

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Perkembangan teknologi saat ini semakin pesat dengan menghasilkan produk-produk teknologi yang dapat memberikan manfaat bagi manusia, terutama bagi ilmu pengetahuan dan hiburan, salah satunya adalah *internet* (Ameliya, dalam Febriandari, Nauli & Rahmalia, 2016). Asosiasi Penyelenggara Jasa *Internet* Indonesia (APJII) dalam risetnya mengenai pengguna *internet* di Indonesia pada tahun 2013, menyatakan bahwa jumlah pengguna *internet* terus tumbuh secara signifikan hingga 22% dari 62 juta pengguna pada tahun 2012 menjadi 74,57 juta pengguna pada tahun 2013. Pengguna *internet* rata-rata menghabiskan waktu selama lebih dari 3 jam dalam menggunakan *internet* sehingga dapat menimbulkan potensi untuk berkembangnya industri *game online* di Indonesia (Ezrananta, 2016).

Menurut Komang Budi Aryasa, *Senior Manager Content Aggregation and Incubation Telkom* di Jakarta, berdasarkan data statistik sejak tahun 2010 jumlah pemain *game online* di Indonesia terus meningkat dibandingkan dengan negara-negara yang lain dengan kenaikan sebanyak 33% setiap tahunnya (Ezrananta, 2016). Hingga pertengahan tahun 2011, jumlah pemain *game online* di Indonesia diperkirakan sudah mencapai 6,5 juta orang (Meira, dalam Prabowo & Juneman, 2012). Eva (dalam Herudin, 2014) mengatakan bahwa jumlah pemain *game online* di Indonesia meningkat antara 5% - 10% setiap tahunnya, terutama karena semakin pesatnya infrastruktur *internet*. Industri *game online* di Indonesia

menghasilkan pendapatan sebanyak US\$ 190 juta sepanjang tahun 2013 dengan tingkat pertumbuhan sebanyak 35% dibandingkan tahun sebelumnya.

Pada *game online* terdapat fitur *chatting* atau *add friends*, sehingga dengan fitur tersebut pemain *game online* akan mendapatkan teman baru dan dapat berkomunikasi dengan pemain *game online* yang berbeda kota atau bahkan berbeda negara (Ardianasari, 2013). Selain itu, bermain *game online* dapat meningkatkan kinerja otak (IQ & EQ), media untuk menghilangkan stress, melatih kemampuan berbahasa inggris, meningkatkan semangat positif, menumbuhkan kreatifitas dan meningkatkan kemampuan *problem solving* (Tanaya, 2016). *Game online* menjadi media hiburan bagi semua orang saat memiliki waktu luang atau saat merasa lelah dari aktivitas sehari-hari. *Game online* tidak hanya memberikan hiburan tetapi juga memberikan tantangan yang sangat menarik untuk diselesaikan sehingga individu dapat bermain *game online* tanpa memperhitungkan waktu demi waktu untuk mencapai kepuasan mereka. Hal ini menjadikan pemain *game online* tidak hanya menjadi penikmat *game online* saja tetapi juga dapat menjadi kecanduan *game online* (Pratiwi, Andayani, & Karyanta, 2012).

Game online menarik perhatian dari berbagai kalangan, seperti anak-anak, remaja, bahkan orang dewasa. Namun banyak dari kalangan remaja yang larut dengan *game online*. Masa remaja sering kali didefinisikan sebagai periode transisi antara masa kanak-kanak ke masa dewasa atau seseorang yang menunjukkan tingkah laku tertentu seperti susah diatur dan mudah terangsang perasaannya (Papalia, Olds, & Feldman, 2009). Menurut Papalia, dkk, (2009)

masa remaja dimulai pada usia 11 tahun atau 12 tahun dan berakhir pada usia akhir belasan tahun atau awal 20 tahun. Pada masa sekarang ini remaja cenderung kurang suka untuk bekerja maupun belajar, terkadang remaja juga menunjukkan sifat negatif dan agresif terhadap masyarakat. Remaja cenderung menghabiskan waktunya dengan hal-hal yang disukainya dan melakukan aktivitas rekreasi yang sedang populer di kalangan sebayanya, salah satunya adalah bermain *game online* (Potter & Perry, dalam Dinata & Risdayanti, 2017).

Griffiths & Wood (dalam Lemmens, Valkenburg, & Peter, 2009), menjelaskan bahwa usia remaja dianggap lebih sering dan rentan terhadap penggunaan *game online* daripada orang dewasa. Situs resmi *game online* Indonesia yaitu *detiknet* menyatakan bahwa pada tahun 2009 terdapat 50% jumlah pemain *game online* di Indonesia adalah pelajar dan mahasiswa (Hariyanto, 2009). Remaja lebih banyak menghabiskan waktu untuk bermain *game online* daripada orang dewasa, karena remaja memiliki lebih banyak waktu luang dan tanggung jawab yang lebih rendah dari orang dewasa, serta remaja memiliki jadwal kegiatan mingguan yang lebih fleksibel daripada orang dewasa (Griffiths, dalam Nirwanda & Ediati, 2016).

Minat remaja dalam *game online* cukup besar, sehingga kebiasaan bermain tersebut dapat merugikan diri sendiri. *Game online* menjadi salah satu kebutuhan hidup bagi remaja hingga mengalihkan sebagian besar waktunya hanya untuk bermain *game online*. *Game online* dapat menimbulkan dampak negatif bagi perkembangan dan psikososial remaja serta akan mempengaruhi masa selanjutnya selama berlangsungnya kehidupan. *Game online* dapat menimbulkan dampak

negatif jika tidak dapat mengatur lamanya bermain *game online*, menghabiskan banyak waktu untuk bermain *game online*, menghancurkan semua tanggung jawab dalam kehidupannya dan aktivitas sosialnya (Pranitika, 2014). Remaja rela menghabiskan uangnya hanya untuk bermain *game online*, bahkan cukup banyak remaja yang tidak memperdulikan dirinya sendiri karena terlalu larut dalam bermain *game online*, seperti tidak menjaga kesehatannya, tidak belajar, kurang tidur, dan sebagainya (Ardianasari, 2013).

Karena ketidakperdulian tersebut, dikhawatirkan akan memberikan dampak yang buruk bagi mereka sendiri, yaitu para remaja akan mengalami kecanduan *game online* (Ardianasari, 2013). Menurut Siste (dalam Pratiwi, 2018) individu yang bermain game lebih dari 3 jam setiap hari rentan mengalami kecanduan *game online*. Bila individu mengalami kecanduan *game online* akan menunjukkan gejala putus perilaku, yakni apabila dihentikan kesenangannya (bermain *game online*) maka akan mulai timbul perilaku kesal, marah-marah, mengancam orang lain, bahkan menyakiti diri sendiri. Individu dapat dikatakan kecanduan *game online* jika individu tersebut terus bermain *game online* lebih dari 4-6 jam sehari (Ayu & Saragih, 2016). Hasil survey yang dilakukan oleh Yee (dalam Martanto, Hardjono, & Karyanta, 2015) menunjukkan bahwa sebanyak 60,9% subjek menghabiskan waktunya selama 10 jam berturut-turut untuk bermain *game online* ketika sudah *login* ke dalam sistem *game online*. Dalam satu minggu, rata-rata subjek dapat menghabiskan waktu sebanyak 40 jam hanya untuk bermain *game online*.

Fakta diatas menunjukkan bahwa remaja sangat rentan mengalami kecanduan *game online*. Hal ini bertentangan dengan perkembangan sosial remaja, yaitu remaja harus mengembangkan keterampilan sosialnya. Menurut Hidayati & Purnami (2008) tugas perkembangan remaja yaitu memiliki kemampuan untuk mengontrol dan mengembangkan diri sendiri dan memiliki kemampuan untuk menjalin relasi dengan sesama manusia. Hal ini yang membuat peneliti tertarik untuk mengambil topik kecanduan *game online* pada remaja.

Pengertian kecanduan *game online* menurut Lemmens, dkk, (2009) adalah penggunaan yang berlebihan dan kompulsif pada video *game* atau *game* komputer yang menyebabkan masalah sosial atau emosional. Meskipun memiliki masalah, pengguna tidak dapat mengendalikan penggunaan *game online* yang berlebihan tersebut. Lemmens, dkk, (2009) menjelaskan 7 aspek seseorang yang mengalami kecanduan *game online*, yaitu *salience* (kepentingan), *tolerance* (toleransi), *mood modification* (modifikasi suasana hati), *relapse* (kekambuhan), *withdrawal* (menarik diri), *conflict* (konflik), dan *problems* (masalah).

Menurut Kusumadewi (2009), di Indonesia terdapat sebanyak 54,1% remaja berusia 15-18 tahun yang mengalami kecanduan *game online*. Dijelaskan bahwa remaja yang mengalami kecanduan *game online* yaitu sebanyak 77,5% remaja laki-laki dan 22,5% remaja perempuan yang menggunakan waktu untuk bermain *game online* selama 2-10 jam perminggu. Sedangkan menurut Griffiths (dalam Rochmah, 2011) pada penelitiannya menunjukkan hasil bahwa terdapat remaja laki-laki sebanyak 93,2%, dewasa laki-laki sebanyak 79,6%, remaja perempuan sebanyak 6,8%, dan dewasa perempuan sebanyak 20,4% yang

bermain *game online*. Menurut Ezrananta (2016) di Indonesia terdapat sebanyak 80% pemain *game online* yang berusia 15-25 tahun. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Febriandari, dkk (2016) menunjukkan hasil bahwa 39 dari 50 responden mengalami kecanduan *game online*, mereka bermain *game online* lebih dari 3 jam dalam sehari dan biasanya meningkat setiap harinya. Penelitian yang dilakukan oleh Anderson & Bushman (2001) menyatakan bahwa perilaku seseorang yang kecanduan *game online* akan menjadi kasar dan agresif karena terpengaruh dari yang dilihat dan yang dimainkan dalam *game online*.

Terdapat beberapa fenomena yang terjadi akibat dari kecanduan *game online*, seperti kasus pencurian oleh seorang remaja untuk bermain *game online* dan kasus remaja yang tidak pulang ke rumah karena kecanduan bermain *game online* di *game center* (Virdhani, dalam Prabowo & Juneman, 2012). Selain itu, terdapat kasus kematian yang terjadi akibat dari kecanduan *game online*, yaitu seorang remaja laki-laki yang berasal dari Indonesia yang berinisial DH (20 tahun) meninggal dunia dalam sebuah *game center* setelah bermain *game online* semalam suntuk. Fenomena *game online* juga mengakibatkan seorang remaja laki-laki yang berasal dari Taiwan yang berinisial C (18 tahun) meninggal dunia setelah bermain *game online* selama 40 jam dan diyakini tidak makan selama 2 hari penuh karena asyik bermain *game online* (Luthfi, 2016).

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti terhadap 8 orang responden yang merupakan remaja berusia 17-20 tahun pada tanggal 23 April 2017 di salah satu *game center* di Yogyakarta, diketahui bahwa 5 orang dari 8 responden sering pergi ke *game center* untuk bermain *game online* dan mereka

akan bermain selama 2-4 jam dalam sehari atau bahkan lebih dari 4 jam dalam sehari, mereka akan bermain *game online* sampai mereka merasa puas. Hal tersebut memenuhi aspek *tolerance*. Dari 8 responden, 5 orang mengatakan bahwa mereka merasa tidak tenang jika tidak bermain *game online* dalam sehari saja sehingga akan terus memikirkannya. Hal tersebut memenuhi aspek *saliency* dan aspek *withdrawal*.

Dari 8 responden, semuanya mengatakan bahwa *game online* dapat membuat mereka lupa dengan masalah yang sedang mereka hadapi, hal tersebut memenuhi aspek *mood modification*. Sedangkan 5 orang dari 8 responden mengatakan bahwa mereka sering berbohong kepada orang tua, dengan mengatakan bahwa mereka pergi belajar tetapi justru bermain *game online* di *game center*, hal tersebut memenuhi aspek *conflict*. Dari 8 orang responden, 5 orang mengatakan bahwa mereka jarang bersosialisasi dengan orang lain, jarang tidur, dan bahkan rela membolos sekolah hanya untuk bermain *game online* di *game center*. Mereka juga mengatakan bahwa merasa lebih nyaman bermain dengan teman-teman yang memiliki kesukaan yang sama dengan mereka, yaitu bermain *game online*. Hal tersebut memenuhi aspek *problems*.

Dari 8 responden, 3 orang mengatakan bahwa mereka pernah mencoba untuk berhenti bermain *game online* tetapi selalu gagal, namun 3 responden tersebut masih dapat mengontrol keinginannya untuk bermain *game online* secara berlebihan di *game center*. Meskipun begitu, mereka masih memprioritaskan aktivitas di dunia nyatanya. Ketiga responden tersebut hanya bermain *game online*

di *game center* selama 1-2 jam dalam sehari setelah mereka pulang dari sekolah. Hal tersebut memenuhi aspek *relapse*.

Bermain *game online* dapat menjadi aktivitas yang menyebabkan kecanduan (Martanto, dkk, 2015). Menurut Pahlevi (dalam Rochmah, 2011), seseorang yang mengalami kecanduan *game online* akan kesulitan untuk lepas dari permainan tersebut. Kecanduan merupakan suatu kebiasaan yang dapat menyebabkan rasa gelisah dan cemas ketika kebiasaan tersebut tidak dapat dilakukan. Seseorang yang mengalami kecanduan *game online* selalu bermain tanpa henti sehingga waktu yang digunakan hanya untuk bermain *game online*. Perilaku kecanduan *game online* adalah perilaku yang bersifat kronis dan kompulsif untuk memuaskan diri pada permainan yang dimainkan dengan koneksi *internet* sehingga menimbulkan masalah dalam kehidupan sehari-hari yang dapat merugikan dirinya sendiri (Martanto, dkk, 2015).

Kecanduan *game online* merupakan permasalahan yang harus segera diselesaikan karena jika terus dibiarkan tanpa penyelesaian yang tepat akan semakin banyak dampak negatif yang akan dirasakan oleh pemain *game online*, seperti kontak sosial individu dengan lingkungan sosialnya akan berkurang. Kecanduan *game online* menjadi suatu permasalahan yang saat ini dialami oleh remaja. Remaja yang kecanduan bermain *game online* dapat menguasai komputer dan belajar bahasa Inggris tetapi juga dapat mengorbankan hal yang penting, seperti pendidikan dan kesehatan, serta bermain *game online* hanya akan menghambur-hamburkan uang saja (Martanto, dkk, 2015).

Faktor-faktor yang menyebabkan seseorang menjadi kecanduan *game online* menurut Lemmens, dkk, (2009) yaitu rasa kesepian, waktu yang dihabiskan untuk bermain, kepuasan hidup yang rendah, dan agresi. Berdasarkan faktor-faktor tersebut, dipilih faktor yang menyebabkan seseorang menjadi kecanduan *game online* yaitu faktor rasa kesepian karena *game online* merupakan salah satu media penghibur bagi seseorang ketika sedang merasakan kesepian (Ezrananta, 2016). Survey kesepian yang dilakukan oleh *Mental Health Foundation* di Inggris pada tahun 2010 mengemukakan bahwa dari 2256 orang ditemukan sebanyak 24% merasakan kesepian. Subjek yang berusia 18-34 tahun lebih merasakan kesepian daripada subjek yang berusia diatas 55 tahun (*Mental Health Foundation*, 2010).

Menurut Luke (dalam Martanto, dkk, 2015) seseorang yang merasakan kesepian adalah seseorang yang membutuhkan orang lain untuk dapat diajak berkomunikasi dan membangun hubungan yang khusus seperti pertemanan atau persahabatan yang akrab hingga kasih sayang yang mendalam. Kesepian didefinisikan oleh De Jong Gierveld, Van Tilburg, & Dykstra (2006) sebagai situasi yang dialami individu ketika adanya keterbatasan hubungan yang dirasakan tidak menyenangkan, dimana jumlah hubungan (jumlah orang yang dikenal) dianggap kurang dari memadai atau tidak tercapainya keintiman yang diinginkan. Weiss (dalam De Jong Gierveld, dkk, 2006) menyebutkan adanya 2 aspek kesepian yaitu, kesepian emosional dan kesepian sosial.

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 individu 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). 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 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. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis pada penelitian ini adalah diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan kepada masyarakat umum terutama bagi remaja tentang kesepian dan kecanduan *game online*, serta dapat menambah referensi untuk

penelitian-penelitian selanjutnya pada bidang psikologi klinis tentang kesepian dan kecanduan *game online* pada remaja.

b. Manfaat Praktis

Manfaat praktis pada penelitian ini adalah diharapkan dapat memberikan pemahaman mengenai kesepian dan kecanduan *game online* pada remaja untuk digunakan sebagai bahan acuan dalam bersikap dan berperilaku.