

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang

Jangkauan internet yang luas dan akses internet yang mudah, cenderung dimanfaatkan oleh remaja untuk kegiatan rekreasi. Sosial media dan *game online* secara luas telah menciptakan komunitas bagi remaja, memungkinkan remaja yang memiliki sedikit teman di kehidupan nyata atau di kehidupan sosialnya dapat berinteraksi dengan orang-orang yang memiliki kesamaan dengannya. Hal ini menyebabkan remaja menghabiskan sebagian besar waktunya pada *game online* (Wong, 2015).

Berdasarkan hasil survey Asosiasi Penyelenggaraan Jasa Internet Indonesia (2017) menunjukkan bahwa penduduk yang berusia 13-18 tahun (75,50%) mendominasi dalam pengguna internet di Indonesia dan yang bermain *game online* sebesar 54,13%. Angka tersebut menggambarkan pesatnya perkembangan internet di Indonesia dan yang bermain *game online* mayoritas merupakan remaja. Remaja laki-laki lebih banyak bermain *Game online* dibandingkan dengan perempuan. (APJII, 2017).

*Game online* merupakan permainan yang dapat diakses oleh banyak orang dengan dihubungkan oleh suatu jaringan. Jaringan yang digunakan adalah internet. (Adams & Rollings, 2010). Maraknya *game online* menyebabkan pemain menjadi kecanduan terhadap permainan tersebut (Utama, 2016). GAME didesain sedemikian rupa sehingga permainan akan terasa semakin sulit untuk tiap tingkatan levelnya. Hal inilah yang dapat menyebabkan pemain kecanduan (Satria, 2017). Menurut Survei Entertainment

*Software Association* atau ESA (2013) menemukan bahwa setiap orang mempunyai minimal satu *smartphone* yang dapat digunakan untuk bermain *game*. Terdapat 50% dari pemain *game* adalah anak berusia dibawah 18 tahun dan sekitar 20% dari remaja berusia 10-18 tahun, mereka bermain *game online* yaitu tiga kali sehari dengan durasi 1 jam atau lebih perharinya.

Bermain *game online* memiliki dampak positif bagi pemainnya yaitu seseorang akan berpikir kreatif, dapat bekerjasama ketika bermain dengan orang lain.(Hardanti,Nurhidayah, Fitri., 2013). Selain itu, *game online* memberi dampak positif pada otak yaitu meningkatkan kemampuan matematika dan pemecahan masalah. (Harsono,2014). Adiksi *game online* juga dapat menimbulkan dampak negatif bagi pemainnya yaitu penurunan tingkat olahraga, gangguan pengambilan keputusan, semakin buruknya kesehatan psikosomatik, kejadian gejala psikiatri yang lebih besar, menurunkan minat belajar, gangguan emosional, gangguan kejiwaan lainnya serta perilaku abnormal (Pontes dan Griffiths, 2016).

WHO menyebutkan bahwa adiksi *game* merupakan adanya gangguan yang disebabkan oleh kebiasaan atau kecanduan pada seseorang (Kemenkes, 2018). American Psychiatric Association's (APA) Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders mencatat bahwa kecanduan *game online* adalah penggunaan *game online* yang dapat memunculkan gejala kognitif dalam berperilaku, mudahnya kehilangan kendali, toleransi lamanya bermain *game*, dan menarik diri dari kehidupan bersosial. Seperti kecanduan pada zat atau alkohol, pemain *game* terbiasa untuk menghabiskan waktunya untuk duduk dan bermain di depan layar monitor dalam waktu yang lama dan mengabaikan aktivitas lainnya. (APA, 2013).

American Psychiatric Association's (APA) Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders juga mencatat bahwa terdapat 9 kategori untuk melihat kecanduan *game online*, diantara 9 kategori tersebut apabila seseorang sudah mengalami 5 atau lebih dari kategori tersebut menandakan bahwa ada gangguan *game online*. Kategori tersebut antara lain apabila seseorang sudah keasyikan pada *game online*, merasa sedih dan gelisah jika tidak bermain, toleransi waktu yang dihabiskan untuk bermain, usaha yang gagal untuk mengurangi kebiasaan bermain, hilangnya minat pada hobi lain selain bermain game, tetap bermain meskipun tahu akan mengalami masalah pada kehidupan psikososial, sering menipu tentang lama waktu bermain, bermain internet untuk melarikan diri dari masalah, membahayakan kehidupan bersosial, bekerja, dan sekolah (APA, 2013).

*Game online* terdiri dari beberapa kategori yaitu *Massively Multiplayer Online Role Playing Game (MMORPG)*, *Massively Multiplayer Online Real Time Strategy (MMORTS)*, *Massively Multiplayer Online First Person Shooter (MMOFPS)*. Pemain bisa bermain sendiri dan dapat juga bermain secara tim untuk melawan musuh (Haekal,2018). Kriteria adiksi game di antaranya yaitu *salience, tolerance, mood modification, withdrawal, relapse, conflict, dan problems*. Ketujuh kriteria diatas merupakan pengukuran untuk mengetahui apakah seseorang mengalami adiksi saat bermain game atau tidak karena ketujuh kriteria ini merupakan indikasi pemain yang mengalami adiksi game (Lemmens, 2012)

Terdapat faktor internal dan faktor eksternal yang menyebabkan remaja menjadi adiksi terhadap *game online*. Menurut Penelitian Masya&Candra (2016) faktor internalnya adalah kurang kontrol diri dan depresi. Dan faktor

eksternalnya adalah kurangnya perhatian dari orang-orang terdekat, kurang kegiatan, lingkungan dan pola asuh dari orangtua. Dan menurut Penelitian Hardanti, Nurhidayah, Fitri (2013) menyatakan bahwa faktor penyebab anak menjadi kecanduan bermain *Game online* yaitu faktor internal. Faktor internalnya adalah keinginan yang kuat dari diri anak untuk memperoleh nilai yang tinggi dalam bermain *Game online* tersebut, rasa bosan yang dirasakan anak ketika berada di rumah atau di sekolah, ketidakmampuan mengatur prioritas untuk mengerjakan aktivitas penting lainnya dan kurangnya kontrol diri dalam diri anak tersebut.

Penelitian Ulfa (2017) menunjukkan bahwa pada remaja yang ketergantungan *game online* dapat mengalami gangguan kesehatan seperti kelelahan (52%), pusing atau nyeri kepala, (30%), badan lemas (15%), dan mual (5%). Selain gangguan kesehatan, perilaku ketergantungan *game online* juga berdampak pada perilaku remaja yang menyimpang yaitu seperti suka bolos sekolah, berkata kasar, suka berbohong dan menjadi pemarah. Penelitian Syahrani (2015) seseorang dikatakan kecanduan terhadap *game online* apabila mempunyai perilaku seperti selalu memikirkan tentang game, mencari waktu untuk bermain game, pandai menyimpan uang jajan untuk bermain game, bahkan sampai berbohong kepada kedua orangtuanya atau keluarganya.

*Game online* pada dasarnya dikatakan sebagai sarana hiburan atau kegiatan pengisi waktu luang. Namun, remaja sangat kesulitan untuk mengendalikan kebiasaan bermain mereka sehingga menjadikan mereka kecanduan. (Karuniasari, 2017). Kontrol diri adalah suatu aktivitas dalam pengendalian tingkah laku. Pengendalian tingkah laku ini memiliki makna untuk melakukan pertimbangan-pertimbangan terlebih dahulu sebelum

bertindak atau dalam memutuskan sesuatu. Semakin tinggi remaja dalam mengontrol diri semakin baik pengendalian terhadap tingkah laku (Ghufron & Risnawati, 2011).

Bermain game menjadi salah satu bentuk pelarian, karena menurut beberapa individu dengan bermain game dapat melupakan semua masalah, untuk hiburan dan menghilangkan kebosanan. (Mulyani, 2018). *Game online* menyebabkan kecanduan dan mempengaruhi mental dan perilaku untuk pemainnya. (Lestari, 2016). Semakin sering menghabiskan waktu untuk bermain game, maka semakin membuat seseorang terisolasi. Akibatnya, rentan mengalami berbagai kelainan dan gangguan mental, salah satunya adalah depresi. (Puspotori & Anata, 2016). Depresi adalah gangguan mental ditandai dengan kesedihan terus-menerus dan kehilangan minat dalam kegiatan yang biasanya remaja lakukan, disertai dengan ketidakmampuan untuk melakukan kegiatan sehari-hari, setidaknya selama dua minggu. (WHO, 2018).

Penelitian yang dilakukan oleh Ariani (2012) tentang hubungan kecanduan *game online* dengan depresi pada remaja Kelurahan Jebres sebanyak 35 orang responden, menunjukkan bahwa seseorang dengan kecanduan *game online* memiliki resiko 1,61 kali lebih besar untuk mengalami depresi dari pada remaja tanpa kecanduan *game online*. Penelitian yang dilakukan oleh Mulyani (2018) tentang hubungan antara depresi dan kecanduan online game pada mahasiswa di Yogyakarta sebanyak 54 responden, menunjukkan bahwa 20% depresi berkontribusi terhadap kecanduan online game pada mahasiswa di Yogyakarta.

Seseorang yang depresi jadi merasa putus asa dengan kehidupannya. Depresi ditandai dengan perasaan sedih dan murung. Seseorang dengan depresi

cenderung menarik diri dari situasi sosial, malas beraktivitas dan akhirnya menjadi kesepian. (Kurniawan, 2017). Bermain game menjadi salah satu bentuk pelarian, karena menurut beberapa individu dengan bermain game, dapat melupakan semua masalah dan beban hidup. Inilah yang menyebabkan depresi dapat menjadi faktor risiko kecanduan online game. (Mulyani,2018). Etiologi depresi bisa berupa faktor biologis seperti penurunan norepinefrin dan serotonin, faktor neuroendokrin, faktor genetik dan faktor psikososial. Komplikasi-komplikasi depresi yaitu bunuh diri, penyalahgunaan obat dan zat-zat lainnya, kecemasan, penyakit jantung dan kondisi medis lainnya, timbul masalah dalam pekerjaan dan sekolah, konflik dalam keluarga, kesulitan dalam berhubungan dengan orang lain dan isolasi sosial. (Kaplan&Sadock, 2008).

Mudah dan murah nya biaya dalam mengakses *game online* merupakan salah satu faktor yang dapat menyebabkan pemain menjadi kecanduan, terlebih sejak saat ini telah terciptanya teknologi yang canggih dijadikan modal untuk mengakses *game online* kapanpun dan dimanapun (Pratama, 2017). Adanya faktor internal dari tingkat bermain *game online* seperti yang dijelaskan pada bagian sebelumnya peneliti tertarik untuk menjadikan remaja sebagai kelompok yang diteliti, karena remaja dianggap lebih sering dan rentan terhadap penggunaan *game online* daripada orang dewasa.

Jika permainan *game online* dimainkan secara terus menerus tanpa adanya kontrol diri dari remaja tersebut maka menjadikan remaja kecanduan *game online* (Dani dan Ngesti, 2014). Salah satu gangguan mental yang dapat terjadi pada pecandu online game adalah depresi. Berdasarkan uraian dalam latar belakang masalah di atas, peneliti tertarik untuk mengetahui faktor

internal pada siswa di SMA 68 dengan perilaku adiksi *Game online* di SMA 68 Jakarta Pusat.

## **1.2. Masalah Penelitian**

*Game online* didefinisikan sebagai permainan yang memanfaatkan jaringan komputer atau jaringan internet. Sebuah *Game online* bisa dimainkan secara bersamaan dengan menggunakan komputer yang terhubung ke dalam sebuah jaringan tertentu. Banyaknya kasus adiksi *Game online* yang terjadi di Indonesia terutama pada remaja usia 15-17 tahun menimbulkan adiksi. Usia remaja menjadi rentan dalam memainkan *game online* dikarenakan remaja menyukai tantangan dan *game online* sendiri pun di desain dengan berbagai tantangan yang ada. Di DKI Jakarta banyak remaja yang memainkan *game online*, sehingga untuk mencegah terjadinya peningkatan adiksi *game online* pada remaja perlu dilakukan upaya pencegahannya untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja terhadap adiksi *game online*.

Berdasarkan latar belakang yang diuraikan diatas, maka peneliti tertarik untuk mengetahui apakah ada hubungan kontrol diri dan resiko depresi dengan perilaku adiksi *game online* pada siswa di SMA 68 Jakarta Pusat?

## **1.3. Tujuan Penelitian**

### **1.3.1. Tujuan Umum**

Diketuinya hubungan antara kontrol diri dan resiko depresi dengan perilaku adiksi *Game online* pada siswa di SMA 68 Jakarta Pusat.

### 1.3.2. Tujuan Khusus

- a. Diketuainya faktor demografi (usia, jenis kelamin) pada siswa di SMA 68 Jakarta Pusat.
- b. Diketuainya risiko depresi dan kontrol diri siswa di SMA 68 Jakarta Pusat.
- c. Diketuainya tingkat adiksi *Game online* pada siswa di SMA 68 Jakarta Pusat.
- d. Diketuainya hubungan antara kontrol diri, risiko depresi dan perilaku adiksi *Game online* pada siswa di SMA 68 Jakarta Pusat.

## 1.4. Manfaat Penelitian

### 1.4.1. Bagi Siswa

Mempertahankan pemahaman dan pengetahuan tentang kontrol diri dan risiko depresi pada siswa, sehingga siswa dan siswi mampu mengontrol dirinya dengan baik pada saat bermain *game online*.

### 1.4.2. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dan bahan bacaan untuk keperawatan jiwa dan anak terkait hubungan antara kontrol diri dan risiko depresi dengan perilaku adiksi *Game online* pada remaja.

### 1.4.3. Bagi Peneliti

Memberikan pengalaman baru pada peneliti untuk meneliti dalam mengimplementasikan ilmu yang sudah diperoleh dan menambah wawasan serta pengetahuan. Hasil penelitian ini diharapkan dapat dipakai sebagai proses untuk mengembangkan pengetahuan.



## **1.5. Ruang Lingkup Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan antara Kontrol Diri dan Resiko Depresi dengan Perilaku Adiksi *Game online* pada siswa di SMA 68 Jakarta Pusat. Sasaran peneliti melakukan penelitian ini adalah siswa-siswi kelas X di SMA 68 Jakarta Pusat. Penelitian ini dipilih karena banyaknya kasus adiksi *Game online* pada siswa. Penelitian ini dilakukan di SMA 68 Jakarta Pusat pada bulan Mei 2019. Penelitian ini menggunakan metode pendekatan kuantitatif dengan metode potong lintang (*cross sectional*) dan alat pengumpul data berupa kuesioner yang telah diuji coba.