

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja pada umumnya sering didefinisikan sebagai periode transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa atau seseorang yang menunjukkan tingkah laku tertentu seperti susah diatur dan mudah terangsang perasaannya (Putro, 2017). Pada awal memasuki masa remaja dimulai pada usia 11 tahun atau 12 tahun dan berakhir pada usia akhir belasan tahun atau awal 20 tahun. Masa remaja sering dikaitkan dengan fase sementara atau transisi yang masih membutuhkan arahan orang dewasa karena remaja belum menguasai kapasitas fisik atau psikologis mereka (Harto 2022).

Griffiths & Wood (dalam Lemmens, Valkenburg, & Peter, 2009), Menjelaskan bahwa usia remaja dianggap lebih sering dan rentan terhadap penggunaan *game online* dari pada orang dewasa. Hasil dari survei *Decision Lab* pada tahun 2018 menyatakan bahwa pemain *game online* terbanyak di Indonesia rata-rata berusia 16 sampai 24 tahun, yaitu dengan persentase 27 persen (Lokadata, 2018). Remaja dikatakan lebih banyak menghabiskan waktu untuk bermain *game online* dari pada orang dewasa, karena remaja memiliki lebih banyak waktu luang dan tanggung jawab yang lebih rendah dari pada orang dewasa, serta remaja memiliki jadwal kegiatan yang lebih fleksibel dari pada orang dewasa (Griffiths, dalam Nirwanda & Ediati, 2016).

Definisi dari *game online* menurut Kim dkk, (dalam Sudarsono, 2012), merupakan permainan dimana banyak orang yang dapat bermain pada waktu yang

sama dengan melalui jaringan komunikasi *online* atau internet. Di dalam *game online* memiliki fitur *chatting* atau *add friends*, maka dengan fitur tersebut pemain *game online* akan mendapatkan teman baru dan dapat berkomunikasi dengan pemain *game online* yang berbeda kota atau bahkan berbeda negara menurut Ardianasari, (dalam Yusra, dkk, 2021). *Game online* akan memberikan manfaat positif apabila dimanfaatkan untuk hiburan, (Adams, 2013), di mana segala rasa penat dan stres dapat dikurangi dengan bermain game (Russoniello, O'Brien, & Parks, 2009). Namun yang terjadi saat ini, *Game online* banyak dimainkan secara berlebihan dan digunakan sebagai tempat untuk melarikan diri dari realitas kehidupan sehingga yang terjadi adalah kecanduan *game online* (Hussain & Griffiths, 2009).

Menurut Pahlevi, (dalam Rochmah, 2011) individu yang kecanduan *game* mempunyai keadaan akan kesulitan untuk lepas dari permainannya tersebut. Seseorang dikatakan telah kecanduan *game online* karena selalu membiasakan diri dengan *game online* baik sadar ataupun tidak. Tidak jarang banyak yang hingga tidak bisa membedakan kehidupan nyata dengan kehidupan virtual. Soleman (dalam Rochmah, 2011) menurutnya individu yang bermain *game online* dapat menimbulkan perilaku negatif yaitu pertama dilihat secara sosial, hubungan dengan teman, keluarga jadi semakin renggang karena waktu bersama mereka menjadi jauh berkurang. Keterampilan sosial berkurang, sehingga semakin merasa sulit berhubungan dengan orang lain. Kedua dilihat secara psikis, pikiran menjadi terus menerus memikirkan permainan yang sedang dimainkan. Menjadi sulit konsentrasi

terhadap studi, pekerjaan, sering bolos terkadang juga sampai menghindari pekerjaan.

Ketiga dilihat secara fisik, berat badan menurun karena lupa makan, atau bisa juga bertambah karena banyak dari pemain yang bermain *game online* disertai aktivitas makan makanan kecil dan kurang olahraga, terkena paparan cahaya radiasi komputer yang dapat merusak saraf mata dan otak, kesehatan jantung menurun akibat kurang beristirahat selama bermain *game online*, ginjal dan lambung juga terpengaruh akibat banyak duduk, kurang minum, lupa makan karena keasyikan bermain. Selain itu, seorang yang telah kecanduan *game online* menjadi acuh takacuh, kurang peduli terhadap hal-hal yang terjadi disekelilingnya sehingga kehidupan sosialnya akan terganggu karena para pencandu *game online* biasanya akan bermain *game* berjam-jam tak jarang lupa waktu dan itu membuat interaksinya dengan lingkungan sekitar menjadi renggang. Tidak jarang juga para pencandu *game online* biasanya dimanapun kapanpun akan tidak akan lepas dari gamenya, sehingga orang-orang disekitarnya menjadi malas berinteraksi. Oleh karena itu, para pecandu game online sering hanya berinteraksi dengan sesama pecandu *game online* saja.

Menurut (Ghuman & Griffiths, 2012) menjelaskan ada masalah yang timbul dari aktivitas bermain *game online* yang berlebihan, di antaranya kurang peduli terhadap kegiatan sosial, kehilangan kontrol atas waktu, menurunnya prestasi akademik, relasi sosial, finansial, kesehatan, dan fungsi kehidupan lain yang penting. Maka ketika suatu kebiasaan terlalu berlebihan dalam menikmati *game online* dapat mempermudah pengguna untuk sering dan terus menerus bermain

game online yang berdampak menjadi kecanduan pada bermain *game online* (Sugeng, Ardhiani, & Budiyantri, 2020). Remaja yang sudah mengalami kecanduan *game online* akan sulit untuk bisa mengontrol waktu bermainnya. Dan hal inilah yang menyebabkan remaja mengabaikan dunia nyata dan peran mereka di dalamnya.

Masa remaja juga lekat dengan *stereotype* periode bermasalah (Hurlock, 2010), yang memungkinkan percobaan terhadap hal baru dan hal tersebut dapat berisiko menjadi perilaku bermasalah seperti kurangnya dalam mengontrol diri dalam penggunaan *game online* yang berlebihan. Remaja yang berusia 12 sampai 20 tahun yang saat ini yang sudah sedang banyak menggunakan teknologi dan di *support* dengan mudah dalam mengakses internet dan ketersediaan alat elektronik pendukung seperti *smartphone*, *computer*, dan *laptop*. Maka dengan demikian dapat mempermudah mereka untuk sering bermain *game online* di manapun, sehingga berdampak pada kecanduan untuk bermain *game online* (Sugeng, Ardhiani & Budiyantri, 2020; Dalam Eryzal Novrialdy, 2019)

Kecanduan *game online* merupakan suatu penggunaan media *game online* secara berlebihan atau komplusif yang berpengaruh pada kehidupan sehari-hari (Weinstein 2010). Individu yang mengalami kecanduan pada *game online* akan menggunakan *game online* secara terus menerus, mengisolasi diri dari kontak sosial, dan lebih fokus untuk pencapaian dalam bermain *game online* dan mengabaikan hal-hal lainnya (Yee, 2010). Kecanduan *game online* yang berlebihan juga berdampak pada individu yang cenderung kurang tertarik terhadap kegiatan lain, merasa gelisah saat tidak dapat bermain *game online*. (Jannah, Mudjiran, &

Nirwana, 2015). Dan adanya juga penurunan prestasi akademik, relasi sosial, dan Kesehatan (Ghuman & Griffiths, 2012).

Definisi kecanduan *game online* menurut Lemmens, dkk, (2009) merupakan sebuah penggunaan yang berlebihan dan kompulsif pada video *game* atau *game computer* yang menyebabkan masalah sosial atau emosional. Meskipun memiliki masalah, pengguna tidak dapat mengendalikan penggunaan *game online* yang berlebihan tersebut. Kecanduan *game online* juga merupakan suatu permasalahan yang dapat menghambat dan mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan remaja pada psikologis, akademik, Kesehatan finansial, dan social. Maka dapat diambil kesimpulan bahwa kecanduan *game online* merupakan suatu penggunaan secara berlebihan atau kompulsif, yang kemudian mengisolasi diri dari kehidupan sosialnya, fokus pada *game online* dan tidak bisa mengendalikannya, serta memberikan dampak buruk pada psikologis, akademik, Kesehatan finansial, dan social.

Data menunjukan di indonesia remaja dengan usia 15-18 tahun mengalami kecanduan *game online* sebesar 77,5% remaja putra, dan 22,5% remaja putri (Gurusinga, 2021). Didukung dengan Penelitian yang dilakukan Jap, Tiatri, Jaya, & Suteja (2013) mengungkapkan bahwa 10,15% remaja di Indonesia terindikasi mengalami kecanduan *game online*.

Terdapat 5 Aspek Kecanduan Game Online menurut Chen dan Chang (2008) *Compulsion* (kompulsif, atau dorongan untuk melakukan secara terus menerus) merupakan suatu dorongan atau tekanan kuat yang berasal dari dalam diri sendiri

untuk melakukan suatu hal secara terus menerus, dimana hal ini merupakan dorongan dari dalam diri untuk terus menerus bermain *game online*. *Withdrawal* (Penarikan Diri) merupakan upaya untuk menarik diri dari suatu hal. *Tolerance* (Toleransi) toleransi dalam hal ini diartikan sebagai sikap menerima keadaan diri kita ketika melakukan suatu hal. *Interpersonal and health-related problems* (masalah hubungan interpersonal dan kesehatan) merupakan persoalan yang berkaitan dengan interaksi kita dengan orang lain dan juga masalah kesehatan. *Time Management* (manajemen waktu) Merupakan kemampuan untuk mengatur waktu antara melakukan aktivitas satu dengan aktivitas lainnya.

Peneliti melakukan wawancara pada tanggal 16 Maret 2023 pada 8 remaja di Yogyakarta. Delapan orang responden tersebut merupakan remaja berusia 15-20 tahun dan diketahui bahwa 5 orang dari 8 responden lebih banyak menghabiskan waktu bermain *game online* di warnet dan disusul di *smartphone* ketika sudah pulang kerumah. Mereka terus melakukan kegiatan tersebut hampir setiap harinya dan berulang ulang, walupun ada kegiatan lebih penting mereka tetap tidak bisa mengendalikan dorongan untuk bermain sehingga mengabaikan kegiatan lainnya. Hal tersebut memenuhi aspek *Compulsion*

Terdapat 2 orang dari remaja tersebut menyadari kesalahan mereka selama mereka bermain *game online*, ketika menyadari telah mengabaikan banyak waktu bermain mereka sering melewatkan momen penting lainnya dalam kehidupannya seperti bersosial dengan teman sekolah dan keluarga, sehingga mereka mewajarkan

hal itu terjadi setiap harinya dan menerima risikonya dikemudian hari. hal tersebut memenuhi aspek *tolerance*.

8 responden, semuanya memiliki pendapat yang sama bahwa mereka lebih sering begadang di malam hari hanya untuk bermain *game online* dari pada berbaur dengan lingkungan yang tidak cocok dengan kesenangan yang mereka dapatkan saat bermain *game online*, sehingga mereka merasa kesepian ketika tidak bermain *game online*. Banyak dari mereka mengatakan memiliki masalah gangguan kesehatan Ketika terlalu lama bermain *game online*, sakit pada lengan, bahu, dan sakit perut karena telat makan, Hal tersebut memenuhi aspek *Interpersonal and health-related problems*.

4 responden mengakui bahwa mereka sering melupakan tugas tugas penting karena banyak menghabiskan waktu saat bermain *game online*. Mereka sudah mencoba berusaha untuk mengerjakan pekerjaan dan tanggung jawab mereka sebagai pelajar maupun anak dirumah dan di sekolah. mereka kesulitan membagi waktu karena banyak waktu yang sudah lebih dulu mereka habiskan untuk bermain *game online*. Kegiatan penting yang sering mereka lewatkan yaitu mengerjakan tugas sekolah, tugas rumah, waktu makan dan beberapa dari mereka melewatkan waktu beribadah, maka hal tersebut memenuhi aspek *time management*.

Kecanduan *game online* dapat menyebabkan dampak psikologis yang negatif bagi manusia seperti anti *social*, cemas, depresi, sulit konsentrasi, dan merasa kesepian Ketika berada di keramaian penyebab tersebut karena individu hanya memikirkan tentang bermain *game online* (Jannah, Mudjiran, & Nirwana,

2015). Ghuman & Griffiths (2012) menjelaskan ada dampak yang timbul dari aktivitas bermain *game online* yang berlebihan, di antaranya kurang peduli terhadap kegiatan sosial, kehilangan kontrol atas waktu, menurunnya prestasi akademik, relasi sosial, finansial, kesehatan, dan fungsi kehidupan lain yang penting. Kecanduan *game online* dapat menimbulkan dampak negatif bagi perkembangan psikologis dan psikososial pada remaja serta akan mempengaruhi masa selanjutnya selama berlangsungnya kehidupan. Kecanduan *game online* dapat menimbulkan dampak negatif jika tidak dapat mengatur lamanya bermain *game online*, menghabiskan banyak waktu untuk bermain *game online*, rentang dapat menghancurkan semua tanggung jawab dalam kehidupannya dan aktivitas sosialnya (Pranitika, 2014).

Lemmens, dkk, (2009) menyebutkan faktor-faktor yang menyebabkan seseorang mengalami kecanduan *game online* yaitu, kesepian, Waktu yang dihabiskan untuk bermain, Kepuasan hidup yang rendah, dan agresi. Sedangkan Wan & Chiou (2006) menjelaskan faktor-faktor yang mempengaruhi yaitu, Rasa kesepian, kebutuhan psikologis, kebutuhan motivasi, kebutuhan hiburan, kebutuhan rekreasi, dan kebosanan. Maka dari kedua teori tersebut peneliti memilih faktor kesepian untuk diteliti lebih dalam dikarenakan sejalan dari hasil wawancara yang dilakukan peneliti menunjukkan bahwa kesepian sebagai salah satu faktor yang menunjukkan remaja memiliki kecanduan *game online*.

Kesepian merupakan perasaan subjektif individu dikarenakan tidak adanya keeratan hubungan (Russell 1996). Kondisi tersebut dapat berupa keadaan sementara yang disebabkan oleh perubahan drastis dalam kehidupan sosial individu.

Kesepian emosional disebabkan karena kegagalan menjalin kelekatan dalam hubungan dan kegagalan untuk berintegrasi secara sosial. Pendapat lainnya mengartikan kesepian adalah kondisi yang tidak menyenangkan dan berdasarkan pengalaman berhubungan dengan orang lain, tidak mencukupinya kebutuhan akan bentuk hubungan yang akrab dan intimasi menurut (Peplau & Perlman 1982). Menurut teori dari dua tokoh tersebut dapat disimpulkan bahwa kesepian adalah pengalaman menyedihkan ditandai dengan perasaan sedih, bosan dan terisolasi dari lingkungan sosial karena individu mengalami kegagalan antara kenyataan dan keinginan terhadap suatu hubungan interpersonal.

Kesepian terjadi saat hubungan sosial seseorang dianggap kurang dalam kuantitas, terutama kualitas, dari yang diinginkan. Kesepian tidak identik dengan sendirian karena kesepian dapat terjadi pada individu yang memiliki hubungan sosial. (Russel, 1996) membagi aspek kesepian menjadi tiga yaitu kepribadian, keinginan social dan depresi. Kesepian menurut Leung (dalam Young, 2009) merupakan salah satu aspek sosial sebagai faktor utama dalam banyak kasus kecanduan *game online*. *Game online* merupakan salah satu media penghibur bagi individu ketika merasa kesepian.

Kesepian sering terjadi pada remaja yang mudah sekali murung dan kurang memiliki semangat dalam lingkungan sosialnya serta adanya konflik sosial yang terjadi pada remaja. Remaja yang merasa kesepian berasumsi bahwa bermain *game online* dapat menjadi pilihan sebagai sarana penanggulangan (coping) terhadap rasa kesepian yang dialaminya (Prabowo & Juneman, 2012). Ketika remaja terhibur dengan bermain *game online*, maka waktu bermain *game online* akan semakin

meningkat dan pemain *game online* tidak dapat mengontrol keinginannya untuk terus bermain *game online* sehingga mengalami kecanduan *game online* (Martanto, dkk, 2015). Bermain *game online* di Indonesia akhir-akhir ini menjadi trend dan issue di kalangan remaja. Tidak hanya di kota-kota besar, internet juga sudah merambah hingga pedesaan. Banyak penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa remaja rentan terhadap adiksi *game online*. Masa remaja merupakan masa pencarian identitas diri, yang mana dalam hal ini remaja menjadikan *game online* sebagai tempat pelarian. Remaja merupakan target utama yang dijadikan audience untuk pengiklanan *game online* dan menjadi kelompok yang paling beresiko terkena adiksi terhadap game online (Young, 2009).

Berdasarkan permasalahan tersebut, peneliti tertarik untuk mengetahui hubungan antara kesepian dengan kecanduan *game online* pada remaja. Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan, maka rumusan masalah penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara kesepian dengan kecanduan *game online* pada remaja?

B. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah penelitian di atas, maka tujuan penelitian yang dapat dicapai adalah untuk mengetahui hubungan antara kesepian dengan kecanduan game online pada remaja.

C. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat secara teoritis maupun praktis, yakni sebagai berikut:

a) Teoritis

Secara teoritis harapannya penelitian ini dapat memberikan suatu wacana baru tentang hubungan kesepian dan kecanduan *game online* pada remaja sehingga dapat menjadi salah satu referensi atau pertimbangan dalam melakukan penelitian lanjutan mengenai variabel kesepian dan variabel kecanduan *game online*.

b) Bagi pemain *game online* secara praktis

Manfaat teoritis hasil penelitian ini dapat memberikan sumbangan pengetahuan dan informasi pada remaja yang sedang mengalami kecanduan *game online*.