



## **Hubungan Pola Komunikasi Keluarga dengan Kecanduan *Game* Online pada Remaja di SMAN Banda Aceh**

**Mauliana Putri<sup>1</sup>, Fithria<sup>2</sup>, Neti Hartaty<sup>3</sup>**

**Universitas Syiah Kuala<sup>1,2,3</sup>**

e-mail: maulianap57@gmail.com

### **Abstract**

*Online game addiction is increasingly prevalent among adolescents aged 15–18 years and is associated with negative consequences such as declining academic performance and increased irritability when not playing. This study aimed to examine the relationship between family communication patterns and online game addiction among adolescents at senior high schools in Banda Aceh. This quantitative study employed a descriptive correlational design. The study population consisted of 853 students from grades X, XI, and XII at SMAN 1 Banda Aceh, with a total sample of 272 respondents. The sample is selected using a non-probability sampling technique with a proportional sampling method. The results indicated that 152 respondents (55.9%) reported having ineffective family communication patterns, while 191 respondents (70.2%) exhibited a moderate level of online game addiction. The Chi-square test revealed a statistically significant relationship between family communication patterns and online game addiction among adolescents ( $p$ -value = 0.0001). These findings suggest that parents and educators should enhance family communication and implement early preventive strategies to reduce online gaming addiction. Educational interventions involving local health center teams are recommended to address this issue more effectively.*

**Keywords:** Family Communications Patterns, Online Game Addiction, Adolescents.

### **Abstrak**

Kecanduan game online banyak terjadi pada remaja yaitu usia 15-18 tahun yang menimbulkan dampak buruk seperti menurunnya nilai pelajaran dan mudah marah saat tidak bermain game. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pola komunikasi keluarga dengan kecanduan game online pada remaja di SMAN Banda Aceh. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain deskriptif korelasi. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja di SMAN 1 Banda Aceh sebanyak 853 siswa yang terdiri dari beberapa kelas X, XI, XII dengan jumlah sampel sebesar 272 responden. Pengambilan sampel menggunakan teknik non probability sampling dengan metode proportional sampling. Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden yang memiliki pola komunikasi keluarga yang tidak baik sebanyak 152 responden (55,9%) dan responden yang memiliki tingkat kecanduan game online dalam kategori sedang sebanyak 191 responden (70,2%). Hasil uji menggunakan Chi-Square menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pola komunikasi keluarga dengan kecanduan game online pada remaja ( $p$ -value 0,0001). Diharapkan bagi orang tua dan pendidik untuk dapat meningkatkan komunikasi dalam keluarga dan mencegah kecanduan game di kalangan remaja dengan memberikan edukasi dini yang melibatkan tim puskesmas setempat.

**Kata Kunci:** Komunikasi/Keluarga, Game Online, Remaja.

## PENDAHULUAN

Kemajuan teknologi internet yang sangat pesat telah memberikan kontribusi signifikan dalam berbagai aspek kehidupan manusia. Salah satu bentuk pemanfaatan teknologi tersebut yang berkembang dengan cepat adalah permainan daring atau *game online* (Puspita & Rohedi, 2018). *Game online* merupakan jenis permainan yang diakses dan dimainkan melalui jaringan internet. Permainan ini digemari oleh berbagai kelompok usia, mulai dari anak-anak, remaja, hingga orang dewasa, bahkan lanjut usia (Paraskeva et al., 2010). *Game online* masa kini dirancang dengan fitur interaktif yang memungkinkan pemain dari berbagai lokasi, termasuk antarnegara, untuk bermain secara bersamaan dan dilengkapi dengan berbagai tantangan dan misi yang menarik, *game* ini kerap membuat remaja merasa tertantang dan terdorong untuk terus bermain, sehingga tidak jarang menimbulkan kecanduan serta mengabaikan waktu (Ismi & Akmal, 2020).

Penelitian yang dilakukan oleh lembaga riset pemasaran asal Amsterdam, Newzoo (2017), menunjukkan bahwa terdapat sekitar 43,7 juta pemain *game* di Indonesia, di mana 56% di antaranya merupakan laki-laki. Mereka menghabiskan dana hingga USD 880 juta untuk bermain *game*. Indonesia tercatat sebagai negara dengan jumlah pemain *game* terbanyak di kawasan Asia Tenggara, yang menggunakan berbagai perangkat seperti ponsel pintar, komputer pribadi, dan laptop. Sementara itu, Jaya (2018) melalui penelitiannya di sejumlah sekolah di Manado, Medan, Pontianak, dan Yogyakarta menemukan bahwa 45,3% atau sebanyak 1.477 dari 3.264 pelajar tidak dapat berhenti bermain *game online* dalam kurun waktu satu bulan terakhir. Para pelajar ini bermain *game* selama 4-5 hari per minggu dengan durasi lebih dari 4 jam per hari. Dari hasil analisis statistik, sebanyak 150 pelajar (10,2%) dari 1.477 responden dikategorikan mengalami kecanduan sedang, 89 pelajar (59,3%) dari kelompok tersebut mengalami kecanduan berat, dan sisanya tergolong dalam kategori kecanduan ringan (Jaya, 2018).

Kecanduan terhadap *game online* merupakan salah satu bentuk gangguan akibat perkembangan teknologi internet, yang dikenal sebagai *internet addictive disorder*. Arthur (2010) mendefinisikan kecanduan sebagai suatu aktivitas atau substansi yang terus-menerus diinginkan dan dilakukan, meskipun disertai risiko atau konsekuensi negatif. Dengan kata lain, kecanduan adalah perilaku yang dilakukan secara berulang dan berdampak buruk bagi individu. Menurut Kuss, Griffiths, Karila, & Billieux (2014), kecanduan internet ditandai dengan penggunaan aplikasi daring secara berlebihan dan berpotensi merugikan kehidupan seseorang.

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) telah secara resmi memasukkan kecanduan *game* ke dalam klasifikasi gangguan mental dalam *International Statistical Classification of Diseases (ICD-11)*, yang digolongkan sebagai

gangguan akibat perilaku adiktif (*disorders due to addictive behavior*). Berdasarkan durasi penggunaan, bermain *game* selama lebih dari 5 jam per hari dikategorikan tinggi, 3–5 jam sebagai sedang, dan 1–2 jam sebagai rendah. Sementara itu, berdasarkan frekuensi, bermain setiap hari tergolong tinggi, 3–5 kali per minggu tergolong sedang, dan dua kali per minggu tergolong rendah (Husna, 2017).

Ulya et al. (2021) menemukan bahwa aktivitas bermain *game online* berdampak pada perkembangan kepribadian sosial anak. Dampak tersebut meliputi munculnya perilaku membangkang terhadap orang tua, peningkatan agresivitas, persaingan yang tidak sehat, pertengkaran dengan teman sebaya, rendahnya kemampuan kerja sama, sikap dominan, perilaku egois, dan menurunnya empati. Saat bermain, anak-anak cenderung terfokus pada permainan dan tidak memperhatikan lingkungan sekitarnya. Penelitian oleh Adejuna dan Ardi (2024) juga menyimpulkan bahwa adiksi terhadap *game online* berpengaruh terhadap perilaku prokrastinasi akademik, di mana siswa cenderung menunda mengerjakan tugas dan lebih memilih bermain *game*.

Nurjannah & Santosa (2022) mengidentifikasi sejumlah faktor yang mempengaruhi remaja untuk bermain *game online*, seperti pengaruh teman sebaya, lemahnya komunikasi antara remaja dan anggota keluarga (terutama orang tua), kurangnya pengawasan orang tua, beragamnya pilihan permainan daring, serta kondisi ekonomi yang memungkinkan remaja melakukan pembelian dalam aplikasi *game*. Orang tua memegang peran penting dalam mengawasi aktivitas anak, baik di lingkungan sekolah, rumah, maupun saat bermain. Namun demikian, sebagian orang tua kurang menjalankan fungsi pengawasan dan perhatian secara optimal, yang pada akhirnya berkontribusi terhadap penyimpangan perilaku anak. Oleh karena itu, dibutuhkan komunikasi yang efektif dan perhatian dari orang tua, yang dilakukan melalui interaksi yang berkualitas dan waktu luang bersama anak. Komunikasi dalam keluarga bersifat timbal balik dan memiliki peran penting sebagai jembatan penghubung antaranggota keluarga.

Pola komunikasi yang positif dalam keluarga berperan besar dalam membentuk karakter dan kepribadian anak. Menurut Profesor Crosser dari Ohio Northern University (dalam Pratama, 2022), komunikasi dalam keluarga memengaruhi perkembangan bahasa dan kemampuan anak. Anak-anak yang jarang berbicara dengan orang tua cenderung memiliki kosakata yang terbatas, yang kemudian menyulitkan mereka dalam mengungkapkan pikiran dan perasaan. Kurangnya komunikasi juga berdampak negatif terhadap kemampuan sosial anak, sehingga mereka lebih memilih untuk berinteraksi dalam dunia virtual melalui *game online* dibandingkan bersosialisasi secara langsung.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa kecanduan *game online* di kalangan remaja dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti minimnya komunikasi dengan keluarga, kebebasan penggunaan perangkat elektronik tanpa batasan waktu, lemahnya pengawasan orang tua, serta perasaan jenuh yang dialami anak. Kondisi ini mendorong mereka untuk lebih memilih bermain game sebagai pelarian dari rasa bosan.

SMAN 1 Banda Aceh merupakan salah satu sekolah yang berlokasi di pusat Kota Banda Aceh dan telah menerapkan sistem pembelajaran berbasis teknologi atau *electronic learning*. Hal ini mengharuskan siswa untuk aktif menggunakan perangkat elektronik seperti ponsel, laptop, dan komputer dalam kegiatan belajar. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti terhadap tiga siswa di sekolah tersebut, diketahui bahwa sebagian dari mereka merupakan pemain aktif *game online*, bahkan ada yang bermain saat jam istirahat maupun di luar jam pelajaran. Hasil observasi juga menunjukkan bahwa sebagian siswa bermain *game online* di rumah, dengan orang tua yang tidak memberikan larangan karena menganggap bermain di rumah lebih aman daripada di luar. Namun, sikap permisif ini justru dapat menumbuhkan ketertarikan yang berlebihan terhadap dunia virtual dan membuat remaja kurang tertarik untuk terlibat dalam komunikasi berkualitas dengan anggota keluarga. Berdasarkan fenomena tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan kajian dengan judul "Hubungan Pola Komunikasi Keluarga dengan Kecanduan *Game Online* pada Remaja di SMAN 1 Banda Aceh."

## METODE PENELITIAN

Metode penelitian adalah penelitian korelasi dengan desain pendekatan *cross sectional study*. Populasi pada penelitian ini mencakup seluruh siswa kelas X, XI, dan kelas XII di SMAN 1 Banda Aceh. Pengambilan sampel menggunakan teknik *non probability sampling* dengan metode *proportional sampling* yang berjumlah 272 siswa dari kelas X, XI, dan XII. Waktu pengumpulan data penelitian ini pada tanggal 26 April- 15 Mei 2024. Instrumen yang digunakan pada penelitian ini adalah kuesioner pola komunikasi keluarga yang terdiri dari 25 item pertanyaan dalam bentuk skala *likert* dan kuesioner *Internet Game Disorder* (IGD-20) yang terdiri dari 20 item pertanyaan dalam bentuk skala *likert*. Analisa data yang dilakukan menggunakan analisa univariat dan bivariat.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pengumpulan data pada 272 responden, menunjukkan hasil sebagai berikut:

**Tabel 1**  
**Data Demografi Responden (n=272)**

Data Demografi	Frekuensi (f)	Persentase (%)
----------------	---------------	----------------

<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-Laki	119	43,8
Perempuan	153	56,3
<b>Usia (WHO, 2016)</b>		
15 Tahun	72	26,5
16 Tahun	128	47,1
17 Tahun	66	24,3
18 Tahun	6	2,2
<b>Kelas</b>		
X	110	40,4
XI	90	33,1
XII	72	26,5
<b>Pendidikan Orang Tua</b>		
SD	5	1,8
SMP	4	1,5
SMA	101	37,1
Perguruan Tinggi	163	59,6
<b>Pekerjaan Orang Tua</b>		
PNS	87	32
Pegawai Swasta	15	5,5
TNI/Polri	32	11,8
Wiraswasta	68	25
Lainnya	70	25,7
<b>Durasi Bermain Game</b>		
1-2 jam/hari	198	72,8
3-5 jam/hari	63	23,2
>5 jam/hari	11	4

Sumber: Data diolah, 2024

Tabel 1 menunjukkan bahwa pada variabel jenis kelamin, mayoritas responden adalah perempuan sebanyak 153 orang (56,3%). Pada variabel usia, sebagian besar responden berusia 16 tahun sebanyak 128 orang (47,1%). Kelas terbanyak adalah kelas X sebanyak 110 orang (40,4%). Pendidikan orang tua adalah sarjana sebanyak 162 orang (59,6%). Lalu, pekerjaan orang tua adalah PNS sebanyak 87 orang (32,0%). Selanjutnya, mayoritas durasi bermain *game online* di tingkat rendah 1-2 jam sebanyak 198 orang (72,8%).

**Tabel 1**  
Distribusi Frekuensi Pola Komunikasi Keluarga pada Remaja di SMAN 1 Banda Aceh (n=272)

Pola Komunikasi Keluarga	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Baik	120	44,1

Tidak Baik	152	55,9
------------	-----	------

Sumber: Data diolah, 2024

Berdasarkan tabel 2 diatas menunjukkan bahwa 152 responden (55,9%) memiliki tingkat pola komunikasi keluarga yang tidak baik di SMAN 1 Banda Aceh.

**Tabel 3**  
**Distribusi Frekuensi Kecanduan *Game Online* (IGD-20) pada Remaja di SMAN 1 Banda Aceh (n=272)**

Kecanduan <i>Game Online</i> (IGD-20)	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Rendah	18	6,6
Sedang	191	70,2
Tinggi	63	23,2

Sumber: Data diolah, 2024

Berdasarkan tabel 3 diatas menunjukkan mayoritas responden memiliki tingkat kecanduan *game online* dalam kategori sedang yaitu sebanyak 191 ressponden (70,2%).

**Tabel 4**  
**Hubungan Pola Komunikasi Keluarga dengan Kecanduan *Game Online* pada Remaja di SMAN 1 Banda Aceh (n=272)**

Kecanduan <i>Game Online</i>	Pola Komunikasi Keluarga				Total	%	α	p-value
	Baik		Tidak Baik					
	f	%	f	%				
Rendah	16	5,9	2	0,7	18	6,6		
Sedang	91	33,5	100	36,8	191	70,2	0,05	0,0001
Tinggi	13	4,8	50	18,4	63	23,2		
<b>Total</b>	120	55,9	152	44,1	272	100		

Sumber: Data diolah, 2024

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa dari 191 responden dengan kecanduan *game online* kategori sedang, terdapat 100 responden (52,3%) memiliki pola komunikasi keluarga yang tidak baik. Selanjutnya dari 63 responden dengan kecanduan *game online* kategori tinggi, terdapat 50 responden (79,3%) memiliki pola komunikasi keluarga yang tidak baik. Hasil uji *chi-square* didapatkan nilai *p-value* 0,0001 sehingga dapat disimpulkan bahwa  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak, sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa

terdapat hubungan antara pola komunikasi keluarga dengan kecanduan *game online* pada remaja di SMAN 1 Banda Aceh.

## PEMBAHASAN

### Gambaran Pola Komunikasi Keluarga pada Remaja di SMAN 1 Banda Aceh

Berdasarkan hasil penelitian ini didapatkan bahwa responden yang memiliki tingkat pola komunikasi keluarga yang tidak baik sebanyak 152 responden (55,9%). Komunikasi merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi sikap dan perilaku anak, komunikasi yang tidak baik atau kurang maksimal antara remaja dan orang tua dapat mempengaruhi remaja untuk bermain *game online* (Nurjannah & Santosa, 2022).

Temuan dalam penelitian ini sejalan dengan hasil studi yang dilakukan oleh Putri (2024), yang menunjukkan bahwa sebanyak 253 responden (66,5%) berada pada kategori pola komunikasi keluarga yang rendah. Hal ini ditandai dengan minimnya penerapan sikap keterbukaan, empati, dan sikap saling menghargai dalam proses komunikasi antar anggota keluarga. Sementara itu, sebanyak 72 responden (18,8%) memiliki pola komunikasi keluarga dalam kategori sedang, dan sisanya, yakni 56 responden (14,7%), menunjukkan pola komunikasi yang tinggi atau baik dengan orang tua mereka.

Penelitian tersebut mengindikasikan bahwa rendahnya kualitas komunikasi keluarga disebabkan oleh kurangnya komunikasi terbuka antara anggota keluarga. Dalam banyak kasus, terdapat anggota keluarga yang bersifat dominan dan lebih cenderung memberikan instruksi atau nasihat daripada membangun komunikasi dua arah. Hal ini diperkuat oleh hasil kuesioner Pola Komunikasi Keluarga, khususnya pada pernyataan, "Orang tua saya lebih sering memberikan perintah dan wejangan daripada berdiskusi dan mendengarkan pendapat saya," di mana sebanyak 160 responden (58,8%) menyatakan setuju.

Adapun faktor yang dapat berkontribusi pada kurang baiknya komunikasi menurut penelitian Puspitasari, dkk (2021) dikarenakan kesibukan dengan pekerjaan orang tua, dan pemakaian *handphone* yang berlebihan. Pada data demografi didapatkan data pekerjaan orang tua sebanyak 87 orang (32%) adalah PNS, pekerjaan lainnya (buruh, nelayan, penarik becak, dll) sebanyak 70 orang (25,7%), wiraswasta sebanyak 68 orang (25%), TNI/Polri sebanyak 32 Orang (11,8%), dan pegawai swasta sebanyak 15 orang (5,5%) peneliti menyimpulkan bahwa terdapat pengaruh antara pola komunikasi keluarga dan kecanduan *game online* dengan pekerjaan orang tua.

Pada data demografi juga didapatkan data durasi bermain *game online* sebanyak 198 responden (72,8%) bermain *game* dalam kategori ringan yaitu 1-2 jam/hari dan sebanyak 63 responden (23,2%) bermain *game* dalam kategori sedang. Data

ini menjadi bukti bahwa kesibukan orangtua membuat siswa beralih fokus untuk bermain *game online* dalam durasi waktu yang lama.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan temuan yang dikemukakan oleh Naufal dan Maryani (2024), yang menyatakan bahwa hambatan komunikasi antara orang tua dan anak sering kali disebabkan oleh keterbatasan waktu yang dimiliki orang tua akibat kesibukan bekerja. Kondisi tersebut menyebabkan kurangnya interaksi dan perhatian yang memadai kepada anak. Akibatnya, anak cenderung mencari pelarian melalui permainan digital, di mana *game online* dianggap sebagai sarana alternatif untuk menyalurkan kebutuhan emosional dan bentuk komunikasi mereka.

### **Gambaran Kecanduan *Game Online* pada remaja di SMAN 1 Banda Aceh**

Berdasarkan hasil penelitian, mayoritas responden berada pada tingkat kecanduan *game online* kategori sedang, yaitu sebanyak 191 orang (70,2%). Temuan ini diperkuat oleh data dari kuesioner Internet Gaming Disorder (IGD-20), khususnya pada pernyataan "Belakangan ini, waktu bermain *game* saya semakin bertambah," yang disetujui oleh 86 responden (31,6%). Selain itu, pada pernyataan "Saya sering mencoba untuk mengurangi kebiasaan bermain *game*, tapi tidak bisa," sebanyak 80 responden (29,4%) juga menyatakan setuju. Data ini mengindikasikan bahwa remaja di SMAN 1 Banda Aceh mengalami kesulitan dalam mengendalikan durasi bermain *game online*, yang menandakan adanya gejala kecanduan. Ketidakmampuan untuk mengurangi waktu bermain ini dapat menimbulkan dampak negatif, tidak hanya terhadap kesehatan fisik dan mental, tetapi juga terhadap prestasi akademik.

Temuan ini konsisten dengan penelitian yang dilakukan oleh Reza et al. (2020), yang menunjukkan bahwa dari 51 responden, sebagian besar berada pada kategori kecanduan sedang sebanyak 27 orang (52,9%), diikuti oleh kategori rendah sebanyak 19 orang (37,3%), dan kategori tinggi sebanyak 5 orang (9,8%). Penelitian tersebut juga menyoroti bahwa kecanduan *game online* berdampak pada penurunan minat dan motivasi belajar siswa, yang pada akhirnya dapat mengganggu pencapaian akademik.

Kecanduan bermain *game* dikarenakan remaja sering bermain *game online* tanpa pengawasan orang disebabkan orang tua yang sibuk bekerja, dan pola hidupnya mulai tidak teratur. Hal ini didukung oleh kuesioner penelitian dengan pertanyaan "Saya berbohong pada keluarga tentang lamanya bermain *game*", sebanyak 71 responden (26,1%) menjawab setuju Artinya remaja berbohong karena tiada pengawasan yang ketat oleh orang tua yang sibuk bekerja.

Menurut penelitian Masya & Chandra (2016) remaja sering bermain *game* karena kurangnya perhatian keluarga, kurangnya kontrol keluarga, kurangnya

kegiatan, adanya pengaruh lingkungan Remaja, dan pola asuh keluarga. Hal ini menyebabkan remaja bermain *game* untuk meluapkan emosi mereka pada permainan tersebut. Remaja yang mengalami kecanduan *game online* memiliki keterikatan yang kuat dengan *game online* seperti contohnya ketika remaja sedang tidak bermain *game* mereka akan berfantasi dengan *game online* yang dimainkannya. Hal ini dibuktikan oleh kuesioner pada pertanyaan "Saat tidak bermain *game*, saya memikirkan level selanjutnya", sebanyak 92 responden (33,8%) menjawab setuju. Sehingga mereka sulit untuk fokus pada hal lain yang lebih penting seperti pekerjaan di rumah, pelajaran hingga berkomunikasi satu sama lain didalam keluarga (Ni Putu Arika, 2019).

### **Hubungan Pola Komunikasi Keluarga dengan Kecanduan *Game Online* pada Remaja di SMAN 1 Banda Aceh.**

Berdasarkan tabel 5.4 menunjukkan bahwa dari 191 responden dengan kecanduan *game online* kategori sedang, terdapat 100 responden (52,3%) memiliki pola komunikasi keluarga yang tidak baik. Selanjutnya dari 63 responden dengan kecanduan *game online* kategori tinggi, terdapat 50 responden (79,3%) responden dengan pola komunikasi keluarga yang tidak baik. Hasil penelitian didapatkan nilai  $p$ -value = 0,0001 atau lebih kecil dari nilai  $\alpha = 0,05$  sehingga hipotesis ( $H_a$ ) diterima. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat korelasi yang signifikan antara pola komunikasi keluarga dengan kecanduan *game online* pada remaja SMAN 1 Banda Aceh.

Pola komunikasi yang tidak baik menyebabkan kecanduan *game online*. Jika seseorang sudah kecanduan *game online*, akan sulit untuk berhenti bermain. Akibatnya, timbulah ketidakefektifan komunikasi dengan keluarga, teman, dan orang sekitar dan hilang kepedulian kesehatan pada diri sendiri yang memunculkan efek ketagihan, dampak fatal ini bisa berakibat buruk dalam kehidupan (Siregar & Usiono, 2023). Menurut Salsabila dan Suardhita (2024) dalam penelitiannya menyebutkan betapa pentingnya orang tua berkomunikasi secara terbuka dan menyisihkan waktu setiap hari untuk membantu anaknya mengatasi kesulitan kecanduan bermain *game Mobile Legends* agar dapat lepas perlahan dari kebiasaan buruk tersebut.

Peran orang tua sangat krusial dalam membentuk kepribadian, membimbing pola pikir, dan mendidik remaja agar terhindar dari kecanduan *game online*. Lubis (2024) dalam penelitiannya mengemukakan dua strategi utama yang dapat diterapkan oleh orang tua untuk mencegah kecanduan tersebut. Strategi pertama adalah *attention switching*, yakni dengan cara memberikan motivasi melalui sistem penghargaan, seperti memberikan hadiah atas pencapaian tertentu. Selain itu, orang tua juga dapat mengatur jadwal kegiatan harian remaja, misalnya dengan mendaftarkannya ke kelas tambahan di siang hari dan kegiatan keagamaan di malam hari, guna membatasi waktu luang yang dapat digunakan untuk bermain *game online*. Strategi kedua adalah *dissuasion*, yaitu

mengalihkan perhatian remaja dengan memberikan aktivitas yang produktif, menyampaikan nasihat secara persuasif, serta membimbing mereka melalui komunikasi yang efektif agar ketertarikan terhadap game online dapat diminimalkan.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar remaja di SMAN 1 Banda Aceh menunjukkan pola komunikasi keluarga yang kurang baik, dengan persentase yang cukup tinggi. Di sisi lain, tingkat kecanduan game online di kalangan remaja sekolah tersebut tergolong dalam kategori sedang, yang juga mencakup mayoritas responden. Menariknya, penelitian ini menemukan adanya hubungan yang signifikan antara pola komunikasi dalam keluarga dan tingkat kecanduan game online. Temuan ini diperkuat oleh nilai  $p$ -value yang sangat kecil, yaitu 0,0001, yang menunjukkan bahwa komunikasi keluarga memegang peran penting dalam memengaruhi perilaku remaja terhadap penggunaan game online.

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah disampaikan, peneliti memberikan beberapa rekomendasi sebagai tindak lanjut. Bagi para remaja, diharapkan mampu mengendalikan kebiasaan bermain game online secara bijak agar tidak berkembang menjadi kecanduan yang berlebihan dan merugikan. Untuk pihak institusi pendidikan, penting kiranya sekolah turut berperan aktif dalam memberikan edukasi seputar dampak negatif kecanduan game online serta strategi untuk mengatasinya, guna membantu siswa lebih fokus dalam mengikuti proses pembelajaran. Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini dapat dijadikan sebagai pijakan awal atau referensi untuk kajian lanjutan. Disarankan agar penelitian mendatang mempertimbangkan perspektif orang tua dalam menelusuri hubungan antara pola komunikasi keluarga dan kecanduan game online pada remaja, serta mengaitkannya dengan faktor demografis seperti usia, jenis kelamin, dan tingkat pendidikan orang tua, dengan cakupan wilayah yang lebih luas.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adejuna, F, W. & Ardi, Z. (2024). Hubungan Adiksi *Game Online* dengan Prokrastinasi Akademik. *Jurnal Pendidikan dan Sains*. (Vol. 4, No.3. ISSN: 2808-8115). <https://doi.org/10.58578/masaliq.v4i5.3770>
- Husna, N., Normelani, E., dan Adyatma, S. 2017. Hubungan Bermain Games dengan Motivasi Belajar Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) di Kecamatan Banjarmasin Barat. *JPG (Jurnal Pendidikan Geografi)*, 4(3), 1-14.
- Ismi. N., & Akmal. (2020). Dampak Game online terhadap Perilaku Siswa di

Lingkungan SMA Negeri 1 Bayang. *Journal of Civic Education* (ISSN: 2622-237X) Volume 3 No. 1 2020 [online]. Universitas Negeri Padang.

Jaya, E. S. (2018). WHO Tetapkan Kecanduan *Game* Sebagai Gangguan Mental, Bagaimana “Gamer” Indonesia Bisa Sembuh?”. <https://theconversation.com/who-tetapkan-kecanduan-game-sebagai-gangguan-mental-bagaimana-gamer-indonesia-bisa-sembruh-99029>

Kuss, D, J. Griffiths, M, D. Karila, L. & Billieux, J. (2014). Internet Addiction: A Systematic review of Epidemiological research for the last Decade. *Curr Pharm Design*. 20: 4026-4052.

Masya, H., & Candra, D. A. (2016). Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku gangguan kecanduan game online pada peserta didik kelas x di madrasah aliyah al furqon prabumulih tahun pelajaran 2015/2016. *KONSELI: Jurnal Bimbingan dan Konseling (EJournal)*, 3(2), 103-118.

Naufal, R. & Maryani, A. (2024). Komunikasi Antarpribadi Orang Tua dan Anak dalam mengatasi Kecanduan *Game Online*. *Jurnal Riset Public Relations (JRPR)*, 4 (1), 71-78.

Nurjannah, N., & Santosa, B. (2022). Perilaku kecanduan game online pada remaja di Jorong Sungai Cubadak Kabupaten Agam. *Orien: Cakrawala Ilmiah Mahasiswa*, 1(3), 257–266. <https://doi.org/10.30998/ocim.v1i3.6292>

Paraskeva, F., Mysirlaki, S., & Papagianni, A. (2010). *Multiplayer online games as educational tools: Facing new challenges in learning*. *Computers & Education*, 54 (2), 498-505. <https://doi.org/10.1016/j.compedu.2009.09.001>

Pratama, D., & Puspita Sari, Y. (2021). Karakteristik Perkembangan Remaja. *Edukasimu.org*, 1(3), 2021–2022.

Pratama, N. C. A. (2022). Pola Komunikasi Interpersonal Orang Tua dengan Anak Pecandu *Game Online* si Desa Nusa Indah Kecamatan Batii-Batii Kabupaten Tanah Laut. Skripsi: Dakwah Ilmu Komunikasi.

Puspita, R. H., & Rohedi, D. (2018, February). *The impact of internet use for students*. In *IOP Conference Series: Materials Science and Engineering* (Vol. 306, No. 1, p. 012106). IOP Publishing.

Putri, N. A. C. (2024). Analisis Pengaruh Pola Komunikasi Keluarga Terhadap Perilaku Kecanduan Internet Remaja di Kota Jayapura. *Action Research Literate*, 8 (6), 11-13.

Salsabila, J., & Suardhita, N. (2024). Pola Komunikasi Orang Tua Terhadap Pecandu *Game Mobile Legends* di SD N 05 Mampang Prapatan. *Media Komunikasi Efektif*, 1(1), 29-38.

Syahrani, R. (2015). Ketergantungan online game dan penanganannya. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Konseling: Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan Konseling*, 1(1). <https://doi.org/10.26858/jpkk.v1i1.1537>

Ulya, L., Sucipto., & Fatuhurohman, I. (2021). Analisis Kecanduan Game Online Terhadap Kepribadian Sosial Anak. *Jurnal Educatio FKIP UNMA*, 7(3), 1112-1119.