

SKRIPSI

FENOMENA KESEHATAN MENTAL PADA REMAJA PECANDU GAME ONLINE DI SMPN 2 DOLOPO KECAMATAN DOLOPO KABUPATEN MADIUN



**Disusun :
Nova Denis Yola Fernanda
NIM 202103034**

**PROGAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT
PEMINATAN PROMOSI KESEHATAN
STIKES BHAKTI HUSADA MULIA MADIUN
TAHUN 2025**

FENOMENA KESEHATAN MENTAL PADA REMAJA PECANDU GAME
ONLINE DI SMPN 2 DOLOPO KECAMATAN DOLOPO KABUPATEN
MADIUN

Diajukan Untuk Memenuhi
Salah Satu Pesyaratan Mencapai Gelar
Sarjana Kesehatan Masyarakat (S.K.M.)



Disusun Oleh :
NOVA DENIS YOLA FERNANDA
NIM 202103034

PROGAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT
PEMINATAN PROMOSI KESEHATAN
STIKES BHAKTI HUSADA MULIA MADIUN
TAHUN 2025

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi ini telah disetujui oleh pembimbing dan telah dinyatakan layak mengikuti
Ujian Skripsi

SKRIPSI

FENOMENA KESEHATAN MENTAL PADA REMAJA PECANDU GAME ONLINE DI SMPN 2 DOLOPO KECAMATAN DOLOPO KABUPATEN MADIUN

Menyetujui
Pembimbing 1



Riska Ratnawati S.KM.,M.Kes
NIDN.0711037803

Menyetujui
Pembimbing 2



Pipid Ari Wibowo S.KM., M.KKK
NIDN.0701108704

Mengetahui
Ketua Progam Studi Kesehatan Masyarakat

Avicena Sakufa Marsanti S.KM.,M.Kes
NIDN.0717059101

LEMBAR PENGESAHAN

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Tugas Akhir Skripsi dan
dinyatakan telah memenuhi sebagai syarat memperoleh gelar
Sarjana Kesehatan Masyarakat (S.K.M)

Pada tanggal 15 September 2025

Dewan Penguji

1. Dewan Penguji : Avicena Sakufa Marsanti, S.K.M., M.Kes ()
2. Penguji I : Riska Ratnawati, S.K.M., M.Kes ()
3. Penguji II : Pipid Ari Wibowo, S.K.M., M.KKK ()

Mengesahkan

Ketua STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun



Dr. Retno Widiarini, S.K.M., M.Kes

NUPTK.7860759660230162

LEMBAR PERSEMBAHAN

Dengan segala puji syukur kepada Allah SWT dan atas dukungan serta doa dari orang tua tercinta, akhirnya skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik dan tepat pada waktunya. Oleh karena itu, dengan rasa bangga dan bahagia saya haturkan rasa syukur dan terima kasih kepada :

1. Allah SWT yang telah memberikan rahmat, ridho dan anugerahnya kepada saya sehingga memperoleh kemudahan dan kelancaran dalam segera proses menyelesaikan skripsi ini.
2. Cinta pertama dan Panutanku, Ayahanda Hartono dan pintu surga ku ibunda Suratun terimakasih penulis ucapkan atas segala pengorbanan dan ketulusan yang diberikan. Meskipun ayah dan bunda tidak sempat merasakan pendidikan dibangku perkuliahan, namun selalu senantiasa memberikan yang terbaik, tak kenal lelah mendoakan, mengusahakan, memberikan dukungan baik secara moral maupun finansial, serta memprioritaskan pendidikan dan kebahagiaan anaknya. Perjalanan hidup kita sebagai satu keluarga utuh memang tidak mudah, tapi segala hal yang telah dilalui memberikan penulis pelajaran yang sangat berharga tentang arti menjadi perempuan yang kuat, bertanggung jawab, selalu berjuang dan mandiri. Semoga dengan adanya skripsi ini dapat membuat ayah dan bunda lebih bangga karena telah berhasil menjadikan anak perempuan satu-satunya ini menyanding gelar sarjana seperti yang diharapkan. Besar harapan penulis semoga ayah dan bunda selalu sehat, panjang umur, dan bisa menyaksikan keberhasilan lainnya yang akan penulis raih dimasa yang akan datang.
3. Ibu Riska Ratnawati, S.KM., M.Kes dan Bapak Pipid Ari Wibowo, S.KM., M.KKK selaku dosen pembimbing yang telah tulus dan ikhlas untuk meluangkan waktu dalam membimbing dan mengarahkan saya sehingga saya mampu menyelesaikan skripsi saya dengan baik dan tepat waktu serta terima kasih atas ilmu yang telah diberikan kepada saya.

4. Ibu Avicena Sakufa Marsanti, S.KM., M.Kes selaku dosen penguji yang telah memberikan saran, nasehat dan bantuan dalam menyelesaikan skripsi ini. Kebaikan ibu akan selalu terkenang di hati.
5. Sahabat yang sudah penulis anggap saudara, Arum Sekarjati yang selalu membersamai penulis, memberikan support, mendengarkan segala keluhan tanpa menghakimi, serta banyak membantu penulis selama 4 tahun di perkuliahan. Semoga selalu diberikan kemudahan dalam hal apapun yang dilakukan dan semoga kebaikan serta kesuksesan selalu menyertai langkah anda.
6. Teman Progam Studi S1 Kesehatan Masyarakat angkatan 21 STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun. Khususnya Fadilah Nurul, Fahida Alfi, Ni'matul, Irma, dan calon orang sukses dari Peminatan Promosi Kesehatan yang selalu memberikan dukungan, pengalaman, waktu dan motivasi sejak semester satu perkuliahan hingga akhirnya bisa lulus bersama-sama. Meskipun setelah ini akan menjalani kehidupan masing-masing yang berbeda, kesibukan yang berbeda, dan mungkin berada di kota atau negara berbeda, semoga pertemanan ini selalu terjaga selamanya. *See u on top guys!*
7. Kepada keluarga besar Vosti Bhahuma yang sudah menemani penulis, memberikan pengalaman hebat bagi penulis selama di bangku perkuliahan. Terima kasih atas segala prestasi yang bisa penulis dapatkan dari pengalaman bersama keluarga besar Vosti Bhahuma.
8. Kepada seseorang yang pernah membersamai penulis dan tidak bisa penulis sebut namanya. Terima kasih untuk patah hati yang di berikan saat proses penyusunan skripsi ini. Ternyata perginya anda dari kehidupan penulis berikan cukup motivasi untuk terus maju dan berproses menjadi pribadi yang mengerti apa itu pengalaman, pendewasaan, sabar, dan menerima arti kehilangan sebagai bentuk proses penempatan menghadapi dinamika kehidupan, terima kasih telah menjadi bagian menyenangkan sekaligus menyakitkan dari pendewasaan ini. Pada akhirnya setiap orang ada masanya dan setiap masa ada orangnya.

9. Terakhir, untuk diri saya sendiri, Nova Denis Yola Fernanda terimakasih sudah bertahan sejauh ini, atas segala kerja keras dan semangatnya sehingga tidak pernah menyerah dalam mengerjakan skripsi ini. Terima kasih kepada diri saya sendiri yang sudah kuat melewati lika liku kehidupan hingga sekarang. Terima kasih pada raga dan jiwa yang masih tetap kuat dan waras hingga sekarang. Serta menjadi perempuan kuat dan ikhlas atas segala perjalanan hidup yang mengecewakan dan menyakitkan itu. Dengan adanya skripsi ini, telah berhasil membuktikan bahwa penulis bisa menyandang gelas S.KM tepat waktu. Bagaimanapun kehidupanmu selanjutnya, hargai dirimu, rayakan dirimu, berbahagialah atas segala proses yang berhasil dilalui untuk masa depan yang lebih baik dan cerah.

LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini

Nama : Nova Denis Yola Fernanda

Nim : 202103034

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil pekerjaan saya sendiri dan di dalamnya tidak terdapat karya yang pernah diajukan dalam memperoleh gelar sarjana di suatu perguruan tinggi dan lembaga pendidikan lainnya. Pengetahuan yang diperoleh dari hasil penelitian yang baik yang sudah maupun belum/tidak dipublikasikan, sumbernya telah dijelaskan dalam tulisan dan daftar pustaka.

Madiun, 12 September 2025

Penyusun



Nova Denis Yola Fernanda

NIM. 202103034

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Nova Denis Yola Fernanda
Jenis Kelamin : Perempuan
Tempat, Tanggal Lahir : Madiun, 13 November 2002
Agama : Islam
Alamat : Desa Suluk RT.01/RW.01 Kecamatan Dolopo Kabupaten Madiun
Email : nopa.denis@gmail.com
Riwayat Pendidikan : 1. TK Dharma Putra Suluk 1 (2006 – 2009)
2. SDN Suluk 1 (2009 – 2015)
3. SMPN 3 Dolopo (2015 – 2018)
4. SMAN 1 Dolopo (2018 -2021)



KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas berkat rahmat dan hidayah-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Fenomena kesehatan mental pada remaja pecandu game online di SMPN 2 Dolopo kecamatan dolopo kabupaten madiun”. Sebagai salah satu persyaratan dalam memperoleh gelas Sarjana Kesehatan Masyarakat. Mengingat dalam penyusunan skripsi ini penulis mendapat bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada

1. Ibu Dr. retno widiarini S.K.M., M.Kes. selaku Ketua STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun yang telah memberikan kesempatan penulis untuk menyusun proposal skripsi ini.
2. Ibu avicena sakufa marsanti S.K.M., M.Kes. selaku Ketua Progam Studi S1 Kesehatan Masyarakat STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun sekaligus Ketua Dewan Penguji.
3. Kepala Sekolah SMPN 2 Dolopo yang telah memberikan kesempatan kepada penulils untuk dapat melalukan kegiatan penelitian untuk memenuhi persyaratan kelulusan S1 Kesehatan Masyarakat.
4. Ibu Riska Ratnawati S.K.M., M.Kes. selaku dosen pembimbing 1 yang telah memberikan bimbingan dan petunjuk dalam penyusunan skripsi ini
5. Bapak Pipid Ari Wibowo S.K.M., M.KKK. selaku dosen pembimbing 2 yang telah memberikan bimbingan dan petunjuk dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa Skripsi ini masih banyak kekurangan dalam penyajiannya, semoga skripsi ini bermanfaat bagi semua pihak

Madiun, 19 Mei 2025

Penulis



Nova Denis Yola Fernanda

NIM 202103034

ABSTRAK

**Progam Studi Kesehatan Masyarakat
STIKES Bhakti Husada Mullia Madiun
2025**

Nova Denis Yola Fernanda

Fenomena Kesehatan Mental Pada Remaja Pecandu Game Online Di SMPN 2 Dolopo Kecamatan Dolopo Kabupaten Madiun

Abstrak

Di SMPN 2 Dolopo Kecamatan Dolopo Kabupaten Madiun ditemukan permasalahan kecanduan game online pada remaja. Sebagian siswa bermain game dengan durasi berlebihan hingga berdampak pada kesehatan mental, seperti stres dan kecemasan. Selain itu, terjadi penurunan kualitas interaksi sosial karena siswa lebih banyak berkomunikasi di dunia virtual dibandingkan tatap muka. Kondisi ini berpengaruh pada psikologis, sosial, dan akademik, sehingga memerlukan perhatian khusus dari sekolah, guru, dan orang tua.

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Subjek penelitian berjumlah delapan siswa yang dipilih melalui purposive sampling dengan kriteria durasi bermain lebih dari dua jam per hari serta menunjukkan tanda-tanda kecanduan. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi, kemudian dianalisis melalui proses reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Uji keabsahan data dilakukan dengan triangulasi sumber yang melibatkan keluarga dan guru. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami kesulitan mengendalikan emosi, ditandai dengan perilaku agresif seperti membanting gawai, mengucapkan kata-kata kasar, hingga membentak teman. Beberapa responden mengalami kecemasan, baik karena takut kehilangan peringkat permainan maupun sebagai pelarian dari tekanan akademik dan rasa kesepian. Selain itu, ditemukan pula gangguan interaksi sosial berupa penurunan kualitas komunikasi tatap muka dan pergeseran interaksi menuju dunia virtual.

Penelitian ini menyimpulkan bahwa kecanduan game online memiliki dampak nyata terhadap kesehatan mental remaja, sehingga diperlukan peran aktif orang tua, guru, dan lingkungan sosial dalam memberikan pendampingan, pembatasan penggunaan gawai, serta edukasi literasi digital untuk mencegah dampak jangka panjang.

Kata Kunci: kesehatan mental; remaja; game online; stres; kecemasan; interaksi sosial.

ABSTRACT

**Public Health Program
STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun
2025**

Nova Denis Yola Fernanda

Mental Health Phenomenon In Teenagers Who Are Addicted To Online Games In SMPN 2 Dolopo, Dolopo Sub-District, Madiun District

Abstract

In SMPN 2 Dolopo, Dolopo District, Madiun Regency, a problem of online game addiction was found in teenagers. Some students play games with excessive duration to impact mental health, such as stress and anxiety. In addition, there is a decrease in the quality of social interaction because students communicate more in the virtual world than face to face. This condition affects psychological, social, and academic, so it requires special attention from schools, teachers, and parents.

This research uses a qualitative method with a phenomenological approach. The study subjects consisted of eight students who were selected through purposive sampling with the criteria of playing duration more than two hours per day and showing signs of addiction. Data is collected through in-depth interviews, observations, and documentation, then analyzed through the process of data reduction, data presentation, and drawing conclusions. Data validity test is carried out by triangulation of sources involving family and teachers. The research results show that most of the respondents have difficulty controlling their emotions, characterized by aggressive behavior such as slamming devices, saying rude words, and yelling at friends. Some respondents experienced anxiety, either for fear of losing game rankings and as an escape from academic pressure and loneliness. In addition, social interaction disorders were also found in the form of a decrease in the quality of face-to-face communication and a shift in interaction towards the virtual world.

This research concludes that online game addiction has a real impact on the mental health of adolescents, so an active role of parents, teachers, and the social environment is needed in providing guidance, restricting the use of gadgets, and digital literacy education to prevent long-term impacts.

Keywords: mental health; teenagers; online games; stress; anxiety; social interaction

