

BAB V

HASIL PENELITIAN

A. Hasil Penelitian

1. Uji Asumsi

Uji asumsi dilakukan sebelum uji hipotesis. Uji asumsi terdiri dari uji normalitas dan uji linieritas. Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui persebaran item apakah normal atau tidak. Uji linieritas dilakukan untuk mengetahui linier atau tidaknya hubungan variabel bebas dan variabel tergantung.

a. Uji Normalitas

Uji normalitas pada penelitian ini menggunakan teknik *Kolmogorov-Smirnov* dan dilakukan dengan bantuan program SPSS 17.0 for *Windows*. Kaidah normal yang digunakan adalah jika $p > 0,05$ maka distribusi item dikatakan normal, dan jika $p \leq 0,05$ maka distribusi item dikatakan tidak normal.

Hasil uji normalitas untuk skala kecanduan *game online* (variabel X) menunjukkan hasil $K-SZ = 1,038$ dengan $p > 0,05$, sedangkan untuk skala perilaku sehat (variabel Y) menunjukkan hasil $K-SZ = 0,703$ dengan $p > 0,05$. Hasil uji normalitas kedua variabel tersebut menunjukkan distribusi normal.

b. Uji Linieritas

Hasil uji linier linieritas dengan menggunakan bantuan SPSS 17.0 menunjukkan hasil $F_{\text{linier}} = 61,365$ dengan nilai $p < 0,05$. Hal ini berarti kecanduan *game online* dengan perilaku sehat mempunyai hubungan yang linier.

2. Uji Hipotesis

Setelah melakukan uji asumsi, maka selanjutnya peneliti melakukan uji hipotesis dengan menggunakan bantuan SPSS 17.0 *for Windows*. Berdasarkan hasil dari uji korelasi *product moment* didapat hasil $r_{xy} = -0,829$ dengan nilai signifikansi $0,000$ ($p < 0,01$). Hasil ini menunjukkan ada korelasi negatif yang sangat signifikan antara perilaku sehat dengan kecanduan *game online* pada remaja di Purwodadi, dimana semakin tinggi perilaku sehat maka semakin rendah kecanduan *game online* demikian pula sebaliknya. Dapat disimpulkan hipotesis diterima.

B. Pembahasan

Hasil penelitian ini diperoleh nilai $r_{xy} = -0,829$ dengan nilai signifikansi $0,000$. Nilai signifikansi sebesar $0,000$ menunjukkan $p < 0,01$ yang berarti terdapat hubungan yang sangat signifikan, sehingga, bisa dikatakan ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara kecanduan *game online* dengan perilaku sehat. Sumbangan efektif perilaku sehat terhadap kecanduan *game online* sebesar $68,7\%$. Sisanya sebesar $31,3\%$ dipengaruhi oleh faktor-faktor lain seperti kurang

perhatian dari orang-orang terdekat, kurang kontrol, kurang kegiatan, lingkungan, pola asuh.

Hasil dari analisis data kecanduan *game online* dan perilaku sehat dapat menggambarkan dimana subjek dengan skor kecanduan *game online* yang tinggi mempunyai skor perilaku sehat yang rendah, demikian pula sebaliknya. Melihat *mean* empirik kecanduan *game online* sebesar 54,53 serta standar deviasi sebesar 11,19 dapat digolongkan kecanduan *game online* pada subjek penelitian termasuk kategori sedang (6 subjek kategori rendah, 8 subjek kategori tinggi, dan 16 kategori sedang). Perilaku sehat pada subjek penelitian juga dapat digolongkan kategori sedang (6 kategori rendah, 5 kategori tinggi, 19 kategori sedang), hal ini didapat dari *mean* empirik sebesar 44,07 dan standar deviasi sebesar 8,337.

Data ini (20% subjek mempunyai perilaku sehat termasuk kategori rendah) menunjukkan bahwa sebagian subjek penelitian menunjukkan perilaku sehat remaja yang belum cukup baik. Hal ini senada dengan hasil penelitian Ekowarni (2001) yang mengatakan pasien remaja banyak yang berperilaku tidak menguntungkan kesehatan, seperti 46% remaja makan tidak teratur dan 65% remaja mencoba-coba narkoba.

Kecanduan *game online* yang semakin tinggi membuat orang semakin sering dan semakin larut dalam bermain *game online*. Waktu yang dibutuhkan untuk bermain juga semakin meningkat, *game online* menjadi hal yang paling penting dalam hidup, tanpa *game online* hidup

terasa hampa, dan harus selalu bermain *game online* untuk mendapat kesenangan hidup.

Kesenangan bermain *game online* yang berubah menjadi kecanduan dapat mengubah sikap seseorang tentang kesehatan itu sendiri. Kesehatan menjadi hal nomor dua, dan yang utama dan penting bagi adalah bisa merasa senang bermain *game online*. Hal terkait kecanduan *game online* ini senada dengan penelitian Kasnodihardjo dan Musadad (2009) tentang perilaku sehat perorangan di Kepulauan Seribu, yang memperoleh hasil perilaku sehat masyarakat Kepulauan Seribu belum berperilaku sehat, dilihat dari kebiasaan merokok warga yang 69,9% warganya merupakan perokok aktif. Hal-hal yang membuat kecanduan seperti rokok dapat membuat orang lupa pentingnya kesehatan.

Dari analisis statistik lanjutan yang dilakukan peneliti pada tiap aspek perilaku sehat masing-masing memperoleh hasil hubungan negatif yang tinggi dengan kecanduan *game online*. Pengendalian stres memperoleh skor hubungan yang paling rendah diantara aspek lain, yaitu -0,493. Aspek-aspek perilaku sehat yang lain memperoleh skor hubungan lebih dari -0,5 dengan rincian memperoleh skor -0,645 untuk aspek makan dengan menu seimbang, -0,712 untuk aspek kegiatan fisik yang teratur, -0,599 untuk aspek tidak merokok, tidak menggunakan narkoba dan alkohol, -0,778 untuk aspek istirahat yang cukup, -0,819 untuk aspek gaya hidup positif terkait kesehatan.

Orang yang kecanduan *game online* melupakan pentingnya kesehatan, sehingga menunjukkan perilaku kesehatan yang buruk, tidak

lagi peduli tentang makan makanan yang *higienis* dan bergizi, malas berolahraga dan jarang beristirahat karena waktu selalu dihabiskan untuk bermain *game online*, gaya hidup positif untuk kesehatan secara perlahan mulai menghilang dari hidup. Perilaku sehat orang tersebut menjadi buruk dan tingkat kecanduannya semakin parah.

Faktor predisposisi yang meliputi pengetahuan, sikap, nilai seseorang menentukan orang dalam berperilaku sehat. Pengetahuan yang cukup tentang kesehatan belum cukup untuk membuat orang berperilaku sehat apabila nilai-nilai serta sikap yang dipercaya bukan kesehatan yang utama dan penting.

Penelitian ini, dapat berjalan dengan lancar dan baik sesuai dengan harapan peneliti. Walaupun demikian, peneliti memiliki keterbatasan sehingga menemukan beberapa kelemahan yang terjadi dalam penelitian ini, yaitu :

1. Peneliti tidak bisa selalu mengawasi pengisian skala, sehingga ada kemungkinan muncul pertanyaan yang kurang jelas ketika subjek mengisi skala.
2. Ada beberapa pernyataan yang tidak terisi oleh subjek, hal ini mungkin dikarenakan pengisian skala ketika subjek sedang bermain *game online* sehingga subjek tergesa-gesa dalam mengisi sehingga terlewat beberapa item pernyataan.
3. Peneliti menggunakan metode *try out* terpakai sehingga memungkinkan ada hal-hal yang dapat memengaruhi hasil penelitian ini.