

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Berkembangnya teknologi dan juga ilmu pengetahuan yang semakin pesat menghadirkan perubahan dalam semua aspek kehidupan yang ada. Satu dari berbagai hasil perkembangan teknologi ini ialah dengan terdapatnya internet. Sejalan dengan perkembangan zaman yang ada, internet ini juga terjadi perkembangan yang kian pesat. Manfaat yang disediakan dengan berkembangnya internet ini ialah sarana hiburan, contohnya seperti bermain *game online*, menonton *YouTube*, mendengarkan *music*, dan lain-lainya. Terdapat berbagai fitur baru yang variasinya bermacam-macam, mulai yang koneksi internetnya murah, hal ini menyebabkan *game online* yang ada di Indonesia semakin meluas.

Game online menjadi suatu jenis permainan yang semakin diminati belakangan ini karena untuk menggunakannya memungkinkan dilaksanakan kapanpun dan dimanapun, dengan syarat memiliki *device* yang tepat dan ada jaringan internet. Pemain *game online* dapat bermain dengan banyak orang dari manapun tanpa harus bertemu langsung seperti permainan *offline*. Hal ini menyebabkan orang-orang semakin dimudahkan dengan hadirnya *game online* ini. Akan tetapi bermain *game online* ternyata juga berpotensi mengganggu dan merusak jati diri pemainnya. Salah satu contohnya adalah tidak sedikit remaja yang berubah menjadi pecandu *game online* hingga akhirnya mereka lupa pada jati diri mereka yang sesungguhnya.

Bermain *game online* diketahui mampu menyediakan sumbangan pengaruh yang positif dan negatif, terlebih untuk para remaja. Dampak baik bermain *game online* menurut Miranda, Waluyanto & Zacky (2018) ini ialah mampu menaikkan kapasitas pengkoordinasian antara mata, otak dan tangan, serta ini mampu melatih kecepatan dan kemampuan dari tiap organ mata, otak dan tangan, serta menaikkan kemampuan bahasa dan juga membaca. Tridhonanto (dalam Rahma & Lestari, 2018) juga menyebutkan bahwa peningkatan kemampuan berbahasa asing dan juga keterampilan strategi ialah sebagai dampak yang positif dari bermain *game online*. Akan tetapi, tentunya ini bisa dicapai bila bermain *game online* ini dilaksanakan dengan wajar.

Selain dampak positif, bermain *game online* ini mempunyai dampak yang negatif untuk penggunanya, sebagai misalnya ialah permasalahan yang berkenaan dengan kecanduan (*addict*), mengabaikan keadaan lingkungan sekitar, boros, lupa waktu, menjadi malas belajar, skala prioritas, dan berbagai perilaku negatif yang lain (Ariantoro, 2016; Hasibuan, Yahya & Bakar, 2019; Pitaloka, 2013). Dampak lainnya yang muncul sebagai konsekuensi kecanduan (*addict*) terhadap *game online* ini ialah waktu yang dihabiskan untuk bermain *game* ini yang ekstrem (Baggio et al., 2016). Remaja yang candu bermain *game online* ini juga mempunyai daya tahan tubuh yang tidak kuat yang disebabkan oleh minimnya kegiatan fisik, sering terlambat makan dan juga waktu tidur yang kurang (Männikkö, Billieux, & Kääriäinen, 2015).

Keseluruhan dampak negatif yang disebabkan *game online* ini bermula semenjak seorang individu kecanduan dengan *game online*. Suplig (2017) mengungkapkan bahwa kecanduan (*addict*) ini berarti bahwa suka akan suatu hal dengan berlebih sampai melupakan berbagai hal yang lainnya. Berkenaan dengan *game online* ini, seorang individu yang candu (*addict*) ini akan senantiasa butuh bermain, hal ini disebabkan tuntutan dari *game online* ini yang begitu menyediakan tantangan agar segera dituntaskan.

Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) melaksanakan penelitian berkenaan dengan kuantitas pengguna *game online* yang ada di negara Indonesia.

Merujuk pada penelitian ini dihasilkan bahwa kuantitas pengguna *game online* yang aktif di tahun 2010 ini ialah sejumlah enam juta pengguna dan mengalami penambahan sebanyak 500 ribu pengguna di tahun 2013, sementara itu untuk pengguna *game online* yang pasif ditaksir sejumlah 15 juta pengguna untuk penelitian yang sama dan penelitian ini dilaksanakan di tahun 2013. Penaksiran ini didapatkan berdasarkan data dari pengguna *Facebook* yang ada di negara Indonesia yang jumlahnya lebih dari 30 juta pengguna, yang mana bahwa 50% penggunanya tersebut pernah bermain *game online* yang ada pada laman jejaring sosial tersebut. Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) di tahun 2020 kembali melaksanakan penelitian yang dijelaskan pada *iNews.id* yang mengungkapkan bahwa satu dari berbagai bentuk hiburan yang populer dipilih di masa pandemi oleh masyarakat ini ialah bermain *game online*, dengan angka 16,5% dan sementara itu untuk *music online* ialah sebanyak 15.3%

Pada tahun 2014 lalu, survei lain juga dilakukan oleh *duniaku.net*, media penyedia informasi *game online* yang ada di Negara Indonesia mengungkapkan bahwa data pengguna dari *game online* yang berlandaskan pada jenjang usia. Hasil dari penelitian ini memperlihatkan bahwa sebanyak 12% dari pengguna *game online* yang ada di negara Indonesia ini ialah rentang usia 10% pemain berusia 25-34 tahun, 70% pemain berusia 13-24 tahun, di bawah 13 tahun, dan untuk sisanya ialah berusia lebih dari 34 tahun ke atas.

Berdasarkan survei yang telah dijelaskan diatas, dapat dilihat bahwa presentase pemain *game online* tertinggi di Indonesia adalah 70% usia remaja. Merujuk uraian Papalia dan Olds (2001) mengungkapkan bahwa masa remaja ini adalah sebagai masa transisi untuk perkembangan dan pertumbuhan yang mencakup dengan perubahan psikososial, fisik dan juga kognitif untuk masa anak-anak (*childhood*) menuju pada masa dewasa (*adulthood*). Di masa awal remaja ini adalah kurun waktu mulai dari yang usia 14 tahun sampai dengan berusia 16 atau 17 tahun, dan akhir masa dimulai dari yang berusia 16 tahun sampai dengan yang berusia 18 tahun, ini ialah secara hukum matang dari segi usia (Hurlock, 1980). Sarwono (2001) mengungkapkan

bahwa batasan usia antara 11-24 tahun dan masih belum menikah ialah sebagai definisi dari kata remaja yang ada di Negara Indonesia ini. Monks dkk (2002) mendiferensiasikan masa remaja awal untuk batasan yang berusia 12-14 tahun, remaja tengah untuk yang berusia 15-18 tahun dan sedangkan itu untuk yang remaja akhir berusia 19-24 tahun.

Di masa pandemi covid-19 sekarang ini, keseluruhan kegiatan dilaksanakan di rumah, hal ini menyebabkan semakin banyak remaja yang menghabiskan waktunya untuk bermain internet, terutama *game online*. Keseringan bermain *game online* hingga berjam-jam dapat membuat remaja menjadi kecanduan *game online*. Akibatnya, remaja tersebut mengabaikan kewajibannya sebagai seorang pelajar atau mahasiswa, mengabaikan lingkungan sosial, emosionalnya menjadi terganggu, tidak mampu mengontrol diri, dan lain-lainnya.

Chen dan Chang (dalam Azis 2011:18) mengungkapkan bahwa setidaknya terdapat empat aspek untuk candu (*addict*) untuk *game online* ini. Keempat aspek ini diantaranya ialah hubungan interpersonal, masalah kesehatan, toleransi, penarikan diri, dan juga kompulsif. Kompulsif didefinisikan sebagai dorongan atau tuntutan yang kuat yang muncul dari diri seorang individu guna melaksanakan suatu kegiatan dengan berkelanjutan, untuk keadaan ini ialah berupa bermain *game online*. Penarikan diri didefinisikan sebagai seorang individu yang candu (*addict*) akan *game online* ini merasakan bahwa dirinya tidak dapat menarik dirinya sendiri akan berbagai hal yang tidak berkaitan dengan *game online* ini. Toleransi didefinisikan sebagai penerimaan diri agar melaksanakan suatu hal dengan sepenuh hati, dalam keadaan ini yang dimaksud ialah berupa kecanduan (*addict*) *game online* yang berkenaan dengan durasi waktu yang dialokasikan para pengguna untuk bermain *game online* hingga pengguna tersebut merasakan titik kepuasan tertentu. Aspek terakhir ialah yang berkenaan dengan masalah kesehatan dan hubungan interpersonal, yang mana bahwa pengguna yang kecanduan (*addict*) *game online* akan memiliki kecenderungan untuk tidak memperdulikan keterkaitan hubungan interpersonalnya sendiri, hal ini

disebabkan bahwa pengguna *game online* tersebut hanya memfokuskan untuk *game online*.

Merujuk pendapat Lee (2011) menyebutkan bahwa terdapat empat indikator yang mengindikasikan bahwa seorang individu mengalami kecanduan (*addict*), diantaranya ialah terdapatnya dampak negatif untuk pengguna (*negative repercussion*), berlangsungnya penggunaan yang berlebihan (*excessive use*), perilaku menarik diri (*withdrawal symptom*), dan juga toleransi waktu dalam penggunaan (*tolerance*). Sedangkan itu, merujuk pendapat Bergmark, Bergmark & Findahl (2011) menjelaskan bahwa sifat yang berlebihan (*excessive*) ini akan cenderung mendorong agar melaksanakan (*compulsive*) ataupun permasalahan penggunaan (*problematic use*) yang sebagai berbagai pertanda kecanduan akan penggunaan internet ini. Namun, untuk mengidentifikasi adanya kecanduan atau tidak terhadap penggunaan internet atau *game online* perlu diamati dengan lebih jelas tanda-tanda tertentu seperti yang telah dijelaskan di atas.

Di usia dewasa ini, banyak orang yang tidak bisa lepas dari *gadget* (gawai) masing-masing karena mudah dan mudahnya akses internet termasuk untuk bermain *game online*, sehingga semakin banyak juga orang-orang yang tak acuh terhadap lingkungan sekitarnya dan terkesan sibuk sendiri. Menurut Young (dalam Murtanto 2014:5) menyebutkan bahwa terdapat berbagai faktor yang mengakibatkan pengguna *game online* ini kesulitan untuk lepas bermain *game online* ini, diantaranya ialah ciri khas (*salience*) yang dihubungkan dengan tidak mampunya pengguna *game online* guna melepaskan dirinya dalam memikirkan secara terus menerus untuk bermain *game online*, penggunaan yang berlebih (*excessive use*) ini dihubungkan dengan mengabaikan berbagai kebutuhan dasar yang disebabkan bahwa pengalokasian waktu yang berlebihan dalam bermain *game online* ini, mengabaikan pekerjaan (*neglecting to work*) yang menyebabkan timbulnya penurunan produktivitas yang disebabkan cenderung memprioritaskan untuk bermain *game online* ini, antisipasi akan berbagai permasalahan keseharian dan mengalihkannya tersebut yang disebabkan bermain *game online* ini, pengabaian kehidupan sosial (*neglecting to social life*) yang

disebabkan guna memperoleh waktu bermain *game online* ini, dan yang paling akhir ialah berupa ketidakmampuan untuk mengontrol diri (*lack of control*) yang mengakibatkan durasi atau intensitas waktu bermain yang bertambah banyak. Hal ini sejalan dengan yang dinyatakan Usi (2008 dalam Rahayuning 2009:2) bahwa mengungkapkan bahwa ketidakmampuan dalam mengontrol diri ini menyebabkan pengguna atau pemain *game online* tersebut abai akan berbagai aktivitas yang lainnya.

Kontrol diri yang didefinisikan sebagai fungsi utama dari seorang individu dan sebagai kunci keberhasilan dalam menjalani keberlangsungan hidup (Baumeister, Vohs dan Tice, 2007; Putri, Daharnis & Marjohan). Merujuk pada uraian penjelasan yang dinyatakan Baumeister, Vohs & Tice (2007) mengungkapkan bahwa kontrol diri ini didefinisikan sebagai keterampilan dalam melaksanakan perubahan respon yang ada pada diri sendiri supaya sejalan dengan ekspektasi dan harapan yang ada, baik itu secara sosial, nilai, moral dan juga ideal. Hal ini berarti bahwa seorang individu mampu melaksanakan apa yang diharapkannya, akan tetapi seorang individu tersebut cenderung untuk melaksanakan hal yang lainnya yang lebih sejalan dengan ekspektasi atau harapan moral atau sosial yang lebih ideal dengan apa yang diharapkannya. Sewaktu seorang individu sedang melaksanakan hal semacam ini, dengan demikian seorang individu tersebut sedang melaksanakan kontrol diri. Dengan demikian, seorang individu dapat dinyatakan tidak mempunyai kontrol diri bila seorang individu tersebut sebataskan melaksanakan apa yang diinginkan semata tanpa melakukan berbagai pertimbangan terhadap keadaan sekitarnya.

Merujuk pada uraian yang dinyatakan Chaplin (2011) mengungkapkan bahwa kontrol diri ini didefinisikan sebagai keterampilan dari seorang individu guna membina untuk tingkah laku dirinya sendiri atau individu yang lain guna menekankan tingkah laku yang sifatnya impulsif. Merujuk pada uraian yang dinyatakan Goldfried dan Merbaum (dikutip oleh Ghufro dan Risnawita, 2011) juga menjelaskan bahwa kemampuan seorang individu dalam melaksanakan pengaturan dan juga pengontrolan perilaku ini disebut dengan istilah kontrol diri. Kontrol diri ini

memiliki keterkaitan hubungan dengan bagaimana seorang individu dalam melaksanakan pengendalian emosi dan juga berbagai dorongan yang sumbernya dari dalam diri seorang individu tertentu (Ghufro dan Risnawita, 2011).

Seorang remaja yang mempunyai kontrol diri yang baik ini akan memiliki kemampuan dalam melaksanakan pengontrolan diri dalam menggunakan secara tepat untuk penggunaan internet ini atau tidak. Lebih lanjut, bila seorang remaja tertentu tersebut mempunyai kontrol diri yang tidak tinggi, dengan demikian seorang individu tersebut tidak akan memiliki kemampuan dalam melaksanakan pengaturan dan juga pengendaliannya dalam menuruti keinginan seperti misalnya bahwa seorang individu ini tidak akan dapat lepas dari bermain *game online* ini, menyalahgunakan internet untuk bermain *game online* dan sebagainya. Remaja yang kecanduan bermain *game online*, cenderung mengabaikan kewajiban sebagai seorang pelajar atau mahasiswa. Pada umumnya mereka akan menunda nunda mengerjakan tugas dari guru atau dosen, sehingga membuat mereka kewalahan ketika sudah sampai batas waktu pengumpulan tugas.

Merujuk hasil penelitian yang dilaksanakan Masya & Candra (2016) menunjukkan bahwa minimnya kontrol diri ini ialah sebagai satu dari berbagai faktor yang memberi pengaruh atas kecanduan (*addict*) *game online* ini, sementara itu untuk faktor yang lainnya yang memberikan pengaruh ini diantaranya ialah kondisi depresi, pola asuh, lingkungan, kurang kegiatan, dan juga kurang perhatian. Hasil penelitian yang dilaksanakan Handayani (2018) juga mengungkapkan bahwa jenis *game*, fasilitas atau sarana yang ada, dan juga kondisi keluarga ini memberi pengaruh signifikan pada kecanduan (*addict*) akan *game online* ini. Lebih lanjut, hasil penelitian yang dilaksanakan Tresna Ayu Puspita (2017) juga menjelaskan bahwa kontrol diri ini mempunyai keterkaitan hubungan signifikan dengan kecanduan (*addict*) akan *game online*, yang mana dengan nilai koefisien r senilai -0.218. Koefisien ini tergolong kecil, bila ditinjau berdasarkan kesamaan varian untuk keduanya yang hanya memiliki nilai senilai 4.7%, dalam hal ini berarti bahwa

memang terdapat beberapa faktor yang lain yang memberikan pengaruh untuk kecanduan (*addict*) *game online*, selain kontrol diri ini.

Pembahasan berkenaan dengan berbagai penelitian yang dilaksanakan sebelumnya ini memperlihatkan bahwa hasil penelitian sebelumnya ini lebih memprioritaskan pada kontrol diri yang ada pada seorang individu yang disebabkan dengan intensitas bermain *game online*, jenis *game online*, kecanduan internet, dan juga berbagai faktor yang lain yang memberi pengaruh untuk berlangsungnya kecanduan (*addict*) *game online* ini untuk kalangan remaja ataupun juga orang dewasa. Sementara itu, untuk penelitian ini nantinya dimaksudkan agar meninjau adakah hubungan antara kontrol diri dan kecanduan bermain *game online* pada remaja saat pandemi covid-19 di DKI Jakarta. Hal ini memperlihatkan bahwa penelitian yang hendak dilaksanakan ini berbeda dengan berbagai penelitian yang sebelumnya, dan juga memperlihatkan bahwa penelitian ini belum pernah dilakukan penelitian sebelumnya.

Merujuk pada uraian data yang dipaparkan tersebut di atas mengenai kontrol diri dan kecanduan *game online* pada remaja, penting dilakukan penelitian untuk mengetahui adakah hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan bermain *game online* pada remaja terutama di masa pandemi covid-19 yang saat ini sedang melanda Indonesia dan dunia. Dengan demikian, peneliti memiliki ketertarikan guna melaksanakan penelitian yang berjudul “Hubungan kontrol diri dan kecanduan *game online* pada remaja saat pandemi covid-19 di DKI Jakarta”.

1.2 Identifikasi Masalah

Merujuk pada pemaparan yang dinyatakan tersebut di atas, dengan ini rumusan masalah untuk penelitian ini ialah “adakah hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan *game online* pada remaja saat pandemi covid-19 di DKI Jakarta?”

1.3 Batasan Masalah

Berdasarkan permasalahan yang telah diidentifikasi di atas, maka peneliti membuat batasan penelitian yaitu membahas mengenai hubungan kontrol diri dengan kecanduan *game online* pada remaja saat pandemi covid-19 di DKI Jakarta.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat ditarik rumusan masalah penelitian yaitu adakah hubungan antara kontrol dengan dengan kecanduan *game online* pada remaja saat pandemi covid-19 di DKI Jakarta?

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini ialah agar dapat mengetahui adakah keterkaitan hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan *game online* pada remaja saat pandemi covid 19 di DKI Jakarta.

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Manfaat teoritis

Hasil temuan penelitian ini diekspektasikan mampu menyediakan berbagai informasi untuk pengembangan kajian ilmu psikologi, khususnya yang berkaitan dengan kontrol diri dan kecanduan terhadap *game online*, dengan ini dapat diperdikan sebagai referensi atau rujukan tambahan untuk berbagai penelitian yang sama untuk para peneliti selanjutnya.

1.6.2 Manfaat praktis

1. Hasil penelitian ini diekspektasikan mampu menyediakan berbagai informasi dan wawasan tambahan untuk pihak Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta mengenai hubungan kontrol diri dengan kecanduan *game online*.
2. Bagi mahasiswa, diharapkan mendapatkan informasi yang menyangkut dengan keterkaitan hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan (*addict*) *game online*, dengan ini maka dapat menjadi sebagai bahan pertimbangan agar dapat menghindari perilaku penundaan terhadap tugas-tugas studi.

