

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Pesatnya perkembangan teknologi informasi dan komunikasi salah satunya ialah internet. Padahal internet memungkinkan kita memperoleh berbagai informasi tanpa biaya. Selain memberikan informasi, internet juga menawarkan berbagai pilihan rekreasi, salah satunya ialah *game online*. *Game online* saat ini berbeda dengan yang pertama kali diperkenalkan. Saat ini permainan di internet dapat dimainkan tidak hanya oleh dua orang saja, tetapi juga oleh banyak orang yang tidak perlu berada di tempat yang sama (Masya & Candra, 2016). Perangkat yang digunakan dalam bermain *game online* tidak terbatas, saat ini *game online* dapat dimainkan di beberapa perangkat seperti komputer, laptop bahkan *handphone* sekalipun dengan syarat perangkat-perangkat tersebut harus terhubung dengan jaringan internet (Aji, 2012).

Dari data yang dirilis oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) pada tahun 2022, memaparkan hasil survei yang menyebutkan bahwa pertumbuhan pengguna internet di Indonesia meningkat menjadi 210,1 juta jiwa atau setara dengan 77,02 persen dari total populasi penduduk di Indonesia. Survei tersebut memaparkan bahwa usia remaja adalah yang paling aktif dalam menggunakan internet yaitu sebanyak 17,7%. Dari data tersebut, jumlah *gamer* (pemain *game online*) di Indonesia saat ini diprediksi sudah mencapai 105 juta orang. Seiring berjalannya waktu diproyeksikan jumlah pemain *game online* di Indonesia akan terus mengalami peningkatan (www.cnbcindonesia.com).

Wulandari (2015) menyatakan bahwa fenomena yang berkembang saat ini adalah remaja lebih asyik dan senang untuk bermain *game online* dan lebih berfokus pada *game online* yang ada pada layar gadgetnya dan mengabaikan tugas-tugas atau aktivitas-aktivitas yang seharusnya dikerjakan. Perkembangan *game online* yang semakin meningkat yang diikuti dengan dampak negatif yang ditimbulkan memungkinkan adanya kecanduan dalam bermain *game online*.

Penelitian yang dilakukan Wulandari (2015) mengungkapkan bahwa dari 95 remaja, 54 remaja atau 56,85% memiliki tingkat kecanduan bermain *game online* yang tinggi, sedangkan 41 remaja atau 43,15% memiliki tingkat kecanduan bermain *game online* yang sedang. Seseorang dianggap memiliki tingkat kecanduan *game online* yang tinggi jika mereka melakukan kelima perilaku yang terkait dengan kecanduan tersebut. Di sisi lain, seseorang dianggap memiliki tingkat adiksi *game online* yang rendah jika tidak melakukan perilaku yang terkait dengan adiksi tersebut. Hasil kategori menunjukkan bahwa semakin banyak orang yang memiliki tingkat kecanduan *game online* yang tinggi, sedangkan hasil fenomena awal menunjukkan bahwa kecenderungan kecanduan *game online* juga tinggi.

Penelitian lain terkait kecanduan *game online* yang dilakukan Prasetiawan (2016) mengungkapkan bahwa temuan kuesioner yang diperoleh dari *pre-test* dan *post-test* yang dilakukan pada topik kejadian yang terjadi sebelum subjek yang mengalami adiksi *game online* diberikan perlakuan berada pada kelompok tinggi dengan frekuensi 10 atau sama dengan 100%. Namun, setelah mendapat terapi mengalami penurunan ke dalam kelompok sedang, dengan frekuensi 3 dengan

presentase 30%, kemudian masuk ke dalam kategori rendah, dengan jumlah frekuensi 7 dengan presentase 70%.

Berdasarkan data diatas, peneliti juga melakukan wawancara terhadap tujuh responden remaja yang berumur 18 hingga 21 tahun di Jalan Wates km 10 Yogyakarta. Wawancara dilakukan pada tanggal 17 Januari 2022, pertanyaan yang digunakan juga berdasarkan aspek-aspek pada kecanduan *game online*. Hasil wawancara menunjukkan bahwa ketujuh responden mengalami kecanduan *game online*. Contoh perilaku dari ketujuh responden tersebut yang selalu berpikiran untuk bermain *game*, waktu dalam bermain *game* meningkat, bermain *game* sebagai pelarian dan bertengkar dengan orang lain karena bermain *game online* berlebihan.

Aspek *tolerance* ditunjukkan dengan setiap harinya ketujuh responden menghabiskan waktu selama 4 sampai 6 jaman untuk bermain *game online* dari yang biasanya hanya 2-3 jam. Hal ini sudah masuk kedalam aspek kecanduan *game online* yaitu *tolerance* dimana waktu yang dihabiskan melebihi 2-3 jam. Mereka juga selalu berpikiran untuk selalu bermain *game* entah dalam kondisi apapun itu baik saat sedang di dalam kelas mereka selalu mencoba untuk bermain *game*. Hal ini sudah masuk ke dalam aspek kecanduan *game online* yaitu *saliency*. *Game online* yang biasanya mereka mainkan diantaranya adalah *Arena of Valor (AOV)*, *Mobile Legend*, *PlayerUnknown Battle Ground Mobile (PUBGM)*, *Free Fire*, *Genshin Impact*.

Aspek *mood modification* ditunjukkan saat responden bermain *game online* berawal dari *hobby* dalam bermain *game*, menghilangkan stress dan untuk mengisi

waktu luang. Namun lama-kelamaan mereka bermain game sebagai pelarian dari tugas-tugas kuliahnya. Ketujuh responden juga menunjukkan aspek *conflict* dimana mereka pernah bertengkar dengan temannya hanya karena bermain *game online*. Setelah melakukan observasi di tempat yang sama, terlihat 7 remaja yang sedang memainkan *game online* yang ada pada *gadget* miliknya. Hal ini sesuai dengan ciri-ciri dari seseorang yang telah kecanduan yaitu banyak menghabiskan waktunya untuk bermain *game* serta lebih fokus terhadap *game online* tanpa memperhatikan dan memikirkan orang yang disekitarnya. Hal ini dibuktikan ketika dia ditanya oleh temannya ia tidak merespon dan makin asyik dengan *game* nya.

Bermain *game online* memiliki dampak positif dan dampak negatif bagi penggunaannya. Dampak positif dari bermain *game online* diantaranya adalah mempunyai teman baru, mampu mengoperasikan *gadget*nya lebih baik dan memiliki kemampuan dalam berbahasa inggris yang baik (Syahrani, 2015). Selain dari dampak positifnya, bermain *game online* mempunyai dampak negatif yaitu, membuat seseorang menjadi lupa waktu karena bermain *game*. Pada anak sekolah, mereka cenderung melalaikan tugas-tugas sekolahnya. Selain itu cenderung untuk menghambur-hamburkan uangnya untuk membeli aitem dalam *game* tersebut. Peneliti juga melihat lebih banyak seseorang terdampak negatif dari bermain *game* tersebut dimana hal ini didukung dari hasil wawancara dan observasi yang sudah dilakukan peneliti dan mereka menjadi kecanduan dalam bermain *game online*.

Dari fenomena diatas dapat diartikan bahwa kecanduan *game online* merupakan perilaku dimana seseorang dalam bermain *game* yang merugikan diri sendiri yang dilakukan secara terus-menerus dan sulit untuk dihentikan oleh seseorang tersebut (Clark & Scott, 2010). Ada tujuh aspek dalam adiksi *game online*: 1. *Salience* (terus berpikir tentang bermain game), 2. *Tolerance* (meningkatkan waktu bermain game), 3. *Mood Modification* (perasaan cemas saat bermain game berkurang), 4. *Withdrawal* (bermain game sebagai pelarian), 5. *Relapse* (cenderung bermain *game online* kembali setelah lama tidak bermain game), 6. *Conflict* (bertengkar dengan orang lain akibat bermain *game online* yang berlebihan), 7. *Problems* (mengabaikan orang lain/kegiatan lain karena bermain *game online* yang berlebihan) (Lemmens et al., 2009).

Berdasarkan penelitian Jannah, Mudjiran & Nirwana (2015) Semakin banyak pengalaman yang dimiliki seseorang dengan permainan tersebut, semakin besar kemungkinan mereka akan kecanduan. Siswa yang kecanduan *video game* akan menghabiskan lebih banyak waktu untuk bermain *game*, yang akan menyebabkan mereka kurang termotivasi untuk belajar karena mereka akan memiliki lebih sedikit waktu untuk belajar, tidak peduli dengan tugas sekolahnya, dan malas. Anak-anak memiliki kecenderungan untuk memilih aktivitas tersebut karena menurut mereka itu menyenangkan. Hal ini menunjukkan bahwa kecanduan *game online* dapat berpengaruh pada keinginan belajar seseorang.

Menurut Santrock (2012) remaja harus mampu menumbuhkan ide dan keterampilan intelektual yang diperlukan untuk berfungsi secara mandiri sebagai anggota masyarakat pada saat mereka mencapai usia ini. Dengan adanya

perkembangan internet yang sangat pesat ini diharapkan remaja mampu melaksanakan tugas perkembangannya dengan sesuai yang telah ditentukan.

Lemmens et al. (2009) mengemukakan bahwa tingkat kepuasan hidup seseorang, ada tidaknya kesepian, tingkat kompetensi sosialnya, waktu yang dihabiskan dalam bermain *game* dan tingkat agresivitasnya adalah beberapa faktor yang dapat berkontribusi pada perkembangan kecanduan *game*. Menurut temuan dari penelitian yang dilakukan oleh Lemmens et al. (2009) menunjukkan bahwa kecanduan *game online* dan kesepian atau perasaan terisolasi berkorelasi positif.

Penulis memilih unsur kesepian dari variabel-variabel yang telah dicantumkan sebelumnya. *Game online* adalah salah satu cara seseorang yang kesepian mencari teman. Ketika orang percaya bahwa bermain *game online* dapat menemani mereka, mereka akan memainkannya secara berlebihan dan akan mengalami kecanduan *game online*. Penelitian yang dilakukan oleh Seay dan Kraut (dalam Lemmens et al., 2009) menunjukkan bahwa kesepian adalah salah satu prediktor terkuat untuk menjadi pecandu *game online*.

Perlman & Peplau (1998) mengungkapkan bahwa kesepian adalah emosi negatif yang terjadi ketika jaringan sosial seseorang kurang baik secara kuantitas maupun kualitas. Terdapat tiga aspek kesepian menurut Russell (1996), yaitu *personality, social desirability, dan depression*.

Remaja yang merasa kesepian cenderung akan mencari kesenangannya dengan cara bermain *game online* secara berlebihan. Remaja yang memiliki tingkat kesepian yang tinggi cenderung akan mencari kesenangannya untuk mengurangi rasa sepi dengan cara bermain *game online*. Hal tersebut

didukung oleh pendapat Wulandari (2015) bahwa kesepian yang dialami remaja akan mempengaruhi tingkat atau intensitasnya dalam bermain *game online*, karena kualitas hubungan yang dimiliki tidak sesuai dengan yang diharapkannya maka remaja banyak menghabiskan waktunya di dunia maya untuk bermain *game online* dibandingkan untuk berinteraksi dengan sesama sehingga menyebabkan remaja mengalami kecanduan *game online*. Selain itu Prabowo (2012), menurut temuan penelitiannya, tingkat kecanduan *game online* sebanding dengan sejauh mana remaja memiliki persepsi bahwa mereka tidak diterima oleh teman sebaya dan lingkungan tempat mereka tinggal. Persepsi ini diikuti oleh perasaan terasing. Ini memberikan bukti lebih lanjut bahwa fenomena kesepian serta kecanduan *game online*, memang terjadi pada remaja.

Berdasarkan penjelasan di atas, peneliti merumuskan masalah penelitian “Apakah ada hubungan antara kesepian dengan kecanduan *game online* pada remaja?”.

B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kesepian dengan kecanduan *game online* pada remaja.

2. Manfaat Penelitian

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah kemajuan teoritis psikologi, khususnya dalam disiplin ilmu psikologi sosial dan psikologi klinis.
- b. Sebagai manfaat praktis, remaja diharapkan dapat menemukan teman untuk menghilangkan rasa kesepiannya dan terlibat dalam aktivitas yang bermakna untuk mengurangi jumlah waktu yang mereka habiskan dalam bermain *game online*.