

Hubungan Intensitas Bermain Permainan *Online* Dengan Kecerdasan Emosional

Anggita Apriliyani¹

*Program Studi Psikologi
Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik
Universitas Mulawarman Samarinda*

ABSTRACT. *This study aims to determine whether there is a correlation between the intensity playing game online and emotional intelligence in adolescent mobile legend game players in the city of Samarinda. The sampling was determined by purposive sampling. The number of samples used as research was 100 adolescents. Data collection methods used were the emotional intelligence scale and intensity playing game online scale. Data analysis techniques use by Pearson R correlation test. The results of this study indicate there is a negative and significant between the intensity playing game online and emotional intelligence, with a value of $r = -0.506$ and a Sig value = 0.014 ($P < 0.05$). That is, the higher the intensity of playing a teenager's online game, the lower the level of emotional intelligence. Conversely, if the lower intensity of playing online games for a teenager, emotional intelligence will be higher.*

Keywords: *intensity of playing online games, emotional intelligence*

ABSTRAK. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara intensitas bermain game online dengan kecerdasan emosional pada remaja pemain game mobile legend di kota Samarinda. Pengambilan sampel ditentukan dengan purposive sampling. Jumlah sampel yang digunakan sebagai penelitian adalah 100 remaja. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah skala kecerdasan emosional dan skala intensitas bermain game online. Teknik analisis data menggunakan uji korelasi Pearson R. Hasil penelitian ini menunjukkan 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. Sebaliknya jika semakin rendah intensitas bermain game online bagi seorang remaja maka kecerdasan emosionalnya akan semakin tinggi.

Kata Kunci: intensitas bermain game online, kecerdasan emosional

¹ Email: anggitaapril1901@gmail.com

PENDAHULUAN

Era globalisasi saat ini, segala hal yang dilakukan manusia tidak pernah lepas dari emosi, karena dengan adanya emosi manusia dapat menunjukkan keberadaannya dalam menangani masalah pribadi maupun sosial. Emosi rasa sayang, benci, gembira, dan marah tidak memaksa untuk bertingkah laku secara tertentu. Tetapi arti yang diberikan kepada emosi itu dapat mengarahkan kita kepada tingkah laku tertentu (Meyer, 2004). Esensi pentingnya kecerdasan emosi bagi remaja menurut Meyer (2004) terdapat beberapa keuntungan kecerdasan emosi, yang pertama menjadi alat untuk membantu pengendalian diri, sehingga individu tidak terjerumus kedalam tindakan tindakan yang dapat merugikan dirinya sendiri maupun orang lain. Kedua, kecerdasan emosi bisa diimplementasikan sebagai cara yang sangat baik untuk memasarkan atau membesarkan ide/gagasan. Berdasarkan hal tersebut kecerdasan emosi akan memungkinkan seseorang mengelola emosinya dengan baik sehingga terekspresikan secara tepat dan efektif, yang pada akhirnya membawa individu tersebut mampu bekerja sama dengan lancar menuju sasaran dan tujuan organisasi (Kusuma, Adriansyah dan Prastika, 2013).

Perkembangan manusia merupakan suatu proses sepanjang kehidupan dari pertumbuhan dan perubahan fisik, perilaku kognitif, dan emosional. Masa remaja adalah masa transisi dalam rentang kehidupan manusia, menghubungkan masa kanak-kanak dan masa dewasa, selama masa transisi tersebut, remaja akan akan memperlihatkan gejala emosional yang dimilikinya (Santrock, 2003).

Menurut Goleman (2002) kecerdasan emosional merupakan kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dan bertahan menghadapi frustrasi, mengendalikan dorongan hati dan tidak melebih-lebihkan kesenangan, mengatur suasana hati dan menjaga agar beban stres tidak melumpuhkan kemampuan berfikir, berempati dan berdoa disebut sebagai kecerdasan emosi.. Hal tersebut sesuai dengan yang dikemukakan oleh Goleman (2002) bahwa kecerdasan emosi memiliki lima aspek yaitu mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri, mengenali emosi orang lain, dan membina hubungan dengan orang lain. Menurut Goleman (2007), salah satu faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosi adalah faktor non keluarga, misalnya intensitas bermain permainan *online*. Remaja memiliki kecenderungan untuk mengikuti trend dan mudah terpengaruh oleh lingkungan (Nissa, 2003).

Permainan dengan menggunakan koneksi internet tersebut dikenal sebagai permainan *online*. Permainan *online* menjadi salah satu hal yang banyak dimainkan oleh para pemain di Indonesia. Dengan adanya permainan *online* maka setiap pemain dapat bermain dengan pemain lain secara langsung dan terhubung. Inilah yang menjadi salah satu daya tarik dari permainan *online*, setiap user dapat berinteraksi dan bermain satu dengan lainnya melalui permainan yang dimainkan. Salah satu permainan *online* yang sering dimainkan adalah permainan *Mobile Legend*. Maraknya perkembangan permainan *mobile legend* adalah terciptanya komunitas-komunitas permainan yang memfasilitasi para pemain untuk menuangkan segala pengalaman mereka baik laki-laki maupun perempuan dalam bermain permainan tersebut. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Lumban (2012) salah satu faktor munculnya intensitas bermain permainan *online* adalah gender, artinya laki-laki dan perempuan sama sama tertarik pada fantasi permainan *online*.

Menurut Harsono (2014) dampak positif dalam bermain permainan bagi individu antara lain permainan sebagai sarana belajar, permainan membuat anak pandai berbahasa Inggris, menumbuhkan sikap pantang menyerah, memudahkan dalam penyelesaian masalah, menumbuhkan rasa ingin tahu, menambah wawasan, belajar berimajinasi, lebih ambisius, mendapatkan uang dari permainan. Selain dampak positif, terdapat juga dampak negatif bagi para *gamers*. Dampak negatif yang diberikan dari bermain bagi individu adalah kecanduan permainan, dimarahi oleh orangtua, malas, boros, berkata-kata kasar dan kotor, nilai merosot, berbohong kepada orangtua, sulit mengikuti pelajaran, timbulnya kekerasan pada anak, dan merusak mata.

TINJAUAN PUSTAKA

Kecerdasan Emosional

Menurut (Rivai, 2010) kecerdasan emosional adalah sekumpulan kemampuan untuk merasakan dan menyatakan emosi, mengasimilasi emosi dalam berfikir, memahami dan alasan dengan emosi, menghubungkan emosi dalam diri sendiri dan orang lain. Kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dan bertahan menghadapi frustrasi: mengendalikan dorongan hati dan tidak melebih-lebihkan kesenangan, mengatur suasana hati dan menjaga agar beban stres tidak melumpuhkan kemampuan berfikir; berempati dan berdoa disebut sebagai kecerdasan emosi (Goleman, 2002).

Sternberg dan Salovey (2008) mengemukakan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan mengenali emosi diri, yang merupakan kemampuan seseorang dalam mengenali perasaannya sendiri sewaktu perasaan atau emosi itu muncul, dan ia mampu mengenali emosinya sendiri apabila ia memiliki kepekaan yang tinggi atas perasaan mereka yang sesungguhnya dan kemudian mengambil keputusan-keputusan secara mantap.

Stein dan Book (2002) mendefinisikan kecerdasan emosional sebagai serangkaian kecakapan yang memungkinkan kita melapangkan jalan di dunia rumit aspek pribadi, sosial, dan pertahanan dari seluruh kecerdasan, akal sehat yang penuh misteri, dan kepekaan yang penting untuk berfungsi secara efektif setiap hari. Meyer (2004) mengatakan bahwa kecerdasan emosi adalah kemampuan khusus untuk membaca perasaan terdalam mereka yang melakukan kontak, dan menangani relasi secara efektif sementara pada saat yang sama dapat memotivasi diri sendiri.

Goleman (2002) mengemukakan bahwa terdapat lima aspek kecerdasan emosional yang akan dijelaskan sebagai berikut :

- a. Mengenali emosi diri
Salah satu dasar kecerdasan emosi adalah mengenali emosi diri sendiri pada saat perasaan itu muncul.
- b. Mengelola emosi
Setelah mampu menyadari emosi dari dalam diri, seseorang akan mengalami kemajuan emosi lebih lanjut dengan berkembangnya kemampuan untuk mengendalikan emosi.
- c. Memotivasi diri
Kemampuan seseorang untuk menata emosinya, memusatkan perhatian pada perasaan yang positif dan mengesampingkan perasaan yang bersifat negatif.
- d. Mengenali emosi orang lain,
Kemampuan menyadari dan mengendalikan emosi diri akan lengkap dengan diimbangi oleh kemampuan menyadari emosi dan perasaan orang disekeliling kita.
- e. Membina hubungan dengan orang lain
Keterampilan untuk memberikan pengaruh yang baik bagi orang lain.

Goleman (2002) menjelaskan bahwa ada dua faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional, faktor tersebut terbagi menjadi faktor internal dan faktor eksternal, berikut penjelasannya:

- a. Faktor internal
Faktor internal adalah apa yang ada dalam diri individu yang mempengaruhi kecerdasan emosinya.
- b. Faktor eksternal
Faktor eksternal merupakan faktor yang datang dari luar individu dan mempengaruhi individu untuk mengubah sikap.

Intensitas Bermain Permainan *Online*

Menurut Cowie (1994) intensitas adalah suatu situasi dan kondisi saat individu melakukan suatu aktivitas secara berulang-ulang dan memiliki frekuensi tertentu. Griffiths, dkk (2004) mengemukakan intensitas bermain permainan merupakan banyaknya jam (rata-rata) seseorang bermain game setiap minggu. Berkaitan dengan pengertian permainan *online* Young (2005) mengemukakan bahwa permainan *online* adalah permainan dengan jaringan, dimana interaksi antara satu orang dengan yang lainnya untuk mencapai tujuan, melaksanakan misi, dan meraih nilai tertinggi dalam dunia virtual. Lebih lanjut dapat dikatakan permainan *online* adalah suatu permainan yang dimainkan dikomputer dan dilakukan secara *online* (melalui internet) dan bisa dimainkan oleh banyak orang secara bersamaan.

Horigan (2002) menjelaskan bahwa permainan *online* lebih tepat disebut sebagai sebuah teknologi dibandingkan sebagai sebuah genre atau jenis permainan, sebuah mekanisme untuk menghubungkan pemain bersama dibandingkan pola tertentu dalam sebuah permainan. Pendapat tersebut memiliki makna bahwa permainan *online* bukan hanya sekedar sebuah permainan sederhana melainkan sebuah kemajuan teknologi yang mengedepankan mekanisme untuk dapat menghubungkan antar pemain.

Menurut Horigan (2002) mengemukakan bahwa terdapat empat aspek dalam intensitas bermain permainan *online* yaitu :

- a. Frekuensi
Frekuensi menurut kamus Bahasa Indonesia adalah kekerapan, jadi frekuensi disini adalah seberapa sering seorang melakukan aktivitas bermain permainan *online* (dalam bentuk frekuensi seperti sekali, dua kali, tiga kali dan seterusnya dalam rentang waktu yang ditentukan).
- a. Aktivitas
Aktivitas merupakan seberapa sering seseorang melakukan aktivitas bermain permainan *online*, dalam hal ini seperti lama waktu yang digunakan

untuk bermain permainan *online*, semakin banyak waktu yang digunakan dalam bermain permainan maka menunjukkan semakin lama seseorang bermain permainan *online*.

Menurut (Lumban, 2012) tiga faktor utama yang mempengaruhi intensitas bermain permainan *online* adalah:

a. Gender

Gender dapat mempengaruhi seseorang menjadi kecanduan permainan *online*. Laki-laki dan perempuan sama-sama tertarik pada fantasi permainan *online*.

b. Kondisi psikologis

Pemain permainan *online* sering bermimpi mengenai permainan, karakter mereka dan berbagai situasi.

c. Jenis permainan

Jenis permainan *online* dapat mempengaruhi seseorang kecanduan permainan *online*.

METODE PENELITIAN

Metode Penelitian yang digunakan adalah metode penelitian kuantitatif, metode pengumpulan data menggunakan skala likert yang terdiri dari skala kecerdasan emosional dan skala intensitas bermain permainan *online*. Sampel penelitian ini berjumlah 100 orang remaja. Teknik analisa data yang digunakan adalah analisis korelasi produk moment untuk mengetahui seberapa besar hubungan variabel bebas dengan variabel terikatnya. Sebelum dilakukan analisis data terlebih dahulu dilakukan uji asumsi yang meliputi uji normalitas, dan uji linearitas hubungan antara variabel bebas dan variabel tergantung, uji multikolinearitas, dan uji heterokedastisitas. Keseluruhan teknik analisa data menggunakan bantuan program SPSS Versi 21.0 *for windows*.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan analisis *pearson r correlation* pada tabel di atas didapatkan hasil terdapat hubungan negatif antara intensitas bermain permainan *online* dengan kecerdasan emosional, dengan nilai $r = -0.506$ dan nilai Sig = 0.014 ($p < 0.05$), yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang sedang intensitas bermain permainan *online* dengan kecerdasan emosional. Artinya, semakin tinggi intensitas bermain permainan *online* seorang remaja maka tingkat kecerdasan emosional akan semakin rendah. Sebaliknya jika semakin rendah intensitas

bermain permainan *online* seorang remaja maka tingkat kecerdasan emosional akan semakin tinggi.

Hal di atas sesuai dengan hasil uji deskriptif dan kategorisasi dari penelitian ini yang menunjukkan hasil pengukuran melalui skala kecerdasan emosional yang telah diisi diperoleh mean empirik sebesar 67.63 lebih tinggi dari mean hipotetik sebesar 70 dan termasuk kategori rendah. Hal ini membuktikan bahwa remaja berada pada kategori tingkat kecerdasan emosional yang rendah, adapun sebaran frekuensi data untuk skala kecerdasan emosional bahwa remaja cenderung memiliki rentang nilai skala kecerdasan emosional yang berada pada kategori sedang dengan rentang nilai 63-76 dan frekuensi sebanyak 45 remaja atau sekitar 45 persen.

Hal ini menunjukkan remaja pemain *Mobile Legend* di Kota Samarinda memiliki kecerdasan emosional yang sedang, sedangkan intensitas bermain permainan *online* yang dimiliki remaja pemain *Mobile Legend* di Kota Samarinda dikategorikan tinggi, dengan nilai mean empirik 94.67 dan mean hipotetik 72.5, hal ini mengindikasikan bahwa remaja mendapatkan intensitas bermain permainan *online* pada tingkat yang sangat tinggi, adapun sebaran frekuensinya menyatakan bahwa remaja pemain *Mobile Legend* di Kota Samarinda memiliki rentang nilai skala intensitas bermain permainan *online* yang berada pada kategori sangat tinggi dengan rentang nilai > 95 dan frekuensi sebanyak 53 remaja atau sekitar 53 persen. Hal ini menunjukkan remaja pemain *Mobile Legend* di Kota Samarinda memiliki intensitas bermain permainan *online* yang tinggi.

Golleman (2007) menyatakan emosi dapat membentuk kreativitas dan sikap individu yang menjadi elemen terpenting dalam diri seseorang. Seseorang yang cerdas secara emosi dapat berpikir positif dan mengontrol dirinya terhadap situasi lingkungan sosial, mampu memotivasi diri sendiri dan bertahan terhadap frustrasi, mengendalikan dorongan hati dan tidak melebih-lebihkan kesenangan, mengatur suasana hati dan menjaga agar beban stres tidak melumpuhkan kemampuan berpikir, serta berempati. Pengelolaan emosi yang buruk pada diri remaja, adanya suatu bentuk pelarian diri dari hubungan interpersonal dan intrapersonal, serta konflik dengan orang-orang disekitarnya menyebabkan para remaja lebih tertarik dengan persahabatan virtual dimana di dalamnya mereka jelas dibutuhkan oleh klan (kelompok pemain) lainnya dalam bermain games yang

menyebabkan kecenderungan untuk terus bermain hingga lupa waktu yang akhirnya berubah menjadi addict / kecanduan. (Beranuy, Carbonell, & Griffiths, 2013).

Yee (2002) menyatakan bahwa remaja memiliki kecenderungan yang lebih tinggi untuk mengalami kecanduan games online daripada dewasa dan efek negatif yang ditimbulkan juga lebih besar pada diri remaja yang bermain secara intensif karena mereka memiliki kecenderungan untuk menjadikan games sebagai fokus utamanya (Young & De Abreu, 2011).

Hasil penelitian ini mendukung penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Steinkuehler penggunaan media game telah menyebabkan penurunan dalam keterlibatan sipil dan sosial karena media game juga sebagai pengganti keterlibatan langsung dalam dunia sosial sosial kontemporer. Permainan *online* juga membantu interaksi secara online, membantu melengkapi dan menyediakan dunia baru dan ide-ide. Namun manfaat sosial yang diperoleh setidaknya hanya dalam jangka pendek, karena permainan *online* lebih khas bagi orang-orang yang malu pemalu, fanatik, ingin selalu terlihat menonjol dan mendapat perhatian yang memiliki untuk mengisolasi diri dari orang lain (Kolidiyah, 2013)

Sementara hasil penelitian saya menunjukkan bahwa siswa lebih menyukai jenis game seperti Mobile Legend dan Dota. Hal tersebut terjadi karena siswa memainkan game sesuai dengan perkembangan zaman dan permainan *Mobile Legend* dan Dota sekarang ini sedang menjadi trend. Karena itu banyak siswa yang menggemari game tersebut. Selanjutnya didapat hasil penelitian bahwa responden lebih banyak bermain permainan *online* dirumah, hal ini karena siswa sudah mempunyai handphone yang kapan saja bisa bermain permainan *online* dan hidup pada dunianya sendiri. Hal ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan Sanditaria (2015), maka diperoleh simpulan bahwa sebagian besar dari responden anak usia sekolah mengalami adiksi bermain permainan *online* di warung internet penyedia permainan *online* karena anak lebih bisa berkumpul dengan teman-temannya di warung internet.

Hal ini didukung oleh penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Laily (2014) mengemukakan hasil analisis terdapat hubungan positif antara bermain permainan *online* dengan motivasi belajar karena terlalu sering bermain permainan menunjukkan bahwa semakin rendah bermain

permainan *online* maka semakin tinggi pula motivasi belajar siswa. Di perkuat oleh Nuhan (2016), hasil penelitian yang ia lakukan menunjukkan bahwa permainan *online* membuat prestasi belajar menjadi menurun. Siswa yang kecanduan permainan *online* memiliki penyusuan sosial yang tidak baik karena dalam permainan permainan *online* sering kali terjadi konflik dengan team atau teman bermain dalam game tersebut. Sedangkan pada kondisi psikologis siswa yang mengalami kecanduan permainan *online* memiliki kondisi emosi yang cenderung pemaarah. Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian Shalilat (2013) bahwa seseorang yang kecanduan permainan *online* itu memiliki emosi yang yang tidak baik mereka lebih cenderung tidak mau bersosialisasi dengan lingkungan disekitarnya dan mudah tersinggung.

Hal di atas di perkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh Brian (2005) anak yang kecanduan permainan *online* memiliki kondisi psikologis yang berpengaruh terhadap mentalnya seperti banyaknya adegan di permainan *online* yang menampilkan tindakan kriminal serta kekerasan, seperti: perkelahian, pengerusakan, pemerkosaan, pembunuhan, dan sebagainya, yang secara tidak langsung telah memengaruhi alam bawah sadar seseorang bahwa kehidupan nyata ini adalah seperti di dalam permainan tersebut. Ciri-ciri seseorang mengalami gangguan mental akibat pengaruh permainan *online* adalah: emosional, mudah marah, mudah mengucapkan kata-kata kotor, memaki, mencuri, dan menghambat proses pendewasaan diri. Menurut Santrock (2002) mengemukakan bahwa perkembangan emosi pada masa dewasa awal yaitu usia 18 tahun-40 tahun, secara psikologis mampu mencapai kematangan emosi yang maksimal karena banyak masalah yang dihadapi yang mampu diatasi dengan baik jika menghadapi kegagalan, dan tidak menyalahkan orang lain, serta dapat menjalin hubungan sosial individu dengan baik dengan lingkungannya.

Penelitian yang telah dilakukan oleh Misnawati (2016) bila seorang anak dilarang untuk bermain permainan *online*. Anak tersebut cenderung merasa gelisah, murung, atau lekas marah ketika mencoba untuk mengurangi atau berhenti bermain permainan *online*. Begitu pula bila orang tua tidak memberi uang untuk bermain permainan *online* di warnet (warung internet) terdekat, anak cenderung tidak dapat mengontrol emosinya sehingga menjadi murung bahkan marah kepada orang tuanya. Oleh sebab itu efek yang muncul dari kecanduan dalam

permainan *online* ini mengakibatkan mereka secara bertahap mulai kehilangan kontak dengan individu lainnya dan lingkungan sosial, kehilangan minat dalam menjalin relasi sosial, menurunnya prestasi dan minat terhadap sekolahnya, dan akan berujung pada buruknya interaksi dalam kehidupan nyata (Rossenberg & Salovey, 2008). Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Brian (2005) yang menyatakan bahwa 50% pemain games *online* dimana mereka lebih suka menghabiskan waktu bermain game daripada dengan teman-teman, lebih menyukai teman dari dunia games daripada orang yang mereka kenal, merasa lebih mudah untuk berkomunikasi dengan orang-orang yang ditemui dalam bermain game, tidak tertarik dalam hubungan sosial, dan lebih merasa bahagia ketika di tempat bermain games daripada di tempat lain (Hasting, 2005).

Pada hasil uji parsial terlihat adanya hubungan aspek frekuensi dengan aspek mengenali emosi diri remaja pemain *Mobile Legend* di Kota Samarinda. Hal ini dibuktikan dengan diperoleh nilai r Hitung = 0.548 > r tabel = 0.197 dengan nilai $p = 0.033$ ($p < 0.05$). Hal ini menunjukkan aspek frekuensi mempunyai hubungan yang signifikan dengan aspek mengenali emosi yang dialami remaja pemain *Mobile Legend* di Kota Samarinda. Selanjutnya aspek aktivitas dengan aspek mengenali emosi diri diperoleh nilai r Hitung sebesar $-0.431 > r$ tabel = 0.197 dengan nilai $p = 0.029$ ($p < 0.05$). Hal ini menunjukkan aspek aktivitas mempunyai hubungan yang signifikan dengan aspek mengenali emosi yang dialami remaja pemain *Mobile Legend* di Kota Samarinda.

Hal di atas sesuai dengan yang dikemukakan oleh Goleman (2002) salah satu dasar kecerdasan emosi adalah mengenali emosi diri sendiri pada saat perasaan itu muncul. Ketidak mampuan untuk menyadari perasaan diri sendiri membuat orang berada dibawah kekuasaan emosi dalam bermain permainan. Dengan memiliki keyakinan lebih atas perasaan sendiri, maka akan timbul kemampuan untuk mengatasi masalah-masalah dan membuat keputusan-keputusan yang sifatnya pribadi. Oleh sebab itu salah satu penyebab munculnya hal tersebut adalah adanya frekuensi seperti seberapa sering seorang melakukan aktivitas bermain permainan *online* serta adanya aktivitas tentang seberapa sering seseorang melakukan aktivitas bermain permainan *online*, artinya semakin sering seseorang bermain game maka akan memberikan

dampak kepada kecerdasan emosi seorang remaja (Horigan, 2002)

Pada penelitian ini terdapat hubungan aspek frekuensi dengan aspek mengelola emosi pada remaja pemain permainan *Mobile Legend* di Kota Samarinda. Hal ini dibuktikan dengan diperoleh nilai r Hitung = $-0.679 > r$ tabel = 0.197 dengan nilai $p = 0.004$ ($p < 0.05$). Hal ini menunjukkan aspek frekuensi mempunyai hubungan yang signifikan dengan aspek mengelola emosi yang dialami remaja pemain *Mobile Legend* di Kota Samarinda.

Salah satu penyebab seseorang mampu atau tidaknya dalam mengelola emosi dapat dilihat dari bermain game. Dalam bermain game terdapat istilah adanya frekuensi, yaitu seberapa sering seorang melakukan aktivitas bermain permainan *online*. Kemudian setelah mampu menyadari emosi dari dalam diri, seseorang akan mengalami kemajuan emosi lebih lanjut dengan berkembangnya kemampuan untuk mengendalikan emosi, seseorang akan mampu untuk beradaptasi dengan perubahan perasaannya baik yang sifatnya positif ataupun negative (Goleman, 2002).

Pada hasil uji parsial terlihat adanya hubungan aspek frekuensi dengan aspek memotivasi diri pada remaja pemain *Mobile Legend* di Kota Samarinda. Hal ini dibuktikan dengan diperoleh nilai r Hitung sebesar $-0.310 > r$ tabel = 0.197 dengan nilai $p = 0.025$ ($p < 0.05$). Hal ini menunjukkan aspek frekuensi mempunyai hubungan yang signifikan dengan aspek memotivasi diri yang dialami remaja pemain *Mobile Legend* di Kota Samarinda. Selanjutnya aspek aktivitas dengan aspek memotivasi diri diperoleh nilai r Hitung sebesar $-0.603 > r$ tabel = 0.197 dengan nilai $p = 0.011$ ($p < 0.05$). Hal ini menunjukkan aspek aktivitas mempunyai hubungan yang signifikan dengan aspek memotivasi diri yang dialami remaja pemain *Mobile Legend* di Kota Samarinda.

Hal di atas sesuai dengan pendapat Goleman (2002) bahwa kemampuan seseorang untuk menata emosinya, memusatkan perhatian pada perasaan yang positif dan mengesampingkan perasaan yang bersifat negatif. Sebagai contoh, meskipun sedang menghadapi masalah, seseorang yang cerdas emosinya akan lebih mengaktifkan rasa semangat dan keyakinan diri dan melumpuhkan perasaan murung, depresi, dan sebagainya yang justru akan menghambat aktivitasnya disebabkan karena adanya aktivitas bermain game dilihat dari durasi waktu permainan, semakin banyak waktu yang digunakan dalam bermain game maka menunjukkan

semakin lama seseorang bermain permainan. Jika dilihat bahwa semakin lama seseorang bermain game maka kemampuan motivasi diri akan semakin berkurang (Horigan, 2002).

Pada hasil uji parsial terlihat adanya hubungan aspek aktivitas dengan aspek mengenali emosi orang lain pada remaja pemain *Mobile Legend* di Kota Samarinda. Hal ini dibuktikan dengan diperoleh nilai r Hitung = $-0.551 > r$ tabel = 0.197 dengan nilai $p = 0.012$ ($p < 0.05$). Hal ini menunjukkan aspek aktivitas mempunyai hubungan yang signifikan dengan aspek mengenali emosi orang lain yang dialami remaja pemain permainan *Mobile Legend* di Kota Samarinda.

Dalam hubungannya dengan orang lain, seseorang dengan kecerdasan emosi yang tinggi akan merasakan, mengerti dan memberikan reaksi yang semestinya pada emosi yang sedang dirasakan orang lain disekitarnya, sebaliknya jika seseorang memiliki kecerdasan emosi yang rendah maka akan cenderung kurang bisa merasakan emosi orang lain yang ada disekitarnya, hal tersebut disebabkan adanya aktivitas bagi remaja dalam bermain permainan secara terus menerus tanpa memperhatikan waktu (Horigan, 2002).

Pada hasil uji parsial terlihat adanya hubungan aspek frekuensi dengan aspek membina hubungan dengan orang lain pada remaja pemain *Mobile Legend* di Kota Samarinda. Hal ini dibuktikan dengan diperoleh nilai r Hitung = $-0.427 > r$ tabel = 0.197 dengan nilai $p = 0.037$ ($P < 0.05$). Hal ini menunjukkan aspek frekuensi mempunyai hubungan yang signifikan dengan aspek membina hubungan dengan orang lain yang dialami remaja pemain *Mobile Legend* di Kota Samarinda.

Menurut Goleman (2002) Jika remaja memiliki kecerdasan emosi yang tinggi maka keterampilan untuk memberikan pengaruh yang baik bagi orang lain. Bentuk pengaruh yang bersifat positif, misalnya, menawarkan solusi untuk menyelesaikan persoalan yang sedang dihadapi oleh orang lain, atau mendukung dan ikut merasakan kebahagiaan yang sedang dirasakan oleh orang lain. Sebaliknya jika remaja memiliki kecerdasan emosi yang rendah atau kurang maka bentuk pengaruh yang bersifat kurang baik seperti kurang bisa memberikan solusi untuk menyelesaikan persoalan yang sedang dihadapi orang lain, dapat disimpulkan hubungan dengan orang lain kurang baik, hal tersebut disebabkan karena salah satu penyebabnya yaitu adanya aktivitas bermain permainan *online* secara terus menerus tanpa memperhatikan waktu, salah dampak dari

seseorang bermain permainan *online* yaitu, mengeluarkan kata-kata kasar saat bermain permainan, oleh sebab itu mampu membuat orang lain menjadi tersinggung atau marah (Horigan, 2002).

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan terdapat hubungan negatif dan signifikan antara intensitas bermain permainan *online* dengan kecerdasan emosional, semakin tinggi intensitas bermain permainan *online* seorang remaja maka tingkat kecerdasan emosional akan semakin rendah. Sebaliknya, jika semakin rendah intensitas bermain permainan *online* seorang remaja maka tingkat kecerdasan emosional akan semakin tinggi.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, maka dapat dikemukakan saran-saran sebagai berikut:

1. Bagi remaja
 - a. Remaja yang bermain permainan *online Mobile Legend*, agar mampu mengenali emosi diri sendiri dan lalu mengelola emosinya. Contoh pada saat marah, hal terpenting yang mungkin dilakukan pada diri sendiri dengan cara menarik nafas dan memusatkan pikiran ke hal positif.
 - b. Remaja yang bermain permainan *online Mobile Legend*, agar mampu memotivasi diri. Dengan cara melakukan hal yang membuat dirinya semangat dan menyakinkan diri bahwa dirinya bisa melakukan hal yang lebih baik dalam hal lainnya.
 - c. Remaja yang bermain permainan *online Mobile Legend*, agar mampu mengenali emosi orang lain. Dengan cara membina hubungan baik dengan orang lain. Contohnya, memberi pengaruh yang baik bagi orang lain yang bersifat positif dan membangun kerjasama yang baik.
2. Bagi orangtua
 - a. Sebaiknya pihak orangtua lebih mengawasi lagi anaknya dalam bermain permainan *Mobile Legend*.
 - b. Sebaiknya pihak orangtua membatasi waktu untuk anaknya dalam bermain permainan *Mobile Legend*, sehingga akan mengurangi intensitasnya bermain.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

- a. Bagi peneliti selanjutnya, jika mengambil judul tentang intensitas bermain permainan *online*, sebaiknya melakukan pencarian data awal yaitu melakukan *screening* terlebih dahulu.
- b. Bagi peneliti selanjutnya, sebaiknya mencari literature terbaru tentang kecerdasan emosional dan intensitas bermain permainan *online*.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2013). *Dasar-Dasar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Azwar, S. (2010). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bungin, B. (2010). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Jakarta.: Rajawali Pers.
- Beranuy, M., Carbonell, X., & Griffiths, M. D. (2013). A Qualitative Analysis of Online Gaming. *International Journal of Mental*. 11(2), 149-161
- Brian, G. (2005). Addiction to The Internet and Game Online Gaming. *Journal of Cyber Psychology and Behavior*. 8(2), 110-21
- Cowie. (1994). *Advanced Learner's Dictionary*. (4th Ed). Britain: Oxford University Press
- Griffiths, M.D, Davies, M.N.O, & Chappell, D. (2004). Demographic Factors and Playing Variables in Online Computer Gaming. *Journal of Cyber Psychology & Behavior* 2(7), 479-487
- Goleman, D. (2007). *Kecerdasan Emosi Untuk Mencapai Puncak Prestasi*. Cetakan Keempat. Jakarta: Gramedia
- Horrigan, J. B. (2002). New Internet Users: What They Do Online, What They Don't, And Implications For The 'Net's Future. *Journal Pew Internet and American Life Project*. 1(2), 1-27.
- Harsono, M. (2014), *Pengaruh Bermain Game Terhadap Perkembangan Remaja*. Serpong: Surya University Press.
- Hasting, P. W. (2005). Addiction to The Internet and Online Gaming. *Journal Cyberpsychology & Behavior*. 8(2), 110-113.
- Kusuma, A. R., Adriansyah, M. A., & Prastika, N. D. (2013). Pengaruh Daya Juang, Kecerdasan Emosional, dan Modal Sosial Terhadap Organizational Citizenship Behavior Dengan Persepsi Keadilan Organisasi Sebagai Variabel Moderasi. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 2(2), 100-116.
- Kolidiyah, U. (2013). Hubungan Antara Bermain Game Online Dengan Kecerdasan Emosi. *Journal Indigenous*. 2(1), 28-41.
- Laily, F. L. (2014). Hubungan antara Kecanduan Game Online dengan Motivasi Belajar pada Siswa Laki-Laki Kelas VII SMPN 13 Malang. *Jurnal Psikoislammika*. 2(1), 110-116
- Lumban, T. (2012). *Hubungan Kecanduan Game Online Dengan Prestasi Akademik Mahasiswa Difakultas Teknik Universitas Indonesia*. Skripsi (tidak diterbitkan). Depok: Universitas Indonesia
- Misnawati. (2016). Hubungan Antara Kecerdasan Emosi Dengan Kecanduan Game Online Pada Siswa-Siswi Di Smp Yps (Yayasan Pendidikan Samarinda). *Ejournal.Psikologi.Fisip-Unmul*. 4 (2), 312 – 329.
- Sugiyono. (2006). *Metode Penelitian Dan Pengembangan*. Bandung: Penerbit Alfabeta.
- Meyer, H. R. (2004). *Emotional Intelligence(Cara Humanis Memimpin Bisnis*, Kuala Lumpur: Penerbit Nuansa.
- Rivai, S. M. (2010). *Pengaruh Budaya Sekolah, Kecerdasan Emosional, Dan Kepuasan Kerja Terhadap Kinerja Guru Di Smk Negeri Kabupaten Deli Serdang*. Tesis (tidak diterbitkan). Medan: Universitas Negeri Medan.
- Santrock. (2003). *Perkembangan Remaja. Edisi Keenam*. Jakarta: Erlangga.
- Sanditaria, W. (2015). *Adiksi Bermain Game Online Pada Anak Usia Sekolah Diwarung Internet Penyedia Game Online*. Skripsi (tidak diterbitkan). Bandung: Universitas Padjajaran.
- Septia, E. S., & Indrawati, E. S. (2018). Hubungan Anantara Kecerdasan Emosional Dengan Intensitas Bermain Game Online Pada Komunitas Game Ingress di Bandung. *Jurnal Empati*. 7(4), 1-5
- Sternberg, R.J & Salovey. (2008). *Psikologi Kognitif*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Young, K. S., & De Abreu, C. N. (2011). *Internet Addiction: A Handbook and Guide to Evaluation and Treatment*. Canada: Hoboken.
- Yee, N. (2002). *Understanding Mmorpg Addiction*. *Journal of Ariadne*. 1(1), 1-16.