



# JSKK

P-ISSN 2477 - 1791

E-ISSN 2654 - 8860

Jurnal Sains Keolahragaan & Kesehatan

VOLUME 6 | NUMBER 2 | Januari 2022



#### Editor In Chief



#### Tommy Apriantono, M.Sc. Ph.D.

-  Scopus ID : 12902665900
- Sinta ID : 6043133
- Google Scholar : <https://scholar.google.com/citations user=sfyZW1cAAAAJ&hl>
-  <https://orcid.org/0000-0002-5169-0924>
- Email: [tommy@fa.itb.ac.id](mailto:tommy@fa.itb.ac.id)
-  Institut Teknologi Bandung, Indonesia

#### Vice Chief Editor



#### Dr. Samsul Bahri, M.Kes.

-  Scopus ID : 57209251062
- Sinta ID : 6004975
- Google Scholar : <https://scholar.google.com/citations?user=adDrdhEAAAAJ&hl>
-  <https://orcid.org/0000-0002-9281-0750>
- Email: [samsul@fa.itb.ac.id](mailto:samsul@fa.itb.ac.id)
-  Institut Teknologi Bandung, Indonesia

#### Editorial Boards Member :



#### Dr. Nia Rahmania, M.Sc.

-  Scopus ID : 57209251062
- Sinta ID : 6043134
- Google Scholar : <https://scholar.google.com/citations?user=0-FviK4AAAAJ&hl>
-  <https://orcid.org/0000-0002-4461-7913>
- Email: [nia@fa.itb.ac.id](mailto:nia@fa.itb.ac.id)
-  Institut Teknologi Bandung, Indonesia



**Dr. Didi Sunadi, M.Pd.**

- Scopus ID : -
- Sinta ID : 6038849
- Google Scholar : [https://scholar.google.com/citations?user=V\\_nAaTwAAAAJ&hl](https://scholar.google.com/citations?user=V_nAaTwAAAAJ&hl)
- ID -
- Email: [sunadi@fa.itb.ac.id](mailto:sunadi@fa.itb.ac.id)
- Institut Teknologi Bandung, Indonesia



**Dr. Rini Syafriani, M.Kes.**

- Scopus ID : -
- Sinta ID : 6042083
- Google Scholar : <https://scholar.google.com/citations?user=NmXZhLoAAAAJ&hl>
- ID <https://orcid.org/0000-0002-4348-360X>
- Email: [rini\\_syafriani@fa.itb.ac.id](mailto:rini_syafriani@fa.itb.ac.id)
- Institut Teknologi Bandung, Indonesia



**Dr. Kusnaedi, M.Pd.**

- Scopus ID : 57209251062
- Sinta ID : 6042781
- Google Scholar : -
- ID <https://orcid.org/0000-0002-4461-7913>
- Email: [kusnaedi@fa.itb.ac.id](mailto:kusnaedi@fa.itb.ac.id)
- Institut Teknologi Bandung, Indonesia



**👤 Muhamad Fahmi Hasan, S.Pd., M.Or.**

- Scopus ID : 57221391925
- Sinta ID : 6663094
- Google Scholar : <https://scholar.google.com/citations?user=elbbpLsAAAAJ&hl>
-  <https://orcid.org/0000-0003-1782-1086>
- Email: fahmihasan@gmail.com
-  Institut Teknologi Bandung, Indonesia



**👤 Agung Dwi Juniarsyah, S.Pd., M.Or.**

- Scopus ID : -
- Sinta ID : 6666166
- Google Scholar : <https://scholar.google.com/citations?user=VNvj4SIAAAAJ&hl>
-  <https://orcid.org/0000-0003-1782-1086>
- Email: juniarsyahagungdwi@gmail.com
-  Institut Teknologi Bandung, Indonesia



**👤 Ade Bagus Pratama, S.Si., M.Sc., Ph.D (cand.)**

- Scopus ID : 57219777195
- Sinta ID : -
- Google Scholar : <https://scholar.google.co.id/citations?user=vEMXnRIAAAAJ&hl>
-  <https://orcid.org/0000-0001-6532-8128>
- Email: adbgspatama@gmail.com
-  Chulalongkorn University, Thailand



**Ade Bagus Pratama, S.Si., M.Sc., Ph.D (cand.)**

- Scopus ID : 57219777195
- Sinta ID : -
- Google Scholar : <https://scholar.google.co.id/citations?user=vEMXnRIAAAAJ&hl>
- <https://orcid.org/0000-0001-6532-8128>
- Email: [adbgspratama@gmail.com](mailto:adbgspratama@gmail.com)
- Chulalongkorn University, Thailand




**Dr. Shariman Ismadi Ismail**

- Scopus ID : 56247414500
- Sinta ID : -
- Google Scholar : <https://scholar.google.com.R6-wgy4AAAAJ&hl>
- <https://orcid.org/0000-0001-5682-7793>
- Email: [shariman\\_ismadi@uitm.edu.my](mailto:shariman_ismadi@uitm.edu.my)
- Faculty of Sports Science and Recreation, Universiti Teknologi MARA, Shah Alam, Malaysia

## THE EFFECT OF LEARNING APPROACH AND GENDER ON UNDERSTANDING, FUN, AND SKILLS IN PLAYING SOCCER IN JUNIOR HIGH SCHOOL STUDENTS

Sucipto, Beltasar Tarigan, Amung Ma'mun, Yunyun Yudianta

103-117


 <https://doi.org/10.5614/jskk.2021.6.2.1>

 **PDF**  Abstract views: 107 times |  Downloaded: 84 times

## FENOMENA AKTIVITAS FISIK DAN OLAHRAGA DALAM PERSPEKTIF PASIEN DIABETES MELITUS TIPE 2

Irianti Bahana Reyaan, Fransiskus Samuel Renaldi, Rani Sauriasari, Woro Riyadina

118-130


 <https://doi.org/10.5614/jskk.2021.6.2.2>

 **PDF**  Abstract views: 138 times |  Downloaded: 105 times

## HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK TERHADAP KEBUGARAN JASMANI DAN PRESTASI AKADEMIK MAHASISWA STKIP PGRI SUMENEP

Nugroho Agung Supriyanto, Ainur Rasyid, Andi Fepriyanto, Dian Helaprahara

131-140


 <https://doi.org/10.5614/jskk.2021.6.2.3>

 **PDF**  Abstract views: 127 times |  Downloaded: 103 times

## MOTIVASI BERPRESTASI ATLET PANAHAN PPOP DKI JAKARTA

Nadya Dwi Oktafiranda

141-150


 <https://doi.org/10.5614/jskk.2021.6.2.4>

 **PDF**  Abstract views: 94 times |  Downloaded: 131 times

## HUBUNGAN KECANDUAN GAME ONLINE DAN PRESTASI AKADEMIK DENGAN AKTIVITAS FISIK

Luthfi Irfan Adistya, Dhedhy Yuliawan, Septyaning Lusianti, Rendhitya Prima Putra, Ruruh Andayani Bekti

151-163


 <https://doi.org/10.5614/jskk.2021.6.2.5>

 **PDF**  Abstract views: 153 times |  Downloaded: 273 times

## ANALISIS AKTIVITAS FISIK BERBASIS KEARIFAN LOKAL UNTUK MENINGKATKAN IMUNITAS TUBUH DI MASA ADAPTASI KEBIASAAN BARU (AKB)

Yayan Wardiyanto, Fakhri Fajrin Kurniawan

164-174


 <https://doi.org/10.5614/jskk.2021.6.2.6>

 **PDF**  Abstract views: 109 times |  Downloaded: 60 times

## PERSEPSI INSTRUKTUR MENGENAI KEBUGARAN DAN CEDERA DI KAMPUNG WISATA AIR TITIK 0 JAWA TENGAH: STUDI DESKRIPTIF KUANTITATIF

Rizki Mulyawan, Yudik Prasetyo, Fatkurahman Arjuna, Atikah Rahayu, Farid Imam Nurhadi

175-191


 <https://doi.org/10.5614/jskk.2021.6.2.7>

 **PDF**  Abstract views: 91 times |  Downloaded: 108 times

## PERBEDAAN TINGKAT KEBUGARAN JASMANI SISWA SMP BERDASARKAN LETAK GEOGRAFIS

Lungit Wicaksono, Satria Kusuma, Ridho afiegi Alfadhil

192-201

 <https://doi.org/10.5614/jskk.2021.6.2.8>

---

## Hubungan Kecanduan *Game Online* dan Prestasi Akademik dengan Aktivitas Fisik

### *Relationship between Online Game Addiction and Academic Achievement with Physical Activity*

Luthfi Irfan Adistya<sup>1</sup>, Dhedhy Yuliawan<sup>2</sup>, Septyaning Lusianti<sup>3</sup>, Rendhitya Prima  
Putra<sup>4</sup>, Ruruh Andayani Bakti<sup>5</sup>

<sup>1,2,3,4,5</sup>Program Studi Penjas, Universitas Nusantara PGRI Kediri, Indonesia

Diterima: 13 oktober 2021; Diperbaiki: 12 Januari 2022; Diterima terbit: 14 Januari 2022

#### Abstrak

Kecanduan *Game Online* dan prestasi akademik menjadi faktor penentu tingkat aktivitas fisik pada siswa. Tujuan penelitian untuk menghubungkan antara kecanduan *Game Online* dan prestasi akademik dengan aktivitas fisik. Sampel penelitian ini sebanyak 143 siswa SMPN 1 Srengat Blitar menggunakan *purposive sampling*. Pengumpulan data menggunakan angket sebagai alat uji dalam menentukan karakteristik responden. Angket tersebut antara lain: angket persetujuan menjadi responden, angket data pribadi, angket *game addiction Scale* (GAS) dalam Bahasa Indonesia, dan angket IPAQ versi *short form* Bahasa Indonesia. Analisis statistik yang digunakan adalah analisis bivariat dengan menggunakan *rank spearman* untuk memaknai hubungan 2 variabel. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara variabel kecanduan *Game Online* dengan aktivitas fisik dengan nilai signifikansi sebesar  $0,000 < 0,05$ , selanjutnya terdapat hubungan antara variabel prestasi akademik dengan aktivitas fisik dengan nilai signifikansi  $0,000 < 0,05$ , dan terdapat hubungan kecanduan *Game Online* dan prestasi akademik dengan aktivitas fisik dengan nilai signifikansi  $0,016 < 0,05$ .

**Kata kunci:** kecanduan game, prestasi akademik, aktivitas fisik.

#### Abstract

*Online Game Addiction and academic achievement are the determining factors for the level of physical activity in students. The aim of the study was to link online game addiction and academic achievement with physical activity. The sample of this study was 143 students of SMPN 1 Srengat Blitar using purposive sampling. Collecting data using a questionnaire as a test tool in determining the characteristics of respondents. The questionnaires included: a questionnaire on consent to become a respondent, a personal data questionnaire, a game addiction scale (GAS) questionnaire in Indonesian, and a short form version of the IPAQ questionnaire in Indonesian. Statistical analysis used is bivariate analysis using Spearman's rank to interpret the relationship between 2 variables. The results showed that there was a relationship between the online game addiction variable and physical activity with a significance value of  $0.000 < 0.05$ , then there was a relationship between the academic achievement variable and physical activity with a significance value of  $0.000 < 0.05$ , and there was a relationship between online game addiction and physical activity. academic achievement with physical activity with a significance value of  $0.016 < 0.05$ .*

**Keywords:** game addiction, academic achievement, physical activity.

## PENDAHULUAN

Pada era digital dan teknologi berkembang sangat pesat. Kemajuan teknologi ini banyak memberikan berbagai manfaat dan kemudahan bagi kehidupan manusia. *Game Online* merupakan salah satu produk teknologi yang memberikan manfaat sebagai hiburan atau rekreasi (Febriandari et al., 2016). Perkembangan internet membuat permainan ini dimainkan lebih banyak pemain lagi dan tidak dalam ruang yang sama. *Game Online* ini juga memiliki peminat mulai anak-anak maupun dewasa yang dimasukkan dalam salah satu permainan modern yang dirancang sedemikian rupa untuk saat ini (Angela, 2013).

*Game online* memiliki beberapa klasifikasi yang antara lain *Firs Person Shooter* (game dengan mengambil sudut orang pertama), *Croos-Platform Online* (game yang dapat dimainkan di hard ware berbeda), *Real Time Strategy* (game yang menekankan kepada skill strategy permainan). *Game Online* yang memiliki berbagai jenis dan serta biaya yang relatif terjangkau, membuat *Game Online* memiliki daya tarik terhadap pemain untuk memainkan *Game Online*. Bahkan pemain *Game Online* tidak terpaut usia maupun jenis kelamin. 64,45% remaja laki-laki dan 47,85% remaja perempuan pada usia 12-22 tahun mereka mengungkapkan bahwa kecanduan terhadap *Game Online*. Usia 12-22 tahun 25,3% remaja laki-laki dan 19,25% remaja perempuan pernah mencoba untuk bermain game tetapi gagal (Lumban Gaol, 2012).

Pada tahun 2008 dilakukan penelitian oleh seorang pakar adiksi vidio game di amerika, Mark Griffiths dari Nowingham Trent University, pada anak usia belasan tahun hampir dari sepertiganya bermain *Game Online* di setiap harinya, dan yang paling mengawatirkanya sekitar 7% bermain paling sedikit selama 30 jam dalam seminggu. Bermain game lebih dari 4-5 jam perhari dapat menimbulkan efek kecanduan (Leo, 2020). Definisi kecanduan, secara tradisional dapat digambarkan sebagai pengulangan yang berulang dan terdapat dampak negatif terhadap individu (Kibona et al., 2015)

Efek yang dapat ditimbulkan dari kecanduan *Game Online* membuat siswa lupa waktu dan mengesampingkan kewajiban pendidikannya sehingga waktu untuk belajar berkurang karena bermain game. Pendidikan sendiri merupakan bagian dari hidup, yaitu segala pengalaman belajar yang berlangsung dalam segala



lingkungan dan sepanjang hidup. Menurut Mudyahardjo (Kadir, 2015). Pendidikan adalah segala situasi hidup yang mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan hidup. Pendidikan sendiri memiliki fungsi fungsi seperti pada undang-undang No.20 tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional fungsi pendidikan pasal 3 yaitu “Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradapan bangsa yang bermatabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, Berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab”.

Pada pendidikan sekolah juga memiliki standar yang harus dicapai dalam pencapaian belajar berupa prestasi akademik. Prestasi akademik sendiri merupakan suatu hal yang harus dicapai oleh peserta didik dan bertujuan untuk mengetahui sejauh mana tingkatan kemampuan anak dalam mencapai belajar dalam pembelajaran di sekolah, baik pada ranah kognitif, afektif maupun psikomotor.

Pada lingkungan pendidikan sekolah pada umumnya siswa dapat menggunakan teknologi informasi berupa gadget, komputer, dan sebagainya. Berawal dari sini juga siswa yang seharusnya menggunakan Teknologi Informasi dan tidak menyalah gunakanya, seperti bermain *Game Online*, hal tersebut pemicu untuk dijadikan kebiasaan yang dapat menimbulkan kecanduan *Game Online*. Semakin sering seseorang dalam bermain game dapat menimbulkan kecanduan. Seseorang yang mengalami kecanduan game seringkali disebut juga sebagai game addiction (Grant et al., 2003). Seseorang yang mengalami kecanduan akan merasa tidak lagi ada yang dilakukan selain bermain game, selain itu juga banyak sekali kerugian yang akan dirasakan oleh pemain antara lain lalai dalam kehidupannya (Beranuy et al., 2013).

Player *Game Online* berpeluang mengalami kecanduan, ditandai dengan bermain game lebih dari >4-5 jam perhari serta mementingkan bermain game dibandingkan dengan aktivitas lain (Leo, 2020). Penggunaan yang terlalu lama dapat mengubah prioritas remaja, yang menghasilkan minat sangat rendah terhadap sesuatu yang tidak berkaitan dengan *Game Online* (King & Delfabbro, 2019).

Menurut Chen and Chang 2008 dalam *Asian Journal Of Health And Informasi Sciences*, antara lain, *compulsion* (dorongan melakukan kegiatan secara terus menerus), *Withdrawal* (penarikan diri), *Tolerance* (toleransi), *Interpersonal and Health-related problem* (masalah hubungan interpersonal dan kesehatan).

Bermain game akan menimbulkan rasa abai terhadap kesehatannya sendiri, dikarenakan bermain *game online* akan menguras tenaga dan memakan banyak waktu untuk memainkannya (Nurdilla et al., 2018). Aktivitas kurang gerak yang diakibatkan karena terlalu sering menggunakan *game online* mengakibatkan beberapa resiko penyakit, salah satu upaya untuk mengurangi resiko penyakit dengan meningkatkan aktivitas fisik (Effendi, 2014). Aktivitas fisik sendiri tidak hanya berkaitan tentang olahraga, tetapi juga dalam kegiatan sehari-hari seperti menyapu, mengepel, mencuci, berjalan, menari, melukis, mencangkul dan lain sebagainya (Hidayat, 2010).

Masalah ini sudah meluas dikalangan para siswa, dimana kenyataan yang ada dilapangan memiliki gaya hidup yang kurang aktif. Sehingga menjadikan kecenderungan malas, melakukan aktivitas fisik maupun gerak baik pada lingkungan sekolah maupun diluar lingkungan sekolah. Dengan kemajuan teknologi yang sangat pesat dan teknologi dalam game mengakibatkan salah satu faktor penyebabnya. Sebagai contoh siswa menggunakan handphone yang tekoneksi internet digunakan untuk bermain *game online* hingga lupa waktu, sehingga memicu sisi kebiasaan negatif yaitu meningkatkan pikiran agresif, prestasi akademik menurun, dan tidak menghiraukan pentingnya aktifitas fisik bagi kesehatan.

Pada situasi sekarang gaya hidup siswa berbeda dengan gaya hidup siswa sebelumnya, ada perbedaan yang sangat besar pada ketidakaktifan bergerak dan cenderung pasif. Hal ini mengakibatkan kecenderungan penurunan terhadap aktivitas fisik siswa sekolah. Inilah peran pendidik untuk saat ini adalah mewujudkan bagaimana gaya hidup aktif dan sehat pada semua lapisan masyarakat tanpa memandang usia maupun jenis kelamin, sebaik mungkin anak-anak dipersiapkan untuk terbiasa aktif serta mampu mempertahankan kesehatannya. Menanamkan bagaimana siswa agar tetap sehat merupakan komponen dari pendidikan Jasmani.

Pendidikan jasmani sendiri sering terkalahkan dari pendidikan akademik, pentingnya aspek kesehatan merupakan hal pendukung pendidikan akademik disekolah. Implikasinya jika tubuh dan pikiran sehat maka siswa mudah dalam menyerap pelajaran yang disampaikan oleh guru. Proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani ini memang telah dirancang sistematis untuk mengembangkan dan meningkatkan individu secara organik. Pendidikan jasmani juga merupakan pondasi yang kokoh dalam membangun bangsa dalam berbagai bidang.

Prestasi akademik juga dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain psikologi, ekonomi, sosial, individu, dan lingkungan, faktor tersebut juga bisa dipengaruhi oleh kesehatan siswa (Shadrina, 2017). Aktifitas fisik menjadi hal penunjang yang dapat dilakukan sehari-hari untuk mendapatkan kesehatan yang baik. Pada penelitian yang pernah dilakukan oleh (Arday et al., 2014) terdapat hubungan antara aktifitas fisik siswa dengan ranah kognitif dan prestasi akademik pada anak-anak dan remaja dikarenakan neurokognitif dari aktivitas fisik pada anak-anak dan remaja memiliki implikasi penting bagi kesehatan dan pendidikan masyarakat yang bisa didapatkan dari pendidikan jasmani dalam kurikulum sekolah. Terlepas dari efek aktivitas fisik terhadap kesehatan, aktifitas fisik juga memiliki manfaat akademis yang besar dengan meningkatkan kognisi, fokus, dan memori (Packham & Street, 2019).

Melihat keadaan sekarang dimana pandemi COVID-19 pelajar cenderung memiliki banyak waktu dalam memainkan *game online*. Pembelajaran jarak jauh mengakibatkan banyaknya waktu luang siswa dan kurangnya pengawasan orangtua maupun guru. Bermain *game online* secara berlebihan memiliki dampak negatif seperti dorongan untuk melakukan kegiatan secara terus menerus, yang mengakibatkan siswa menjadi kurang gerak. Aktivitas kurang gerak dapat menimbulkan beberapa penyakit, Upaya untuk mengurangi beberapa resiko penyakit dengan meningkatkan aktivitas fisik. Aktivitas fisik memiliki manfaat kesehatan selain itu juga memiliki manfaat akademis yang besar seperti meningkatkan kognitif, fokus, dan memori.

Berasarkan latar belakang tersebut yang mendorong peneliti melakukan penelitian ini sehingga diharapkan penelitian ini dapat memberikan masukan baru

terhadap guru pendidikan jasmani dalam upaya meningkatkan aktivitas fisik siswa. Maka dari itu saya sebagai peneliti tertarik untuk meneliti hubungan kecanduan *game online* dan prestasi akademik dengan aktivitas fisik siswa.

## **METODE**

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif yang memiliki sifat deskriptif. Penelitian ini menggunakan model *cross sectional* yaitu penelitian yang menekankan waktu pemukuran atau survey data variabel dependen maupun independen dalam satu waktu yang sama.

Populasi pada penelitian ini adalah siswa SMP N 1 Srengat Blitar. Penentuan sampel pada penelitian ini menggunakan purposive sampling adapun kriteria yang harus dimiliki responden yaitu 1) bersedia menjadi sampel, 2) memainkan game diantaranya Mobile Legend, Player Unknown Battle Ground, Call of Duty Mobile, Arena of Valor, dan Free Fire, 3) bermain game menggunakan smartphone 4) memiliki umur lebih dari 15 tahun. Maka didapatkan responden dengan jumlah 143 siswa.

Alat yang digunakan dalam penelitian ini berupa angket atau kuesioner. Kuesioner sendiri bagus digunakan untuk mengetahui karakteristik responden. Adapun beberapa angket yang peneliti gunakan dalam mendapatkan karakteristik diantaranya 1) angket persetujuan menjadi responden, 2) angket data pribadi, 3) angket *game addiction Scale* (GAS) Bahasa Indonesia (Arthy, 2019), 4) angket IPAQ versi *short form* Bahasa Indonesia.

Model analisis yang digunakan adalah analisis bivariat *rank spearman* dan analisis multivariat regresi logistik penerapan metode analisis ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh variabel. *Rank spearman* merupakan teknik analisis nonparametrik antara 2 variabel dan digunakan data yang tidak berdistribusi normal atau data berupa skala ordinal. Statistik nonparametrik merupakan analisis statistik yang digunakan ketika data berdistribusi tidak normal atau data diukur dalam bentuk rangking. pada analisis nonparametrik tidak perlu syarat uji normalitas. Metode regresi logistik ordinal merupakan jenis regresi nonparametrik lebih dari 2 variabel dengan skala ordinal sehingga tidak diperlukan uji normalitas data. Uji ini dikatakan memenuhi syarat apabila uji bivariat menghasilkan nilai  $\text{Sig} < 0,25$  yang selanjutnya dimasukkan kedalam uji statistik multivariat. Uji

regresi logistik menghasilkan nilai  $\exp$  lebih besar maka semakin besar pula pengaruhnya variabel bebas terhadap variabel terikat.

## HASIL

Berdasarkan analisis perhitungan yang peneliti lakukan dengan menggunakan perhitungan statistik deskriptif dengan bantuan aplikasi *IBM SPSS Statistics 24* yang selanjutnya dijabarkan sebagai berikut:

**Tabel 1.** Deskripsi Data

|               |           | Frekuensi | Keterangan   |
|---------------|-----------|-----------|--------------|
| Jenis Kelamin | Laki-laki | 97        | 67,8%        |
|               | Perempuan | 46        | 32,2%        |
| Umur          | 15 Tahun  | 134       | 93,8,%       |
|               | 16 Tahun  | 9         | 6,2%         |
| Berat badan   | 29-34 Kg  | 17        | Mean : 39,47 |
|               | 35-39 Kg  | 53        | Median :40   |
|               | 40-44 Kg  | 56        | Modus:41     |
|               | 45-49 Kg  | 17        |              |

Pada tabel diatas memuat deskriptif data yang mencakup jenis kelamin, umur dan berat badan. Sampel yang berjumlah 143 yang terdiri dari 97 laki-laki dan 46 perempuan, pada umur 15 tahun terdapat 134 siswa dan 9 siswa berumur 16 tahun, serta berat badan yang memiliki nilai mean 39,47, median 40, serta modus 41.

**Tabel 2.** Deskripsi Data Game

|                                   |               | Frekuensi | Presentase |
|-----------------------------------|---------------|-----------|------------|
| <i>Jam bermain Game Online</i>    | 1-3 Jam       | 91        | 63,7%      |
|                                   | 4-6 Jam       | 43        | 30,1%      |
|                                   | 8-10 Jam      | 17        | 6,3%       |
| <i>Mobile Legend Bang-bang</i>    | Bermain       | 121       | 84,6%      |
|                                   | Tidak Bermain | 22        | 15,4%      |
| <i>Player Unknow Batle Ground</i> | Bermain       | 11        | 7,7%       |
|                                   | Tidak Bermain | 132       | 92,3       |
| <i>Call of Dutty Mobile</i>       | Bermain       | 9         | 6,3%       |
|                                   | Tidak Bermain | 134       | 93,7%      |
| <i>Arena of Valor</i>             | Bermain       | 0         | 0%         |
|                                   | Tidak Bermain | 143       | 100%       |
| <i>Free Fire</i>                  | Bermain       | 46        | 32,2%      |
|                                   | Tidak Bermain | 97        | 67,8%      |

Pada tabel diatas dapat disimpulkan jam bermain game siswa dengan presentase terbesar yaitu 63,7% bermain 1-3 jam, siswa yang bermain game mobile legend bang-bang sebanyak 84,6% atau 121 siswa, siswa yang bermain player unknow batle ground sebanyak 11 siswa atau 7,7%, siswa yang bermain call of duty mobile sebanyak 9 siswa atau 6,3%, siswa yang bermain arena of valor tidak ada, dan siswa yang bermain game free fire sebanyak 46 dengan nilai presentase 32,2%.

**Table 3.** Deskripsi Variabel

|                   |                 | Frekuensi | Keterangan |
|-------------------|-----------------|-----------|------------|
| Kecanduan Game    | Tidak Kecanduan | 86        | 60,1%      |
|                   | Kecanduan       | 57        | 39,9%      |
| Prestasi Akademik | Baik            | 60        | 42%        |
|                   | Kurang          | 83        | 58%        |
| Aktifitas Fisik   | Tinggi          | 26        | 18,2%      |
|                   | Sedang          | 39        | 27,3%      |
|                   | Ringan          | 79        | 54,5%      |

Dari tael diatas banyak responden yang tidak mengalami kecanduan yaitu 39,9%, prestasi akademik Kurang 58%, serta tingkat aktivitas fisik ringan yaitu 54,5% responden.

**Tabel 4.** Analisis Bivariat

| Variabel                     | Korelasi Koefisien | Sig  | Taraf Signifikan | Keterangan   |
|------------------------------|--------------------|------|------------------|--------------|
| Kecanduan <i>Game Online</i> |                    |      |                  | Korelasi     |
| dengan Aktivitas Fisik       | ,404               | ,000 | ,05              | Cukup        |
| Prestasi Akademik            |                    |      |                  | Korelasi     |
| dengan Aktivitas Fisik       | -,201              | ,016 | ,05              | Sangat Lemah |

(Huruf pada tabel menyesuaikan lebar tabel)

Hasil uji *rank spearman* variabel independen terhadap variabel dependen dihasilkan output keduanya dengan nilai Sig<0,05 maka dapat disimpulkan terdapat hubungan antara variabel independen terhadap variabel dependen. Variabel kecanduan *Game Online* dengan aktivitas fisik memiliki nilai koefisien korelasi 0,404 yang di interpresentasikan kekuatan korelasi cukup dengan arah positif dan variabel prestasi akademik dengan aktivitas fisik mempunyai nilai

koefisien korelasi-0,201 dimana memiliki makna korelasi sangat lemah dengan arah negatif.

**Tabel 5.** Analisis Multivariat

| Variabel                     | Estimate | Exp    | Sig  | Taraf Signifikan | Keterangan  |
|------------------------------|----------|--------|------|------------------|-------------|
| Kecanduan <i>Game Online</i> | 2,516    | 12,378 | ,000 | ,05              | Berpengaruh |
| Prestasi Akademik            | 1,721    | 0,178  | ,000 | ,05              | Berpengaruh |

Pada tabel output regresi logistik diatas dapat disimpulkan bahwa variabel independen nilai P value uji Wald (Sig) $<0,05$ , artinya variabel independen mempunyai pengaruh terhadap variabel dependen. Kecanduan *Game Online* mempunyai nilai Sig Wald  $0,000 < 0,05$  sehingga menerima H1 atau kecanduan *Game Online* memberikan pengaruh parsial yang signifikan terhadap aktivitas fisik. Prestasi akademik mempunyai nilai Sig Wald  $0,000 > 0,05$  sehingga menerima H1 atau prestasi akademik memberikan pengaruh parsial yang signifikan terhadap aktivitas fisik.

Besarnya pengaruh ditunjukkan dengan nilai Exp (B) atau disebut juga Odds Ratio (OR). Variabel Kecanduan *Game Online* dengan nilai OR 12,378 maka orang yang tidak kecanduan game lebih beresiko mengalami peningkatan aktivitas fisik sebanyak 12,378 kali lipat dibandingkan orang yang kecanduan. Nilai B= logaritma natural dari 12,378=2,518. Oleh karena itu bernilai positif, maka Semakin tinggi nilai kecanduan game (tidak kecanduan *game*) memiliki hubungan positif dengan Aktivitas fisik.

Variabel prestasi akademik memiliki nilai OR 0,178 maka orang yang memiliki prestasi akademik kurang, lebih beresiko mengalami Penurunan Aktivitas fisik sebanyak 0,178 kali lipat dibandingkan orang yang prestasi akademiknya baik. Nilai B= Logaritma Natural dari 0,178= -1,721. Oleh karena nilai B bernilai negatif maka prestasi akademik mempunyai hubungan negatif dengan aktivitas fisik.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil uji korelasi kecanduan game dengan aktivitas fisik siswa pada tabel 4 pada penelitian ini peneliti menggunakan analisis signifikansi yang

perhitungannya dibantu dengan program *IBM SPSS Statistics 24*, diperoleh nilai signifikansi sebesar  $0,000 < 0,05$ , maka  $H_0$  ditolak sehingga terdapat hubungan antara kecanduan *Game Online* terhadap aktivitas fisik siswa SMP N 1 Srengat Blitar. Kekuatan hubungan kecanduan *Game Online* terhadap aktivitas fisik sebesar 0,404 atau nilai kekuatan hubungan korelasi cukup dengan arah positif maka semakin baik nilai kecanduan game (tidak kecanduan game) maka tingkat aktivitas fisik siswa semakin aktif. Hal ini didukung penelitian oleh Ni Putu Ayu Windari Putri pada tahun 2019 dengan judul "Hubungan antara Aktivitas Bermain *Game Online* dengan Kebugaran Fisik Pada Remaja SMP di Kota Denpasar" dengan nilai *sig* 0,001 dengan kekuatan korelasi 0,319. Adapun dampak negatif yang ditimbulkan karena kecanduan game diantaranya dampak terhadap aspek kesehatan, psikologi, akademik, sosial, dan keuangan (Novrialdy, 2019). Penggunaan game yang berlebihan akan mengakibatkan penurunan daya tahan tubuh akibat berkurangnya waktu untuk melakukan aktivitas fisik, kurangnya waktu tidur, dan sering menunda makan (Männikkö, N., Billieux, J., & Käriäinen, 2015).

Berdasarkan hasil uji korelasi prestasi akademik dengan aktivitas fisik siswa pada tabel 4 pada penelitian ini peneliti menggunakan analisis signifikansi yang perhitungannya dibantu dengan program *IBM SPSS Statistics 24*, diperoleh nilai signifikansi  $0,016 < 0,05$  maka  $H_0$  ditolak sehingga terdapat hubungan antara kecanduan *Game Online* dan prestasi akademik terhadap aktivitas fisik siswa SMP N 1 Srengat Blitar. Kekuatan hubungan prestasi akademik online terhadap aktivitas fisik sebesar -0,201 atau nilai kekuatan hubungan korelasi sangat lemah dengan arah negatif maka semakin buruk prestasi akademik maka tingkat aktiitas fisik siswa semakin berat. Pada penelitian yang dilakukan Sri Nur Shadrina B pada tahun 2017 dengan judul "Hubungan Aktivitas Fisik dengan Prestasi Akademik Santri Pondok Pesantren di Kabupaten Bogor" yaitu menghasilkan nilai *sig* 0,024 dengan kekuatan korelasi -0,167. Adanya pengaruh faktor luar dari prestasi akademik seperti faktor internal yaitu psikologis dan faktor external merupakan faktor sosial (Azwar, 2005).

## KESIMPULAN



Setelah dilakukan pengolahan data dan pembahasan antar variabel dalam penelitian ini sehingga mendapatkan kesimpulan hasil bahwa terdapat hubungan antara variabel kecanduan *game online* dengan aktivitas fisik, selanjutnya terdapat hubungan antara variabel prestasi akademik dengan aktivitas fisik. dan terdapat hubungan kecanduan *game online* dan prestasi akademik dengan aktivitas fisik.

## REFERENSI

- Angela. (2013). Pengaruh *Game Online* Terhadap Motivasi Belajar Siswa SDN 015 Kelurahan Sidomulyo Kecamatan Samarinda. *eJournal Ilmu Komunikasi*, 1(2), 532–544.
- Arday, D. N., Fernández-Rodríguez, J. M., Jiménez-Pavón, D., Castillo, R., Ruiz, J. R., Ortega, F. B., & Ortega, F. B. (2014). A Physical Education trial improves adolescents' cognitive performance and academic achievement: the EDUFIT study. *J Med Sci Sports*, 24(1), 52–61. <https://doi.org/10.1111/sms.12093>
- Arthy, C. C. (2019). *Validitas dan Reliabilitas Game addiction Scale (GAS) Versi Bahasa Indonesia*. Thesis. Medan: Fakultas Kedokteran, Universitas Sumatera Utara.
- Azwar, S. (2005). *Tes Prestasi dan Pengukuran Prestasi Belajar*. Pustaka Pelajar.
- Beranuy, M., Carbonell, X., & Griffiths, M. D. (2013). A Qualitative Analysis of Online Gaming Addicts in Treatment. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 11(2), 149–161. <https://doi.org/10.1007/s11469-012-9405-2>
- Chen, C. Y., & Chang, S. L. (2008). An Exploration of the Tendency to Online Game Addiction Due to User's Liking of Design Features Threat, challenge, and turning point of AI for news communication View project An Exploration of the Tendency to Online Game Addiction Due to User's Liking of. *Asian Journal of Health and Information Sciences*, 3(4), 38–51.
- Effendi, A. (2014). Pengaruh Penggunaan Teknologi Informasi Terhadap Aktivitas Fisik Siswa (Studi pada SMK Negeri 8 Surabaya Kelas X). *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 2(3), 605–608.
- Febriandari, D., Annis Nauli, F., Rahmalia, S. H., Program Studi Ilmu Keperawatan, A., Riau, U., Keperawatan Jiwa, D., Studi Ilmu Keperawatan, P., & Keperawatan Medikal Bedah, D. (2016). Hubungan Kecanduan Bermain *Game Online* Terhadap Identitas Diri Remaja. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 4(1), 50–56. <https://doi.org/10.26714/jkj.4.1.2016.50-56>

- Grant, J., Psychopathology, S. K.-, & 2003, U. (2003). Dissociative symptoms in pathological gambling. *Psychopathology*, 36(4), 200–203. <https://doi.org/10.1159/000072790>
- Hidayat, Y. (2010). *Pendidikan Jasmani dan kesehatan Edisi 4*. Pusat Pengembangan kualitas Jasmani kementerian Pendidikan Nasional.
- Kadir, A. (2015). *Dasar-dasar pendidikan*. Prenadamedia Goup. <https://books.google.com/books?hl=id&lr=&id=pfpDDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PR7&dq=dasar+dasar+pendidikan+abdul&ots=Ec-sH-BIoO&sig=m90jeBuWGjSsHn--AilOiSkdNpk>
- Kibona, L., And, G. M.-J. of M. E. S., & 2015, U. (2015). Smartphones' effects on academic performance of higher learning students. *Journal of Multidisciplinary Engineering Science and Tecnology (JMEST)*, 2(4), 777–784.
- King, D. L., & Delfabbro, P. H. (2019). *Internet Gaming Disorder: Theory, Assessment, Prevention, and Treatment*. Academic Press. <http://dx.doi.org/10.1016/C2016-0-04107-4>
- Leo, D. R. L. (2020). *Intensitas Bermain Game Online terhadap Pola Aktivitas Fisik Siswa SMP Adventmenia Kabupaten Sabu, Rai Jua, NTT*. 6(1), 72–80. <https://doi.org/10.35974/jsk.v6i1.2366>
- Lumban Gaol, T. (2012). Hubungan Kecanduan *Game Online* Dengan Prestasi Akademik Mahasiswa Fakultas Teknik Universitas Indonesia Manuskrip. In *Skripsi*. Ilmu Keperawatan UI.
- Männikkö, N., Billieux, J., & Kääriäinen, M. (2015). Problematic digital Gaming The, behavior and its relation to Psychological, social and physical health of Finnish adolescents and young adults. *Journal of Behavioral Addictions*, 4(4), 281–288. <https://doi.org/10.1556/2006.4.2015.040>
- Novrialdy, E. (2019). Online Game Addiction in Adolescents: Impacts and its Preventions. *Buletin Psikologi*, 27(2), 148–158. <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.47402>
- Nurdilla, N., Arneliwati, & Veny, E. (2018). Hubungan Kecanduan Bermain *Game Online* dengan Kualitas Tidur Remaja. *JOM FKp*, 5(2), 120–126.
- Packham, A., & Street, B. (2019). The effects of physical education on student fitness, achievement, and behavior. *Economics of Education Review*, 72, 1–18. <https://doi.org/10.1016/j.econedurev.2019.04.003>
- Shadrina, S. N. (2017). Hubungan Aktivitas fisik dengan Prestasi Akademik Santri Pondok Pesantren X di Kabupaten Bogor [Jakarta: Fakultas Kedokteran dan

Profesi Dokter, Univesitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah]. In *Skripsi*.  
<http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/37174>