduduk Indonesia. Sekitar 50,9% pengguna internet adalah remaja, dan aktivitas *online* yang paling disukai adalah bermain *game online*. Pada tahun 2001, *game online* hadir di Indonesia, dimulai dengan adanya Nexia *Online*, dan mencakup berbagai jenis *game*, mulai dari aksi, olahraga, hingga *game* role-playing (RPG). Di Indonesia, 54,1% remaja berusia 15 hingga 18 tahun kecanduan bermain *game online*; 77,5% remaja laki-laki dan 22,5% remaja perempuan menghabiskan 2-10 jam per minggu untuk bermain *game online* (Febrian et al., 2024).

Internet menjadi bagian dari kehidupan manusia, jumlah penggunaan internet terus meningkat setiap tahunnya. Menurut data We Are Social tahun 2022, jumlah penggunaan internet di Tanah Air mencapai 204,7 juta orang pada Januari 2022, naik 1,03% dibandingkan tahun 2021, ketika Indonesia mencapai 202,47 juta orang. Internet dapat menawarkan saran untuk hiburan, seperti bermain *game online*. *Game online* sangat populer di kalangan berbagai kelompok umur, termasuk anak-

anak, remaja, bahkan orang dewasa. Dengan *smartphone*, *tablet*, atau *komputer/laptop*, setiap orang dapat mengakses bermain *game online* dengan berbagai cara. Banyak permainan *game online* dapat dimainkan secara gratis (Nimasari, Henny Magdalena, 2023).

Meskipun berbagai penelitian telah membahas kecanduan *game online* secara umum, masih terdapat kesenjangan dalam memahami dampak spesifiknya terhadap kesehatan mata khususnya pada mahasiswa di Pontianak. Penelitian ini bertujuan untuk memberikan wawasan baru mengenai hubungan antara kecanduan *game online* dengan kesehatan mahasiswa. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat menjadi langkah awal dalam merancang intervensi yang lebih efektif dan relevan.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut dapat dibuat rumusan masalah penelitian ini adalah “Bagaimana Pengaruh Kecanduan Bermain *Game Online* Terhadap Kesehatan Mata Mahasiswa Akademi Farmasi Yarsi Pontianak”.

1.3 Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui pengaruh kecanduan bermain *game online* terhadap kesehatan mata bagi mahasiswa Akademi Farmasi Yarsi Pontianak.

1.4 Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Peneliti ini dapat menambah pengetahuan, wawasan, serta mendapatkan pengalaman dan tambahan ilmu dalam melakukan penilaian terhadap “Pengaruh Kecanduan Bermain *Game Online* Terhadap Kesehatan Mata Mahasiswa Akademi Farmasi Yarsi Pontianak.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil dari penelitian ini diharapkan bisa bermanfaat sebagai literatur dasar dan mampu memberikan informasi menunjang bagi peneliti selanjutnya.

3. Bagi Mahasiswa

Dapat diharapkan untuk membatasi menggunakan *handphone* ini bisa terhindari dari berbagai macam penyakit bawaan dari seringnya bermain *handphone*.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Kecanduan Bermain *Game Online*

2.1.1 Pengertian Kecanduan

Pada awalnya, istilah "kecanduan" digunakan untuk menggambarkan perilaku yang merugikan diri sendiri, termasuk individu yang menggunakan obat-obatan ilegal secara fisik. Namun, dalam sepuluh tahun terakhir, istilah "kecanduan" telah berkembang mencakup bahan atau dorongan perilaku yang afektif, kompulsif, merusak diri sendiri, dan sulit untuk dihentikan.

Adiksi Gawai merupakan kecanduan terhadap gadget sehingga lebih banyak menghabiskan waktu untuk menggunakan gadget (Kharisma Justicia et al., 2021). Kecanduan adalah kondisi di mana seseorang bergantung secara fisik pada obat bius. Biasanya, kecanduan meningkatkan toleransi terhadap obat bius, ketergantungan fisik dan psikologis, dan gejala yang terkait dengan pemberitahuan diri dari masyarakat setelah penghentian penggunaan obat bius. Tingkat kompulsi yang tidak terkendali untuk mengulangi tingkah laku tertentu tanpa mempertimbangkan dampak negatifnya pada remaja dikenal sebagai tingkat ketergantungan.

Kecanduan terjadi ketika tidak dapat mengendalikan keinginan untuk menggunakannya dan berdampak negatif secara fisik atau psikologis. Hal ini terjadi tidak hanya saat bermain *game online*, tetapi juga saat bermain *game* di perangkat seperti komputer, tablet, iPad, atau smartphone. Meskipun harganya bervariasi,

remaja saat ini hampir tidak mungkin tanpa perangkat ini. *Game* juga membantu anak-anak menjauh dari ponsel. Sebenarnya, permainan yang meningkatkan

keterampilan pedagogis , sosial, dan spasial. Namun, hal itu dapat menyebabkan kecanduan dan bahkan perilaku kriminal jika dibiarkan (Saputra et al., 2023).

2.1.2 Pengertian *Game Online*

Menurut KBBI, kata "*game*" dan "*online*" terdiri dari kata "*game*", yang berarti "permainan", dan "*online*" berarti "berani". Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa *game online* adalah suatu permainan elektronik yang memerlukan koneksi internet untuk dijalankan. *Game online* dapat dimainkan secara berkelompok dan membutuhkan koneksi internet yang kuat untuk bermain.

Game online hanya dapat dimainkan jika perangkat yang dimainkan terhubung ke internet; kata "*online*" menunjukkan "dalam jaringan", dan "*game*" menunjukkan "permainan." Pada awalnya, *game online* dikenal sebagai "*game jaringan*", yang berarti sejumlah komputer pribadi (PC) yang terhubung satu sama lain sehingga pengguna dapat terhubung satu sama lain. Menurut para ahli, apa artinya bermain *game online*:

1. Januar dan Turmudzi menyatakan bahwa *game online* adalah permainan komputer yang dapat dimainkan oleh berbagai orang melalui internet.
2. Samuel mengatakan bahwasanya *game online* merupakan permainan dengan terhubung ke jaringan di mana orang berkomunikasi antara satu sama lain untuk mencapai tujuan yang sama, menyelesaikan tugas, dan memperoleh nilai yang terbaik di dunia virtual.

Berdasarkan pendapat di atas , dapat disimpulkan bahwa *game online* adalah jenis permainan yang dimainkan secara bersamaan oleh banyak orang secara bersamaan melalui internet (Waqi et al., 2024).

2.1.3 Pengertian Kecanduan *Game Online*

Salah satu jenis Kecanduan yang disebabkan oleh teknologi *internet* adalah Kecanduan *game online*, yang lebih dikenal sebagai Kecanduan internet. Dengan cara yang sama, Young menjelaskan bahwa internet dapat menyebabkan Kecanduan, salah satunya adalah kecanduan bermain *game* atau bermain *game* secara berlebihan. Kecanduan *game online* sebagai penggunaan *game online* yang berlebihan atau obsesif yang mengganggu kehidupan sehari-hari. Individu yang terkena Kecanduan *game online* akan memainkannya secara kompulsif, menghindari kontak sosial, dan berkonsentrasi pada pencapaian mereka dalam *game*. Dalam kamus psikologi, apa yang disebut sebagai "kecanduan" Merujuk pada kondisi di mana seseorang menjadi terlalu tergantung secara fisik pada obat bius, yang biasanya menyebabkan peningkatan toleransi terhadap obat bius, ketergantungan baik secara fisik maupun psikologis, dan gejala menutup diri dari masyarakat obat bius dihentikan.

Kecanduan *game online* dapat didefinisikan sebagai suatu kondisi yang disebabkan oleh ketergantungan teknologi yang membuat seseorang secara kompulsif bermain *game online*, menyebabkan masalah sosial, emosional, dan ketidakmampuan untuk mengendalikan aktivitas bermain game mereka (Sosial & Humaniora, 2024).

Menurut teori sebelumnya, kecanduan game online juga dapat didefinisikan sebagai suatu aktivitas yang sangat intens yang disebabkan oleh teknologi internet (Fetra Bonita Sari, Risda Amini, 2020). Dua faktor yang mempengaruhi kecanduan bermain game online tersebut dalam penelitian (Masya & Candra, 2016). Faktor internal antara lain keinginan diri sendiri, perasaan bosan, keinginan untuk

menyusun prioritas, dan kegagalan pengendalian diri. Faktor eksternal termasuk lingkungan yang tidak baik, tidak memiliki hubungan sosial, dan tidak memiliki orang tua (Kurnada & Iskandar, 2021).

Menurut “Theory of Planned Behavior adalah teori yang dirancang untuk memprediksi dan menjelaskan perilaku manusia dalam konteks tertentu ” (Ajzen, 1991), sikap ditentukan oleh kepercayaan individu mengenai suatu konsekuensi dari menampilkan perilaku , yang dilihat berdasarkan hasil evaluasi (proses untuk menilai suatu kegiatan), terhadap konsekuensi (juga bisa diartikan sebagai pengaruh atau dampak dari suatu perbuatan) (Nelwan & Situmorang, 2022).

Kecanduan *game online* juga dapat dianggap sebagai bentuk penguatan positif yang berulang, berdasarkan teori operant conditioning oleh Skinner (1938), di mana pemain mendapatkan imbalan dalam bentuk poin, level, atau status, yang meningkatkan rasa puas mereka dan mendorong mereka untuk terus bermain . Proses ini menghasilkan ketergantungan pada permainan, yang sulit dihentikan, tetapi sudah berdampak negatif pada kehidupan sosial dan akademik mahasiswa (Di et al., 2024)

Ciri-ciri kecanduan bermain *game online*. Menurut Santoso dan Purnomo (2017), pusat pemulihan kecanduan internet adalah sebagai berikut:

1. Merasa tertarik dengan *game online*, seperti memikirkan aktivitas yang dilakukan secara offline saat bermain *game online* atau mengharapkan sesi selanjutnya.

2. Memainkan satu jenis *game online* selama lebih dari 14 jam setiap minggu atau lebih dari satu bulan secara konsisten, meskipun sudah tidak menikmati permainannya lagi.
3. Menjadikan kebiasaan yang harus dilakukan dengan jumlah waktu yang meningkat untuk mencapai kesenangan yang diinginkan.
4. Mencoba untuk berhenti bermain *game online* dan merasa sedih, gelisah, dan emosional.
5. Perilaku menutup-nutupi atau mudah berbohong untuk menyembunyikan seberapa jauh mengalami ketergantungan pada *game online* dari keluarga, terapis, atau orang lain.

Kesimpulan dari ciri-ciri kecanduan bermain *game online* ini keluarga dan orang terdekat dapat melihat dengan jelas bahwa remaja yang Kecanduan *game online* memiliki karakteristik fisik yang jelas: mereka mudah emosional, sering menutupi atau berbohong, dan mencoba berhenti akan membuat mereka kurang fokus pada kegiatan offline dan membuat mereka bermain *game online* setiap hari.

a. Dampak Positif Kecandua Bermain *Game Online*

Sebagaimana dinyatakan oleh Pratiwi dkk . (2019), permainan mengubah strategi. Anak-anak dan remaja harus menggunakan berbagai pendekatan jika mereka ingin menang dalam permainan. Melalui permainan, Anda dapat meningkatkan penggunaan logika, pemecahan masalah, dan analisis.

Berikut adalah beberapa keuntungan dari bermain *game online*:

- 1) Mengajarkan tentang teknologi

Game online dan konsol akan membantu mereka memahami informasi teknologi yang saat ini sedang berkembang.

2) Kemampuan Membaca

Game dapat menjadi alat yang bagus untuk membantu anak-anak muda belajar membaca. *Game* tertentu bersifat edukatif dan dapat membantu anak-anak belajar dengan cara yang lebih menyenangkan. Selain itu, selama bermain, anak-anak diharuskan membaca setiap perintah yang diberikan oleh karakter dan narator *game*. Ini membantu anak-anak belajar mengeja dan membaca secara tidak langsung.

3) Mengajarkan Kerjasama

Dalam *game* multiplayer atau berpasangan, anak-anak diajarkan untuk bekerja sama dan bekerja sama dengan teman-temannya.

4) Stimulasi otak

Pemain dapat menyesuaikan permainan mereka sesuai keinginan mereka. Sebagai bagian dari pengembangan kreativitas mereka, hal ini akan membantu merangsang otak dan proses berpikir mereka untuk membuat skenario yang panjang dan kompleks.

5) Membangun kreativitas

Permainan dapat membantu anak-anak mengembangkan imajinasi mereka. Mereka dapat menggunakan imajinasi mereka untuk menyeimbangkan berbagai peristiwa yang terjadi dalam permainan dan menghibur untuk tujuan di dunia nyata yang relevan dan bermanfaat.

6) Belajar Ekonomi

Ada banyak permainan yang mengajarkan anak-anak tentang ekonomi, seperti permainan yang mengajarkan cara berbelanja dan mengelola restoran. Permainan ini mengajarkan nilai uang dengan cara mendapatkan uang dan menukarkannya dengan hal-hal yang membantu bermain game.

Ada beberapa manfaat untuk remaja yang kecanduan *game online* selain efek negatif. Misalnya, mereka dapat belajar bergendres strategi, belajar tentang teknologi, belajar membaca, belajar bekerja sama, belajar tentang ekonomi dan keuangan, mengembangkan imajinasi, dan mempelajari kemampuan spasial atau pamudayang.

b. Dampak Negatif Kecanduan Bermain *Game Online*

Menurut King & Delfabbro (2018) dan Sandy & Hidayat (2019), kecanduan *game online* dapat membahayakan generasi muda dengan dampak negatif pada lima dimensi: kesehatan, psikologis, akademik, sosial, dan ekonomi. Berikut penjelasannya :

- 1) Aspek Kesehatan: Kecanduan permainan *online* telah berdampak negatif pada kesehatan remaja karena mereka tidak melakukan aktivitas fisik, tidur kurang, dan makan berlebihan.
- 2) Aspek Psikologis: Banyak adegan kriminal dan kekerasan yang ditampilkan dalam *game online*, seperti perkelahian, pembunuhan, dan pengrusakan, secara tidak langsung mempengaruhi pikiran bawah sadar remaja bahwa kehidupan nyata sama dengan yang ditampilkan dalam *game online* . Remaja yang mengalami gangguan karena bermain *game online* ditandai dengan mudah marah, emosional, dan jiwa mengumpat.

3) Aspek akademis

Kaum muda berada pada usia sekolah dan berperan sebagai siswa sekolah. Kecanduan *game online* dapat mempengaruhi kinerja akademik. Waktu luang yang ideal untuk belajar di sekolah sering digunakan untuk menyelesaikan misi dalam *game online*. Biasanya konsentrasi anak muda terganggu dan tidak mampu menyerap materi guru secara maksimal.

4) Aspek Sosial

Ketika bermain *game online*, beberapa pemain dapat menemukan identitas mereka dengan melihat bagaimana avatar mereka dibuat dan masuk ke dunia fantasi mereka sendiri. Hal ini dapat mengakibatkan hilangnya hubungan dan interaksi dengan dunia nyata (Marcovitz, 2012). Jumlah remaja yang terlibat dalam sosialisasi *online* terus meningkat, tetapi menurut Williams (2006) dalam Sandy & Hidayat (2019), remaja yang terbiasa hidup di dunia maya umumnya mengalami kesulitan dalam bersosialisasi di dunia nyata. Pandangan antisosial dan kurangnya keinginan untuk berinteraksi dengan masyarakat, keluarga, dan teman adalah beberapa karakteristik remaja yang kecanduan *game online*.

5) Aspek keuangan

Bermain *game online* memerlukan biaya. Membeli voucher untuk memainkan beberapa jenis *game* secara terpisah akan menghasilkan biaya yang cukup besar. Remaja yang kekurangan uang mungkin berbohong kepada orang tuanya dan menggunakan berbagai taktik, seperti mencuri dan bermain *game online*. Hal ini sesuai dengan temuan Chen et al. (2005) bahwa pencurian (73,7%) dan penipuan (20,2%) adalah sebagian besar

kejahatan terkait *game online*. Penelitian tersebut juga menemukan bahwa individu yang melakukan kejahatan terkait *game online* adalah siswa sekolah. Dapat disimpulkan bahwa ada beberapa dampak negative dari kecanduan bermain *game online* yaitu, kesehatan, psikologi, pendidikan, sosial, dan keuangan merupakan dampak negatif dari kecanduan *game online*.(Sosial & Humaniora, 2024).

2.1.4 Kesehatan Mata

Kesehatan mata berfungsi sebagai indera penglihatan, mata dapat mempersepsikan bentuk, ukuran, warna, dan kedudukan suatu objek. Karena penglihatan tidak dapat diganti dengan apapun, mata harus dirawat dengan baik. Fungsi mata sangat penting bagi kehidupan manusia, namun tidak menjaga kesehatan mata dapat menyebabkan gangguan, salah satunya adalah gangguan ketajaman penglihatan. Beberapa hal yang dapat menyebabkan penurunan ketajaman penglihatan, seperti pencahayaan yang kuat , lama berada di dekat objek terang, usia yang lebih tua, dan faktor lain.

Penurunan tajam penglihatan dapat berdampak pada karir, sosial ekonomi, pendidikan, dan kecerdasan seseorang karena penggunaan perangkat yang salah, seperti posisi yang salah, penggunaan perangkat yang berlebihan, dan intensitas pencahayaan yang tidak cukup. Salah satu gangguan mata yang dikenal sebagai buta warna adalah ketika seseorang tidak dapat membedakan warna tertentu yang dapat dibedakan oleh orang dengan mata normal. Mereka yang buta warna dapat dibedakan oleh kelainan genetik atau bawaan lahir. Kelainan warna atau buta warna tidak hanya dipengaruhi oleh keturunan atau jenis kelamin. Banyak faktor lain yang juga mempengaruhi kemungkinan seseorang mengalami kelainan ini. Mereka yang

benar-benar buta warna dapat dibagi menjadi dua kelompok: buta warna total, yang hanya dapat membedakan warna hitam dan putih, dan buta warna parsial, yang hanya dapat membedakan warna tertentu. Kesusahan membedakan antara warna hijau dan merah adalah yang paling umum (Penyuluhan et al., 2023)

Akhir-akhir ini, banyak anak mengalami masalah kesehatan mata. Kekurangan vitamin A atau paparan dari perangkat seperti komputer , laptop, televisi, konsol permainan, dan ponsel dapat menjadi penyebabnya. Sejauh mana masyarakat dan orang tua dapat mengontrol penggunaan permainan anak-anak adalah tantangan. Untuk mengatasi masalah ini yang sekarang meresahkan kehidupan sehari-hari, pemerintah dan masyarakat harus mengambil tindakan. Pada masa lalu, suplemen vitamin A biasanya digunakan untuk mengobati penyakit mata pada anak-anak atau masyarakat. Namun karena vitamin A membantu mengatasi masalah mata, penting untuk mengonsumsi makanan yang kaya akan vitamin A, terutama sayuran, buah-buahan, dan daging seperti hati (Pengetahuan et al., 2024).

Health Belief Model adalah model psikologis dan teori perubahan perilaku kesehatan yang digunakan untuk memprediksi perilaku kesehatan dengan fokus pada cara seseorang melihat dan berasumsi suatu penyakit. Model ini terdiri dari *perceived susceptibility*, (yang merupakan persepsi tentang risiko terkena penyakit), *perceived severity*, (yang merupakan persepsi tentang keparahan penyakitnya), *perceived benefits*, (yang merupakan persepsi tentang keuntungan), dan *perceived barrier*, (yang merupakan persepsi tentang keuntungan dari pada penyakit, dan *perceived*) (Yaumil & Thaifur, 2024).

2.2 Faktor-Faktor Kecanduan *Game Online*

Bahwa seseorang menyukai bermain *game online* karena telah terbiasa bermain *game online* untuk rentang waktu yang lama. Beberapa orang tua membolehkan bermain *game online* sebagai cara untuk menenangkan anak mereka, dan jika ini dilakukan berulang kali, anak tersebut akan terbiasa bermain *game online* karena faktor-faktor berikut:

a. Kurang perhatian dari orang-orang terdekat

Beberapa orang percaya bahwa mereka dianggap ada jika mereka bisa mengendalikan situasi. Mereka senang mendapatkan perhatian dari orang lain, terutama ayah dan ibu. Seseorang akan bertindak dengan cara yang tidak menyenangkan hati orangtuanya untuk mendapatkan perhatian mereka. Karena orangtua akan memperingatkan dan mengendalikannya.

b. Depresi

Beberapa orang menggunakan media untuk mengatasi depresi mereka, seperti bermain *game online*. Selain itu, karena kesenangan yang ditawarkan oleh permainan *online*, Mereka akan menjadi kecanduan dalam jangka panjang..

c. Kurang control

Efek kecanduan sangat mungkin terjadi jika anak-anak tidak memiliki kontrol atas fasilitas tersebut. Anak-anak yang tidak terkontrol biasanya berperilaku over.

d. Kurang Kegiatan

Menganggur adalah kegiatan yang tidak menyenangkan. Jika Anda tidak memiliki kegiatan apa pun untuk dilakukan, bermain *game online* sering menjadi pilihan alternatif.

e. Lingkungan

Perilaku seseorang tidak hanya dipengaruhi oleh keluarganya. Bermain dengan teman-teman di sekolah juga dapat memengaruhi perilaku seseorang. Artinya, meskipun seseorang tidak terbiasa bermain *game online* di rumah, mereka akan terbiasa bermain *game online* dalam komunitas mereka.

f. Pola asuh Orang tua

Pola asuh orang tua memengaruhi perilaku seseorang. Oleh karena itu, orang tua harus berhati-hati dalam mengasuh anaknya sejak dini. Karena pola asuh yang keliru, anak-anak akhirnya akan meniru perilaku orang tuanya.

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi kecanduan *game online*, termasuk yang berikut:

1) Gender

Gender dapat memengaruhi kecanduan *game online*. Laki-laki dan perempuan sama-sama tertarik pada fantasi *game online*; namun, penelitian menunjukkan bahwa anak laki-laki lebih cenderung kecanduan *game* dan menghabiskan lebih banyak waktu di rental *game* dari pada anak perempuan.

2) Masalah psikologis

Masalah psikologis biasanya menyebabkan pemain *game online* bermimpi tentang *game*, berbagai situasi, dan karakter mereka. Fantasi dan peristiwa yang ada dalam *game* menarik pemainnya untuk kembali memainkan permainan. Pemain mengatakan dia termotivasi untuk terus bermain karena *game* itu menyenangkan dan menantang.

3) Jenis *game online*

Semakin banyak jenis *game online*, semakin banyak kecanduan akan muncul. Hal ini disebabkan oleh munculnya jenis permainan baru dan yang lebih menantang, yang mendorong para pemain untuk terus memainkannya.

Selain faktor-faktor yang mempengaruhi *game online*, ada juga faktor-faktor yang menyebabkan kecanduan *game online*. Ada dua faktor, yaitu faktor internal dan eksternal, yang akan menyebabkan kecanduan *game online*.

Berikut adalah faktor internal yang akan menyebabkan kecanduan *game online*.

- a) Dorongan kuat mahasiswa untuk mencapai nilai yang tinggi dalam *game online*, karena *game online* dirancang untuk membuat pemain semakin tertarik untuk mencapai nilai yang tinggi.
- b) Ketidakmampuan untuk mengatur prioritas untuk mengerjakan aktivitas penting lainnya juga menjadi penyebab kecanduan terhadap *game online*.
- c) Rasa bosan yang dirasakan oleh mahasiswa Ketika berada di rumah atau di kampus.
- d) Kurangnya self-control Karena kurangnya kemandirian, mahasiswa tidak dapat mengantisipasi efek negatif dari bermain *game online* terlalu lama.

Faktor-faktor eksternal ini berkontribusi pada kecanduan mahasiswa terhadap *game online*, seperti berikut:

- Lingkungan yang tidak terkontrol, karena melihat teman-temannya bermain *game online*.
- Kekurangan hubungan sosial, sehingga peserta didik memilih bermain *game online* sebagai aktivitas yang menyenangkan.
- Orang tua yang memaksa anaknya untuk berpartisipasi dalam kegiatan tertentu, seperti kursus atau kuliah, mengabaikan kebutuhan dasar anak seperti bermain bersama keluarga dan bersosialisasi.

Dalam uraian tersebut, ada dua penyebab utama kecanduan *game* mahasiswa secara *online*, yaitu elemen internal, yaitu elemen yang berasal dari diri sendiri dan variabel eksternal, yaitu variabel yang tidak berasal dari individu, seperti keluarga, ikatan sosial, dan orang tua (Irawan & W, 2021).

2.3 Pemberian Informasi Menghindari Radiasi Layar

Radiasi yang berasal dari pancaran sinar tersebut dapat mengganggu penglihatan. Daya persatuan luas, atau kerapatan daya, mempengaruhi paparan radiasi tubuh. Ini dikenal sebagai SAR (Specific Absorption Radiation). WHO menetapkan batas kerapatan daya radiasi 4,5 watt/m² untuk frekuensi 900 MHz dan 9 watt/m² untuk frekuensi 1800 MHz, masing-masing. Batas SAR radiasi adalah 1,6 W/Kg. Nilai SAR yang melebihi ambang berbahaya bagi kesehatan fisik dan mental manusia (Mila Nursyiam et al., 2024).

Radiasi optik adalah salah satu jenis radiasi yang dipancarkan oleh layar gawai kita. Sinar biru dari layar membahayakan mata pengguna. Jika Anda sering menggunakan *handphone* atau komputer untuk waktu yang lama, sinar biru dapat menyebabkan kelelahan mata. Seseorang yang memiliki pekerjaan yang

mengharuskan mereka untuk melihat layar gawai selama waktu yang lama akan menemukan penggunaan kacamata anti radiasi, terutama yang melindungi mereka dari sinar biru (Wahyuni, n.d.).

Menghindari radiasi layar *handphone*

1. Batasi waktu menghadapi layar
2. Atur jarak mata dengan *handphone*
3. Atur pencahayaan
4. Istirahatkan mata
5. Kesadaran diri
6. Menjaga pola makan dan minum
7. Matikan *handphone* apabila susah mendapatkan sinyal

2.4 Tingkat pengetahuan Yang Dimiliki Seseorang

Seseorang memiliki tingkat pengetahuan yang meliputi, yang sangat penting untuk perilaku, perawatan, dan desain apa yang sedang dilakukan. Perilaku seseorang adalah teratur jika didasarkan pada pengetahuan yang telah dimilikinya. Di sisi lain, jika seseorang tidak memiliki pengetahuan yang cukup atau tidak cukup, apa yang mereka coba lakukan akan tidak terstruktur dan akan runtuh. Ada beberapa tingkat pengetahuan manusia yang kita miliki, di antaranya:

1. Tahu (Know)

Mengingat kembali ingatan masa lalu setelah melihat sesuatu adalah tingkat pengetahuan di mana semua materi tertentu yang dipelajari atau diberikan rangsangan diingat kembali. Karena itu, pemahaman dianggap sebagai tahap pengetahuan yang paling dasar.

2. Paham (Comprehension)

Pemahaman didefinisikan sebagai kemampuan untuk menggambarkan dengan benar suatu objek yang diketahui yang dapat menginterpretasikan materi dengan benar. Pemahaman pada tingkat setelah tahu terjadi karena masyarakat harus mengetahui masalahnya terlebih dahulu karena ada tahapan untuk memahami masalah tersebut, sehingga seseorang sudah tahu apa yang harus dilakukan untuk mengatasi masalah.

3. Aplikasi (Aplication)

Kemampuan untuk menggunakan pengetahuan dan pemahaman yang sudah dipelajari untuk mempraktekkan yang sudah diketahui dalam situasi nyata adalah aplikasi. Ini memungkinkan seseorang untuk mempelajari dan memahami situasi saat ini dan yang mungkin terjadi.

4. Analisis (Analysis)

Analisis dan aplikasi hamper mirip, tetapi ada perbedaan jika aplikasi hanya dapat melakukan apa yang diketahui dan dipahami dengan benar. Setelah memahami dan memahami prosedur dan prosedur kerja, seseorang harus memiliki kemampuan untuk melakukan keterampilan yang memungkinkan mereka untuk menganalisis dan menjelaskan apa yang telah dilakukan. Setelah itu, analisis dapat dilakukan. Kemampuan untuk menggambarkan suatu objek atau materi dalam bagian tertentu dikenal sebagai analisis. Namun, mereka saling terkait dan berada dalam struktur organisasi.

5. Sintesis (Synthesis)

Kemampuan untuk menggabungkan komponen ke dalam bentuk yang lebih besar adalah apa yang disebut sintesis. Sintesis juga mencakup kemampuan untuk membuat formulasi baru dari formulasi yang sudah ada.

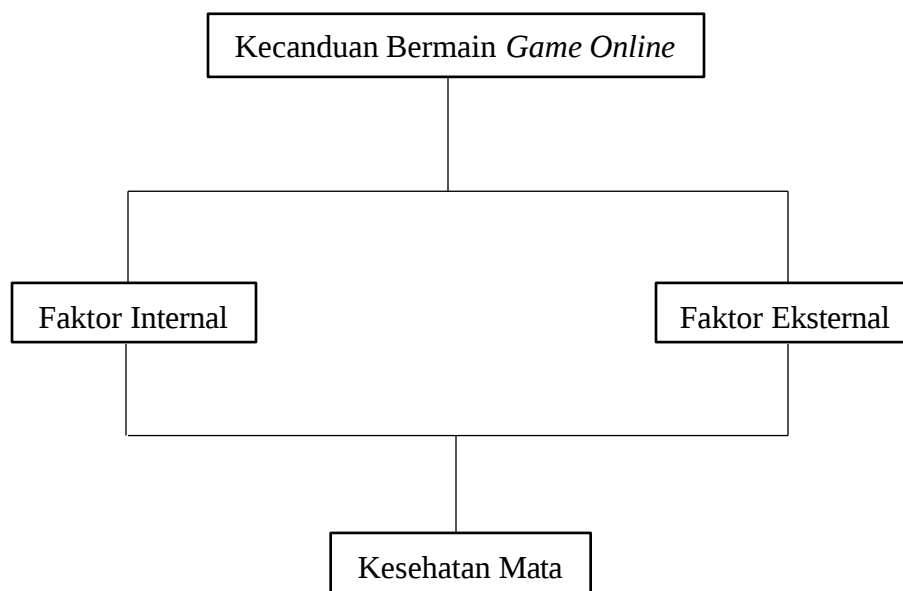
6. Evaluasi (Evaluation)

Evaluasi adalah pengetahuan yang mengacu pada kemampuan untuk menilai sesuatu yang penting. Ini didasarkan pada standar kriteria yang sudah ditetapkan sebelumnya (Penyuluhan et al., 2023).

2.5 Kerangka Teori Penelitian

Teori pada dasarnya adalah pernyataan tentang hubungan dua variabel atau lebih yang telah diuji kebenarannya. Pernyataan hubungan ini menjelaskan spektrum sebab dan akibat dari dua variabel atau lebih faktor. Penelitian tidak selalu dimulai dengan teori. karena untuk penelitian eksplorasi dan penyelidikan deskriptif, di mana pemahaman tentang masalah yang dialami.

Untuk menjelaskan fenomena yang akan diteliti oleh peneliti, kerangka teori terdiri dari penjelasan tentang teori yang akan digunakan sebagai landasan atau acuan serta asumsi teori. Kerangka teori juga memberikan penegasan terhadap teori yang akan digunakan oleh peneliti (Aulia, n.d.).

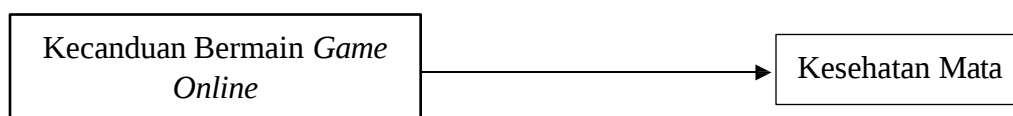


Gambar 2. 1 erangka Teori Penelitian

2.6 Kerangka Konsep Penelitian

Konsep adalah dasar ilmu pengetahuan. Dalam arti sederhana, konsep adalah pengertian, yang terkandung dalam istilah atau simbol. Nama muncul dari suara dan sebagainya. Contohnya adalah jarum, pena, benang, kertas, garpul, tinta, paku, dan sendok. Jika kita ingin memahami istilah-istilah ini, kita hanya perlu menunjuk bendanya. Namun, ada istilah-istilah yang harus kita amati melalui gejala atau fenomena, seperti demokrasi; keadilan; ; perbuatan melawar hukum; dll.

Kerangka konteks menjelaskan alur pemikiran peneliti tentang hubungan antara konsep. Ini mencakup rincian dari konsep yang termasuk dalam asumsi teoritis. Selain itu, kerangka konseptual ini bertujuan untuk memberikan gambaran tentang variabel-variabel yang akan diteliti oleh peneliti (Aulia, n.d.).



Gambar 2. 2 Kerangka Konsep Penelitian

2.7 Hipotesis Penelitian

Hipotesis yang dibuat oleh peneliti dikenal sebagai hipotesis penelitian. Sebelum diuji secara statistik, hipotesis penelitian harus diterjemahkan ke dalam kalimat matematika. Hipotesis nihil (H_0) dan hipotesis alternatif (H_a) adalah dua komponen hipotesis statistik. Peraturan yang digunakan untuk mengubah hipotesis penelitian menjadi hipotesis statistik sangat ketat. Ini sesuai dengan sifat statistik cabang sebagai matematika, yang berarti konsisten dengan sistemnya. Selain itu, jika terjadi kesalahan dalam penelitian hipotesis statistik,

ada kemungkinan besar bahwa peneliti akan sampai pada kesimpulan yang salah (Waluyo edy, 2024).

Ho : Kecanduan bermain *game online* tidak berpengaruh terhadap Kesehatan mata.

Ha : Kecanduan bermain *game online* berpengaruh terhadap Kesehatan mata.

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain deskriptif-korelasional. Desain deskriptif digunakan untuk menggambarkan tingkat kecanduan bermain *game online*, kesehatan mata,. Desain korelasional digunakan untuk menganalisis hubungan antara kecanduan bermain *game online* dengan kesehatan mata,. Pendekatan ini dipilih karena sesuai untuk menjawab tujuan penelitian, yaitu tidak hanya mendeskripsikan fenomena tetapi juga mengidentifikasi pengaruh dan hubungan antar variabel (Irfan Syahroni, 2022).

Data dalam penelitian ini dikumpulkan menggunakan metode survei melalui kuesioner *online* yang dirancang untuk mengukur variabel penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Akademi Farmasi Yarsi Pontianak, dengan sampel yang diambil menggunakan teknik simple random sampling untuk memastikan representasi yang baik dari populasi. Data yang terkumpul dianalisis menggunakan statistik deskriptif untuk menggambarkan data dan statistik inferensial, termasuk analisis korelasional dan regresi, untuk menguji hubungan dan pengaruh antar variabel.

3.2 Tempat Dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada bulan Januari. Lokasi penelitian ini dilakukan dikampus Akademi Farmasi Yarsi Pontianak yang berlokasi di Jalan. Panglima A'im No.2 Pontianak Timur.

3.3 Populasi Dan Sempel

3.3.1 Populasi

Dalam penelitian ini, populasi terdiri dari semua unit analisis yang memiliki karakteristik yang sama atau terkait dengan masalah yang dibahas. Untuk mendapatkan pemahaman yang akurat tentang populasi penelitian, istilah "populasi penelitian" mengacu pada semua orang, objek, atau peristiwa yang menjadi subjek penelitian. Populasi pada penelitian ini adalah semua mahasiswa Akademi Farmasi Yarsi Pontianak, berjumlah 411 mahasiswa. (Susanto et al., 2024).

3.3.2 Sempel

Sempel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik populasi. Sempel terdiri dari sejumlah individu yang dipilih dari populasi dan merupakan bagian yang mewakili keseluruhan anggota populasi. Sempel yang baik memiliki karakteristik yang mewakili populasi. Tidak dapat digeneralisasi terhadap populasi jika sampel tidak menunjukkan setiap anggota populasi. Jika populasi besar, peneliti tidak dapat mengetahui semua yang ada di dalamnya.

Sempel harus tepat agar datanya dapat mewakili populasi. Salah satu persyaratan penting untuk pengambilan sampel, menurut Tahir (2011), adalah sebagai berikut:

- 1) Sempel harus semaksimal mungkin menggambarkan populasi (wakil).

- 2) Sampel harus dapat mengukur ketepatan, presisi, dan kesalahan baku yang ditentukan oleh perbedaan antara hasil sampel dan populasi (dengan asumsi kedua metode yang digunakan sama).
- 3) Pengambilan sampel harus sederhana dan mudah dilakukan.
- 4) Pengambilan sampel harus dapat memberikan banyak informasi dengan biaya yang rendah. Pada dasarnya, metode pengambilan sampel diklasifikasikan menjadi kelompok-kelompok.

Dalam penelitian ini digunakan metode probability sampling. Peneliti menggunakan metode probability sampling untuk memilih partisipan: "Probability sampling adalah Metode pengambilan sampel atau data yang memiliki kemungkinan besar untuk dipilih sebagai sampel yang sama adalah probability sampel" (Suriani et al., 2023).

Dalam penelitian ini, pengumpulan data mengenai 'Pengaruh Kecanduan Bermain *Game Online* Terhadap Kesehatan Mata Mahasiswa Akademi Farmasi Yarsi Pontianak:

Didapatkan dengan observasi terlebih dahulu dan pemberian kuesioner sebagai instrumen utama. Dalam penelitian ini, sampel diambil menggunakan metode sample random sampling, yang juga menggabungkan metode probability sampling. Pengetian Metode Pengambilan Sampel Secara Random Sederhana juga dikenal sebagai "simple random sampling" dilakukan dengan memberi setiap orang dalam populasi nomor yang berbeda, dan kemudian menggunakan angka-angka acak untuk memilih sampel. Keuntungan menggunakan metode ini adalah bahwa peneliti tidak perlu mengetahui populasi sebelumnya untuk menghindari kesalahan

klasifikasi. Selain itu, data dapat dijelaskan dengan mudah dan kesalahan klasifikasi dapat dihitung. Kriteria berikut digunakan untuk memilih sampel dalam penelitian ini (Suriani et al., 2023).

a. Kriteria Inklusi

- 1) Mahasiswa aktif secara akademik
- 2) Bersedia menjadi responden dengan menanda tangani informed consent
- 3) Memiliki *Smartphone* atau laptop
- 4) Bermain *game online*

b. Kriteria Eksklusi

- 1) Responden menolak berpartisipasi
- 2) Tidak memiliki *smartphone* atau laptop
- 3) Tidak ada aplikasi pendukung atau internet
- 4) Tidak bermain *game online*

Jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah antara 30 sampai dengan 500 sampel. Jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah (80) orang dari total (411) orang mahasiswa Akademi Farmasi Yarsi Pontianak, didapatkan dengan menggunakan rumus Slovin yakni :

$$n = \frac{N}{1 + N(e)^2}$$

Keterangan :

n : Besaran sampel

N : Besaran Populasi

E : Estimasi Kesalahan (10%)

$$n = \frac{N}{1 + N(e)^2}$$

$$n = \frac{411}{1 + 411(0,1)^2}$$

$n = 80,4305$ Dibutuhkan menjadi 80

3.4 Variabel Penelitian

Variabel penelitian adalah nilai, sifat, atau fitur dari objek, kegiatan, atau individu dengan variasi yang dimaksudkan untuk dipelajari dan ditemukan oleh peneliti. Untuk menariknya, simbol X ditampilkan sebagai variabel bebas, simbol Y ditampilkan sebagai variabel terikat dan simbol Z ditampilkan sebagai variable moderator (Almumtazah et al., 2021).

1. Variabel bebas (Independent variabel)
 - a. Variabel bebas (X) ialah variabel yang mempengaruhi atau komponen yang mengubah variabel dependen (Y).
 - b. Dalam penelitian ini variabel bebas (X) adalah kecanduan bermain *game online*.
2. Variabel terikat (Dependent variabel)
 - a. Variabel terikat (Y) ialah akibat atau yang terpengaruh variabel bebas (X).
 - b. Dalam penelitian ini variabel terikat (Y) adalah Kesehatan Mata (Almumtazah et al., 2021)

3.5 Definisi Operasional

Dalam penelitian ini menggunakan satu variabel independent dan tiga variabel dependent dan satu variabel moderator digunakan dalam penelitian ini. Definisi operasional masing-masing variabel dapat dilihat pada tabel 3.1

Tabel 3. 1 Definisi Operasional

Variabel	Definisi	Cara Ukur	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala
Kecanduan bermain <i>game online</i>	Salah satu bentuk umum dari kecanduan teknologi	Menggunakan skala guttman(Benar, salah 1). Nilai tertinggi bernilai 1 jika benar dan nilai terendah bernilai 0 jika salah (Indah et al., 2024)	Kuesioner	Baik 76%-100% Cukup 56%-76% Kurang $\leq 55\%$ (Berliana dkk, 2024)	Rasio
Kesehatan mata	Menjaga Kesehatan tubuh penting untuk memperhatikan keseimbangan	Menggunakan skala Likert yaitu Questionnaire (sangat setuju, setuju, Ragu ragu, tidak setuju, sangat tidak setuju). Nilai tertinggi 5 jika sangat setuju dan nilai terendah bernilai 1 jika sangat tidak setuju (Elfira et al., 2024)	Kuesioner	Tidak baik $1 < x < 1,75$ Kurang baik $1.80 < x < 1,59$ Cukup baik $2,60 < x < 3,39$ Baik $3,40 < x < 4,19$ Sangat baik $4,20 < x < 5,00$ (Elfira et al., 2024)	Interval

3.6 Pengumpulan Dan Instrumen Data

3.6.1 Pengumpulan Data

Namun, dalam penelitian kuantitatif, angket atau kuesioner adalah teknik pengumpulan data yang paling umum. Alat ini mengumpulkan data melalui serangkaian pertanyaan yang dirancang untuk mengukur variabel penelitian. Penelitian kuantitatif juga menggunakan observasi terstruktur; Dalam hal ini, peneliti melakukan pengamatan berdasarkan standar yang telah ditetapkan sebelumnya (Jailani, 2023).

1. Data Primer

Data primer adalah data yang diperoleh dari sumber langsung, seperti wawancara atau kuisisioner yang biasa dilakukan oleh peneliti.

2. Data Sekunder

Data sekunder didefinisikan sebagai sumber data yang tidak langsung memberikan data kepada pengumpul data (Lafifa & Sandy, 2023).

Metode Pengumpulan Data: Peneliti ini mengumpulkan data melalui formulir kuesioner peneliti *online* yang digunakan oleh *Google Form*. Prosedur pengumpulan informasinya adalah sebagai berikut::

a. Tahap Persiapan

Adapun hal yang perlu diperhatikan untuk mempersiapkan dalam tahap ini, antara lain :

- 1) Peneliti akan memberikan surat izin penelitian dengan tanda tangan Direktur Akademi Farmasi Yarsi Pontianak sebelum penelitian dilakukan.
- 2) Peneliti menyerahkan surat tersebut kepada ketua kelas

- 3) Setelah peneliti mendapatkan surat izin maka peneliti memproses lebih lanjut detail waktu pengumpulan data.
- 4) Peneliti membuat formulir persetujuan untuk para responden.
- 5) Peneliti memberikan persetujuan yang diinformasikan kepada responden.
- 6) Peneliti membuat instrumen untuk mengumpulkan data, yaitu kuesioner. (Hubungan Kecanduan Bermain *Game Online* Terhadap Kesehatan Mata Kondisi Fisik Dan Semangat Belajar Mahasiswa Akademi Farmasi Yarsi Pontianak).
- 7) Surat izin penelitian untuk meminta izin penelitian.
- 8) Selanjutnya setelah uji etik selesai, peneliti membuat link kuesioner dan menyebarkannya melalui grup WhatsApp kepada responden.

Kuesioner merupakan dokumen yang berisi pertanyaan yang terbagi menjadi dua kategori: kuesioner yang memiliki pertanyaan terbuka, kuesioner yang menggunakan pertanyaan tertutup, atau perpaduan di antara keduanya. Pertanyaan terbuka memberikan kesempatan untuk penjelasan yang lebih rinci, sedangkan pertanyaan tertutup mengatur jawaban dari unit analisis, yang membuat penghitungan menjadi lebih mudah. (Nisa, 2024).

Dalam penelitian ini kuesioner didistribusikan selama 2 minggu melalui WhatsApp,

3.6.2 Instrumen Pengumpulan Data

Dalam penelitian kuantitatif, alat yang digunakan dalam penelitian termasuk angket atau kuesioner, daftar periksa observasi terstruktur, dan alat pengukuran yang digunakan untuk mengumpulkan data dan menganalisisnya secara statistik (Jailani, 2023).

Salah satu alat ukur yang digunakan oleh peneliti untuk mengukur kejadian adalah kusioner; mereka juga disebut sebagai kumpulan pertanyaan atau pernyataan yang digunakan untuk mendapatkan informasi tentang subjek penelitian. Peran kuesioner sangat penting dalam menentukan validitas data yang diperoleh dari setiap penelitian; kualitas instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data tersebut sangat berpengaruh (Prososial, 2021).

1. Uji Validitas

Uji validitas adalah jenis uji yang digunakan untuk mengetahui dan mengayunkan dan mempertahankan suatu alat ukur untuk digunakan untuk mengukur sesuatu yang seharusnya diukur . Kusioner dapat dinyatakan valid jika setiap pertanyaan di dalamnya dapat digunakan sebagai cara untuk menyampaikan dan mempelajari apa yang akan diukur oleh kusioner tersebut . Selain itu, kusioner dapat dinyatakan valid jika hasil nilai hitungnya lebih besar dari jumlah total yang diukur. Jika $r_{hitung} > r_{tabel}$, maka pertanyaan tersebut valid; sebaliknya jika $r_{hitung} < r_{tabel}$ maka pertanyaan tersebut tidak valid (Prososial, 2021).

2. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas instrumen penelitian yang akan digunakan untuk memancarkan kredibilitas kusioner yang digunakan untuk mengumpulkan data penelitian. Uji ini menggunakan Alpha Cronbach untuk memunculkan reliabilitas instrumen penelitian. Jika nilai Alpha Cronbach suatu variabel lebih besar dari 0,60, maka variabel tersebut dapat dianggap konsisten atau reliabel dalam pengukurannya. Dan Jika nilai Alpha Cronbach suatu variabel lebih kecil dari 0,60, maka variabel tersebut dapat dianggap tidak reliabel dalam pengukurannya (Prososial, 2021).

Setelah izin penelitian diperoleh, dilanjutkan ke tahap, pelaksanaan :

- a. Peneliti telah memilih sampel yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi.
- b. Peneliti telah memberikan lembar informasi tentang maksud dan tujuan penelitian kepada responden.
- c. Peneliti telah memberikan insentif yang jelas kepada ketua kelas sebagai bukti bahwa mahasiswa bersedia menjadi responden peneliti.
- d. Peneliti telah bekerja sama dengan ketua kelas di setiap kelas untuk membantu menyebarkan link kuesioner *online* peneliti ke semua mahasiswa.
- e. Peneliti memberikan link ke formulir kuesioner *online* kepada responden, yang berisi permohonan peneliti secara keseluruhan, tujuan penelitian, dan persetujuan mereka.

- f. Peneliti memeriksa kembali formulir kuesioner *online* setelah responden menjawab.
- g. Selanjutnya peneliti mengumpulkan data, mengelolah, dan menganalisisnya.
- h. Peneliti telah menyimpan formulir kuesioner peneliti di tempat yang aman yang hanya dapat diakses oleh peneliti.
- i. Selanjutnya peneliti mengolah data menggunakan program SPSS.

SPSS sangat penting untuk mempermudah analisis data asumsi klasik dalam penelitian. SPSS adalah alat statistik yang umum digunakan dan menawarkan kemudahan dan efisiensi dalam menguji asumsi-asumsi statistik yang mendasari analisis data. Dengan antarmuka yang mudah dipahami dan berbagai fitur statistiknya, SPSS memungkinkan peneliti untuk menerapkan uji statistik yang relevan untuk menguji normalitas, homogenitas, dan independensi data dengan cepat. SPSS bagus karena dapat menyajikan hasil analisis secara jelas dan menyeluruh, yang memudahkan peneliti untuk memahami dan membuat keputusan tentang asumsi klasik. Visualisasi grafis juga tersedia dalam SPSS, yang membantu peneliti memahami distribusi data dan menemukan kemungkinan pelanggaran asumsi. Alat ini memungkinkan proses analisis data asumsi klasik menjadi lebih efisien dan dapat diandalkan, mendukung kualitas penelitian yang lebih tinggi dan hasil yang lebih valid (Engagement & Volume, 2024).

3.7 Teknik Pengelolaan Data

Ringkasan data atau angka-angka ringkas diperoleh melalui proses tertentu yang dikenal sebagai pengolahan data. Dalam penelitian ini,

pengolahan data dilakukan dengan cara:

a. *Editing*

Editing adalah suatu proses mengecek atau mengoreksi data yang telah diambil. Data yang diterima (*raw data*), seringkali dapat menunjukkan ketidaklogisan atau keraguan. Tujuan utama dari *editing* adalah untuk menghindari kesalahan dalam pencatatan di lapangan serta bersifat korektif. Pada tahap ini, kekurangan atau kesalahan dalam data dapat diperbaiki atau dilengkapi melalui pengumpulan data ulang atau melalui metode interpolasi (penyisipan).

b. *Coding*

Coding merupakan proses penentuan atau pembuatan kode untuk setiap data yang berada dalam kategori yang sama. Kode itu sendiri adalah sinyal yang terdiri dari angka dan huruf, yang memberikan petunjuk atau identitas mengenai informasi atau data yang akan dianalisis.

c. *Scoring*

Proses penentuan skor untuk jawaban dari responden dilakukan dengan cara mengklasifikasikan dan mengategorikan berdasarkan pendapat yang diberikan oleh responden. Skor dihitung menggunakan skala Likert, dengan rincian sebagai berikut:

- 1) Skor 4 untuk jawaban sangat setuju
- 2) Skor 3 untuk jawaban setuju
- 4) Skor 2 untuk jawaban tidak setuju
- 5) Skor 1 untuk jawaban sangat tidak setuju

Penghitungan skor juga menggunakan skala Guttman dengan ukuran sebagai berikut:

- 1) Skor 1 untuk benar
- 2) Skor 0 untuk salah

d. Tabulasi

Tabulasi adalah proses menyusun tabel yang memuat data yang telah dikodekan sesuai dengan analisis yang dibutuhkan.

e. Penyajian data tersusun

Hasil dari pengelompokan dan penyusunan data di atas dapat diwakili dalam berbagai format, seperti tabel, gambar, grafik, atau peta.

Pada pengolahan data, respon untuk setiap item kuesioner akan diberikan skor yang berbeda berdasarkan tipe jawabannya. Ketentuan pemberian skor untuk setiap aspek dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 3. 2 Besar Skor Tanggapan Aspek Kecanduan Bermain *Game Online*

Tanggapan Pernyataan	Skor
Benar	1
Salah	0

Sumber: (Berliana dkk, 2024)

Tabel 3. 3 Besar Skor Tanggapan Aspek Kecanduan Bermain *Game Online Terhadap Variabel Y*

Tanggapan Pernyataan	Skor
Sangat Setuju	4
Setuju	3
Tidak Setuju	2

Sangat Tidak Setuju	1
---------------------	---

Sumber: (Elfira et al., 2024)

Data yang dikumpulkan dapat dibuat bentuk tabel dan dinarasikan, kemudian di kategorikan untuk tingkat pengetahuan dan kecanduan sebagai berikut:

Tabel 3. 4 Katagori Kecanduan Bermain *Game Online* Berdasarkan Nilai Skor

Kategori	Skor
Baik	$\geq 76\%$
Cukup	56-75%
Kurang	$< 55\%$

Sumber: (Berliana dkk, 2024)

Tabel 3. 5 Katagori Kecanduan Bermain *Game Online* Terhadap Variabel Y Berdasarkan Nilai Skor

Kategori	Nilai
Tidak baik/sangat tidak setuju/tidak pernah	1 – 1,79
Kurang baik/tidak setuju/jarang	1,80 – 2,59
Cukup baik/kurang setuju/kadang-kadang	2,60 – 3,39
Baik/setuju/sering	3,40 – 4,19
Sangat baik/sangat setuju/hampir selalu	4,20 – 5,00

Sumber: (Elfira et al., 2024)

3.8 Teknik Analisis Data

Analisis data kuantitatif adalah metode komputasi dan statistik yang fokus pada analisis pengumpulan data secara matematis, statistik, atau numerik. Dengan demikian, kumpulan data yang digunakan oleh peneliti akan dapat diukur atau dinomerikan. Analisis data adalah proses penelitian yang dilakukan setelah mendapatkan semua data yang diperlukan untuk memecahkan masalah yang diteliti. Alat analisis presisi dan presisi sangat mempengaruhi keakuratan pengambilan kesimpulan.

Oleh karena itu, data harus dijelaskan sepanjang proses penelitian. Kesalahan dalam menentukan alat analisis dapat berdampak negatif pada kesimpulan yang dihasilkan, dan hal ini akan memperlambat penggunaan dan pelaksanaan hasil penelitian. Oleh karena itu, pengetahuan dan pemahaman tentang berbagai teknik analisis sangat penting bagi seorang peneliti agar temuan penelitian mereka dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah dan membantu memecahkan masalah.

Secara umum, ada dua jenis teknik analisis data: analisis kuantitatif dan kualitatif. Perbedaan hanya terletak pada jenis data: data kualitatif (tidak dapat diangkakan) digunakan untuk analisis kualitatif, sedangkan data yang dapat dikuantifikasikan dapat digunakan untuk analisis kuantitatif atau bahkan kualitatif (Ilmiah, 2024).

1. Metode Analisis Deskriptif

Analisis data deskriptif kuantitatif adalah metode yang membantu menggambarkan, menunjukkan, atau meringkas data secara konstruktif. Metode ini menggunakan gambar statistik, yang membantu memahami detail data dengan meringkas dan menemukan pola dalam sampel data tertentu.

Metode statistik deskriptif ini mencakup:

- a. Nilai rata-rata dari kumpulan angka disebut sebagai mean.
- b. Titik tengah dari urutan angka numerik adalah median.
- c. Jumlah nilai yang ditampilkan ditunjukkan oleh frekuensi.
- d. Nilai yang paling sering muncul dalam kumpulan data dikenal sebagai mode.

- e. Range terdiri nilai tertinggi dan terendah ditampilkan dalam jangkauan.
- f. Kejadian menunjukkan berada di tengah grafik atau condong ke kiri atau kanan ditunjukkan oleh standar deviasi.

Metode deskriptif terdiri dari dua jenis:

- 1) Metode korelasional. menjelaskan bagaimana variabel berinteraksi satu sama lain.
- 2) Metode komparasi. perbandingan juga digunakan, membandingkan antara dua atau lebih dari dua variabel penelitian.

2. Metode Analisis Inferensial

Analisis inferensial adalah salah satu jenis analisis data kuantitatif yang paling banyak digunakan, bersama dengan metode deskriptif. Mengacu pada pengujian hipotesis statistik atau teori. Metode ini mengubah angka mentah menjadi pengetahuan yang relevan dengan menggunakan nilai numerik dan statistik deskriptif. Tujuannya adalah untuk membuat prediksi dari data yang dianalisis. Untuk menguji hipotesis yang memprediksi perubahan atau perbedaan, peneliti akan menemukan apakah berbagai variabel berhubungan satu sama lain. Secara umum, pendekatan inferensial termasuk:

- a. Metode Uji-T yaitu untuk membandingkan rata-rata dua kelompok dan menentukan perbedaan satu sama lain .
- b. ANOVA (Analisis Varians) ANOVA (Analisis Varians) adalah analisis yaitu statistik yang menentukan perbedaan antara dua atau lebih kelompok satu sama lain. Ini menggunakan teknik analisis multivariat dan statistik parametrik.

- c. Analisis Regresi: Pengolahan dan analisis data kuantitatif digunakan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh variabel independen tertentu terhadap variabel dependen.

Caranya adalah dengan mengetahui bagaimana satu atau lebih variabel independen mempengaruhi variabel dependen hipotesis saat ini.

1. Variabel Dependen, faktor penting yang diusahakan untuk dipahami atau diprediksi, dampak Kesehatan mata.
2. Variabel independen, yang dapat mempengaruhi variabel dependen.

Contohnya adalah kecanduan terhadap bermain *game online*.

Selanjutnya, pertanyaan yang diajukan kepada responden mencakup semua variabel untuk mengumpulkan data secara menyeluruh.

Selanjutnya akan mengetahui apakah dua variabel melemahkan satu sama lain. Memahami Pengaruh Kecanduan Bermain *Game Online* Terhadap Kesehatan Mata Mahasiswa Akademi Farmasi Yarsi Pontianak (Ilmiah, 2024).

3.8.1 Analisis Korelasional

Analisis korelasional adalah analisis jenis statistik yang bertujuan untuk menemukan hubungan atau pengaruh antara dua variabel atau lebih. Dalam analisis korelasional ini, variabel dibagi menjadi berbagai bagian:

1. Variabel bebas, yang berarti bahwa ada variabel yang tidak dipengaruhi oleh variabel lain; dan
2. Variabel terikat, yang berarti bahwa ada variabel yang dipengaruhi oleh variabel lain.

Studi tentang ada hubungan antara kecanduan bermain *game online* terhadap Kesehatan adalah contohnya. Variabel bebas (X) adalah kecanduan bermain *game online* dan variabel keterikatan (Y) adalah kesehatan mata. Salah satu contoh penelitian yang bertujuan untuk menemukan korelasi antara variabel ini adalah:

- a. Ada hubungan antara variabel independen dan variabel dependen;

Analisis korelasional ini dapat dilakukan dengan berbagai metode analisis statistik, baik parametrik maupun nonparametrik. Jenis skala data di mana masing-masing teknik analisis tersebut digunakan sangat bergantung pada jenis skala data tersebut. Skala data terdiri dari:

- 1) Data nominal, yang merupakan data kualitatif tanpa jenjang, seperti jenis kelamin, asal daerah, pekerjaan orang tua, hobi, dan lain sebagainya.
- 2) Data ordinal, yang merupakan data kualitatif dengan jenjang, seperti tingkat pendidikan, jabatan, pangkat, peringkat kelas, dan sebagainya.
- 3) Data interval/rasio, yang merupakan data kuantitatif yang dapat diangkakan atau berangka. Penghasilan, prestasi belajar, tinggi badan, kecerdasan, volume penjualan, dll.

Untuk memulai, lihat jenis data dari variabel yang diteliti menunjukkan berbagai jenis analisis korelasional berdasarkan skala analisis datanya untuk membantu menentukan jenis korelasional yang tepat untuk penelitian (Ina Magdalena, Deis Ayu Nur Hidayah, 2024)

3.8.2 Analisis Regresi

Analisis regresi adalah teknik statistik yang menggunakan hubungan antara dua atau lebih variabel. Tujuannya adalah untuk membuat prediksi (estimasi) yang dapat diandalkan tentang nilai suatu variabel (biasanya disebut variabel keterikatan, dependen, atau respon) jika nilai variabel lain yang terkait diketahui. Variabel ini biasanya disebut variabel bebas, independen, atau prediktor. Analisis Regresi adalah alat statistik yang menggunakan hubungan antara dua atau lebih variabel kuantitatif, sehingga salah satu variabel dapat diprediksi berdasarkan variabel yang lain. Dalam kasus ini, istilah yang sering digunakan adalah variabel dependen dan variabel independen. Regresi Linear Berganda (RLB) adalah perpanjangan dari Regresi Linear Sederhana (RLS). Dalam analisis RLB, variabel dependen dipengaruhi oleh lebih dari satu variabel independent (Nababan & Nugraha, 2024).

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada Pengaruh Kecanduan Bermain *Game Online* Terhadap Kesehatan Mata Mahasiswa Akademi Farmasi Yarsi Pontianak didapatkan kesimpulan bahwa. Ada pengaruh terhadap variabel (X) dari indikator kecanduan bermain *game online* dengan nilai r hitung yaitu $0,295 >$ nilai r tabel kritis yaitu $1,990$. Berdasarkan signifikansi, nilai sig (2-tailed) yaitu $0.001 < 0.05$ maka terdapat pengaruh yang signifikan. Variabel kecanduan bermain *game online* memiliki pengaruh terhadap variabel kesehatan mata bagi mahasiswa Akademi Farmasi Yarsi Pontianak.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Mahasiswa

Diharapkan mahasiswa dapat mengontrol aktivitas bermain *game online* supaya tidak ada peningkatan persentase terhadap kecanduan bermain *game online* bagi mahasiswa Akademi Farmasi Yarsi Pontianak. Dan dapat membatasi waktu bermain *game online* supaya mata tetap terjaga kesehatannya.

5.2.2 Bagi Peneliti lain

Untuk penelitian selanjutan, diharapkan dapat melakukan penelitian tentang variabel lain yaitu kondisi fisik, semangat belajar yang mempengaruhi kecanduan bermain *game online* siswa Akademi Farmasi Yarsi Pontianak.

DAFTAR PUSTAKA

- Almumtazah, N., Azizah, N., Putri, Y. L., & Novitasari, D. C. R. (2021). Prediksi Jumlah Mahasiswa Baru Menggunakan Metode Regresi Linier Sederhana. *Jurnal Ilmiah Matematika Dan Terapan*, 18(1), 31–40. <https://doi.org/10.22487/2540766x.2021.v18.i1.15465>
- Aulia, J. (n.d.). *Penyusunan Kerangka Berpikir Dalam Penelitian*.
- Di, D., Cimanggis, D., Bojonggede, K., & Bogor, K. (2024). *Triwikrama : Jurnal Ilmu Sosial Triwikrama : Jurnal Ilmu Sosial*. 5(11), 21–31.
- Berliana dkk, Elektro, P. T., Teknik, F., Surabaya, U. N., Elektro, P. T., Teknik, F., Surabaya, U. N., Elektro, P. T., Teknik, F., Surabaya, U. N., Elektro, P. T., Teknik, F., & Surabaya, U. N. (n.d.). *Pengembangan Multimedia Pembelajaran Interaktif Berbasis Articulate Storyline 3 Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Dasar – Dasar Teknik Elektronika Siswa Di Smkn 3 Surabaya*
- Elfira, C., Pah, A., Rumlaklak, N. D., Didok, J. C., Rizky, J., & Ledoh, M. (2024). *Sistem Informasi Manajemen Surat Masuk dan Surat Keluar Menggunakan System Development Life Cycle Information System for Letters Management Using System Development Life Cycle*. 3(3),
- Engagement, C., & Volume, E. J. (2024). *Pelatihan Analisis Data Asumsi Klasik Menggunakan Aplikasi SPSS*. 5,
- Febrian, M. R., Nandaka, I. K. T., Mutiadesi, W. P., & Irma, A. (2024). *Hubungan Tingkat Stres Dengan Durasi Bermain Game Online Pada Mahasiswa Angkatan 2020 Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Hang Tuah*. 5(1),
- Sofwatillah, Risnita, M. Syahrani Jailani, Deassy Arestya Saksitha Universitas Islam Negeri Sulthan Thaha Saifuddin Jambi (2020)” *Tehnik Analisis Data Kuantitatif Dan Kualitatif Dalam Penelitian Ilmiah*”
- Ina Magdalena, Deis Ayu Nur Hidayah, D. K. A. (2024). *Cendikia pendidikan. Cendekia Pendidikan*, 3(1), <https://ejournal.warunayama.org/index.php/sindorocendikiapendidikan/article/view/769>
- Indah, E. P., Rakhman, A., Brigjen, J., Basri, H., Utara, K. B., & Banjarmasin, K. (2024). *Kata kunci: Model Pembelajaran Kooperatif, Pendidikan Jasmani, Sekolah Rawan Banjir*. 4(3),
- Irawan, S., & W, D. S. (2021). *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecanduan Game Online Peserta Didik*. 7(1),

- Irfan Syahroni, M. (2022). Prosedur Penelitian Kuantitatif. *EJurnal Al Musthafa*, 2(3), 43–56. <https://doi.org/10.62552/ejam.v2i3.50>
- Jailani, M. S. (2023). *Teknik Pengumpulan Data Dan Instrumen Penelitian Ilmiah Pendidikan Pada Pendekatan Kualitatif dan Kuantitatif*. 1,
- Kharisma Justicia, Fadli, A., Azanita, A., & Farmasi Yarsi Pontianak, A. (2021). Pengaruh Adiksi Gawai Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa Prodi Diploma Iii Akademi Farmasi Yarsi Pontianak. *Jurnal Inkofar **, 5(1),
- Kurnada, N., & Iskandar, R. (2021). Analisis Tingkat Kecanduan Bermain Game Online terhadap Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Basicedu*, 5(6), 5660–5670. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v5i6.1738>
- Lafifa, A., & Sandy, S. R. O. (2023). Optimalisasi Peran Waiter & Waitress dalam Meningkatkan Pelayanan di Restoran Tang Palace Hotel JW Marriott Surabaya. *Jurnal Pariwisata Dan Perhotelan*, 1(1), 8. <https://doi.org/10.47134/pjpp.v1i1.1892>
- Manik, M. F., Dewi, J., & Siahaan, S. (2025). *Efektivitas Penggunaan Media Interaktif Power Point Pada Materi Pertumbuhan Ekonomi Terhadap Pemahaman Siswa Sma Negeri 3 Medan*. 2(3),
- Mila Nursyiam, Regita Laela, & Syahla Indira Dewi. (2024). Dampak Radiasi Gadget Terhadap Kesehatan Mata Remaja. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia (JKMI)*, 1(2), 74–78. <https://doi.org/10.62017/jkmi.v1i2.707>
- Muhammad Reza Akbar, & Muhammad Ihsan Akbar. (2022). Analisis Regulasi Uji Emisi Gas Buang Kendaraan Berdasarkan Pengaruhnya Terhadap Indeks Kualitas Udara di DKI Jakarta Menggunakan Metode Korelasi Pearson dan Regresi Linear. *J Statistika: Jurnal Ilmiah Teori Dan Aplikasi Statistika*, 15(1), 137–146. <https://doi.org/10.36456/jstat.vol15.no1.a5216>
- Nababan, Y., & Nugraha, I. (2024). Penerapan Data Mining Produksi Padi di Pulau Sumatera Menggunakan Analisis Regresi Linear. *Jurnal Teknik Industri Terintegrasi*, 7(1), 262–272. <https://doi.org/10.31004/jutin.v7i1.23545>
- Naiborhu, R. (2025). *Pengaruh Pendekatan Teaching at The Right Level (TaRL) terhadap Kemampuan Membaca Siswa Kampung Bharu Malaysia*. 13(1),
- Nelwan, Y. I., & Situmorang, D. D. B. (2022). Potret Intensitas Bermain Online Game Pada Mahasiswa Selama Masa Pandemi Covid-19. *Psiko Edukasi*, 20(2), 176–188. <https://doi.org/10.25170/psikoedukasi.v20i2.3417>
- Nimasari, Henny Magdalena, W. N. (2023). Sosains jurnal sosial dan sains. *Jurnal Sosial Dan Sains*, 3(2),
- Nisa, C. Z. (2024). *Pengaruh Penggunaan Media Sosial Tiktok Terhadap Akhlakul*

Lampiran 22. Surat Keputusan Kaji Etik Kota. 08,

Afrizawati, Afriani, Online, G., & Sosial, M. (2022). *Pengaruh Game Online Dan Media Sosial Terhadap*. 1(1).

Yasnani, Suhadi, Asnia Zainuddin, Pengetahuan, P., Mata, K., Kelurahan, T., & Konawe, K. (2024). *Peningkatan Pengetahuan dan Pemeriksaan Kesehatan Mata di SDN 2 TORonipa Kelurahan Toronipa, Kabupaten Konawe*. 3(September),

Syahrurmadhon, Roy Candra Nainggolan, Zulianti, Khairuna Irma, Penyuluhan, H., Mata, K., Tingkat, D., Tentang, P., & Warna, B. (2023). *Jurnal Teknologi , Kesehatan Dan Ilmu Sosial Jurnal Teknologi , Kesehatan Dan Ilmu Sosial*. 5(1),

Esi Rosita, Wahyu Hidayat, Prososial, P. (2021). *Uji validitas dan reliabilitas kuesioner perilaku prososial*. 4(4), 279–284. <https://doi.org/10.22460/fokus.v4i4.7413>

Saputra, E. D., Achmadi, S., & Industri, F. T. (2023). *Sistem Pakar Aplikasi Pendeteksi Kecanduan Game Online Berbasis Android Dengan Menggunakan Metode Certainty*. 7(1),

Humaniora, D. (2024). *Pola Asuh Permisif Orangtua Tunggal Pada Remaja Yang Kecanduan Game Online Di Rt 05 Dan Rt 11 Pancoran Barat*. 2(1),

Suriani, N., Risnita, & Jailani, M. S. (2023). Konsep Populasi dan Sampling Serta Pemilihan Partisipan Ditinjau Dari Penelitian Ilmiah Pendidikan. *Jurnal IHSAN : Jurnal Pendidikan Islam*, 1(2), <https://doi.org/10.61104/ihsan.v1i2.55>

Susanto, P. C., Arini, D. U., Yuntina, L., & Panatap, J. (2024). *Konsep Penelitian Kuantitatif: Populasi , Sampel , dan Analisis Data (Sebuah Tinjauan Pustaka)*. 3(1),

Wahyuni, I. I. P. (n.d.). *Penggunaan Kacamata Blue Cut Untuk Menunjang Kegiatan Berbasis Layar Gawai Iip*.

Waluyo edy, S. A. J. E. (2024). Analisis data sampel menggunakan uji hipotesis penelitian perbandingan pendapatan menggunakan uji anova dan uji t. *Ekonomi Dan Bisnis*, 2(30218365),

Waqi, A., Nisa, S., & Padang, U. N. (2024). *H k a m*. 3,

Yaumil, A., & Thaifur, B. R. (2024). *Studi Perubahan Perilaku : Literature Review Behavior Change Studies : Literature Review Jurnal Kolaboratif Sains (JKS) kesejahteraan kehidupan . Hal ini sesuai dengan yang dikemukakan oleh WHO mengenai definisi individu mampu untuk menjalani kehidupan .*