

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pada era modern internet mudah di akses oleh seluruh penduduk di dunia. Intenet juga mempunyai manfaat dan sangat memudahkan pekerjaan manusia. Internet juga digunakan oleh sebagian pelajar guna mengakses sarana hiburan (Kusumawardani, 2015). Namun saat ini internet tidak hanya untuk mnegakses sarana hiburan saja namun bisa untuk melihat informasi dan beberapa peristiwa lainnya.

Saat ini terdapat fitur yang semakin hari semakin baik dan memberikan hiburan di dunia internet yaitu *game online*, sejalan dengan berkembangnya teknologi di era modern ini *game online* selalu mengalami peningkatan yang sangat pesat. *Game online* dapat dimainkan oleh orang banyak secara bersamaan atau secara bertanding lawan dengan teman sendiri (Soebastian, 2010). Dalam beberapa tahun ini *game online* sudah menjadi aktivitas yang menyenangkan, hal tersebut dikarenakan pesatnya perkembangan internet dan semakin banyak orang yang berpartisipasi dalam permainan *game online*.

Permasalahan saat ini adalah terjadinya kecanduan terhadap *game online* karena beberapa pengguna tidak bisa mengontrol dirinya. *Game online* diciptakan untuk sarana hiburan yang digunakan untuk meminimalisir rasa stress saat individu kelelahan dalam bekerja ataupun penat karena banyak tugas. Hal tersebut dapat mengakibatkan kecanduan bagi sebagian pengguna *game online*. Kecanduan tersebut dapat dilihat dari intensitas bermain oleh para pengguna *game online* yang semakin berkembang dari waktu ke waktu. Individu yang telah mengalami kecanduan *game online* akan berusaha memenuhi keinginannya dengan cara menambah waktu ketika bermain *game online* (Budhi & Indrawati, 2017).

Sebagian individu yang bermain *game online* tidak hanya ingin memenuhi kesenangan saja, terdapat individu yang menggunakan *game online* untuk bisnis dengan cara menjual beberapa item penting pada *game* serta beberapa

karakter dalam *game online* (Sholihin, 2007). Selain itu, *Game online* juga memberikan tantangan serta rintangan yang menarik dalam setiap levelnya untuk mencapai garis *finish*, hal tersebut membuat individu tidak memperhatikan waktu ketika bermain *game online* untuk mencapai level tertinggi sehingga individu merasa puas. Hal tersebut menjadikan pemain *game online* tidak hanya menikmati *Game online* saja, akan tetapi dapat menjadi pecandu *Game online* (Pratiwi, Andayani, & Karyanta, 2012).

Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia atau biasa disebut dengan APJII telah merilis data di tahun 2017, diperkirakan *gamers* aktif di Indonesia sekitar 143,26 juta orang dari seluruh populasi penduduk Indonesia atau sekitar 54,13 % dari total jumlah pengguna internet (Ramdhani & Rinaldi, 2020). Individu yang mengalami kecanduan *game online* ialah seseorang yang memainkan *game online* dengan berlebihan hingga mengganggu kegiatan individu. Ketika bersama dengan teman-temannya yang dilakukan adalah bermain *game online*.

Individu yang mengalami kecanduan *game online* juga sering mengabaikan kebutuhan dasar seperti makan, belajar, tidur sehingga kesehatan juga tidak diperhatikan karena mereka terlalu asik dengan dunia *game online*. Para remaja yang sering menghabiskan waktunya untuk bermain *game online* akan mengalami hambatan dalam berinteraksi kepada teman sebayanya karena ketika berkumpul atau bertemu mereka sibuk bermain *game online*. Hal tersebut menunjukkan bahwa pengguna *game online* di Indonesia adalah para remaja (Pande & Marheni, 2015)

Kebiasaan bermain *game online* menjadikan individu asing di lingkungannya. Individu yang terlanjur mengalami kecanduan *game online* dapat menghabiskan waktu kurang lebih 30 jam dalam satu minggu, hal tersebut membuat individu sulit berinteraksi dengan teman-temannya. Sebagian individu yang mengalami *game online* dapat menghabiskan waktu kurang lebih 20 sampai 25 jam dalam satu minggu. Sehingga dapat bermain sekitar 5 jam dalam sehari (Gebrina, 2016).

Fenomena yang terjadi di Semarang, Jawa Tengah, mengutip pemberitaan di *detik.com* pada tanggal 31 Oktober 2019 terdapat kasus anak remaja yang

mengalami gangguan jiwa karena diperkirakan mengalami kecanduan *game online*. Remaja tersebut berjumlah 8 anak mengalami gangguan jiwa karena terlalu sering bermain *game online* dan akhirnya mereka mendapatkan perawatan di Rumah Sakit Jiwa Daerah (RSJD) Amino Gondohutomo kota Semarang. Kebiasaan bermain *game online* tersebut membuat mereka terasing di dalam lingkungannya karena mereka disibukan dengan *game* masing-masing.

Sebuah fenomena lain, kasus yang terjadi di Kabupaten Asahan Sumatera Utara pada hari Selasa tanggal 10 September 2019, seorang pelajar bernama Surya berusia 19 tahun mengalami kebutaan karena seringnya bermain *game online*. Subjek sudah setahun mulai hobi bermain *game online*. Awalnya mata subjek memerah namun tidak merasa sakit, keesokan harinya pandangan mulai terasa gelap dan diduga penyebabnya yaitu kebanyakan menggunakan waktunya untuk bermain *game online*. Subjek mengatakan dalam satu hari kurang lebih 3-5 jam menggunakan waktunya untuk bermain *game online* (www.Kompas.Com, 2019)

Pada tanggal 6 Januari 2020, peneliti melakukan observasi dan melihat fenomena yang terjadi di kafe tcoffee tepatnya di jalan Karang Anyar Semarang tengah, Banyak para remaja SMA Nusa Putera yang mengunjungi kafe tcoffee dan bermain *game online*, tidak hanya pada kalangan remaja saja bahkan para anak-anak SD Nusa Putera dan SMP Nusa Putera yang sedang duduk di kafe tcoffee mereka disibukan dengan bermain *game online*.

Hasil wawancara dan observasi terhadap 5 siswa SMA Nusa Putra yang mengalami kecanduan terhadap *game online* yang dilaksanakan pada tanggal 6 Januari 2020 terhadap 2 siswa SMA Nusa Putra dan pada tanggal 9 Maret 2020 terhadap 3 siswa SMA Nusa Putra

Subjek pertama :

“...Iya mbak setiap hari kesini, habis pulang sekolah biasanya. Yaa nongkrong sama main game mbak kan lumayan ada wifi disini. Sehari bisa sampeeee 4 sampe 6 jam an. Kalo sekali duduk kadang 3 sampe 4 jam an. Iya nanti dirumah main lagi pasti. Seru aja. Pengenya si berhenti tapi susah...”

Subjek ke 2 :

“...Setiap hari pasti main. Ga enak kaya ada yang kurang haha, seneng aja buat hiburan tapi malah bikin kecanduan. Iyaa kadang lupa makan tidur yang paling sering sampe lupa PR. Sampe kadang di marahin orang tua tapi ya nggak peduli aja. Susah solanya udah seneng sama game nya. Kalo main bisa sampe 5 sampai 6 jam an si..nggak mesti, kadang di kafe kadang di rumah. Asik aja...”

Subjek ke 3 :

“...iya mbak main. Biasanya main PUBG. Sehari minimal 2 kali mbak. Sepulang sekolah sama sebelum tidur biasanya rutin, selain itu yaaa kalo ada waktu senggang. Sekali main paling enggak 2 jam kadang juga lebih. Iyaa bulan kemaren ada tunamen lomba tapi nggak ikut soalnya lagi kebarengan ada acara di Malang. Mainnya nggak tentu kadan di rumah, sekolah yaa dimana aja pas lagi pengen main. Iyaa ngrasa ada yang kurang aja kalo nggak main game...”

Subjek ke 4 :

“...iyaa mbak main, ini aja lagi main hehee..ini lagi mabar mbak sama temen-temen. Iya pernah ada turnamen juga disini tapi nggak ikut soalnya kebarengan sama acara di malang. Mainnya yaa kalo istirahat sekolah trus pas pulang sekolah sama sebelum tidur sehari paling cuma 5 jam an...”

Subjek ke 5 :

“...iya main. Nggak tentu sering nya si PUBG sama free fire. Yaa kalo ada waktu senggang aja si tapi seringnya kalo pas pulang sekolah pas nunggu jemputan sama pas dirumah nanti main lagi kadang sampe sore. Sekali main biasanya 2 sampai 5 jam an. Iya kadang ngrasa ada yang kurang kalo megang hp belum main game online...”

Subjek yang bermain *game online* mengaku tidak dapat menghentikan aktivitasnya sehingga tergantung dengan *game online* dan sering memainkan *game online* setiap hari. Subjek juga mengatakan bahwa kadang sampai lupa makan dan jarang tidur karena keseharian subjek hanya disibukan dengan bermain *game online*. Subjek juga merasa bahwa *game online* juga membuat sekolah mereka jadi berantakan sampai terkadang tidak fokus pada pelajaran hanya karna memikirkan *game online*.

Subjek memainkan *game online* dalam waktu sehari dapat menghabiskan waktu 2 sampai 5 jam dalam sekali main. Hal tersebut terjadi ketika sebelum pandemi, subjek sering mengunjungi kafe didepan sekolah untuk bermain *game online*. Namun, pada saat pandemi pemilik kafe megatakan jarang ada anak siswa SMA yang mendatangi kafe. Setelah pandemi subjek hanya bermain *game online*

di rumah saja meskipun terdapat beberapa yang masih bermain di kafe namun sangat jarang. Ketika sekolah mulai online beberapa subjek mengalami penurunan dalam bermain *game online* karena keterbatasan untuk membeli kuota dan ketika dirumah subjek tidak mendapatkan pengaruh oleh teman-temannya untuk bermain *game online*. Pada saat sekolah masih tatap muka siswa SMA sering mengunjungi kafe untuk bermain *game online* karena selain mendapatkan *wifi* gratis subjek juga mendapat pengaruh dari teman-temannya yang bermain *game online* untuk ikutan bermain *game online*.

Rata-rata subjek mengalami ketertarikan bermain *game online* sejak masih duduk di bangku SMP dan bahkan ada juga yang mulai dari SD. Keseringan bermain *game online* akan menyebabkan kecanduan, terdapat salah satu teknologi yang bisa mengakibatkan kecanduan yaitu *computer game addictive* (berlebihan dalam bermain *game*) (Ulfa & Risdayati, 2017).

Memainkan *game online* awalnya hanya untuk kesenangan atau hiburan semata, namun lama kelamaan karena keseringan memainkan *game online* tersebut sehingga menjadi kecanduan yang sangat sulit dihilangkan. Pada penelitian (Kurniawan, 2017) juga mengungkapkan bahwa pada awal dibentuknya *game online* ditujukan untuk menghilangkan penat dan untuk menyegarkan otak sehabis melakukan banyak kegiatan. Kenyataanya, *game online* membuat individu keanduan dan memberikan dampak terhadap perilaku individu.

Studi penelitian kualitatif yang menunjukkan ada beberapa faktor yang bisa berpengaruh terhadap kecanduan *game online* yaitu motivasi, kontrol diri, keinginan berprestasi, kesepian, dan keinginan berkuasa berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Chin-Sheng & Chiou, 2007). Kontrol diri adalah perilaku yang sangat diperlukan bagi setiap individu untuk mengurangi kecanduan tersebut (Puspita, 2014).

Kemampuan seseorang dalam mengontrol dirinya berkembang seiring dengan bertambahnya umur. Menurut (Elizabeth B Hurlock, 1980) Jika individu kesulitan dalam mengendalikan diri dengan baik, maka individu akan dikuasai oleh keinginan dan dorongan untuk selalu bermain *game online* setiap waktu yang akan menimbulkan kecanduan.

Penelitian terkait kecanduan *game online* telah dilakukan sebelumnya oleh (Pamungkas, Puspasari, & Mardhiyah, 2018) dengan judul “Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Kecanduan *Game Online* Pada Pemain *Game Mmorpg*”. Hasil dari penelitian Pamungkas dkk mengungkapkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara konsep diri dengan kecanduan *game online* pada pemain *game MMORPG* dengan menggunakan teknik *purposive sampling*.

Penelitian lain dilakukan oleh (Widiarto, 2018) dengan judul “Hubungan antara Kesejahteraan Subjektif Dan Kecanduan *Game Online* Pada Remaja Di Yogyakarta”. Hasil dari penelitian Widiarto menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kesejahteraan subjektif dengan kecanduan *game online*.

Perbedaan penelitian yang dilakukan (Pamungkas et al., 2018) dengan penelitian ini yaitu terletak pada variabel bebasnya pada penelitian pamungkas menggunakan konsep diri dan pada penelitian ini menggunakan kontrol diri. Perbedaan lain yaitu terletak pada subjek penelitian pada, penelitian pamungkas subjek nya yaitu pemain *game MMORPG* pada penelitian ini yaitu remaja SMP X di kota semarang.

Perbedaan penelitian yang dilaksanakan oleh (Widiarto, 2018) dengan penelitian ini yaitu variabel bebasnya pada penelitian pamungkas menggunakan kesejahteraan subjektif dan pada penelitian ini menggunakan kontrol diri. Perbedaan lain yaitu terletak pada subjek penelitian, pada penelitian pamungkas subjeknya menggunakan remaja di wilayah Yogyakarta dengan kriteria laki-laki/perempuan rentang usia 12-22 tahun yang bermain *game online* dan pada penelitian ini yaitu remaja SMA X di kota Semarang.

Berdasarkan penjelasan latar belakang di atas, bisa diambil kesimpulan bahwa penelitian yang akan dilakukan peneliti berbeda dengan penelitian-penelitian sebelumnya, baik dari subjek penelitian, tempat penelitian maupun variabel penelitiannya. Penelitian mengambil subjek sampel siswa SMA X di Kota Semarang dengan judul “hubungan kontrol diri dengan kecanduan *game online* pada remaja SMA X”

B. Rumusan Masalah

Rumusan permasalahan yang hendak diteliti yaitu : Apakah terdapat hubungan kontrol diri dengan kecanduan *game online* pada remaja SMA X?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin diperoleh dalam penelitian ini yaitu mencari tahu hubungan kontrol diri dengan kecanduan *game online* pada remaja SMA X Semarang

D. Manfaat Penelitian

Manfaat yang diharapkan dalam penelitian ini terbagi menjadi dua yaitu :

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan bisa memberi pengetahuan baru pada perkembangan ilmu psikologi, terkhusus psikologi perkembangan dan psikologi sosial yang berkaitan dengan kontrol diri dan kecanduan *game online* pada siswa SMA X Semarang.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi remaja

Dapat memberi manfaat dan wawasan pada remaja agar lebih bisa mengontrol diri ketika bermain *game online* dalam kesehariannya sehingga dapat terlepas dari dampak negatif kecanduan *game online*.

b. Bagi sekolah

Dapat memberi penjelasan pada pihak sekolah agar lebih memperhatikan siswa nya perihal penggunaan *game online* ketika di lingkungan sekolah sehingga siswa bisa terhindar dari dampak buruk yang terjadi akibat berlebihan bermain *game online*.