Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan, Oktober 2025, 11 (10.A), 186-198
DOI: https://jurnal.peneliti.net/index.php/JIWP/article/view/11673
p-ISSN: 2622-8327 e-ISSN: 2089-5364
Accredited by Directorate General of Strengthening for Research and Development
Available online at https://jurnal.peneliti.net/index.php/JIWP

Hubungan Intensitas Bermain *Game Online* Dengan Kecerdasan Emosional Pada Remaja Di SMP Negeri 1 Padamara

Erfina Dwi Yuliani[1], Ririn Isma Sundari[2], Wasis Eko Kurniawan[3]

[1,2,3] Program Studi Keperawatan Program Sarjana, Fakultas Kesehatan Universitas Harapan Bangsa, Indonesia

Received: 05 September 2025
Revised: 17 September 2025
Accepted: 28 September 2025

Abstrak

Intensitas bermain merupakan banyaknya jam (rata-rata) dalam bermain game online perhari. Kecerdasan emosional merupakan kemampuan seseorang dalam mengelola emosi diri sendiri dan orang lain sehingga dapat mengekspresikannya dengan tepat dan efektif. Remaja adalah masa transisi perkembangan dari anak-anak menuju dewasa dimana individu mulai mencari identitas diri dan kebebasan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara intensitas bermain game online dengan kecerdasan emosional pada remaja di SMP Negeri 1 Padamara. Penelitian kuantitatif ini menggunakan metode survei analisis dengan desain cross-sectional. Sampel terdiri dari 79 responden kelas IX dipilih menggunakan tiga teknik yaitu non-probability sampling purposive sampling, proportionate stratified sampling dan simpel random sampling. Instrumen penelitian meliputi lembar observasi intensitas bermain game online dan kuesioner kecerdasan emosional berdasarkan 30 item pertanyaan. Analisis data menggunakan Uji Koefisien Korelasi Spearman Rank. Hasil Uji Koefisien Korelasi Spearman Rank, menunjukkan adanya hubungan signifikan dengan (p-value 0,000 < 0,05) dan koefisien korelasi -0,607. Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat korelasi negatif antara intensitas bermain game online dengan kecerdasan emosional remaja. Semakin ringan intensitas bermain game online, semakin tinggi kecerdasan emosional remaja, dan sebaliknya.

Kata Kunci: *Intensitas bermain game online, kecerdasan emosional, remaja.*

(*) Corresponding Author: [1]dwiyulianierfina@gmail.com, [2]ririnismasundari@uhb.ac.id, [3]wasiseko1270@gmail.com

How to Cite: Yuliani, E., Sundari, R., & Kurniawan, W. (2025). Hubungan Intensitas Bermain Game Online Dengan Kecerdasan Emosional Pada Remaja Di SMP Negeri 1 Padamara. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, *11*(10.A), 186-198. Retrieved from https://jurnal.peneliti.net/index.php/JIWP/article/view/11673.

PENDAHULUAN

Remaja adalah tahap transisi dari anak-anak ke dewasa yang ditandai dengan perkembangan pesat secara sosial, psikologis, dan fisik (Hidayanto et al., 2021). Perubahan yang tidak selaras pada masa ini dapat memicu gangguan mental emosional akibat proses kematangan karakter yang belum optimal (Devita 2019). Gangguan ini ditandai dengan masalah dalam berpikir, emosi, perilaku, dan interaksi sosial (Khoiriyah and Handayani 2020).

Kurangnya kecerdasan emosional membuat remaja sulit mengendalikan emosi, seperti mudah marah dan berkata kasar, yang berujung pada gangguan emosional. Di Amerika Serikat, 32,5% atau sekitar 20 juta remaja mengalami masalah emosional pada 2016-2019 (Centers for Disease Control and Prevention 2023). Sementara itu, di Indonesia, proporsi gangguan mental emosional pada usia

15 tahun ke atas mencapai 9,8% atau 706.688 jiwa pada 2013-2018. Jawa Tengah menjadi provinsi dengan kasus tertinggi ketiga, yaitu 7,7% atau 95.460 remaja (Kemenkes RI 2018).

Kemajuan teknologi digital yang pesat berperan besar dalam kehidupan sosial, terutama bagi remaja yang memanfaatkan media sosial untuk berinteraksi (Aulady and Harianto 2022). Salah satu bentuk hiburan yang paling populer di kalangan remaja adalah *game online* (Fembi *et al.,* 2022). Di Indonesia jumlah penduduk terkoneksi internet pada tahun 2022-2023 adalah sejumlah 215.262.156 jiwa dari total populasi 275.773.901 jiwa penduduk Indonesia tahun 2022. Pengguna internet tertinggi berdasarkan pulau berada di Pulau Jawa yaitu sebesar 81,83% dan provinsi dengan pengguna internet tertinggi berada di Jakarta sebesar 86,96%, Jawa Barat sebesar 82,73% dan Jawa Tengah sebesar 77,54%. Berdasarkan usia pengguna internet terbanyak di Indonesia berada pada kalangan usia 13-18 tahun sebesar 98,20% dan usia 19-34 tahun sebesar 97,17% (APJII 2023).

Secara global pada tahun 2023 jumlah pengguna *game online* sangatlah tinggi dan tercatat terdapat lima negara dengan pengguna *game online* dan Indonesia menempati urutan kedua sejumlah 94,2%, (Social 2023). *Game online* memasuki peringkat ketiga konten internet hiburan yang paling sering dikunjungi sebesar 23,02% dengan berdasarkan lama waktu yang dihabiskan untuk bermain *game online* dalam sehari diketahu <1 jam sebanyak 7,26%, 1-2 jam sebanyak 11,10%, 2-3 jam sebanyak 11,9%, 3-4 jam sebanyak 27,46%, dan > 4 jam sebanyak 42,23% (APJII 2023).

Kecanduan *game online* dapat menyebabkan resiko penyakit mental yang disebut *gaming disorder* yang sudah ditetapkan oleh WHO dalam daftar *international classification of diseases* edisi 11 *(ICD-11)* (Rahman et al. 2022). *Gaming disorder* merupakan keterikatan yang mendalam terhadap *game* yang bisa berdampak pada perubahan secara signifikan pada emosi, kognitiff dan perilaku seseorang (Prawesti and Sari 2021).

Berdasarkan hasil penelitian terdahulu Pratama dan Fithriyana (2020) dengan judul "Hubungan Intesitas Bermain *Game Online* Dengan Kecerdasan Emosional Pada Mahasiswa Program Studi S1 Penjas Kesrek", mendapatkan hasil melalui uji statistik menggunakan chi square p value 0,000 < 0,05 yang artinya terdapat hubungan intensitas bermain *game online* dengan kecerdasan emosional pada remaja. Data tersebut dapat menunjukan dan membuktikan bahwa gangguan mental memiliki peluang yang sangat besar terjadi pada remaja. Kemajuan teknologi dan internet mengharuskan mereka memiliki proteksi ganda terkait dampak negatif internet daripada era remaja sebelum adanya kemajuan internet yang pesat. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Apriliyani (2020) yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh negatif dan signifikan antara intensitas bermain *game online* dengan kecerdasan emosional, dengan nilai r = -0,506 dan nilai Sig = 0,014 (P <0,05). Artinya, semakin tinggi intensitas bermain *game online* remaja maka semakin rendah pula tingkat kecerdasan emosinya dan sebaliknya.

Berdasarkan data di atas, jumlah pengguna game online di Indonesia sangat tinggi. Durasi bermain yang lama menunjukkan adanya potensi kecanduan yang dapat meningkatkan risiko gangguan mental emosional, termasuk di Kabupaten

Purbalingga, yang menempati peringkat ke-10 tertinggi. Gangguan mental emosional di Purbalingga mencapai 27,87% atau sekitar 7.244 jiwa penduduk berusia <15 tahun hingga ≥60 tahun. Untuk usia <15 tahun, telah dilakukan skrining kesehatan mental emosional menggunakan SDQ (*Strengths and Difficulties Questionnaire*). SDQ dikembangkan oleh Robert Goodman, merupakan kuesioner untuk mengidentifikasi masalah psikososial, SDQ menilai lima aspek utama: gejala emosional, perilaku, gangguan teman sebaya, hiperaktif, dan prososial (Susmiatin et al. 2024).

Hasil skrining SDQ pada penduduk usia <15 tahun menunjukan sebesar 2.612 jiwa remaja memiliki permasalahan pada gangguan mental emosional. Kecamatan Padamara menempati urutan ke dua dengan proporsi sebesar 661 jiwa remaja atau 373 remaja terskrining pada kategori masalah gangguan mental borderline dan 288 remaja lainnya pada kategori masalah gangguan mental emosional yang abnormal (Dinas Kesehatan Purbalingga 2023). Di Kecamatan Padamara terdapat dua SMP, salah satunya SMP Negeri 1 Padamara. Hasil pra-survei terhadap siswa kelas IX menunjukkan bahwa 80% (8 dari 10 siswa) rutin bermain game online setiap hari dengan durasi 3-4 jam. Sebagian besar mengaku merasa kesal dan emosional saat kalah, serta gelisah atau cemas jika gagal naik level.

Berdasarkan hal tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara intensitas bermain *game online* dengan kecerdasan emosional pada remaja di SMP Negeri 1 Padamara. Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dan memberikan informasi serta menjadi acuan dalam memahami pengaruh bermain *game online* terhadap kecerdasan emosional remaja.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei analisis dan desain *cross-sectional*. Survei analisis menekankan hubungan antara variabel yang diteliti (Swarjana 2023). Populasi terdapat 246 responden. Sampel penelitian ditentukan menggunakan rumus *Lemeshow* dengan populasi diketahui, sehingga diperoleh 79 responden . Sampel yang di ambil menggunakan tiga teknik yaitu: *non-probability sampling purposive sampling* dengan kriteria inklusi siswa yang aktif bermain *game online* dan eksklusi siswa yang tidak naik kelas, keuda *proportionate stratified sampling* dan yang ketiga teknik *simpel random sampling*.

Penelitian dilakukan di SMP Negeri 1 Padamara, Purbalingga pada tanggal 08 November 2024. Pengumpulan data dengan instrumen berupa lembar observasi intensitas bermain *game online* dan kuesioner kecerdasan emosional. Analisis data meliputi univariat menggunakan distribusi frekuensi dan bivariat dengan *Uji Koefesien Korelasi Spearmen Rank* menggunakan SPSS 25 dengan tingkat signifikansi p<0,05.

Penelitian ini telah mendapatkan Ethical Clearance dari Komite Etik Penelitian Kesehatan Universitas Harapan Bangsa dengan nomor No. B.LPPM-UHB/991/10/2024, yang memastikan bahwa penelitian dilakukan sesuai dengan prinsip etika penelitian, termasuk *informed consent* dari seluruh responden.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Karaktteristik Responden

Tabel 1. Gambaran Karakteristik Remaja di SMP Negeri 1 Padamara 2024

No	Karakteristik	Jenis Kelamin		f	%
		L	P		
1.	Usia				
	14 tahun	26	30	56	70,89
	15 tahun	12	7	19	24,05
	16 tahun	2	2	4	5,06
	Total	40	39	79	100,0

Berdasarkan tabel 1. diperoleh hasil bahwa dari karakteristik jenis kelamin responden tersebar merata pada laki-laki sebanyak 40 responden dan perempuan sebanyak 39 (49,37%) responden. Berdasarkan kelompok usia sebagian besar responden dalam usia 14 tahun sebanyak 56 (70,89%) responden terdiri dari 26 responden laki-laki, 30 responden perempuan.

Hasil tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan Made *et al.* (2023) enunjukkan bahwa mayoritas responden adalah laki-laki (67,5% atau 106 responden), sedangkan perempuan berjumlah 51 responden (32,5%). Faktor yang mempengaruhi intensitas bermain *game online* cenderung lebih tinggi pada laki-laki karena mereka lebih tertarik dan menghabiskan lebih banyak waktu untuk bermain dibandingkan perempuan. Berdasarkan kelompok usia sebagian besar responden dalam usia 14 tahun sebanyak 56 (70,89%) responden terdiri dari 26 responden laki-laki, 30 responden perempuan. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Parman dan Pakaya (2022) menemukan bahwa dari 59 responden berusia 14 tahun, 45,8% atau 27 orang memiliki kecenderungan yang sama. Dalam teori perkembangan remaja, istilah *adolescence* berasal dari bahasa Latin *adollescer*, yang berarti proses menuju kematangan. Usia 14 tahun termasuk dalam kategori *middle adolescence* atau remaja pertengahan, di mana terjadi restrukturisasi fungsi biologis, kognitif, emosional, dan sosial (Annah 2023).

Kaitannya dengan fungsi biologis, masa pubertas memengaruhi perubahan emosi dan perilaku akibat pengaruh hormon. Remaja cenderung tertarik pada hal baru dan memiliki rasa ingin tahu yang tinggi, termasuk dalam mencoba berbagai jenis *game online* (Hidayanto et al. 2021). Hasil penelitian ini sejalan dengan Malelak (2020) menunjukkan bahwa rata-rata karakteristik remaja yang bermain *game online* adalah pada remaja awal berusia 14 tahun (47%) responden. Hal ini dikarenakan pada masa remaja awal banyak memiliki ketertarikan lebih pada *game* jika dibandingkan dengan kelompok usia lainnya.

B. Intensitas Bermain *Game Online*

Tabel 2. Gambaran Intensitas Bermain *Game Online* Berdasarkan Jenis Kelamin Pada Remaja di SMP Negeri 1 Padamara 2024

Jenis Kelamin	Intensitas Bermain *Game Online*							
	Berat		Sedang		Ringan		Jumlah	
	f	%	f	%	f	%	f	%
Laki-laki	7	8,86	13	16,46	20	25,32	40	50,63
Perempuan	4	5,06	7	8,86	28	35,44	39	49,37
Total	11	13,92	20	25,32	48	60,76	79	100,0

Berdasarkan tabel 2. diperoleh hasil sebagian besar dengan intensitas bermain *game online* ringan sebanyak 48 (60,76%) responden dan berdasarkan jenis kelamin diperoleh hasil bahwa sebagian besar responden adalah perempuan memiliki intensitas bermain *game online* ringan 28 (35,44%) responden.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kurnisari (2021) menunjukkan bahwa terdapat 127 (64,1%) siswa yang berada pada kategori rendah. Penelitian di SMP Negeri 1 Padamara menunjukkan bahwa sebagian besar siswa tidak bermain game online secara berlebihan. Salah satu faktor yang memengaruhinya adalah kebijakan sekolah yang mewajibkan siswa mengikuti ekstrakurikuler atau organisasi hingga kelas IX semester pertama. Kegiatan ini memberikan alternatif aktivitas yang menyita waktu mereka, sehingga mengurangi durasi bermain game online.

Faktor tersebut sejalan dengan penelitian (Irawan 2021) yang menyatakan bahwa keterlibatan dalam aktivitas keluarga atau sosial dapat membangun relasi dapat menjadi alternatif untuk mengurangi bermain *game.* Sejalan dengan Anugrah (2023) menyatakan dengan beragam pilihan ekstrakurikuler di bidang olahraga, seni, dan organisasi, siswa memiliki cara positif untuk mengisi waktu luang, yang terbukti efektif dalam mengurangi waktu bermain *game online.*

Penelitian Anugrah (2023) juga menjelaskan bahwa perempuan cenderung memiliki intensitas bermain yang lebih rendah dibandingkan laki-laki karena faktor sosial dan preferensi terhadap jenis hiburan lain yang lebih bervariasi. Selain itu, secara budaya sosial, perempuan seringkali memiliki aktivitas lain seperti membaca, menulis, menonton film, atau berinteraksi langsung dengan teman sebaya, sehingga waktu bermain *game* mereka lebih terbatas. Sesuai penelitian Surbakti *et al.,* (2023) menunjukkan umumnya memiliki kontrol diri yang lebih baik dalam mengatur waktu bermain *game*. mereka lebih menyadari dampak negatif bermain game berlebihan, seperti gangguan akademik dan sosial, serta mendapatkan pengawasan keluarga yang lebih ketat terkait penggunaan gadget dan akses terhadap *game online.* Hal ini sejalan Waluyo *et al.,* (2021) sebagian besar responden merupakan perempuan sebanyak 123 (63,4%) responden.

Meskipun mayoritas responden dalam penelitian ini memiliki intensitas bermain *game online* yang ringan, namun terdapat 11 responden (13,92%) yang masuk dalam kategori intensitas bermain *game online* berat, terdiri dari 7 laki-laki (8,86%) dan 4 perempuan (5,06%). Temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Made *et al.,* (2023), yang menemukan bahwa 55,4% dari 87

responden memiliki intensitas bermain *game online* yang tinggi. Hasil penelitian Widyaningrum *et al.,* (2023) yang di lakukan menunjukkan bahwa 90,6% dari pecandu *game online* adalah laki-laki. Hal ini dikarenakan *game* sering dijadikan sebagai hiburan yang memberikan tantangan dan menjadi pelarian dari kejenuhan. Laki-laki lebih termotivasi oleh aspek kompetitif dan tantangan dalam *game*, sementara perempuan cenderung memilih permainan yang lebih mudah dimainkan. Sesuai dengan penelitian oleh Irawan (2021) faktor psikologis, jenis permainan, serta hubungan sosial dengan teman sebaya berpengaruh signifikan terhadap meningkatnya intensitas bermain *game online* di kalangan remaja

Dari hasil penelitian ini, peneliti berasumsi rendahnya intensitas bermain *game online* kemungkinan dipengaruhi oleh kebijakan sekolah yang mewajibkan keterlibatan siswa dalam ekstrakurikuler hingga kelas IX semester pertama. Kebijakan ini terbukti efektif dalam mengontrol durasi bermain *game*. Selain itu, faktor sosial, lingkungan, dan kesadaran diri dalam mengatur waktu juga berperan dalam intensitas bermain *game online.* Dengan memahami faktor-faktor tersebut, sekolah dan orang tua dapat menerapkan strategi untuk membantu siswa menyeimbangkan waktu antara bermain *game*, akademik, dan kehidupan sosial. Oleh karena itu, kebijakan ini perlu terus dipertahankan serta dikembangkan.

Tabel 3. Gambaran Intensitas Bermain *Game Online* Berdasarkan Usia Pada Remaja di SMP Negeri 1 Padamara 2024

Usia	Intensitas Bermain *Game Online*							
	Berat		Sedang		Ringan		Jumlah	
	f	%	f	%	f	%	f	%
14 tahun	9	11,39	13	16,46	34	43,04	56	70,89
15 tahun	1	1,27	6	7,59	12	15,19	19	24,05
16 tahun	1	1,27	1	1,27	2	2,53	4	5,06
Total	11	13,92	20	25,32	48	60,76	79	100,0

Berdasarkan tabel 5. intensitas bermain *game online* berdasarkan usia pada remaja di SMP Negeri 1 Padamara menunjukan hasil 34 (43,04%) responden pada rentang usia 14 tahun dan memiliki intensitas bermain *game online* pada kategori sedang.

Sesuai dengan penelitian Raymond dan Leo (2020) menunjukan hasil 32 (80%) siswa SMP yang bermain *game online* dengan intensitas yang rendah mayoritas usia 14 tahun. Usia 14 tahun, termasuk dalam perkembangan masa kanak-kanak menuju remaja, yang ditandai dengan berbagai perubahan fisik, emosional, dan sosial (Amat 2021). Surbakti *et al.,* (2023) menjelaskan bahwa pada usia ini, siswa mulai lebih fokus pada tanggung jawab akademik dan sosial. Salah satu faktor yang mempengaruhi intensitas bermain *game* adalah lingkungan sekolah yang kondusif serta aturan ketat dari kepala sekolah dan guru yang membatasi penggunaan *handphone*, kecuali untuk keperluan pembelajaran. Selain itu, berbagai aktivitas positif di sekolah juga berperan dalam mengurangi kecenderungan siswa untuk bermain *game* secara berlebihan (Surbakti *et al.,* 2023).

C. Kecerdasan Emosional

Tabel 4. Gambaran Kecerdasan Emosional Berdasarkan Jenis Kelamin Pada Remaja di SMP Negeri 1 Padamara 2024

Jenis Kelamin	Kecerdasan Emosional							
	Tinggi		Sedang		Rendah		Jumlah	
	f	%	f	%	f	%	f	%
Laki-laki	24	30,38	10	12,66	6	7,59	40	50,63
Perempuan	25	31,65	8	10,13	6	7,59	39	49,37
Total	49	62,03	18	22,78	12	15,19	79	100,0

Berdasarkan tabel 4. memperoleh hasil bahwa dari 79 responden sebagian besar dalam rentang kecerdasan emosional yang tinggi sebanyak 49 (62,03%) responden dan berdasarkan jenis kelamin memperoleh hasil bahwa sebagian besar merupakan perempuan yang memiliki kecerdasan emosional pada kategori tinggi sebesar 25 (31,65%) responden.

Kecerdasan emosional adalah kemampuan untuk mengenali, memahami, dan mengelola emosi diri sendiri serta memahami emosi orang lain . Kemampuan ini penting bagi remaja dalam menghadapi berbagai tantangan perkembangan, termasuk perubahan fisik, sosial, dan emosional (Akmaluddin *et al,.* 2023). Sesuai penelitian yang dilakukan oleh Apriani dan Listiyandini (2019) mengungkapkan mayoritas distribusi frekuensi kecerdasan emosional rata-rata responden dalam penelitian ini memiliki kategorisasi kecerdasan emosional tinggi sebesar 57,93% responden.

Kecerdasan emosional remaja dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti dukungan sosial dari keluarga, teman, dan lingkungan sekolah. Dukungan yang baik membantu mereka mengelola stres dan emosi dengan lebih efektif (Astuti 2021). Penelitian Mudhiah dan Amin (2020), juga menemukan bahwa remaja dengan kecerdasan emosional tinggi lebih mampu mengatasi stres akademik dan memiliki interaksi sosial yang lebih baik. Sejalan dengan teori Goleman, kecerdasan emosional yang tinggi berkontribusi pada keberhasilan akademik, hubungan sosial yang lebih positif, serta kesejahteraan psikologis secara keseluruhan Nasution (2023). Artinya hasil penelitian ini menunjukkan bahwa secara umum, siswa di SMP Negeri 1 Padamara telah memiliki kemampuan dalam mengenali, memahami, serta memiliki kemampuan untuk memahami dan merespons emosi orang lain secara efektif.

Selain itu berdasarkan pendapat Goleman (2009) yang menyebutkan salah satu faktor kecerdasan emosional yaitu jenis kelamin. Sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Fida & Ghaffar (2018) dan Siwi, Luthfi, & Nasrul (2011) perbedaan tingkat kecerdasan emosional antara laki-laki dan perempuan yang dimana perempuan memiliki skor kecerdasan emosional yang lebih tinggi dari laki-laki (Fida *et al.* 2018). Perbedaan ini dapat dipengaruhi oleh pola didik orang tua kepada anak dimana orang tua lebih banyak membahas masalah emosi dengan anak perempuan dibandingkan laki-lakinya (Suriyana, Sedarmayanti, and Zefriyenni 2024). Studi gender dan jenis kelamin sebelumnya mengungkapkan perempuan memiliki kecerdasan emosi lebih tinggi daripada laki-laki karena perempuan dianggap lebih banyak menggunakan perasaan dan memiliki

kemampuan mengenal emosi yang lebih dari pada laki-laki (Faisal and Netrawati 2023).

Walaupun kecerdasan emosional di SMP Negeri 1 Padamara tinggi, namun terdapat 12 (15,19%) responden dengan tingkat kecerdasan emoisonal rendah. Hal ini sesuai dengan penelitian oleh (Astuti 2021) dalam teori Goleman (2018) yang mengungkapkan bahwa faktor lingkungan keluarga dan pola asuh orang tua berpengaruh signifikan terhadap perkembangan kecerdasan emosional seseorang. Pentingnya peran orang tua dalam mendukung perkembangan kecerdasan emosional anak yaitu dalam pemberian lingkungan yang aman, komunikasi yang efektif, serta contoh yang baik dari orang tua dapat membantu anak mengembangkan kecerdasan emosional yang lebih baik (Santrock 2011).

Secara keseluruhan dari hasil penelitian ini, peneliti berasumsi Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kecerdasan emosional siswa dipengaruhi oleh faktor internal, seperti kesadaran diri dan pengendalian emosi, serta faktor eksternal, seperti dukungan sosial dan keluarga. Siswa dengan kecerdasan emosional tinggi cenderung lebih mampu mengatasi stres akademik dan menjalin hubungan sosial yang baik, sejalan dengan penelitian sebelumnya. Namun, masih ada sebagian kecil siswa dengan kecerdasan emosional rendah, sehingga pengembangannya di lingkungan sekolah perlu ditingkatkan. Guru berperan dalam membantu siswa membangun kesadaran diri, empati, dan keterampilan mengelola emosi melalui pendidikan dan dukungan keluarga. Selain itu, program bimbingan konseling dapat difokuskan untuk mendukung siswa dengan kecerdasan emosional rendah agar lebih baik dalam mengelola emosi dan meningkatkan keterampilan sosial.

Tabel 5. Gambaran Kecerdasan Emosional Berdasarkan Usia Pada Remaja di SMP Negeri 1 Padamara 2024

Usia	Kecerdasan Emosi							
	Tinggi		Sedang		Rendah		Jumlah	
	f	%	f	%	f	%	f	%
14 tahun	33	41,77	14	17,72	9	11,39	56	70,89
15 tahun	14	17,72	3	3,80	2	2,53	19	24,05
16 tahun	2	2,53	1	1,27	1	1,27	4	5,06
Total	49	62,03	18	22,78	12	15,19	79	100,0

Berdasarkan tabel 5. gambaran usia dan kecerdasan emosional pada remaja di SMP Negeri 1 Padamara menunjukan hasil sebanyak 33 (41,77%) responden berusia 14 tahun dengan kecerdasan emosional tinggi. Hasil penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian Putri Chandra Arneta (2021) didapatkan sebagian besar atau sebanyak 30 (73%) responden dengan usia 14 tahun memiliki tingkat kecerdasan emosional yang tinggi. Kecerdasan emosional seseorang akan meningkat seiring bertambahnya usia.

Hal ini didukung oleh penelitian Azniza (2011) yang menyatakan bahwa siswa yang lebih tua cenderung memiliki tingkat kecerdasan emosional yang lebih tinggi dibandingkan dengan siswa yang lebih muda. Siswa yang lebih tua memiliki

lebih banyak pengalaman dan pelatihan, yang berkontribusi pada peningkatan kecerdasan emosional mereka. Hubungan antara kecerdasan emosional dan usia dipengaruhi oleh beberapa faktor, termasuk tingkat pendidikan. Dalam proses pendidikan, kecerdasan emosional dapat dilatih dan ditingkatkan, serta berkembang seiring dengan bertambahnya usia Putri Chandra Arneta (2021).

D. Hubungan Intensitas Bermain *Game Online* Dengan Kecerdasan Emosional Pada Remaja Di SMP Negeri 1 Padamara

Tabel 6. Tabulasi Silang Antara Intensitas Bermain *Game Online* Dengan Kecerdasan Emosional Pada Remaja Di SMP Negeri 1 Padamara 2024

Intensitas Bermain *Game Online*	**Kecerdasan Emosional**								**P-value**	**CC**
	Tinggi		**Sedang**		**Rendah**		**Jumlah**			
	f	**%**	**f**	**%**	**f**	**%**	**f**	**%**		
Berat	1	1,27	2	2,53	8	10,13	11	13,92	0,000	-0,607
Sedang	9	11,39	7	8,86	4	5,06	20	25,32		
Ringan	39	49,37	9	11,39	0	0,0	48	60,76		
Total	49	62,03	18	22,78	12	15,19	79	100,0		

Berdasarkan tabel 6. menunjukan bahwa dari 79 responden yang bermain *game online*, sebanyak 39 (49,37%) responden memiliki intesitas bermain *game online* ringan dengan kecerdasan emosional tinggi. Hasil analisis setelah dilakukan uji korelasi menggunakan uji non parametrik *Spearman's Rho*, hipotesis dalam penelitian ini diterima artinya ada hubungan antara intensitas bermain *game online* dengan kecerdasan emosional pada remaja di SMP Negeri 1 Padamara dengan nilai *p-value* 0,000<0,05. Hasil koefisien korelasi dalam pengujian hipotesis ini berada pada kategori tingkat hubungan kuat dibuktikan dengan nilai korelasinya 0,607 dan memiliki hubungan yang negatif atau berbanding terbalik. Artinya semakin rendah intensitas bermain *game online* maka semakin tinggi kecerdasan emosionalnya dan sebaliknya.

Hasil penelitian ini sejalan dengan Apriliyani (2020) bahwa didapatkan hasil terdapat hubungan negatif antara intensitas bermain *game online* dengan kecerdasan emosional, dengan nilai r = - 0,506 dan nilai Sig = 0,014 (p < 0,05), yang menunjukan bahwa terdapat hubungan yang sedang intensitas bermain *game online* dengan kecerdasan emosional. Penelitian lain Made *et al,.* (2023) juga melaporkan hal serupa dengan nilai p value 0,001 dan koefisien korelasi -0,550 mengindikasikan hubungan negatif dengan kekuatan korelasi sedang. Namun (Pakali *et al.,* 2022) menunjukan hasil berbeda yang mengungkapkan kecerdasan emosional lebih dipengaruhi oleh faktor keluarga dan lingkungan bukan durasi *game online.*

Faktor utama yang memengaruhi rendahnya intensitas bermain *game online* dan tingginya kecerdasan emosional yang terjadi karena dipengaruhi oleh kegiatan ekstrakurikuler dan berbagai organisasi, selain itu meningkatnya tuntutan akademik di kelas IX, sehingga mereka lebih banyak mengalokasikan waktu untuk aktivitas disekolah dan banyak belajar dibandingkan bermain *game online*. Kesadaran siswa

kesadaran siswa akan dampak negatif game online, seperti kelelahan, penurunan prestasi akademik, dan gangguan mental, juga menjadi faktor penghambat bermain game dalam durasi panjang.

Manullang *et al.,* (2024) mengungkapkan bahwa siswa yang aktif dalam kegiatan ekstrakurikuler cenderung memiliki kebiasaan bermain game yang lebih rendah karena mereka lebih banyak berinteraksi secara sosial dan tingginya kecerdasan emosi karena perkembangan kognitif dan emosional yang lebih matang dibandingkan siswa di kelas sebelumnya. Studi oleh Nasution *et al.*, (2023) menyatakan bahwa kecerdasan emosional seseorang cenderung meningkat dengan bertambahnya interaksi sosial dan pengalaman hidup yang lebih kompleks. Lingkungan sekolah juga berperan penting dalam meningkatkan kecerdasan emosional siswa, melalui program bimbingan konseling, ekstrakurikuler, dan kerja kelompok yang membantu siswa dalam mengelola emosi mereka dan siswa mampu membangun kesadaran emosional yang lebih tinggi (Ningsih 2023).

Peneliti berasumsi bahwa dari rendahnya intensitas bermain *game online* dengan tingginya kecerdasan emosional pada siswa SMP Negeri 1 Padamara ini dipengaruhi oleh berbagai faktor, mulai dari tuntutan akademik yang lebih tinggi, kesadaran akan dampak negatif *game online*, serta keterlibatan dalam aktivitas sosial, ekstrakurikuler serta kegiatan kerja kelompok dapat berkontribusi terhadap rendahnya intensitas bermain *game online*. Selain itu, perkembangan kognitif yang lebih matang dan sistem pendidikan yang baik turut berkontribusi pada kecerdasan emosional yang lebih tinggi.

KESIMPULAN

Karakteristik responden berdasarkan usia dan jenis kelamin menunjukan bahwa responden tersebar merata pada laki-laki sebanyak pada laki-laki sebanyak 40 responden dan perempuan sebanyak 39 responden. Berdasarkan kelompok usia sebagian besar responden dalam usia 14 tahun sebanyak 56 (70,89%) responden terdiri dari 26 responden laki-laki, 30 responden perempuan.

Intensitas bermain game online berdasarkan usia dan jenis kelamin pada remaja di SMP Negeri 1 Padamara menunjukan hasil bahwa sebagian besar responden memiliki intensitas bermain game online ringan sebanyak 48 (60,76%) responden, terdiri dari 28 (35,44%) responden perempuan dan 20 (25,32%) responden laki-laki dengan rata-rata usia paling banyak 14 tahun sebanyak 34 (43,04%) responden.

Kecerdasan emosional berdasarkan usia dan jenis kelamin pada remaja di SMP Negeri 1 Padamara menunjukan bahwa sebagian besar responden memiliki kecerdasan emosional tinggi sebanyak 49 (62,03%) responden, terdiri dari 25 (31,65%) responden perempuan dan 24 (30,38%) responden laki-laki dengan rata-rata usia paling banyak 14 tahun sebanyak 33 (41,77%) responden.

Hasil uji non parametrik Spearman's Rho, hipotesis dalam penelitian ini diterima artinya ada hubungan antara intensitas bermain game online dengan kecerdasan emosional pada remaja di SMP Negeri 1 Padamara dengan nilai p-value 0,000<0,05. Hasil koefisien korelasi dalam pengujian hipotesis ini berada pada kategori tingkat hubungan kuat dibuktikan dengan nilai korelasinya -0,607. Artinya bahwa jika intensitas bermain game online ringan maka kecerdasan emosional akan

tinggi atau meningkat dan sebaliknya jika intensitas bermain game online berat maka kecerdasan emosional akan rendah atau menurun.

DAFTAR PUSTAKA

Akmaluddin, Musdiani, and Said Ashlan. 2023. *Perspektif Kepemimpinan Kecerdasan Emosional Kerja Guru (Tinjauan Teoretik Manajemen Pendidikan)*. CV. AZKA PUSTAKA.

Amat, Amat. 2021. "Pertumbuhan, Perkembangan Dan Kematangan Individu." *Society* 12(1):59–75. doi: 10.20414/society.v12i1.2751.

Annah, Itma. 2023. *Promosi Kesehatan Remaja*.

Anugrah, Faisal. 2023. "Studi Identifikasi Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Intensitas Bermain Game Online Pada Remaja Di Desa Orika Kecamatan Pulau Rakyat Kabupaten Asahan."

APJII. 2023. "Survey Penetrasi Dan Perilaku Internet." 4(April):2–5.

Apriani, Fitri, and Ratih Arruum Listiyandini. 2019. "Kecerdasan Emosi Sebagai Prediktor Resiliensi Psikologis Pada Remaja Di Panti Asuhan." *Persona:Jurnal Psikologi Indonesia* 8(2):325–39. doi: 10.30996/persona.v8i2.2248.

Apriliyani, Anggita. 2020. "Hubungan Intensitas Bermain Permainan Online Dengan Kecerdasan Emosional." 8(1):40–47.

Astuti, Indah Yuni. 2021. *Kecerdasan Emosional Dan Komitmen Kerja Dalam Mempengaruhi Kinerja Karyawan*.

Aulady, Fakhris, and Sugeng Harianto. 2022. "Pertukaran Sosial Dalam Hubungan Pertemanan Remaja Desa Winong Melalui Media Sosial." 8(2):220–29.

Devita, Yeni. 2019. "Prevalensi Masalah Mental Emosional Remaja Di Kota Pekanbaru." *Jurnal Keperawatan* 2(1):33–43.

Faisal, Atiqul Ilmi El, and Netrawati Netrawati. 2023. "Emotional Intelligence Differences Between Male and Female Adolescents." *Educational Guidance and Counseling Development Journal* 6(1):51. doi: 10.24014/egcdj.v6i1.21427.

Fembi, Pembronia Nona, Yosefina Nelista, and Pasionista Vianitati. 2022. "Kecanduan Bermain Game Online Smartphone Dengan Kualitas Tidur Siswa-Siswi Di SMPK Hewerbura Watublapi Kabupaten Sikka." 8(September):679–88.

Fida, Asfandyar, Abdul Ghaffar, Amir Zaman, and Asif Niwaz Satti. 2018. "Gender Comparison of Emotional Intelligence of University Students." *Journal of Education and Educational Development* 5(1):172. doi: 10.22555/joeed.v5i1.2046.

Hidayanto, Dwi Kurnia, Anisa Hasna, Nur Ajijah, and Yulia Khoerunnisa. 2021. "Pengaruh Kecanduan Telpon Pintar (Smartphone) Pada Remaja (Literature Review)." 8(1):73–79.

Irawan, Sapto, and Dina Siska W. 2021. "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecanduan Game Online Peserta Didik." 7(1):9–19.

Juniarto, Yohanis Malelak. 2020. "Hubungan Durasi Dan Frekuensi Bermain Game Online Dengan Masalah Mental Emosional Remaja Di SMP Kristen Citra Bangsa Kupang."

Khoiriyah, Rizqiyani, and Sarah Handayani. 2020. "Kesehatan Mental Emosional

Perempuan Penderita Kanker Di Indonesia Emotional Mental Health of Women With Cancer in Indonesia Program Studi Magister Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Prof Dr Kesehatan Mental Menurut WHO." 3(2).

Kurnisari, Mitta. 2021. "Hubungan Antara Kesepian Dan Kontrol Diri Dengan Intensitas Bermain Game Online Pada Siswa Di Yogyakarta." *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Pandohop* 1(2):20–27. doi: 10.37304/pandohop.v1i2.3432.

Made, Ni, Yeshika Armiandeni, Ni Luh, Putu Dina, and Ni Wayan Manik. 2023. "Hubungan Intensitas Bermain Game Online Dengan Tingkat Stress & Kecerdasan Emosional Remaja Pada Era New Normal." 16(1):170–80.

Manullang, Devi Mayanti Magdalena, Desy Safitri, and Sujarwo. 2024. "Analisis Organisasi Kegiatan Ekstrakurikuler Sebagai Wadah Pendukung Motivasi Berprestasi Di Bidang Non-Akademik Pada Siswa." 2(2):102–12.

Mudhiah, Imtinan Dian, and Siti Maghfirotun Amin. 2020. "Profil Berpikir Siswa SMA Dalam Menyelesaikan Soal Matematika Ditinjau Dari Kecerdasan Emosional." *MATHEdunesa* 9(1):136–44. doi: 10.26740/mathedunesa.v9n1.p136-144.

Nasution, Fauziah Mahnizar, Hasnah, and Aprilinda M. Harahap. 2023. "Kecerdasan Emosional Dalam Perspektif Daniel Goleman (Analisis Buku Emotional Intelligence)." 2(September 2023):651–59.

Ningsih, Wirda. 2023. *Pendidikan Karakter*.

Pakali, Rexy Alexander, Maryati A. Barimbing, and B. Antonelda M. Wawo. 2022. "Hubungan Intensitas Bermain Game Online Dengan Kecerdasan Emosional Pada Di SMP Kristen Citra Bangsa Kupang." *CHMK Nursing Scientific Journal* 6:10–17.

Parman, Rahmawati, and Firman Pakaya. 2022. "Hubungan Antara Kecerdasan Emosional Dengan Intensitas Bermain Game Online Siswa Smp Negeri 1 Talaga Jaya Kabupaten Gorontalo." 01(01):32–39.

Pratama, Adi, and Rinda Fithriyana. 2020. "Hubungan Intensitas Bermain Game Online Dengan Kecerdasan Emosional Pada Mahasiswa Program Studi S1 Penjas Kesrek." *PREPOTIF : Jurnal Kesehatan Masyarakat* 4(2):268–73. doi: 10.31004/prepotif.v4i2.1006.

Prawesti, Indah, and Ignasia Yunita Sari. 2021. "Internet Gaming Disorder (Igd) Pada Mahasiswa Ditinjau Dari Kriteria Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders V (Dsm V) Di Masa Pandemi Covid-19." *Jurnal Keperawatan Sriwijaya* 8(2):66–70.

Prevention, Center For Deasease Control and. 2023. "Data and Statistics on Children's Mental Health."

Purbalingga, Dinkes. 2023. "Data Gangguan Mental Emosional."

Putri Chandra Arneta. 2021. "Gambaran Tingkat Kecerdasan Emosional (Emotional Quotient) Pada Anak Remaja Awal Usia 12-16 Tahun Di SMP NEGERI 7 KOTA Bogor Tahun 2021." *Jurnal Riset Kesehatan* 1–11.

Rahman, Irpan Ali, Dini Ariani, Nurul Ulfah, and Prodi Ners. 2022. "Tingkat Kecanduan Game Online Pada Remaja." 5(2):85–90.

Raymond, David, and Ludji Leo. 2020. "Intensitas Bermain Game Online Terhadap Pola Aktivitas Fisik Siswa Smp Advent Menia, Kabupaten Sabu, Rai Jua,

Ntt Online Game Intensity on the Physical Activity Pattern of Advent Menia Middle School Students, Sabu Rai Jua District, Ntt." *Jurnal Skolastik Keperawatan* 6(1):72–80.

RI, Kemenkes. 2018. *Laporan Provinsi Jawa Tengah Riskesdas 2018*.

Santrock, John. W. 2011. "Adolescence: Perkembangan Remaja."

Social, We Are. 2023. "Digital 2023 April Global Statshot Report."

Surbakti, Tri Prayuda Dwipha, Imas Rafiyah, and Setiawan Setiawan. 2023. "Level of Online Game Addiction on Adolescents." *Journal of Nursing Care* 5(3). doi: 10.24198/jnc.v5i3.39044.

Suriyana, Nofsri, Sedarmayanti, and Zefriyenni. 2024. *Tinjauan Kinerja Guru*. CV. Gita Lentera.

Susmiatin, Eko Arik, Melani Kartika Sari, Sarjana Keperawatan, Stikes Karya, and Husada Kediri. 2024. "Gambaran Kesehatan Mental Melalui SDQ Pada Siswa Kelas VI SDN Sambirobyong 1." *Seminar Publikasi Ilmiah Kesehatan Nasional* 03(01):932–38.

Swarjana, I. Ketut. 2023. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Terbaru. edited by L. Mayasari. Andi.

Waluyo, Felix Chandra, and Susy Olivia Lontoh. 2021. "Hubungan Intensitas Bermain Game Online Terhadap Aktivitas Fisik Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Angkatan 2019-2020." *Tarumanagara Medical Journal* 3(2):322–29. doi: 10.24912/tmj.v4i1.13725.

Widyaningrum, Asiyami Ranistiya, Syamsulhuda Budi Musthofa, and Farid Agushybana. 2023. "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Adiksi Game Online Pada Remaja." *Syntax Literate: Jurnal Ilmiah Indonesia*.