

Penyuluhan Kesehatan Tentang Dampak Kecanduan *Game online* Pada Remaja Di Desa Way Huwi Kecamatan Jati Agung Lampung Selatan

Waluyo Rudiyanto, Suharmanto, Rizki Hanriko
Fakultas Kedokteran Universitas Lampung

Abstrak

Kecanduan *game online* merupakan gangguan mental ditandai dengan dorongan untuk bermain game hingga berjam-jam bahkan hingga melupakan atau tidak memedulikan aktivitas lainnya. Penelitian di Bandar Lampung didapatkan sebagian besar remaja mengalami kecanduan *game online* dalam kategori sedang. Tujuan pengabdian kepada masyarakat ini adalah memberikan informasi melalui penyuluhan kesehatan tentang bahaya kecanduan *game online* pada remaja di Desa Way Huwi Kecamatan Jati Agung Lampung Selatan. Solusi yang ditawarkan adalah penyampaian informasi melalui penyuluhan kesehatan tentang bahaya kecanduan *game online*. Kegiatan ini akan dilaksanakan di Desa Way Huwi Kecamatan Jati Agung Lampung Selatan pada bulan Mei 2022. Sasaran kegiatan ini adalah remaja sebanyak 30 orang. Hasil yang diharapkan dari kegiatan pengabdian ini adalah tersampainya materi tentang bahaya kecanduan *game online* pada remaja. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah pemberian materi dan diskusi tentang bahaya kecanduan *game online*. Tahapan kegiatan meliputi persiapan, pelaksanaan dan evaluasi. Tim pengabdian masyarakat yang dilibatkan adalah tenaga ahli di bidang kesehatan masyarakat, kedokteran dan farmasi yang masing-masing sudah berpengalaman dibidangnya. Hasil pengabdian didapatkan bahwa peningkatan pengetahuan dan pemahaman tentang dampak kecanduan *game online* sebesar 77%. Sehingga diharapkan untuk rutin melakukan edukasi tentang pencegahan kecanduan *game online* agar dapat meningkatkan status kesehatan dan kualitas hidup remaja di masa yang akan datang.

Kata Kunci: penyuluhan kesehatan, kecanduan *game online*, remaja

Korespondensi: dr. Waluyo Rudiyanto, M.Kes | Jl. Soemantri Brojonegoro No. 1 Bandar Lampung | HP 081379120678 | e-mail: waluyorudiyantodr@yahoo.com

PENDAHULUAN

Kecanduan *game online* merupakan gangguan mental ditandai dengan dorongan untuk bermain game hingga berjam-jam bahkan hingga melupakan atau tidak memedulikan aktivitas lainnya, misalnya pekerjaan atau tugas sekolah.¹ Jenis kecanduan ini bahkan bisa menyebabkanenderitanya mengalami berbagai masalah psikologis lain, seperti gangguan kecemasan dan depresi.² Selain berbagai gejala psikologis di atas, orang yang kecanduan *game online* juga bisa mengalami gejala fisik, seperti mudah lelah, sakit kepala atau migrain, nyeri punggung, dan mata berkunang-kunang.³

Kecanduan *game online* bisa dialami anak-anak, remaja dan orang dewasa. Bermain game bisa menjadi hal yang menyenangkan untuk mengatasi stres. Namun, jika dilakukan secara

berlebihan, kebiasaan ini bisa berdampak buruk.⁴ *Game online* biasanya dijadikan sebagai hobi untuk mengisi waktu luang. *Game online* yang dilakukan secara berlebihan tentunya akan berdampak baik pada aktivitas maupun kesehatan.⁵ Penelitian Amerika Serikat menunjukkan bahwa 86% remaja menghabiskan waktu untuk bermain game. Data Indonesia mendapatkan 16,5% masyarakat habiskan waktu main *game online* selama pandemi Covid-19.⁶ Penelitian di Jakarta, didapatkan 31% remaja kecanduan *game online*. Data Lampung menunjukkan bahwa terdapat anak-anak mengalami gangguan jiwa karena kecanduan gadget dan *game online*.⁷ Data Rumah Sakit Jiwa Lampung, mendapatkan kenaikan jumlah pasien anak yang mengalami gangguan jiwa, pada September 2021 (88 anak), pada Oktober 2021 (91 anak). Penelitian di Bandar Lampung didapatkan sebagian besar

remaja mengalami kecanduan *game online* dalam kategori sedang.⁸

Desa Way Huwi terletak di Kecamatan Jati Agung Lampung Selatan yang tidak jauh dari ibukota provinsi dan dapat dicapai dalam waktu kurang lebih setengah jam. Desa Way Huwi mempunyai remaja yang jumlahnya cukup banyak dan sedang menempuh pendidikan. Penduduk di Desa Way Huwi memiliki tingkat ekonomi, mata pencaharian dan pendidikan yang beragam. Pendidikan akhir pada penduduk di desa ini sebagian besar adalah lulusan SMA dan ada beberapa yang lulusan perguruan tinggi. Di desa ini juga terdapat beberapa orang kader dan tenaga kesehatan. Kondisi ini merupakan peluang yang dapat mendukung peningkatan kualitas masyarakat di Desa Way Huwi. Seseorang yang berpendidikan diharapkan dapat dengan mudah menerima informasi kesehatan dan menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan wawancara dan observasi pada 10 orang, didapatkan bahwa sebanyak 8 orang (80%) tidak mengetahui dampak kecanduan *game online*. Mereka mengatakan menjadi pemalas dan lupa waktu akibat bermain *game online*. Sebanyak 2 orang (20%) mengatakan tahu dampak kecanduan *game online*, tetapi masih terus melakukannya karena sulit berhenti.

Berdasarkan uraian diatas, maka perlu dilakukan kegiatan yang dapat meningkatkan pemahaman remaja tentang dampak kecanduan *game online* dan upaya pencegahan kecanduan *game online* pada remaja. Kegiatan yang dilakukan menekankan pada sebuah informasi melalui edukasi kepada remaja agar memiliki pemahaman yang baik tentang bahaya kecanduan *game online* dan pencegahan kecanduan *game online*.

Tingkat pengetahuan yang kurang pada remaja Desa Way Huwi terhadap dampak kecanduan *game online* dapat dikarenakan kurang terpapar informasi. Solusi yang ditawarkan adalah penyuluhan kesehatan pada remaja untuk

menyampaikan informasi agar memiliki pemahaman yang baik dampak kecanduan *game online*. Kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman remaja tentang dampak kecanduan *game online*. Pemahaman ini diharapkan dapat menurunkan angka kejadian kecanduan *game online* dan akan meningkatkan derajat kesehatan remaja.

Tujuan pengabdian kepada masyarakat ini adalah memberikan informasi melalui penyuluhan kesehatan tentang bahaya kecanduan *game online* pada remaja di Desa Way Huwi Kecamatan Jati Agung Lampung Selatan.

METODE PENGABDIAN

Solusi yang ditawarkan adalah penyampaian informasi melalui penyuluhan kesehatan tentang bahaya kecanduan *game online*. Pemberian informasi kepada remaja diharapkan dapat mudah diterima dan diaplikasikan dalam manajemen waktu serta mengurangi durasi bermain *game online*. Sebelum diberikan informasi mengenai bahaya kecanduan *game online*, akan dilakukan pengukuran pemahaman diawal dan akhir materi. Setelah pemaparan materi, akan dilanjutkan dengan diskusi yang akan menambah pemahaman dari peserta kegiatan.

Kegiatan ini akan dilaksanakan di Desa Way Huwi Kecamatan Jati Agung Lampung Selatan. Sasaran kegiatan ini adalah remaja sebanyak 30 orang. Hasil yang diharapkan dari kegiatan pengabdian ini adalah tersampainya materi tentang bahaya kecanduan *game online* pada remaja. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah pemberian materi dan diskusi tentang bahaya kecanduan *game online*.

Tahapan pelaksanaan kegiatan meliputi persiapan dilakukan proses perizinan ke pemerintah setempat, persiapan tempat, materi dan sebagainya. Evaluasi yang dilakukan untuk menilai keberhasilan kegiatan ini terdiri dari evaluasi awal, evaluasi proses dan evaluasi akhir. Evaluasi awal dilakukan dengan

memberikan pre-test kepada peserta yang berisi pertanyaan-pertanyaan yang terkait dengan materi yang akan diberikan. Hasil dari evaluasi ini berupa nilai skor tiap peserta, yang merupakan hasil pembagian dari jawaban benar dengan total jumlah pertanyaan dikalikan 100. Evaluasi proses dilakukan dengan melihat tanggapan peserta melalui pertanyaan-pertanyaan yang diajukan ataupun umpan balik yang diberikan dalam diskusi. Evaluasi akhir dilakukan dengan memberikan *post-test* kepada peserta yang berisi pertanyaan-pertanyaan yang sama yang telah diberikan pada *pre-test*. Skor nilai *post-test* dibandingkan dengan skor nilai *pre-test*. Apabila nilai *post-test* lebih tinggi dari nilai *pre-test* maka kegiatan penyuluhan yang diberikan berhasil meningkatkan pengetahuan peserta.

Evaluasi yang dilakukan untuk menilai keberhasilan kegiatan ini terdiri dari evaluasi awal, evaluasi proses dan evaluasi akhir. Evaluasi awal dilakukan dengan memberikan *pre-test*. Evaluasi proses dilakukan dengan melihat tanggapan peserta melalui pertanyaan-pertanyaan yang diajukan ataupun umpan balik yang diberikan dalam diskusi. Evaluasi akhir dilakukan dengan memberikan *post-test*.

Prosedur kerja yang akan dilakukan adalah sebagai berikut: 1) Mengumpulkan remaja dan menjelaskan tujuan kegiatan; 2) Melakukan pre-test, memberikan materi dan post-test; 3) Pemberian penghargaan pada peserta dengan nilai terbaik.

Pihak yang terlibat dalam kegiatan ini adalah dosen, mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Lampung, kepala desa, kader dan masyarakat. Partisipasi mitra dalam kegiatan ini adalah memfasilitasi kegiatan agar berjalan lancar meliputi pemberian izin, penyediaan tempat, penyediaan alat penunjang lainnya. Mitra akan mendukung pelaksanaan kegiatan agar berjalan lancar sesuai rencana dan tercapai tujuannya.

Kegiatan ini diharapkan dapat berjalan dengan lancar dan sesuai rencana. Bila ada kendala maka akan segera diatasi

dengan koordinasi bersama aparat desa. Sebagai bentuk keberlanjutan dari kegiatan ini, tim pelaksana telah merancang kegiatan baru seperti pelatihan untuk meningkatkan keterampilan dalam upaya pencegahan penyakit.

Persiapan dilakukan pada bulan April 2022, meliputi persiapan tempat dan perizinan (minggu pertama April 2022 di Desa Way Huwi), persiapan alat, bahan dan materi (minggu kedua April 2022 di FK Unila). Pelaksanaan dilakukan minggu ketiga, 29 Juni 2022 di Desa Way Huwi, meliputi FGD dan edukasi. Evaluasi keberlanjutan program dilakukan pada minggu pertama Juli 2022 di Desa Way Huwi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Persiapan pelaksanaan kegiatan ini meliputi perizinan dari Fakultas Kedokteran Universitas Lampung berupa surat tugas. Perizinan lokasi pengabdian kepada masyarakat yaitu di desa Way Huwi Kecamatan Jati Agung Kabupaten Lampung Selatan. Survei lokasi dilaksanakan pada tanggal 12 Juni 2022, dengan menemui kepala desa Way Huwi, dan dilakukan kesepakatan tanggal pelaksanaan kegiatan yaitu tanggal 29 Juni 2022. Persiapan alat dan bahan, serta persiapan tempat berlangsungnya kegiatan.



Gambar 1. Peserta Penyuluhan

Pelaksanaan kegiatan pada hari Sabtu, 29 Juni 2022. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah penyuluhan dan dilanjutkan dengan diskusi. Penyuluhan diharapkan dapat

meningkatkan pengetahuan remaja tentang dampak kecanduan *game online*. Materi penyuluhan yang diberikan mencakup materi tentang dampak kecanduan *game online*.



Gambar 2. Pemberian Materi

Diskusi dilakukan setelah pemberian materi selesai dilaksanakan. Peserta bertanya tentang materi yang belum dipahami tentang dampak kecanduan *game online*.

Berdasarkan data hasil pengamatan *pre test*, diketahui bahwa sekitar 88% peserta tidak mengerti tentang dampak kecanduan *game online* serta 12% telah mempunyai pengetahuan yang cukup mengenai dampak kecanduan *game online*. Setelah dilakukan kegiatan penyuluhan, nilai hasil pengamatan meningkat sebesar 77%, yaitu remaja menjadi lebih mengerti tentang dampak kecanduan *game online*.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil pengabdian tersebut, penyuluhan tentang dampak kecanduan *game online* perlu diadakan secara rutin, berkelanjutan agar pengetahuan, sikap dan keterampilan remaja tentang dampak kecanduan *game online* dan pencegahan kecanduan *game online* dapat dilakukan. Peningkatan pengetahuan, sikap dan keterampilan remaja diharapkan mampu merubah perilaku remaja menjadi lebih baik dalam hal pencegahan dampak kecanduan *game online*. Meningkatnya pengetahuan remaja tentang pencegahan dan dampak kecanduan *game online* diharapkan dapat meningkatkan status kesehatan remaja.

Penyuluhan terbukti efektif meningkatkan pemahaman remaja tentang dampak kecanduan *game online*.

DAFTAR PUSTAKA

1. Rokom. Inilah Dampak Kecanduan *Game online*. Sehat Negeriku. 2018.
2. Husna LSM. Interaksi Sosial Pada Mahasiswa Kecanduan *Game online* (Studi Pada Mahasiswa IAIN Surakarta). Sustain. 2019;
3. Novrialdy E. Kecanduan *Game online* pada Remaja: Dampak dan Pencegahannya. Bul Psikol. 2019;
4. Sirken T, Maryorita B, Agussalim A. Hubungan Frekuensi, Lama Dan Tingkat Keterikatan *Game online* Dengan Perilaku Agresif Pada Siswa Kelas Xi Di Smk Negeri 3 Jayapura. J KEPERAWATAN Trop PAPUA. 2020;
5. Santoso YRD, Purnomo JT. Hubungan Kecanduan *Game online* Terhadap Penyesuaian Sosial Pada Remaja. Humaniora. 2017;
6. Erna F. Kecenderungan Kecanduan *Game online* Pada Masa Pandemi Dengan Prestasi Akademik Mahasiswa. J Sci Mandalika. 2021;
7. Virlia S, Setiadji S. Hubungan Kecanduan *Game online* Dan Keterampilan Sosial Pada Pemain Game Dewasa Awal Di Jakarta Barat. Psibernetika. 2017;
8. Theresia E, Setiawati OR, Sudiadnyani NP. Hubungan Kecanduan Bermain *Game online* Dengan Motivasi Belajar Pada Siswa Smp Di Kota Bandar Lampung Tahun 2019. PSYCHE J Psikol. 2019;
9. Haryani S, Sahar J, Sukihananto. Penyuluhan Kesehatan Melalui Media Cetak. J Keperawatan Indonesia. 2016;

10. Asda P, Syarifah N. Penyuluhan Kesehatan Tetap Sehat di Masa Pandemi Covid-19. DIMAS J Pengabdian Masyarakat. 2020;
11. Murtiningsih M. Penyuluhan Kesehatan Pola Hidup Sehat Secara Daring menggunakan Zoom dan Youtube Sebagai Media Ajar pada Masa Pandemi COVID-19. J Pengabdian Masyarakat Indonesia. 2020;
12. Yani DI, Juniarti N, Lukman M. Pendidikan Kesehatan Tuberkulosis untuk Kader Kesehatan. Media Karya Kesehatan. 2019;
13. Hidayati IR, Pujiana D, Fadillah M. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Siswa Tentang Bahaya Merokok Kelas Xi Sma Yayasan Wanita Kereta Api Palembang Tahun 2019. J Kesehatan. 2020;
14. Sari DP, Ratnawati D. Pendidikan Kesehatan Meningkatkan Tingkat Pengetahuan dan Sikap Ibu dalam Merawat Balita dengan ISPA. J Ilm Ilmu Keperawatan Indonesia. 2020;