

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Perkembangan teknologi memberikan efek yang sangat signifikan bagi perkembangan dunia *game*. Pergeseran cara bermain individu yang semula lebih didominasi dengan permainan tradisional mulai beralih menggunakan alat bantu teknologi. Individu tidak lagi perlu bersusah payah menghabiskan tenaga maupun mencederai fisik untuk sekadar menikmati permainan. Teknologi membuat segala ihwal menjadi lebih sederhana dan mudah untuk digunakan. Kemudahan ini membuat banyak Individu beralih dari permainan tradisional menuju permainan modern (Saputra, 2017).

Salah satu bentuk permainan modern yang frekuensi penggunaannya mengalami peningkatan adalah *game online* (Wijman, 2018). Pendekatan yang lebih interaktif dalam bersosialisasi membuat *game online* lebih digemari oleh khalayak ramai (Taylor, 2006). Fitur eksklusif yang ditawarkan dalam bermain di dunia virtual adalah dapat menghindari kontak langsung dalam situasi sosial yang dapat menyebabkan terjadinya kecemasan sosial dan berdampak pada menurunnya kesehatan mental individu (Lo, Wang, dan Fang, 2005). Seseorang seringkali salah mengartikan kemudahan berkomunikasi dalam *game online* menjadi sebuah alat untuk memperbaiki relasi interpersonal yang kandas di kehidupan riil (Kuss dan Griffiths, 2012).

Mahasiswa merupakan salah satu pengguna *smartphone* maupun *personal computer* yang didayagunakan untuk bermain *game online* (Long, Liu, Liu, Hao, Maurage, & Billieux, 2018). *Game online* pada umumnya digunakan sebagai salah satu alternatif sarana hiburan, namun ada juga yang menggunakannya sebagai sarana untuk memenuhi kebutuhan akan afiliasi (Lo, dkk, 2005). Mahasiswa berada di fase yang dilematis di mana berada pada fase peralihan antara masa remaja akhir dengan dewasa awal. Pada fase ini seseorang mengalami banyak sekali perubahan diantaranya adalah aspek intelektual. Perubahan intelektual membawa transformasi yang khas dari cara berpikir seseorang yang memungkinkan untuk mencapai integrasi dalam hubungan sosial orang dewasa (Hurlock, 2012). Salah satu upaya yang dilakukan untuk mencapai hal tersebut adalah dengan melakukan interaksi virtual (Lo, dkk, 2005).

Game online merupakan salah satu wadah yang dapat digunakan untuk menjalin interaksi virtual. Kebebasan dalam mengekspresikan diri di dunia virtual menjadi daya tarik bagi mahasiswa yang mengalami kesulitan dalam menjalin hubungan interpersonal (Taylor, 2006). Dunia virtual memberikan kemudahan pada seseorang untuk menjadi karakter yang sesuai dengan imajinernya. Kenyamanan yang ditawarkan oleh dunia virtual dalam berhubungan dengan khalayak ramai menjadi penyebab meningkatnya frekuensi bermain *game online* yang juga berdampak pada berkurangnya intensitas untuk bersosialisasi di dunia riil. Hal ini berimbas pada timbulnya relasi interpersonal yang problematik (Griffiths, Davies, dan Chappel, 2004).

Perkembangan teknologi komunikasi membawa perubahan cara pandang dalam bermain *video games*. *Video games* tradisional mulai bergeser ke arah *game online* di mana jangkauan interaksi antar individu menjadi lebih luas. Individu tidak memerlukan tempat dan waktu khusus untuk bisa berinteraksi serta tanpa perlu memperlihatkan identitas sesungguhnya kepada individu lainnya. Kemudahan ini menggiring individu untuk meningkatkan frekuensi bermain *game online* dan menjadi kecanduan terhadap *game online* (Huh dan Browman, 2008). Xu, Turel, dan Yuan (2012) mendefinisikan kecanduan *game online* sebagai keadaan ketergantungan secara psikologis yang bersifat maladaptif terhadap *game online* yang dimanifestasikan melalui pola pemahaman perilaku obsesif kompulsif dan eksploitasi perilaku dimana mengorbankan kegiatan penting lainnya. Sementara itu, Lemmens, Velkenburg, dan Peter (2009) mendefinisikan kecanduan game sebagai penggunaan berlebihan dan juga kompulsif terhadap komputer maupun *video game* yang mengakibatkan masalah terkait sosial maupun emosional, kendatipun terpapar masalah tersebut, pemain game tidak mampu untuk mengontrol penggunaan yang berlebihan terhadap komputer maupun *video game*.

Kecanduan *game online* memiliki tujuh kriteria yaitu, *salience*, *tolerance*, *mood modification*, *withdrawal*, *relapse*, *conflict*, dan *problems*. *Salience* didefinisikan sebagai bermain *game* menjadi aktifitas yang paling penting dalam kehidupan individu dan mendominasi pikiran, perasaan dan perilaku. *Tolerance* merupakan sebuah proses di mana aktifitas individu dalam bermain *game online* semakin meningkat, sehingga

secara bertahap waktu yang dihabiskan untuk bermain *game online* bertambah jumlahnya. *Mood modification* merupakan pengalaman subjektif sebagai hasil dari keterikatan dengan bermain *game online*, misalnya penenangan diri atau relaksasi terkait pelarian diri. *Withdrawal* adalah perasaan yang tidak menyenangkan atau dampak fisik yang terjadi ketika berhenti atau mengurangi aktivitas bermain *game online* (Lemmens, Velkenburg, dan Peter, 2009).

Relapse merupakan salah satu kriteria kecanduan *game online*, Relapse didefinisikan sebagai aktivitas bermain *game online* yang berlebihan cenderung mendorong individu untuk secara cepat kembali mengulangi perilaku bermain *game online* setelah tidak melakukannya dalam jangka waktu tertentu atau masa kontrol. *Conflict* merupakan pertikaian yang terjadi merujuk pada konflik interpersonal yang di hasilkan dari aktifitas bermain *game online* secara berlebihan. *Conflict* dapat terjadi diantara pemain dan khalayak ramai. Selanjutnya kriteria yang terakhir dari kecanduan *game online* adalah *Problems*, *Problems* dimaknai sebagai masalah yang disebabkan oleh aktivitas bermain *game online* secara berlebihan sehingga mendorong tergesernya aktivitas lain seperti sekolah, berkerja dan bersosialisasi (Lemmens, dkk, 2009).

Game online menjelma menjadi fenomena yang sangat populer baik di kalangan remaja maupun khalayak ramai. Pada tahun 2012 tercatat lebih dari 1 miliar orang di dunia memainkan permainan tersebut (Kuss, 2013). Laporan lain menyatakan bahwa terdapat 2,3 miliar orang di dunia yang memainkan permainan tesebut, di tahun 2018 terjadi peningkatan sebesar 92% dalam kurun waktu 6 tahun (Wijman, 2018).

Probabilitas *gamers* yang mengalami kecanduan *game online* sebesar 1,4 % atau sebesar 32,2 juta dari jumlah keseluruhan prevalensi orang yang memainkan permainan tersebut (Wittek, Finseras, Pallesen, Mentzoni, Hanss, Griffiths, dan Molde, 2015). Pertumbuhan jumlah pemain *game* di Indonesia sendiri sangat pesat yaitu sebesar 5%-10% setiap tahunnya (Mon, 2014). Saat ini jumlah keseluruhan *gamers* di Indonesia diperkirakan mencapai 34 juta orang (Rachmawati, 2018). Penelitian yang dilakukan oleh Pew Internet Research menemukan bahwa 70 % dari mahasiswa sesekali pernah mencoba untuk bermain video *games* (Weaver, 2013). Sebagian besar *gamers* menggunakan *smartphone* sebagai perangkat untuk terhubung dengan *game* yang dimainkan, yaitu sebesar 32%, dimana 10 % menggunakan tablet dan 58 % perangkat lainnya. (Lopez-Fernandez, Mannikko, Kaariainen, Griffiths, dan Kuss, 2017).

Data primer yang diperoleh peneliti dari hasil wawancara yang dilakukan pada tanggal 22, 23, 24 dan 25 Juni 2019 terhadap 20 mahasiswa di Fakultas “X” Universitas “X” di Kota Mataram didapatkan hasil bahwa seluruh mahasiswa yang menjadi responden bermain *game online*. Keseluruhan mahasiswa bermain *game online* menggunakan *smartphone* maupun *personal computer*. Waktu rata-rata yang dihabiskan oleh responden untuk bermain *game online* dalam seharinya adalah 2 sampai dengan 3 jam untuk hari aktif dan lebih dari 10 jam untuk hari libur. Rata-rata responden menghabiskan waktu lebih dari 25 jam per minggu. Smahel, Blinka, dan Ledably (2008) menyatakan bahwa seseorang yang menghabiskan waktu lebih dari

22,7 jam per minggu untuk bermain *game online* memiliki kecenderungan untuk mengalami adiksi.

Keseluruhan responden mengakui sulit untuk menghentikan keterikatan terhadap *game* terutama ketika responden sedang terlena oleh fitur yang disajikan di dalam *game* yang dimainkan (*salience*). Responden selalu teringat mengenai misi ataupun *event* yang belum diselesaikan di dalam *game* yang dimainkan. Responden cenderung ingin mengulangi perilaku bermain *game* tersebut setelah tidak menggunakannya sebab tersegregasi oleh proses perkuliahan (*relapse*). Responden memberikan jeda untuk tidak bermain ketika misi ataupun *event* dalam *game* tersebut tercapai. Akan tetapi, responden kembali bermain *game* ketika muncul *event* maupun misi baru. Apabila *event* ataupun misi yang ditawarkan dalam satu *season* lebih dari satu, frekuensi bermain *game online* dari responden cenderung meningkat (*tolerance*).

Responden juga melaporkan bahwa tujuan dari bermain *game* adalah untuk relaksasi dan penenangan diri (*tranquilizing*) dari berbagai permasalahan terkait perkuliahan. Seluruh responden mengakui bahwa pelarian dilakukan adalah untuk menghindari problematika perkuliahan. Alih – alih menghindari permasalahan riil maupun perkuliahan, responden justru terjerumus permasalahan baru, yaitu jam tidur yang kurang, tugas yang tidak selesai, konflik dengan teman sebaya (*conflict*), dan kesehatan yang menurun (*problem*). Responden juga mengaku bahwa sangat sulit untuk lepas dari *game*. Timbul perasaan gelisah ketika ada misi ataupun *event* yang belum terselesaikan oleh responden (*Withdrawal*).

Mahasiswa seyogianya mampu untuk mengendalikan kognisi terutama berhubungan dengan persepsi terkait kontrol diri yang mampu mendistorsi keyakinan dan menggeneralisasikannya guna mengontrol perilaku bermain *game*, menurunkan maupun memberhentikan perilaku tersebut (King dan Delfabbro, 2016). Ketidakmampuan seseorang untuk mengontrol kognisi menjadi salah satu penyebab meningkatnya frekuensi bermain *game* yang tidak terkontrol dan adiktif (Wu, Sescousse, Yu, Clark, dan Li, 2018). Perilaku bermain *game* yang adiktif dapat menurunkan kesehatan fisik, kehidupan sosial, dan kesejahteraan psikologis seseorang. Sementara itu, seseorang yang mampu mendistorsi kognisi dengan baik dapat membentuk perilaku bermain *game online* yang sehat dan berdaya guna untuk mengurangi stress serta sebagai media relaksasi. Hal ini tentunya bisa dijadikan sarana untuk meningkatkan kualitas dan kepuasan hidup seseorang (Manniko, Ruotsalainen, Miettunen, Pontes, dan Kaariainen, 2017).

Pemain *game online* yang terindikasi mengalami kecanduan juga diharuskan menghadapi beberapa konsekuensi. Penelitian yang dilakukan oleh Gaetan, Brejard, dan Bonnet (2016) menjelaskan bahwa seseorang yang mengalami kecanduan *game online* mengalami permasalahan berkaitan dengan fungsi emosional. Pecandu *game online* memiliki kecenderungan sulit untuk mengidentifikasi, mendeskripsikan dan mengekspresikan emosi. Ketidakmampuan dalam mengidentifikasi emosi ini membuat individu tidak mampu menekan emosi positif maupun negatif yang bergejolak. Farmer dan Kashdan (2012) menjelaskan bahwa kecemasan sosial disebabkan oleh disfungsi

emosi. Lebih lanjut, Radebaugh, Bielak, Vidovic, dan Moscovitch (2015) mengungkapkan bahwa kecemasan sosial dapat menyebabkan permasalahan yang berhubungan dengan relasi interpersonal dan mengarah pada menurunnya kualitas kehidupan sosial seseorang.

Long, Liu, Liu, Hao, Maurage, & Billieux (2018) melaporkan bahwa terdapat sekitar 3206 pelajar dan mahasiswa yang mengalami kecanduan *game online* di China. Sebagian besar dari pecandu *game online* tersebut memiliki reaksi yang begitu lambat terutama ketika dihadapkan pada proses kognitif yang rumit, seperti pengambilan keputusan. Sejalan dengan hal tersebut, rendahnya perfomansi akademik seseorang dipengaruhi oleh rendahnya kemampuan dalam pengambilan keputusan (Tanglang dan Ibrahim, 2016). Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Nayak (2018) menggunakan 40.000 mahasiswa sebagai subjek dimana sebanyak 14.000 orang terdeteksi mendayagunakan *smartphone* untuk bermain *game*, didapatkan hasil bahwa kecanduan *smartphone* maupun *game* berpengaruh terhadap penurunan kinerja mahasiswa.

Mehroof dan Griffith (2010) menyatakan bahwa terdapat enam faktor yang mempengaruhi kecanduan *game online*, yakni *sensation seeking* (pencari sensasi), *self control* (kontrol diri), *neuroticism* (neurotisme), *aggression* (agresi), *state anxiety* dan *trait anxiety*. Sementara itu, Lo, dkk (2005) mengungkapkan bahwa terdapat dua faktor lainnya yang mempengaruhi kecanduan *game online*. Faktor tersebut adalah *physical interpersonal relationships* (relasi interpersonal fisik) dan kecemasan sosial.

Usia kemahasiswaan ditandai dengan peningkatan *sensation seeking* (pencarian sensasi) pada individu (Broderick dan Blewitt, 2015). Akan tetapi, repetisi dari aktivitas perkuliahan yang ditempuh oleh mahasiswa menggiring ke area emosional yang inadkuat (Tze, Daniels, dan Klassen, 2015). Mahasiswa menjadi mudah merasa bosan terhadap proses perkuliahan sehingga cenderung untuk mencari aktivitas lainnya yang mampu untuk menawarkan variasi pengalaman (Chiang, Cheng, dan Liu, 2011). *Game online* merupakan sarana terpilih yang digunakan untuk mengatasi rasa bosan sebab menawarkan beraneka ragam petualangan maupun ihwal baru yang memiliki kapabilitas untuk meningkatkan sensasi dari penggunaanya (King dan Delfabbro, 2019). Keterbatasan dalam hal pengekspresian diri baik secara emosional maupun perilaku konsekuensi dari norma hukum ataupun susila tidak berlaku ketika bermain *game online*. Akibatnya, mahasiswa yang mengalami kerentanan terhadap kebosanan, dan kurangnya akan variasi pengalaman maupun sensasi cenderung memiliki frekuensi bermain *game online* yang tinggi (Mehroof dan Griffith, 2010). Penggunaan waktu yang berlebihan untuk bermain *game online* menjadi kausa timbulnya kecanduan pada individu (Grusser, Thalemann, dan Griffiths, 2007).

Bersumber dari penjelasan di atas dan juga pada faktor-faktor yang mempengaruhi kecanduan *game online*, maka peneliti memilih faktor *sensation seeking* (pencarian sensasi) sebagai salah satu faktor yang akan diteliti dalam melihat pengaruh terhadap kecanduan *game online*. Pemilihan faktor *sensation seeking* (pencarian sensasi) didukung oleh pendapat Billieux, Thorens, Khazaal, Zullino,

Achab, dan Linden (2015) yang menyebutkan bahwa seseorang yang mengalami kecanduan *game online* memiliki *sensation seeking* (pencarian sensasi) yang tinggi, lantaran seseorang yang rentan terhadap kebosanan dan identik dengan *sensasi* yang tinggi cenderung memiliki frekuensi bermain game yang tinggi. Lebih lanjut, didukung dari penelitian yang dilakukan oleh Hu, dkk (2017) yang menemukan bahwa terdapat hubungan yang positif antara *sensation seeking* (pencarian sensasi) dengan kecanduan *game online*.

Sensation Seeking (pencarian sensasi) ditandai dengan keinginan yang kuat untuk mengalami sensasi baru yang menyenangkan dalam bentuk aktivitas penuh resiko guna mendapatkan hal baru maupun pengalaman yang menggairahkan (Hu, Zhen, Yu, Zhang, dan Zhang, 2017). *Sensation seeking* (pencarian sensasi) didefinisikan sebagai keinginan untuk mengalami sensasi dan pengalaman yang bervariasi, baru kompleks dan intens, serta kemauan untuk mengambil resiko fisik, sosial, legal dan finansial demi pengalaman tersebut. (Zuckerman, 2006). Sementara itu, Fang dan Zhao (2010) mendefinisikan *sensation seeking* (pencarian sensasi) sebagai karakteristik kepribadian yang ditelaah ke dalam bentuk kebutuhan akan sensasi maupun pengalaman yang bervariasi, baru dan kompleks serta kesediaan untuk mengambil resiko fisik maupun sosial demi mendapatkan pengalaman yang dihendaki. Individu dengan *sensation seeking* (pencarian sensasi) yang tinggi memandang *game online* sebagai perihai yang dapat mengesampingkan kerentanan terhadap rasa jenuh

dan juga meningkatkan gairah agar tetap berada pada posisi ideal (King dan Delfabbro, 2019).

Sensation seeking (pencarian sensasi) dibagi ke dalam empat aspek, yakni *trill and adventure seeking* (Pencarian gairah dan petualangan), *experience seeking* (Pencarian pengalaman), *dishinbition* (Perilaku tanpa ikatan), dan *boredom susceptibility* (Mudah merasa bosan). *Trill and adventure seeking* (Pencarian gairah dan petualangan) didefinisikan sebagai keinginan untuk mencari sensasi melalui aktivitas atau olahraga yang beresiko dan menantang. *Experience Seeking* (Pencarian pengalaman) merupakan keinginan untuk mencari variasi pengalaman melalui pikiran dan indera, melalui gaya hidup nonkonformis dan bebas. Sementara itu, *dishinbition* (Perilaku tanpa ikatan) dicerminkan sebagai pola tradisional nonkonformitas melalui pemberontakan terhadap kode ketat tentang perilaku sosial yang dapat diterima. Lebih lanjut, aspek terakhir dari *sensation seeking* (pencarian sensasi) adalah *boredom susceptibility* (Mudah merasa bosan) yang dimaknai sebagai keengganan untuk melakukan hal apapun yang berulang, pekerjaan rutin, atau orang-orang yang membosankan dan gelisah ekstrem ketika dalam kondisi untuk melarikan diri dari kejenuhan yang tidak memungkinkan (Zuckerman, dkk, 1978).

Sensation seeking (pencarian sensasi) memiliki peranan penting dalam pembentukan perilaku bermain *game online* yang adiktif, sebab individu dengan *sensation seeking* (pencarian sensasi) yang tinggi cenderung rentan terhadap kebosanan. *Game online* berperan sebagai sarana yang digunakan individu untuk

menyalurkan rasa bosan (King dan Delfabbro, 2019). Selanjutnya, Mehroof dan Griffith (2010) menyatakan hal yang senada bahwa seseorang dengan *sensation seeking* (pencarian sensasi) yang rendah cenderung memiliki tingkat kecanduan yang rendah, sebab seseorang tersebut cenderung menghindari pengalaman yang intens dan gaya hidup nonkonformitas.

Berdasarkan uraian di atas, diketahui bahwa semakin tinggi *sensation seeking* (pencarian sensasi) yang dimiliki mahasiswa semakin tinggi pula tingkat kecanduan *game online* pada mahasiswa. Sebaliknya, semakin rendah *sensation seeking* (pencarian sensasi) yang dimiliki mahasiswa maka semakin rendah pula tingkat kecanduan *game online* pada mahasiswa. Lebih lanjut, dapat disimpulkan permasalahan dalam penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara *sensation seeking* (pencarian sensasi) dengan kecanduan *game online* pada mahasiswa?

B. Tujuan dan Manfaat

1. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara *sensation seeking* (pencarian sensasi) dengan kecanduan *game online* pada mahasiswa.

2. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran atau memperkaya konsep maupun teori terkait bidang kesehatan terutama

menyangkut kebutuhan yang diperlukan oleh mahasiswa yang mengalami kecanduan *game online* dari tingkatan yang terendah hingga yang tertinggi. Lebih lanjut, hasil penelitian ini diharapkan dapat menyumbangkan pemikiran terkait pemecahan masalah yang berhubungan dengan *game online* sehingga dapat menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya untuk melakukan dan mengembangkan penelitian dengan tema yang sama.

b. Manfaat Praktis

1) Bagi subjek

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tentang *sensation seeking* (pencarian sensasi) dan kecanduan *game online* serta hubungannya, sehingga subjek memperoleh gambaran yang jelas bagaimana *sensation seeking* (pencarian sensasi) dapat berperan dalam munculnya perilaku yang inadkuat dan menggiring ke arah kecanduan *game online*.

2) Bagi pengajar

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan nilai-nilai positif bagi tenaga pengajar dalam menyajikan materi perkuliahan sehingga mahasiswa menjadi tidak mudah merasa bosan.