

LITERATUR REVIEW: PENGGUNAAN GAME ONLINE SEBAGAI STRATEGI KOPING DESTRUKTIF DI MASA PANDEMI COVID-19

**Maulidiyah Junnatul Azizah Heru¹, Ayu Masrurotul
Hasanah², Faridatul Hasanah³, Indra Nur Hidayat⁴,
Milawati⁵**

¹²³⁴⁵Universitas Nurul Jadid, Email:
Ladyheru67@gmail.com

Abstract

As the internet age is growing rapidly, one of the benefits of the development of the internet is for entertainment facilities, for example to play online games. Online games are an audio and visual based game that is played over the internet network. Objective : To find out if the use of online games during the COVID-19 Pandemic is a destructive coping state. Methods : The source of the article used is through a database search google scholar, science direct and elsiver. Article searches are restricted from 2016 to 2021. The keywords used in the article searches are "online gaming", "internet gaming addiction" and "COVID-19 pandemic". This Literature Review uses 15 articles that fit the inclusion criteria. Results: Online gaming or online games from reviewed research greatly have a negative impact on online gaming users, because not always online games are useful and pose a lot of risks. Conclusion: The use of online games during the COVID-19 pandemic is a destructive coping strategy because the use of online games is not always beneficial and can pose many risks that negatively impact excessive gaming such as endangering mental health, sleep patterns, or physical health.

Keywords: Online games, Destructive coping strategies, COVID-19 Pandemic

Abstrak

Seiring perkembangan zaman internet semakin berkembang pesat, salah satu manfaat dari perkembangan internet yaitu untuk sarana hiburan, misalnya untuk bermain *game online*. *Game online* merupakan suatu *game* yang berbasis audio dan visual yang dimainkan melalui jaringan internet. Tujuan : Untuk mengetahui apakah penggunaan *game online* selama Pandemi COVID-19 merupakan strategi koping destruktif. Metode : Sumber artikel yang digunakan ialah melalui pencarian database *Google Cendekia*, *Science Direct* dan *Elsiver*. Pencarian artikel dibatasi mulai tahun 2016 – 2021. kata kunci yang digunakan pada pencarian artikel adalah “*online gaming*”, “*internet gaming addiction*” dan “*pandemi COVID-19*”. *Literature Review* ini menggunakan 15 artikel yang sesuai dengan kriteria inklusi. Hasil : *Online gaming* atau *game online* dari penelitian yang direview sangat memberikan dampak negatif terhadap pengguna *game online*, karena tidak selalu *game online* bermanfaat dan menimbulkan banyak resiko. Kesimpulan : penggunaan *game online* selama pandemi COVID-19 merupakan strategi koping destruktif karena penggunaan *game online* tidak selalu bermanfaat dan dapat menimbulkan banyak risiko yang berdampak negatif dari bermain game secara berlebihan seperti membahayakan kesehatan mental, pola tidur, atau kesehatan fisik.

Kata Kunci: *Game online*, Strategi koping destruktif, Pandemi COVID-19

PENDAHULUAN

Pandemi COVID-19 secara global telah mengganggu aktivitas normal yang signifikan. Anjuran *Stay at Home* telah meningkatkan penggunaan *game online* seperti bermain game, menonton esports dan streaming video game) [1]. Pada akhir 2017, Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mengumumkan bahwa penggunaan *game online* diidentifikasi sebagai gangguan baru dalam Klasifikasi Penyakit Internasional. [2].

Dalam sepuluh tahun terakhir, perkembangan *game online* di dunia khususnya di Indonesia mengalami kemajuan yang sangat pesat. Menurut Hans Vestberg, CEO Verizon Communications Inc., Penggunaan *game* meningkat 75% di Amerika Serikat selama bulan Maret 2020, selama pandemi COVID-19. [3]. Sensor Tower, juga melaporkan bahwa volume unduhan *game* seluler Eropa mencapai rekor tertinggi (meningkat 19%) pada bulan Maret. 2020,

ketika tindakan pembatasan sosial diterapkan [4]. Di Indonesia sendiri, Perusahaan verizon menyatakan persentase pengguna *game online* selama pandemi virus corona yang mengalami peningkatan yang signifikan. Verizon mencatat pengguna video game meningkat 75 % selama jam sibuk. Verizon mengatakan peningkatan terjadi karena ratusan juta orang diimbau tetap berada di dalam rumah guna mencegah penyebaran Covid-19. [5]

Informasi yang mengkhawatirkan tentang wabah Pandemi COVID-19 di media kemungkinan memiliki efek psikososial yang mendalam pada populasi umum, melihat situasi tersebut serupa dengan wabah sindrom pernafasan akut parah yang terjadi selama tahun 2017 [6]. Menurut Montag, *et.al* Pandemi COVID-19 membuat seseorang stres dalam berbagai aspek. Stres ini dapat memicu terjadinya perilaku/penggunaan (misalnya, bermain *game*

online) sebagai strategi koping yang diduga juga dapat meningkat pesat seperti saat pandemi COVID-19 ini, hal tersebut dapat berkembang menjadi kebiasaan yang sulit dihentikan [7]. Mengingat keterbatasan ini, *game* digunakan sebagai sarana pilihan untuk meringankan rasa takut selama Pandemi COVID-19.

Melihat permasalahan penggunaan *game online* selama Pandemi COVID-19, penggunaan *game online* mungkin merupakan strategi koping adaptif dalam jangka pendek. Namun, Hal itu bisa menjadi maladaptif (yaitu, risiko kecanduan permainan, atau masalah lain) jika berkembang menjadi strategi koping yang dibiasakan untuk mengurangi stres, sementara yang adaptif lainnya tidak diterapkan. Kemungkinan penggunaan *game* yang maladaptif menjadi lebih sering selama Pandemi COVID-19 karena banyak strategi alternatif menjadi tidak praktis untuk dilakukan [8, 9]

Berdasarkan latar belakang diatas, tujuan pembuatan *literatur review* ini ialah untuk mengetahui apakah penggunaan *game online* selama Pandemi COVID-19 merupakan strategi koping destruktif. Studi ini diharapkan mampu menjadi alternatif informasi bagi orang-orang khususnya yang memiliki risiko kecanduan *game online* selama Pandemi COVID-19.

METODE

Pencarian database meliputi Google Cendekia, Science Direct dan Elsiwer dengan kata kunci *online gaming, internet gaming addiction* dan pandemi COVID-19. Tahap berikutnya ialah menyeleksi artikel sesuai batasan kriteria yaitu terbit tahun 2016 - 2021 dengan teks penuh dan berbahasa inggris, dalam penyusunan *literatur review* ini berdasar pada *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses* (PRISMA). Artikel yang telah ditemukan kemudian di sintesis dan di analisis sesuai dengan kriteria

inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi pada literatur review ini adalah (1) Studi yang membahas tentang penggunaan *game online* dan kecanduan permainan online. (2) Judul dan abstrak penelitian sesuai dengan tujuan pembuatan *literatur review* (3) Jenis studi yang digunakan ialah non eksperimental dengan metode penelitian menggunakan *cross-sectional, case study, kualitatif research, survei* dan *systematic review*, sedangkan Kriteria eksklusi yang di gunakan dalam pembuatan *literatur review* ini adalah (1) Studi yang tidak membahas tentang penggunaan *game online* seperti *cyberbullying* (2) Artikel yang menggunakan jenis penelitian eksperimental seperti *randomized controled trial (RCT) experimental* dan *quasi experimental*.

Pencarian artikel dimulai pada 03 September 2021 hingga 09 September. Artikel yang ditemukan oleh peneliti dipilih sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi, dengan kata kunci *online gaming, internet*

gaming addiction dan pandemi COVID-19. Peneliti menghapus artikel yang sama, menelaah artikel yang memenuhi kriteria dan mengelompokkan sesuai dengan hasil penelitian untuk dilanjutkan kepada pembahasan.

HASIL

Pencarian literatur awal didapatkan 177 artikel yang sesuai dengan kata kunci. Peneliti melakukan seleksi terhadap artikel dengan judul yang sama, kemudian tersisa 50 artikel. Skrining berdasarkan judul dan abstrak kemudian dilakukan penyesuaian dengan tema dari *literatur review*, didapatkan sebanyak 83 artikel. Seleksi berdasarkan judul dan abstrak telah dieksklusi dan didapatkan 44 artikel. Dari 44 artikel kemudian dipilih yang sesuai dengan kriteria kelayakan dan didapatkan 15 artikel yang selanjutnya dipergunakan dalam *literatur review*.

Tabel 1. Ringkasan Hasil Artikel

NO	Penulis	Tahun	Judul	Metode	Hasil
1	Bányai F, Zsila Á, Kökönyei G, Griffiths MD, Demetrovics Z, Király O	2021	The Moderating Role of Coping Mechanisms and Being an e-Sport Player Between Psychiatric Symptoms and Gaming Disorder: Online Survey [10]	Metode yang digunakan ialah survei menggunakan <i>web-based questionnaire</i> dengan Sampel 3476 gamer (n = 3133, 90,13% laki-laki; usia rata-rata 23,20, SD 6,48 tahun) direkrut melalui situs web dan situs jejaring sosial majalah game paling populer di Hongaria (GameStar).	Efek utama dari gejala kejiwaan sedang hingga besar di semua model, sedangkan efek moderasi yang signifikan ($P < .001$) untuk 4 dari 8 strategi koping (yaitu, menyalahkan diri sendiri / gangguan diri, penolakan, dukungan emosional / sosial, dan koping aktif). Namun, varians yang dijelaskan dari model hanya meningkat secara negligibly (dari 0,3% menjadi 0,5%) karena efek moderasi. Arah moderasi adalah seperti yang diharapkan (yaitu, strategi maladaptif putatif dikaitkan dengan lebih banyak gejala Gaming Disorder ketika tingkat gejala kejiwaan tinggi, sementara strategi adaptif putatif dikaitkan dengan kurang). Selain itu, tidak ada efek moderasi yang cukup besar dari jenis pemain (rekreasi vs pemain profesional) ditemukan pada hubungan antara gejala kejiwaan dan Gaming Disorder ($\beta = .04$;

Maulidiyah Junnatul Azizah Heru: Game Online

					P=.02; 0,1% perubahan dalam varians yang dijelaskan).
2	Taiki Oka, Toshitak, Hamamura, Yuka Miyake, Nao Kobayashi, Masaru Honjo, Mitsuo Kawato, Takatomi Kubo, Toshinori Chiba	2021	Prevalence and risk factors of internet gaming disorder and problematic internet use before and during the COVID-19 pandemic: A large online survey of Japanese adults [11].	Metode yang digunakan ialah survei menggunakan <i>Internet Gaming Disorder Scale</i> (IGDS) dan <i>Compulsive Internet Use Scale</i> (CIUS) dengan sampel sebanyak 51.246 orang dewasa menyelesaikan survei online selama pandemi (Agustus 2020), di Jepang. Dari jumlah tersebut, 3.938 juga telah menyelesaikan survei sebelum dimulainya pandemi (Desember 2019) dan digunakan sebagai populasi studi untuk menentukan bagaimana pandemi telah mempengaruhi <i>Internet Gaming Disorder</i> .	Prevalensi kemungkinan <i>Internet Gaming Disorder</i> selama COVID-19 adalah 4,1% secara keseluruhan [95% CI, 3,9% -4,2%] (N = 51.246), dan 8,6% di antara orang yang lebih muda (usia < 30), 1-2,5% lebih tinggi dari yang dilaporkan sebelum pandemi. Perbandingan sebelum dan selama pandemi, mengungkapkan bahwa kemungkinan prevalensi <i>Internet Gaming Disorder</i> telah meningkat 1,6 kali. Remaja (usia < 30) yang orang yang terinfeksi COVID-19 sangat terkait dengan eksaserbasi <i>Internet Gaming Disorder</i> (rasio odds, 2,10 [95% CI, 1,18 hingga 3,75] dan 5,67 [95% CI, 1,33 hingga 24,16]). <i>Internet Gaming Disorder</i> tampaknya diperburuk oleh pandemi. Secara khusus, orang yang lebih muda dan orang yang terinfeksi COVID-19 berisiko lebih tinggi untuk <i>Internet Gaming Disorder</i>
3	Teng, Z.,	2021	Depression and	Metode yang di	Hasilnya menunjukkan

Maulidiyah Junnatul Azizah Heru: Game Online

	Pontes, H. M., Nie, Q., Griffiths, M. D., & Guo, C.		anxiety symptoms associated with internet gaming disorder before and during the COVID-19 pandemic: A longitudinal study [12]	gunakan ialah survei dan model panel cross-lagged untuk memeriksa hubungan longitudinal. Sampel terdiri dari 1.778 anak-anak dan remaja (50,7% laki-laki) yang merupakan bagian dari Proyek Kesehatan Mental Sekolah di Cina Barat Daya. Data dikumpulkan pada interval dua kali: sebelum pandemi COVID-19 (Oktober hingga November 2019 – [T1]) dan selama pandemi COVID-19 (April hingga Mei 2020 – [T2]). Data dikumpulkan tentang dampak COVID-19 yang dirasakan, penggunaan videogame, <i>Internet Gaming Disorder (IGD)</i> , dan gejala depresi dan kecemasan. Model panel cross-lagged dihitung untuk melihat hubungan longitudinal.	bahwa penggunaan videogame dan <i>Internet Gaming Disorder (IGD)</i> , meningkat secara signifikan untuk remaja di T2. Hasil model panel cross-lagged menunjukkan bahwa gejala depresi dan kecemasan pada T1 secara positif memprediksi penggunaan <i>Internet Gaming Disorder (IGD)</i> , dan videogame di T2 (terutama untuk anak laki-laki), tetapi tidak berbanding terbalik. Dampak COVID-19 yang dirasakan memediasi hubungan antara gejala depresi dan kecemasan di T1 dan <i>Internet Gaming Disorder (IGD)</i> , di T2.
4	Sallie SN, Ritou VJE, Bowden-Jones H, Voon V.	2021	Assessing online gaming and pornography consumption	Penelitian ini menggunakan survei online dengan design penelitian cross-sectional, Habit Tracker	Secara keseluruhan, kami mengamati peningkatan besar dalam <i>Online Gaming</i> dan peningkatan kecil dalam <i>Pornography</i>

Maulidiyah Junnatul Azizah Heru: Game Online

			<p>patterns during COVID-19 isolation using an online survey: Highlighting distinct avenues of problematic internet behavior [13]</p>	<p>(HabiT), yang disi oleh 1.344 orang dewasa (≥ 18 tahun). HabiT dirilis secara internasional dengan individu dari 80 negara yang berpartisipasi; Mayoritas yang tinggal di Amerika Serikat dan Inggris. Peneliti mengukur perubahan perilaku <i>Online Gaming</i> dan <i>Pornography Viewing</i> sebelum dan selama masa karantina COVID-19. Peneliti juga menilai faktor kejiwaan seperti kecemasan, depresi, dan impulsif. Langkah-langkah hasil utama adalah perubahan jumlah, dan tingkat keparahan <i>Online Gaming</i> dan <i>Pornography Viewing</i> saat selama karantina.</p>	<p><i>Viewing</i>. Mereka yang meningkatkan <i>Online Gaming</i> (63%) dan <i>Pornography Viewing</i> (43%) selama karantina adalah individu yang lebih muda, laki-laki, mereka yang jarang meninggalkan rumah tangga karantina, mereka yang melaporkan frekuensi rendah atau interaksi sosial berkualitas buruk, dan mereka yang memiliki depresi, kecemasan, dan impulsif urgensi yang lebih tinggi. Temuan kami menyoroti kesamaan antara bentuk perilaku internet bermasalah yang didorong oleh stres, depresi, kecemasan; sambil menyoroti langkah berbeda yang menyebabkan perilaku ini dapat terwujud.</p>
5	Blasi, M. D., Giardina, A., Giordano, C., Coco, G. L., Tosto, C., Billieux, J., & Schimmenti, A.	2019	<p>Problematic video game use as an emotional coping strategy: Evidence from a sample of MMORPG gamers [14].</p>	<p>Metode yang di gunakan ialah survei Secara total, 827 peserta memulai survei. Empat ratus empat belas (50,06% dari sampel awal) menyelesaikan seluruh survei. Dari jumlah tersebut, 24</p>	<p>Hasil menunjukkan interaksi antara kesulitan dalam regulasi emosi, pelarian, dan keterlibatan bermasalah dalam <i>Game WoW</i>. Selain itu, mereka memberikan bukti bahwa pemain yang ditandai dengan kesulitan regulasi emosi dapat mengandalkan</p>

Maulidiyah Junnatul Azizah Heru: Game Online

				<p>dikeluarkan dari analisis karena alasan berikut: tidak ada usia yang dilaporkan(n = 8), jam anomali permainan(n = 1), pertandingan yang tidak konsisten antara tingkat item dan tingkat karakter(n = 10), dan pertandingan yang tidak mungkin antara faksi karakter dan ras karakter(n = 5). Sampel terakhir terdiri dari 390 pemain. Usia peserta berkisar antara 18 hingga 67 tahun(M = 28,28, SD = 8,24), dan sampel sebagian besar terdiri dari pria(n = 289, 74,10%).</p>	<p>pengalaman bermain untuk mengatur pengalaman emosional mereka, yang pada akhirnya dapat diterjemahkan ke dalam strategi mengatasi maladaptif. Sementara sifat pengalaman bermain game yang sangat mendalam dapat mempromosikan regulasi, dan bantuan dari, keadaan suasana hati negatif, strategi koping yang maladaptif dan terfokus secara emosional ini meningkatkan risiko keterlibatan bermasalah dalam video game.</p>
6	<p>Ostinelli, e. G., zangani, c., giordano, b., maestri, d., gambini, o., d'agostino, a., furukawa, t. A. & purgato, m.</p>	2021	<p>Depressive symptoms and depression in individuals with internet gaming disorder: A systematic review and meta-analysis [15]</p>	<p>Tinjauan sistematis dan meta-analisis. Sumber artikel PubMed, Embase, PsycINFO, GreyLit, OpenGrey, dan ProQuest hingga Maret 2020 untuk studi observasional yang berfokus pada hasil terkait depresi akibat <i>Internet Gaming Disorder</i>. Kami melakukan meta-analisis efek acak pada</p>	<p>92 studi dari 25 negara yang berbeda termasuk 15.148 peserta. 21 studi (n = 5025 peserta) memberikan data untuk analisis pertama, menghasilkan tingkat peristiwa gabungan depresi 0,32 (95% Interval Kepercayaan 0,21-0,43). Skor Beck Depression Inventory yang dikumpulkan pada individu tanpa depresi adalah</p>

Maulidiyah Junnatul Azizah Heru: Game Online

				<p>1) tingkat depresi komorbid <i>Internet Gaming Disorder</i>; 2) keparahan gejala depresi pada peserta dengan <i>Internet Gaming Disorder</i> tanpa depresi.</p>	<p>sugestif tingkat keparahan ringan (13 studi, n = 508; 10,3, 95% Interval Kepercayaan 8,3-12,4). Prevalensi depresi pada individu dengan <i>Internet Gaming Disorder</i> sangat bervariasi di seluruh penelitian, mempengaruhi sekitar satu dari tiga peserta secara keseluruhan. Selain itu, tingkat keparahan gejala depresi yang sangat besar secara global ditemukan pada mereka yang tidak memiliki diagnosis klinis depresi, dibandingkan dengan populasi umum. Temuan ini mengkonfirmasi dampak yang relevan dari gangguan mood pada <i>Internet Gaming Disorder</i>.</p>
7	Saputra, M., Marjohan, M. & Safrizal, S.	2020	<p>Game Addiction And Its Effects On Teenagers' Mental Health [16]</p>	<p>Penelitian ini menggunakan metode <i>qualitatif study</i>. Pengumpulan data dilakukan dengan tiga cara: wawancara, observasi, dan dokumentasi. Data dianalisis dengan menggunakan teori Miles dan Huberman. Untuk</p>	<p>Hasil penelitian menunjukkan bahwa kecanduan <i>game online</i> berpengaruh pada beberapa domain, yaitu rasa ketergantungan yang ditandai dengan disabilitas untuk menarik diri dari keinginan bermain game. Dengan demikian, para gamer sering menyatakan bahwa hidup mereka tanpa</p>

Maulidiyah Junnatul Azizah Heru: Game Online

				mempertahankan validitas, peneliti melakukan teknik triangulasi.	<i>game online</i> kosong. Mereka tidak toleran terhadap penggunaan waktu, karena mereka mengatakan bahwa waktu yang dibutuhkan untuk bermain <i>game online</i> tidak pasti, dan kecacatan mereka untuk mengendalikan emosi mereka karena kekalahan selama pertandingan.
8	Israel Oluwasegun Ayenigbara	2018	Gaming Disorder and Effects of Gaming on Health: An Overview [17]	Tinjauan <i>systematic review</i> diambil dari Web of Science, google dan spring link database serta Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) materi tentang gangguan game. Tanggal publikasi bukanlah faktor pengecualian tetapi bahasa adalah faktor. Hanya dokumen bahasa Inggris yang termasuk dalam pencarian.	Beberapa gangguan kesehatan fisik sistem ditemukan terkait dengan aktivitas video game jangka panjang. Masalah kesehatan yang paling banyak dikutip termasuk visual, otot-kerangka, obesitas dan kejang epilepsi.
9	Sara Fazeli, Isa Mohammadi Zeidi, Chung-Ying Lin, Peyman Namdar, Mark D. Griffiths, Daniel Kwasi Ahorsu, Amir	2020	Depression, Anxiety, And Stress Mediate The Associations Between Internet Gaming Disorder,	Penelitian ini menggunakan metode cross-sectional. Sampel terdiri dari remaja (N = 1512) berusia 13-18 tahun (usia rata-rata = 15,51 tahun) digunakan untuk menilai langkah-langkah insomnia,	Ada hubungan kecil hingga besar yang signifikan antara variabel. Tekanan psikologis (yaitu, depresi, kecemasan, dan stres) berfungsi sebagai mediator yang kuat dalam hubungan antara <i>Internet Gaming Disorder</i> dan insomnia

Maulidiyah Junnatul Azizah Heru: Game Online

	Pakpour		Insomnia, And Quality Of Life During The COVID-19 Outbreak [18]	depresi, kecemasan, stres, <i>Internet Gaming Disorder</i> , dan kualitas hidup selama pandemi COVID-19.	serta kualitas hidup. <i>Internet Gaming Disorder</i> secara langsung mempengaruhi insomnia dan kualitas hidup di antara para peserta.
10	Siste, K., Hanafi, E., Sen, L. T., Christian, H., Adrian, Siswidiani, L. P., Limawan, A. P., Murtani, B. J. & Suwartono	2020	The Impact of Physical Distancing and Associated Factors Towards Internet Addiction Among Adults in Indonesia During COVID-19 Pandemic: A Nationwide Web-Based Study [19]	Penelitian ini menggunakan metode survei online dihasilkan, yang terdiri dari bagian sosiodemografi, Kuesioner Diagnostik Kecanduan Internet, Daftar Periksa Gejala-90, dan Indeks Kualitas Tidur Pittsburgh. Hyperlink disebarluaskan melalui media sosial, perusahaan, dan universitas. Secara keseluruhan, 4.734 orang dewasa, (usia rata-rata $31,84 \pm 7,73$ tahun dan 55,2% laki-laki) yang mewakili seluruh 34 provinsi di Indonesia, memberikan tanggapan yang valid.	Prevalensi poin <i>internet addiction</i> selama pandemi COVID-19 adalah 14,4% pada orang dewasa Indonesia. Durasi online meningkat sebesar 52% dibandingkan sebelum pandemi. Physical distancing tidak ditetapkan sebagai risiko <i>internet addiction</i> . Peningkatan durasi online harian, motivasi spesifik, jenis aplikasi, dan memiliki kasus COVID-19 yang dikonfirmasi / dicurigai dalam rumah tangga adalah prediksi <i>internet addiction</i> . Semua subskala SCL-90 dan PSQI lebih tinggi pada kelompok dengan kasus positif / suspect COVID-19 dalam rumah tangga dan berkorelasi dengan skor <i>internet addiction</i> yang lebih tinggi.
11	Yen, J.-Y., Yeh, Y.-C., Wang, P.-W.,	2018	Emotional Regulation in Young Adults	Metode yang digunakan adalah dengan <i>qualitattif studi</i> dengan	Hasil Penelitian menemukan bahwa subjek dengan <i>Internet Gaming</i>

Maulidiyah Junnatul Azizah Heru: Game Online

<p>Liu, T.-L., Chen, Y.-Y. & Ko, C.-H.</p>		<p>with Internet Gaming Disorder [20]</p>	<p>wawancara diagnostik terdiri dari dua bagian: (1) wawancara diagnostik berdasarkan versi Cina dari Mini-International Neuropsychiatric Interview (MINI) untuk mengungkapkan gangguan psikotik yang ada, gangguan bipolar I, dan gangguan penggunaan zat; dan (2) wawancara pengambilan sejarah untuk menentukan penggunaan obat psikotropika, keterbelakangan mental, gangguan fisik yang parah, dan cedera otak. Individu dengan gangguan psikotik, gangguan bipolar I, gangguan penggunaan zat, penggunaan obat psikotropika, keterbelakangan mental, gangguan fisik yang parah, atau cedera otak dikecualikan. Secara total, 174 peserta - 87 di setiap kelompok - disertakan setelah wawancara diagnostik dan</p>	<p><i>Disorder</i> cenderung tidak mempraktikkan penilaian kognitif dan lebih cenderung menekan emosi mereka. Regresi linier mengungkapkan penilaian kognitif yang lebih tinggi dan penekanan ekspresif yang lebih rendah yang terkait dengan depresi, kecemasan, dan permusuhan di antara subjek dengan <i>Internet Gaming Disorder</i>. Strategi regulasi emosional yang menjadi ciri mereka yang memiliki <i>Internet Gaming Disorder</i> dapat berkontribusi terhadap kecenderungan depresi dan permusuhan orang-orang. Ketika merawat pasien dengan <i>Internet Gaming Disorder</i>, selain memberikan intervensi yang tepat untuk meredakan depresi dan permusuhan, praktisi harus secara efektif menilai strategi regulasi emosional dan memberikan terapi regulasi emosional untuk mencegah lingkaran setan emosi negatif.</p>
--	--	---	--	--

Maulidiyah Junnatul Azizah Heru: Game Online

				persetujuan mereka diperoleh. Kemudian, peserta studi menyelesaikan penilaian dalam penelitian ini.	
12	Ko C-H, Lin H-C, Lin P-C, Yen J-Y. Validitas	2019	Validity, functional impairment and complications related to Internet gaming disorder in the DSM-5 and gaming disorder in the ICD-11 [21]	Metode yang digunakan adalah metode wawancara pada 69 subjek dengan gangguan permainan Internet, 69 gamer reguler dan 69 kontrol tanpa game reguler berdasarkan diagnostik yang dilakukan oleh psikiater sesuai dengan kriteria penilaian gangguan game Internet DSM-5.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa kriteria untuk gangguan permainan Internet memiliki akurasi diagnostik mulai dari 84,7% hingga 93,5% dalam membedakan antara orang dewasa dengan gangguan permainan Internet dan gamer reguler. Sebanyak 44 peserta dengan gangguan game Internet (63,8%) memenuhi kriteria gangguan game. Selain itu, 89% dan 100% dari gangguan permainan Internet dan kelompok gangguan permainan, masing-masing, memiliki gangguan fungsional akademik, pekerjaan atau sosial. Baik gangguan permainan internet dan kelompok gangguan permainan memiliki tingkat sindrom fase tidur tertunda dan insomnia yang lebih tinggi. Kelompok gangguan permainan juga memiliki

Maulidiyah Junnatul Azizah Heru: Game Online

					proporsi obesitas yang lebih tinggi.
13	Cisamolo, I., Michel, M., Rabouille, M., Dupouy, J. & Escourrou, E.	2021	Perceptions of adolescents concerning pathological video games use: A qualitative study [22]	Penelitian ini menggunakan metode <i>qualitative study</i> dengan mewawawancara individu semi terstruktur di rumah pemain remaja dan non-gamer yang tinggal di Prancis. Sampling adalah teoritis. Analisis mengikuti pendekatan induktif setelah fase analisis tematik. Para peneliti menggunakan triangulasi. Pengumpulan disimpulkan ketika kejenuhan teoritis telah tercapai.	Hasil menunjukkan bahwa tujuh belas remaja berusia 10-18 tahun yang diwawancarai antara April 2018 dan Maret 2019 mengakui bahwa penggunaan video game bisa patologis. Pembahasan meliputi konsekuensi yang merusak terhadap kesejahteraan fisik, mental, dan sosial yang terkait dengan game. Kesehatan mental, keluarga dan lingkungan sosial, dan jenis permainan tampaknya mempengaruhi transisi dari penggunaan video game ke hal patologis. Para remaja sepakat tentang perlunya mengatur permainan mereka, terutama melalui kontrol orang tua dan pengendalian diri.
14	Marlaokta, M. & Mutiara, R.	2019	The Impact Of Internet Gaming Disorder To Cognitive Status And Psychopathological Behavior [23]	Metode dilakukan ialah metode kualitatif. Data diperoleh dari wawancara dan meilakukan pemeriksaan status kognitif dan gambaran perilaku menggunakan kuosioner dan	Hasil penelitian menunjukkan pengaruh yang kuat antara <i>Internet Gaming Disorder</i> dan gangguan status kognitif, emosi serta perilaku. Simpulan penelitian adalah terdapat pengaruh antara <i>Internet Gaming Disorder</i>

Maulidiyah Junnatul Azizah Heru: Game Online

				wawancara.	dengan perilaku psikopatologis seperti interpersonal sensitivity, depresi, kecemasan, paranoid, dan gangguan tidur serta berdampak pada penurunan gangguan fungsi kognitif, terutama pada domain atensi.
15	Djannah, S., Tentama, F. & Sinanto, R.	2021	Game addiction among adolescents and its' health impacts [24]	Penelitian ini menggunakan metode kualitatif. Data yang diperoleh melalui wawancara semi-terstruktur. Sampel terdiri dari enam peserta.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa semua peserta merasa rentan terhadap penyakit, kemudian secara keseluruhan menyadari bahaya bermain game seperti begadang, menunda makan, dan menunda buang air kecil. Kemudian semua peserta belajar tentang manfaat mengurangi waktu bermain dan memahami pentingnya istirahat. Secara keseluruhan, semua peserta memiliki kendala yang sama, yaitu ajakan untuk berteman, bosan, waktu luang, asyik bermain game, dan tidak mengendalikan diri dan tren olahraga elektronik. Kemudian diperoleh stimulus tindakan, yaitu bahwa semua peserta mengalami perubahan pola

Maulidiyah Junnatul Azizah Heru: Game Online

					tidur. Semua peserta yakin dan ingin mengubah kebiasaan mereka dan terus mencoba, tetapi itu tidak mudah.
--	--	--	--	--	---

PEMBAHASAN

Seiring perkembangan zaman internet semakin berkembang pesat, salah satu manfaat dari perkembangan internet yaitu untuk sarana hiburan, misalnya untuk bermain *game online*. *Game online* merupakan suatu *game* yang berbasis audio dan visual yang dimainkan melalui jaringan internet. *Game online* muncul sebagai satu jenis hiburan baru bagi semua kalangan khususnya remaja.[25] Dengan banyaknya fitur-fitur baru yang jumlahnya beragam dan mudahnya koneksi internet membuat *game online* semakin menjamur di Indonesia.[26]

Maraknya *game online* juga menyebabkan sebagian orang menjadi kecanduan terhadap permainan tersebut. Apalagi di situasi pandemi Covid-19 ini yang hampir semua aktivitas dilakukan di rumah, remaja hanya menghabiskan waktu seharian untuk bermain *game online*. [26]. Pemberlakuan tentang penutupan aktivitas di

luar rumah yang berkepanjangan selama Pandemi COVID-19 seperti, kegiatan sekolah tatap muka, pasar, ruang publik serta adanya pembatasan sosial membuat masyarakat khususnya remaja bosan dan membuat mereka stress yang signifikan saat berhadapan dengan situasi yang mereka hadapi selama Pandemi Covid-19 sehingga mereka mempunyai inisiasi menghilangkan stressnya dengan bermain *game online*. [18].

Menurut beberapa penelitian, penggunaan *game online* ialah salah satu perilaku adaptif karena dapat mengurangi depresi [27, 28]. Banyak remaja berasumsi bahwa bermain *game online* hanyalah sebuah hiburan saat mereka jenuh dan saat patah hati. Sebagian pengguna *game online* berasumsi *game online* hanyalah pengisi waktu senggang saja. [26]. Selain itu, penelitian menyatakan bahwa bermain *game online* merupakan strategi koping yang tidak berbahaya dibanding

dengan perilaku potensial lainnya sebagai cara untuk mengatasi stres seperti penggunaan alkohol ataupun penggunaan narkoba. *Game Online* mungkin juga lebih murah bagi mereka yang sudah memiliki peralatan game untuk digunakan sebagai strategi coping [29].

Namun, penting untuk diketahui bahwa peningkatan signifikan dalam penggunaan *game online* mungkin tidak selalu bermanfaat dan dapat menimbulkan risiko bagi individu yang rentan termasuk anak di bawah umur dan mereka yang terkena dan berisiko mengalami kecanduan dalam permainan [30]. Selain itu, teori sosial memandang dampak bermain *game online* ini merupakan suatu fakta sosial yang telah menjamur dikalangan masyarakat tanpa banyak orang menyadari adanya perubahan-perubahan baik dalam segi komunikasi maupun interaksi sosial terhadap lingkungan masyarakat dimana individu tersebut

berinteraksi dan bersosialisasi.[26]

Menurut Saunders, *et. al* (2017) dalam King, *et. al* (2020) dampak negatif dari bermain game secara berlebihan dapat membahayakan kesehatan mental, pola tidur, atau kesehatan fisik [29]. Hasil penelitian Saputra, *et. al* (2020) juga menyebutkan terdapat pengaruh yang kuat antara penggunaan *game online* dan gangguan status kognitif, emosi ataupun perilaku. Hal tersebut, membuat rasa ketergantungan yang ditandai dengan disabilitas untuk menarik diri dari keinginan bermain *game online*. Dengan demikian, para *gamer* sering menyatakan bahwa hidup mereka tanpa *game online* kosong. Mereka tidak toleran terhadap penggunaan waktu, karena mereka mengatakan bahwa waktu yang dibutuhkan untuk bermain *game online* tidak pasti, dan ketidakmampuan mereka untuk mengendalikan emosi mereka karena kekalahan selama pertandingan [16]. Selain itu terdapat penelitian

yang mengatakan bahwa penggunaan *game online* dapat mengakibatkan pengguna berperilaku psikopatologis seperti *interpersonal sensitivity*, depresi, kecemasan, paranoid, dan gangguan tidur serta berdampak pada penurunan gangguan fungsi kognitif, terutama pada domain atensi [23].

Melihat permasalahan penggunaan game online selama Pandemi COVID-19, penggunaan *game online* mungkin merupakan strategi koping adaptif dalam jangka pendek. Namun, Hal itu bisa menjadi maladaptif (yaitu, risiko kecanduan permainan, atau masalah lain) Jika selalu digunakan sebagai strategi koping untuk mengurangi stres, sementara yang adaptif lainnya tidak diterapkan. Kemungkinan penggunaan game yang maladaptif menjadi lebih sering selama Pandemi COVID-19 karena banyak strategi alternatif menjadi tidak praktis untuk dilakukan [8, 9]. Dalam hal ini, Orang tua harus bisa mengajarkan cara membagi waktu dan mana

yang harus diprioritaskan kepada anak agar anak tidak kecanduan bermain *game online*. Terlalu memprioritaskan *game online* hanya membuang waktu saja, kewajiban yang seharusnya dilakukan terlebih dulu sering tertunda karena terlalu berlarut bermain *game online*. Di tengah pesatnya laju internet dan kehadiran *game online*, kita sebagai remaja harus bisa memilih dan memilah mana yang baik dan tidak untuk kita agar tidak terjerumus ke hal-hal negatif.

SIMPULAN

Dari hasil pendekatan studi literatur dapat disimpulkan bahwa penggunaan *game online* selama pandemi COVID-19 merupakan strategi koping destruktif karena penggunaan *game online* tidak selalu bermanfaat dan dapat menimbulkan banyak risiko yang berdampak negatif dari bermain game secara berlebihan seperti membahayakan kesehatan mental, pola tidur, atau kesehatan fisik.

DAFTAR PUSTAKA

- Perez, M. *Video Games Are Being Played At Record Levels As The Coronavirus Keeps People Indoors*. 2020; Available from: <https://www.forbes.com/sites/mattperetz/2020/03/16/video-games-are-being-played-at-record-levels-as-the-coronavirus-keeps-people-indoors/?sh=3d5961b357ba>.
- WHO. *Addictive behaviours: Gaming disorder*. 2018; Available from: <https://www.who.int/news-room/q-a-detail/addictive-behaviours-gaming-disorder>.
- Clifford, T., *Web traffic spiked 20% in one week amid coronavirus shutdown, Verizon CEO says*, in *CNBC news letters*. 2020.
- Broughton, M., *Europe mobile game revenue hits record high; riot acquires hypixel*, in *The Gaming Economy*. 2020.
- Wu, S. *Verizon reports 75% increase in video game traffic*. 2020; Available from: <https://gamingstreet.com/verizon-reports-75-increase-in-video-game-traffic/>
- WHO. *Middle East respiratory syndrome coronavirus (MERS-CoV) : fact sheets*. 2017 2019; Available from: [https://www.who.int/en/news-room/fact-sheets/detail/middle-east-respiratory-syndrome-coronavirus-\(mers-cov\)](https://www.who.int/en/news-room/fact-sheets/detail/middle-east-respiratory-syndrome-coronavirus-(mers-cov)).
- Montag, C. and J.D. Elhai, *Discussing digital technology overuse in children and adolescents during the COVID-19 pandemic and beyond: On the importance of considering Affective Neuroscience Theory*. *Addictive Behaviors Reports*, 2020. 12: p. 100313.
- Russoniello, C., K. O'Brien, and J.M. Parks, *The effectiveness of casual video games in improving mood and decreasing stress*. *Journal of Cyber*

- Therapy and Rehabilitation, 2009. 2: p. 53-66.*
- Novrialdy, E., *Kecanduan Game Online pada Remaja: Dampak dan Pencegahannya. Buletin Psikologi, 2019. 27: p. 148.*
- Bányai F, Z.Á., Kökönyei G, Griffiths MD, Demetrovics Z, Király O, *The Moderating Role of Coping Mechanisms and Being an e-Sport Player Between Psychiatric Symptoms and Gaming Disorder: Online Survey. JMIR Ment Health, 2021.*
- Oka, T., et al., *Prevalence and risk factors of internet gaming disorder and problematic internet use before and during the COVID-19 pandemic: A large online survey of Japanese adults. Journal of Psychiatric Research, 2021. 142: p. 218-225.*
- Teng, Z., et al., *Depression and anxiety symptoms associated with internet gaming disorder before and during the COVID-19 pandemic: A longitudinal study. Journal of Behavioral Addictions JBA, 2021. 10(1): p. 169-180.*
- Sallie, S.N., et al., *Assessing online gaming and pornography consumption patterns during COVID-19 isolation using an online survey: Highlighting distinct avenues of problematic internet behavior. Addict Behav, 2021. 123: p. 107044.*
- Blasi, M.D., et al., *Problematic video game use as an emotional coping strategy: Evidence from a sample of MMORPG gamers. Journal of Behavioral Addictions J Behav Addict, 2019. 8(1): p. 25-34.*
- Ostinelli, E.G., et al., *Depressive symptoms and depression in individuals with internet gaming disorder: A systematic review and meta-analysis. Journal of Affective*

- Disorders, 2021. 284: p. 136-142.
- Saputra, M., M. Marjohan, and S. Safrizal, *GAME ADDICTION AND ITS EFFECTS ON TEENAGERS' MENTAL HEALTH*. Ta'dib, 2020. 23: p. 113.
- Ayenigbara, I.O., *Gaming Disorder and Effects of Gaming on Health: An Overview*. *Journal of Addiction Medicine and Therapeutic Science*, 2018.
- Fazeli, S., et al., *Depression, anxiety, and stress mediate the associations between internet gaming disorder, insomnia, and quality of life during the COVID-19 outbreak*. *Addictive Behaviors Reports*, 2020. 12: p. 100307.
- Siste, K., et al., *The Impact of Physical Distancing and Associated Factors Towards Internet Addiction Among Adults in Indonesia During COVID-19 Pandemic: A Nationwide Web-Based Study*. *Frontiers in Psychiatry*, 2020. 11(924).
- Yen, J.-Y., et al., *Emotional Regulation in Young Adults with Internet Gaming Disorder*. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 2018. 15(1): p. 30.
- Ko, C.-H., et al., *Validity, functional impairment and complications related to Internet gaming disorder in the DSM-5 and gaming disorder in the ICD-11*. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, 2019. 54(7): p. 707-718.
- Cisamolo, I., et al., *Perceptions of adolescents concerning pathological video games use: A qualitative study*. *La Presse Médicale Open*, 2021. 2: p. 100012.
- Marlaokta, M. and R. Mutiara, *Dampak Internet Gaming Disorder terhadap Status Kognitif dan Perilaku*. *Psikopatologis*. *Jurnal*

- Keperawatan Jiwa*, 2019(Vol 7, No 3 (2019): November 2019): p. 333-336.
- Djannah, S., F. Tentama, and R. Sinanto, *Game addiction among adolescents and its' health impacts. International Journal of Public Health Science (IJPHS)*, 2021. 10: p. 480.
- W., J.J.H., *Hubungan Antara Tingkat Stres dengan Kecanduan Game Online pada Remaja Kelurahan Ploso Baru Surabaya, in Fakultas Keperawatan. 2017, Universitas Airlangga.*
- Andriyanto, N. *Dampak Game Online terhadap Perilaku Sosial Remaja. News 2020; Available from: <https://kumparan.com/na-gaming/dampak-game-online-terhadap-perilaku-sosial-remaja-1usjdQBbfT4>.*
- Billieux, J., et al., *Rationale for and usefulness of the inclusion of gaming disorder in the ICD-11. World psychiatry : official journal of the World Psychiatric Association (WPA)*, 2021. 20(2): p. 198-199.
- Colder Carras, M., et al., *Video Gaming in a Hyperconnected World: A Cross-sectional Study of Heavy Gaming, Problematic Gaming Symptoms, and Online Socializing in Adolescents. Comput Human Behav*, 2017. 68: p. 472-479.
- King, D., et al., *Problematic online gaming and the COVID-19 pandemic. Journal of Behavioral Addictions*, 2020. 9: p. 184-186.
- King, D., E. Koster, and J. Billieux, *Study what makes games addictive. Nature*, 2019. 573(7774): p. 346.