

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Perkembangan teknologi yang sangat pesat di era globalisasi ini banyak memberikan manfaat khususnya dalam hal pencarian informasi. Penggunaan teknologi tersebut tentunya sangat membantu manusia dalam menyelesaikan berbagai macam pekerjaan. Berbagai hal dan masalah dapat diselesaikan dengan mudah, cepat, murah dan tanpa batas melalui akses internet. Selain membantu pekerjaan, perkembangan teknologi juga semakin berkembang dalam bidang hiburan, salah satu jenisnya adalah *game online*.

*Game online* adalah salah satu bentuk hasil dari perkembangan teknologi modern yang terjadi saat ini. Pada awalnya *Game online* adalah sebuah permainan yang hanya dapat dimainkan melalui *PC (personal computer)* atau komputer dengan menggunakan jaringan internet. Namun seiring pesatnya berkembangnya sebuah teknologi dan bertambahnya jenis *game online*, sekarang *game online* dapat diakses melalui *smartphone*.

Kepopuleran *game online* itu sendiri di Indonesia sangat mudah untuk dijumpai di lingkungan sekitar. Warnet selalu menjadi tempat dimana para pencinta *game online* memuaskan hasratnya bermain *game online*. Dengan tarif yang relatif murah, yaitu Rp. 3.000 per jam tentunya hal tersebut menyebabkan warnet selalu dibanjiri para pemain *game online* dari setiap kalangan apalagi dengan banyaknya akses internet di Jakarta membuat semakin mudahnya untuk memuaskan hasratnya bermain *game online*.

*Game online* memiliki keunggulan daripada *game* lainnya yaitu dapat bermain dengan pemain lainnya yang bahkan tidak dilokasi yang sama, bahkan hingga pemain di belahan bumi lain (Young, 2007). Hal lain yang dapat dilihat perihal kepopuleran *game online* di Indonesia adalah *event* yang diadakan oleh pengembang *game online* pada *platform smartphone* dengan taraf internasional. Contohnya *Grand Final Mobile Legends*

*Southeast Asia Cup 2017 (MSC)* baru saja digelar di Mall Taman Anggrek Jakarta pada tanggal 1-3 September 2017. Fendy Tan, *General Overseas Manager* Indonesia, mengatakan bahwa Indonesia ditunjuk menjadi tuan rumah final karena pihak pengembang sangat jelas merasakan antusiasme para pemain *Mobile Legends* di Indonesia. Hal ini menunjukkan bahwa para pengembang *game online* telah menganggap Indonesia sebagai pasar besar untuk menjadi target pemasaran mereka perihal *game online*.

Dengan bermacam-macam dan kemudahan yang ditawarkan di dalam *game online*, menjadikan para pemainnya menjadi betah untuk memainkan *game* dan tingkat penggunaannya menjadi semakin meningkat. Menurut APJII (Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia) banyaknya pemakai internet di Indonesia pada tahun 2013 sebanyak 71,19 juta pengguna internet dari 248 juta penduduk yaitu berarti 28% penduduk Indonesia sudah menggunakan internet. Dalam setahun telah ada peningkatan sebanyak 13% dari tahun 2012 yang sebelumnya ada 63 juta pengguna internet. Dari data pengguna internet yang aktif diperkirakan 6 juta pengguna atau sebanyak 10% pengguna internet yang merupakan pemain *game* yang dimaksud adalah pengguna yang bermain *game* setiap hari dengan mengakses atau men-*download game* melalui jaringan internet (Jannah, N., Mudjiran & Nirwana, H., 2015). Menurut Soetipjo (2001) peningkatan waktu bermain dan penggunaan *game online* secara terus menerus inilah yang dipermasalahkan oleh para ahli psikologi yang disebut sebagai dengan kecanduan *game online*.

Dari hasil survei yang dilakukan oleh Detiknet (2012) dikatakan bahwa rentan usia 12-34 menggunakan internet sebesar 64,2% menjadi kelompok yang mendominasi pengguna internet di Indonesia dan 15% adalah kelompok usia 20-24 tahun, sama seperti survei yang dilakukan oleh Marketeers (2013) dimana hampir separuh penduduk Indonesia yang menggunakan internet adalah penduduk yang berusia dibawah 30 tahun dan 16% adalah penduduk berusia diatas 45 tahun yang berarti remaja dan dewasa awal merupakan salah satu pengguna internet terbanyak di Indonesia.

Dengan banyaknya *game center* yang ada di kota maupun desa menjadi salah satu bentuk adanya kecanduan *game online* dan banyaknya peminat *game online* (Imanuel, 2009). Gejala yang dialami apalagi mengalami kecanduan *game online* berupa bermain *game* secara rutin dengan waktu yang cukup lama, tidak bersitirahat sampai menjadi *irritable* jika tidak bermain *game*, mengorbakan hubungan sosial yang dimiliki untuk bermain *game*, terlalu seru bermain *game* hingga tidak memiliki ketertarikan dengan kegiatan lain selain bermain *game*, menjadikan *game* sebagai tempat untuk lari dari masalah dan stress serta bermain *game* dengan berlebihan tanpa memikirkan efek atau konsekuensi yang akan terjadi. Hal utama yang bisa menjadikan individu menjadi pecandu *game online* salah satunya adalah didalam *game* pemain bisa bermain secara bersamaan dan pemain bisa berinteraksi satu sama lain didalam *game* tersebut yang dimana dapat disebut dengan *virtual world* (dunia maya). Kecanduan *game online* yaitu keadaan seorang individu yang sangat sulit untuk berhenti dari *game* tersebut. Pemain ini sering disebut sebagai seorang *gamers*.

Hasil penelitian yang dilakukan Imanuel (2009) menunjukkan bahwa pemain *game online* yang masuk kedalam kategori pecandu kehilangan relasi, kehilangan pekerjaan, kesempatan karir dan kesempatan pendidikan serta menjadikan *game online* sebagai cara untuk melarikan diri dari masalah. Dari hasil penelitian Imanuel tersebut, peneliti menyimpulkan bahwa kecanduan *game online* dapat memberikan dampak yang buruk kepada dirinya maupun kepada orang lain disekitarnya. Perilaku kecanduan dapat membuat individu tidak bertanggung jawab atau peduli dengan kehidupannya sampai itu akan mengganggu kehidupan nyatanya.

Dampak dari kecanduan *game* bisa memberikan kerugian yang besar kepada individu, salah satu bentuknya yaitu *gamers* dapat menjadi lalai dengan kehidupan nyatanya karena sudah terlalu dalam terlibat di *game online* tersebut. *Gamers* tidak akan mempunyai waktu melakukan kegiatan lain, mengurangi waktu untuk istirahat, bekerja ataupun belajar, dan waktu untuk bersama keluarga. Selain itu kecanduan *game online* juga dapat memberikan dampak pada pola makan dan tidur yang tidak teratur,

sehingga dapat mengganggu kesehatan (Griffiths, 2010).

Menurut data yang dikemukakan oleh Newzoo, pada tahun 2017 terdapat 43,7 juta orang *gamers* di Indonesia. Pada tahun 2019, Indonesia mengalami peningkatan yang cukup drastis yaitu adanya 52 juta *gamer* di Indonesia. *Gamers* di Indonesia didominasi oleh pria (56%) dan Wanita (46%). Rentan usia 21-35 tahun didominasi oleh pria (26%) dan Wanita (21%) sedangkan untuk rentan usia 10-20 tahun yaitu pria (21%) dan Wanita (15%). Hal ini membuat Indonesia menjadi negara peringkat 6 dengan jumlah *gamer* terbanyak di Asia dan 16 di dunia. Hal ini berarti masyarakat Indonesia memiliki ketertarikan dengan *game* sangatlah tinggi dan terbukti juga bahwa dewasa awal memiliki presentase tertinggi.

Dewasa awal adalah masa berubahnya dari masa remaja ke masa dewasa. Masa ini diberi istilah masa muda (*youth*) oleh ahli sosiologi yaitu Kenneth Kenniston (Dalam Santrock, 2002) dimana masa ini adalah masa perubahan antara masa remaja menuju masa dewasa yang dimana adanya perpanjangan kondisi ekonomi dan pribadi yang bersifat sementara. Pada masa ini mereka sudah mulai untuk memenuhi kebutuhan ekonomi yang bersifat pribadi dengan secara mandiri. Mahasiswa merupakan salah satu contoh individu yang sedang mengalami fase dewasa awal yaitu dengan rentan usia 18-40 tahun.

Masa dewasa awal ini dapat dikatakan sebagai masa penyesuaian dengan pola kehidupan serta harapan sosial yang baru. Individu yang berada pada masa dewasa awal mulai memainkan peran baru dengan mengembangkan sifat, keinginan, nilai yang sesuai dengan tugas pada masanya. Pada masa dewasa awal, individu diharapkan dapat menyesuaikan diri secara mandiri (Hurlock, 2004). Dewasa muda yang termasuk kedalam masa transisi secara fisik maupun intelektual serta transisi terhadap peran sosial (Santrock, 1999). Berdasarkan hasil observasi yang dilaksanakan oleh peneliti diketahui bahwa salah satunya banyak kalangan mahasiswa yang telah memasuki usia dewasa awal merupakan pemain *game online* pada *smartphone*. Mereka ditemukan sedang bermain *game online* di berbagai tempat seperti warung kopi, kafe,

restoran cepat saji, lorong kampus dan tempat-tempat umum lainnya. Peneliti juga melakukan wawancara singkat dengan subjek yang sering bermain *game online* dan merupakan mahasiswa usia dewasa awal. Dari hasil wawancara tersebut peneliti menemukan bahwa banyak kewajiban yang mereka miliki dikesampingkan karena terlarut dalam bermain *game online*, seperti telat mengerjakan tugas, mendapatkan nilai yang tidak memuaskan, dan sulit bersosialisasi dengan teman akibat terlalu fokus kedalam permainan. Fenomena ini tergambar pada individu yang termasuk dalam pecandu *game online*.

Beberapa dampak yang terjadi akibat kecanduan *game online* antara lain seperti hubungan sosial (tidak berpartisipasi dengan lingkungan sekitar, berperilaku tidak baik terhadap lingkungan, hingga melakukan tindakan kriminal), kesehatan ( waktu tidur atau waktu makan yang tidak teratur, sakit pada bagian kepala dan punggung, mata terasa sakit bahkan hingga merasa cemas dan depresi), akademik (bolos, dikeluarkan, hilangnya kesempatan Pendidikan) dan pekerjaan (dikeluarkannya dari pekerjaan dan hilangnya mencari pekerjaan) dapat terjadi (Griffiths, 2010; Imanuel, 2009; Young, 2009). Individu yang mengalami kecanduan *game* disamping keluhan secara fisik namun dapat juga terjadinya perubahan pada struktur serta fungsi otak.

Dr. Kristiana Siste, SpKJ(K), praktisi kesehatan jiwa, mengatakan permasalahan yang terjadi pada bagian otak dapat menyebabkan individu mengalami kecanduan dan berkurangnya beberapa kemampuan pada fungsi otak, antara lain pada fungsi atensi yaitu dalam hal berkonsentrasi dan fungsi inhibisi yaitu kemampuan untuk mengontrol. Selain berperilaku secara *impulsive*, individu yang mengalami kecanduan *game* akan kehilangan fokus yang akan berdampak pada kehidupannya. Memiliki emosi yang tidak stabil memiliki dampak terhadap hubungan sosialnya yang dimana banyaknya individu yang mengalami kecanduan *game* menunjukkan sifat yang tidak ingin bersosialisasi. Dalam kesehatan dengan tidur dan makan secara tidak teratur tentu akan mempengaruhi sistem metabolisme tubuhnya seperti merasa mudah lelah dan badan terasa sakit di beberapa

bagian tertentu.

Selain itu, kecenderungan *sedentary lifestyle* yaitu gaya hidup yang sedikit gerak. Individu seperti ini memiliki kehidupan atau gaya hidup yang hanya melakukan sedikit gerak atau bahkan tidak melakukan gerak sama sekali. Individu lebih mementingkan bermain *game* daripada aktivitas lainnya, hal ini dapat membuat pecandu *game* mengalami penyakit-penyakit seperti dehidrasi, obesitas atau gizi tidak terpenuhi, jantung, dll.

Menurut International *Statistical Classification of Diseases* (ICD) kecanduan *game online* termasuk kedalam penyakit gangguan mental (*mental disorder*) seperti yang telah dikatakan oleh WHO. *Disorders due to addictive behavior* atau gangguan yang disebabkan oleh kebiasaan atau kecanduan adalah bentuk dari kecanduan *game*.

Individu dapat disebut sebagai pecanduan *game online* menurut *World Health Organizations* (WHO) dengan kriteria seperti: 1) Tidak dapat mengendalikan atau mengontrol diri untuk bermain *game*; 2) Mementingkan *game* dibandingkan kewajiban yang harus dilakukan; 3) Intensitas yang meningkat secara terus menerus walaupun telah ada dampak negatifnya; 4) Perilaku yang menyebabkan terjadinya gangguan pada fungsi pribadi, keluarga, sosial dan pendidikan; 5) Berlangsung selama 12 bulan.

Dari hasil survei diatas menandakan bahwa populasi *gamers* terbanyak pada rentang usia masa dewasa awal. Hal tersebut tentunya sangat tidak baik apabila dialaminya dampak-dampak pecandu *game* yang berada pada tahap usia dewasa awal, karena bertolak belakang dengan tugas-tugas perkembangan dewasa awal yang dikemukakan Hurlock (2004) yaitu tercapainya kemandirian ekonomi, kemandirian dalam membuat keputusan, adanya penyesuaian dengan tugas-tugas baru, pertumbuhan fisik alami dan memiliki orientasi masa depan.

Sebagai contoh kemandirian secara ekonomi akan bermasalah bila ia mengalami dampak pada pekerjaan (kehilangan pekerjaan dan kesempatan karir), bermasalah dalam kemandirian dalam membuat keputusan dan penyesuaian dengan tugas-tugas baru akibat dampak relasi sosial (tidak berpartisipasi dengan lingkungan sekitar, sikap tidak baik

kepada keluarga, dan melakukan tindak kejahatan), bermasalah dalam pertumbuhan fisik alami akibat dampak kesehatan (buruknya waktu tidur, kurangnya asupan gizi, sakit kepala dan punggung, sakit mata bahkan kecemasan sosial, pobia sosial dan depresi), adapun masalah terhadap orientasi masa depan akibat dampak dari prestasi di sekolah (bolos, *dropout*, kehilangan kesempatan pendidikan, nilai yang rendah (Griffiths, 2010; Imanuel, 2009; Young, 2009). Hal ini sangat memprihatinkan apabila para dewasa awal mengalami dampak-dampak kecanduan game yang dimana dapat menghambat tugas-tugas perkembangan dewasa awal. Hal ini bisa memperburuk pribadinya bahkan dapat memperburuk lingkungan sekitarnya.

Di penelitian ini responden adalah mahasiswa yang dimana termasuk kedalam masa dewasa awal, dimana periode ini individu sudah mulai menjalani kedupan yang lebih mandiri dari masa sebelumnya. Bermain *game* bisa menjadi salah satu sarana berkomunikasi dengan teman atau mencari pertemanan baru serta pada masa dewasa awal, individu memiliki rasa ingin puas yang besar sehingga dewasa awal lebih mudah untuk mengalami kecanduan *game online* (Majorsy, Kinasih, Andriani & Lisa (2013). Kurniawan & Hasanat (2007) menjelaskan emosi dengan menghindari masalah atau meninggalkan masalah ada salah satu bentuk respon yang lebih sering dilakukan oleh kelompok dewasa awal dan bermain *game online* bisa menjadi salah satu alternatif cara untuk menghindar atau meninggalkan masalah tersebut.

Dalam penelitian ini yang menjadi responden adalah mahasiswa akhir Bimbingan Konseling Univeritas Negeri Jakarta karena pengguna *game online* di lingkungan Bimbingan Konseling Universitas Negeri Jakarta terlihat cukup banyak. Saat ini, Covid-19 sedang terjadi diseluruh dunia dan salah satunya Indonesia. Tentu Covid-19 memberikan dampak terhadap kehidupan warga Indonesia salah satunya kepada para mahasiswa-mahasiswa di Indonesia. Ada beberapa dampak yang terjadi kepada mahasiswa di Indonesia akibat Covid-19 yaitu pada dampak sosial, ekonomi, pariwisata dan juga pendidikan. Dalam pendidikan, Covid-19 merubah sistem pendidikan yang ada di Indonesia guna untuk

menanggulangi Covid-19 salah satunya dengan sistem pembelajaran *daring* sejak bulan Maret 2020. Pembelajaran dilakukan dengan menggunakan teknologi komputer, *smartphone*, dll. Sesuai dengan arahan dari pemerintah yang terlampir di Surat Edaran Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud) Direktorat Pendidikan Tinggi No. 1 Tahun 2020 tentang penanganan pencegahan Covid-19 khususnya di lingkup pendidikan dijelaskan bahwa penyelenggaraan aktivitas belajar mengajar akan dilakukan secara jarak jauh atau *daring* dengan menggunakan jaringan internet menggunakan *gadget* seperti *laptop*, *smartphone*, dan komputer.

Pembelajaran *daring* tidak mengharuskan mahasiswa untuk datang ke kampus untuk melaksanakan kelas belajar mengajar karena itu pelaksanaan pendidikan dilakukan dengan jarak jauh dengan teknologi informasi dan komunikasi seperti melewati aplikasi *google meet*, *zoom*, *google classroom*, dll. Sarana tersebut dapat tercipta karena adanya perkembangan teknologi dalam informasi dan komunikasi pada masa sekarang ini. Dengan sistem pembelajaran *daring* tentu perlu penggunaan *gadget* seperti *laptop*, *smartphone*, dan komputer yang dimana hal tersebut dapat meningkatkan durasi individu menggunakan *gadget*. Hal tersebut dapat memunculkan kecanduan penggunaan *gadget* pada mahasiswa dan juga dosen tidak dapat melihat apa yang dilakukan mahasiswa dibalik layar secara betul dan jelas yang dimana mahasiswa dapat menggunakan *gadget* untuk hal diluar pembelajaran tanpa sepengetahuan dosen. Ini dapat membuat efek negatif seperti tidak fokus disaat belajar mengajar berlangsung.

Indonesia juga mengalami dampak perekonomian akibat Covid-19, tidak dapat dipungkiri bahwa terkadang permasalahan ekonomi dapat memicu pertikaian maupun masalah baru di dalam keluarga. Dengan diberlakukannya PSBB maka banyak industri besar dilarang beroperasi, untuk kurung waktu yang cukup lama dan terjadinya kerugian dalam bidang ekonomi. Mahasiswa yang memiliki masalah ekonomi di dalam keluarganya mungkin mendapatkan masalah atau konflik baru dengan keluarganya yang



dimana memungkinkan mahasiswa untuk lari dari masalah tersebut, salah satunya dengan bermain *game online*. Dalam sosial pun terdapat dampak yang cukup signifikan, bisa dibayangkan bahwa kita diberikan pembatasan dan peraturan cukup ketat dalam bersosialisasi tatap muka. Hal ini tentu meningkatkan penggunaan *gadget*. Salah satunya bermain *game online* karena di dalam *game online* pun menyediakan sarana berkomunikasi dimana kita dapat berkomunikasi antara sesama pemain di dalam sebuah *game online*. Dalam hal pariwisata juga memberikan perubahan. Pariwisata merupakan salah satu bentuk sarana hiburan, dengan diberlakukan pembatasan dalam sarana hiburan bahkan beberapa ditutupnya sarana hiburan dapat meningkatkan *stress* dan rasa jenuh terhadap masyarakat. Kegiatan menjadi terbatas dan bermain *game online* merupakan sarana hiburan yang paling mudah diakses pada masa Covid-19 ini. Hal-hal tersebut dapat meningkatkan jumlah *gamers* dan juga menggandakan durasi bermain *game online*. Badan Pusat Statistik (BPS) mengemukakan bahwa Covid-19 menciptakan pola atau rutinitas baru untuk masyarakat dimana sangat banyak kegiatan dilakukan melalui jaringan internet seperti melalui komputer, *laptop*, dan *smartphone* untuk melakukan aktifitasnya.

Riset mengenai “Strategi Coping Mahasiswa dalam Menghadapi Perubahan Sistem Perkuliahan di Masa Pandemi Covid-19” (Nurchayati, 2021) menjelaskan bahwa selain efektifitas para mahasiswa menjadi tidak optimal, mahasiswa juga mengalami masalah psikis untuk beradaptasi dengan sistem pembelajaran daring dengan berbagai masalahnya, para mahasiswa membutuhkan berbagai macam *coping*. Ada tiga jenis *coping* yaitu yang berorientasi kepada masalah, *coping* akibat emosi, dan *coping* berfokus pada interpretasi. Akibat Covid-19 tentu juga dirasakan mahasiswa akhir Bimbingan Konseling seperti juga mengalami perubahan dalam sistem pembelajaran, bersosial, hiburan dan juga ekonomi. Bahkan sebelum Covid-19 terjadi mudah dijumpai mahasiswa akhir Bimbingan Konseling yang bermain *game online* pada jam istirahat bahkan pada saat jam kelas belajar mengajar. Bahkan sering terlihat di kantin-kantin kampus seperti bermain game bersamaan dengan makan, bermain game disaat

berbicara dengan teman ataupun sedang berjalan kaki menuju gedung-gedung disekitaran kampus ataupun dikoridor kampus. Covid-19 memberikan dampak negatif pada mahasiswa akhir yang sedang melakukan skripsi karena beberapa kendala yang ditemui mahasiswa membuatnya menjadi prokrastinasi akademik. Menurut Noviana (2021) melakukan prokrastinasi akademik tentu memberikan dampak yang memberi pengaruh terhadap hasil yang diberikan mahasiswa dan akreditasi perguruan tinggi tersebut. Setelah melakukan beberapa wawancara secara acak kepada beberapa mahasiswa akhir Bimbingan Konseling didapatkan informasi bahwa sebelum terjadinya Covid-19 pada saat pembelajaran dilakukan secara *offline* para mahasiswa ini sering bermain game disaat kelas belajar mengajar berlangsung dan mereka menjelaskan bahwa setelah terjadi Covid-19 dan diberlakukannya pembelajaran *online* kesempatan mereka untuk bermain game semakin meningkat seperti untuk bermain game didalam kelas belajar mengajar *online* bahkan diluar perkuliahan.

Masa skripsi merupakan masa yang paling sulit bagi Sebagian besar mahasiswa akhir dan tidak jarang bahwa ini menjadi bagian besar sumber stress yang terjadi pada mahasiswa akhir (Budiman & Ardianty, 2018; Gamayanti et al., 2018) tentu dengan adanya pandemi penyebab stress mahasiswa akhir semakin bertambah banyak. Adanya Covid-19 memberikan perubahan seperti menambah rasa stres yang dimiliki mahasiswa akhir. Menurut Zalaznick (2020) secara keseluruhan, kesehatan mental para mahasiswa selama Covid-19 terganggu seperti mengalami stres dan kecemasan (90%) akibat perubahan kebiasaan, kecewa atau sedih (81%) akibat permasalahan baru yang muncul, dan kesepian atau terisolasi (80%) akibat pemberlakuan PSBB, masalah keuangan (48%) akibat terjadinya penurunan ekonomi dan juga perpindahan (56%). Lee et al. (2021) mengatakan bahwa ada 88% mahasiswa yang merasakan stres menengah hingga tinggi. dan 36% mahasiswa yang merasakan depresi menengah hingga tinggi. Menurut Fauziah dan Jamaliah (2021) mengatakan terjadi beberapa masalah yang dihadapi mahasiswa selama

Covid-19 baik secara akademik maupun nonakademik.

Penelitian-penelitian tersebut memberikan bentuk bahwa adanya stress-stress yang dialami oleh para mahasiswa akhir yang sedang melaksanakan skripsi seperti yang dikatakan oleh Gamayanti et al. (2018), bahwa mudah lelah, tidak memiliki semangat, penundaan menyelesaikan skripsi, melupakan hingga menghindari dosen pembimbing serta adanya keinginan untuk berhenti mengerjakan skripsi. Mereka menggunakan *game* untuk menghilangkan rasa bosan, jenuh dan lain-lain. Penelitian yang dilakukan oleh Lestari dan Mantasa (2017) mengenai “Hubungan Intensitas Bermain Game Online dengan Tingkat Konsentraswi Belajar Mahasiswa Fakultas Kedokteran Umum Universitas Malahayati Angkatan 2013” menunjukkan bahwa semakin tinggi intensitas bermain game online mahasiswa maka semakin buruk tingkat konsentrasi belajar mahasiswa tersebut dan sebaliknya. Fenomena ini tentu dapat mengganggu pembelajaran dan aktivitas-aktivitas mereka, serta sebagai calon guru Bimbingan Konseling mereka perlu sadar bahwa mereka bisa saja merupakan bagian dari orang yang mengalami kecanduan *game online*, karena disaat dilakukannya wawancara mereka tidak mengetahui dan sadar akan tentang kecanduan *game online*. Penelitian yang dilakukan oleh Pratama, Widianti & Hendrawati (2020) mengenai “Tingkat Kecanduan Game Online pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan” 68 dari 130 mahasiswa mengalami kecanduan *game online* dimana apabila kecanduan tidak diatasi akan terjadi dimana tidak dapat dikontrolnya diri akibat tidak dapat mengurangi intensitas bermain dimana hal ini dapat mengganggu hubungan sosial serta tugas yang ada. Sebagai mahasiswa akhir Bimbingan Konseling tentu mendapatkan berbagai masalah baru terutama dengan beban yang dihadapi dengan adanya pengerjaan tugas akhir.

Mahasiswa akhir sering mengalami stress yang terjadi karena kegiatan akademisnya. Mahasiswa akhir menjadikan skripsi sebagai sumber stressor terbesarnya dalam akademisnya. Gejala seperti merasa lelah, cemas, tidak memiliki semangat atau ingin berhenti mengerjakan skripsi yang berakibat penundaan atau meninggalkan skripsi, sehingga

bermain *game online* bisa menjadi salah satu alternatif untuk melarikan diri dari masalah yang dihadapinya. Sedangkan sebagai calon guru Bimbingan Konseling akan sering ditemukan siswa-siswi yang mengalami kecanduan *game online* dilihat dari presentasi tertinggi pemain *game online* kedua adalah remaja. Hal ini meresahkan karena mahasiswa akhir Bimbingan Konseling akan segera menjadi calon tenaga kependidikan khususnya sebagai guru Bimbingan Konseling di sekolah-sekolah, mahasiswa akhir Bimbingan Konseling diwajibkan memiliki kemampuan akademik dan kompetensi sebagai salah satu peran dalam dunia pendidikan seperti memiliki kesehatan secara jasmani dan rohani serta mampu menjalani untuk menuju visi misi pendidikan. Menurut Badan Standar Nasional Pendidikan sebagai agen pembelajaran, pendidik harus memiliki 4 kompetensi yaitu kompetensi pedagogik (keahlian guru dalam mengatur proses belajar mengajar dengan siswa), kompetensi kepribadian (karakter yang dimiliki individu), potensi profesional (keahlian yang harus dimiliki guru untuk menyelesaikan tugas secara optimal), dan kompetensi sosial (keahlian berinteraksi, berperilaku, berkomunikasi secara menyeluruh). Hal ini tidak dapat terwujud dengan baik bila mahasiswa akhir Bimbingan Konseling Universitas Negeri Jakarta mengalami dampak dari kecanduan *game online*.

## **B. Identifikasi Masalah**

Hal-hal yang menjadi pokok permasalahan sesuai dengan latar belakang diatas adalah sebagai berikut:

1. Perkembangan teknologi yang tidak disikapi dengan baik menghasilkan dampak negatif
2. Fenomena Covid-19 menghadirkan resiko yang lebih besar terhadap kecanduan game online
3. Individu di usia dewasa awal diketahui memiliki tingkat kerentanan tertinggi dalam hal kecanduan game online
4. Kecanduan game online menghadirkan dampai fisik, sosial, akademik dan psikologis
5. Mahasiswa tingkat akhir Bimbingan Konseling dalam desain perkuliahan

online rentan mengalami kecanduan game online

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan hasil identifikasi masalah yang ada, maka peneliti membatasi masalah pada:

1. Gambaran kecanduan *game online* pada mahasiswa akhir Bimbingan Konseling Universitas Negeri Jakarta
2. Gambaran dampak fisik, sosial, akademik dan psikologis bagi pecandu *game online* pada mahasiswa akhir Bimbingan Konseling Universitas Negeri Jakarta

### **D. Rumusan Masalah**

Bagaimana gambaran dampak dari kecanduan *game online* pada mahasiswa akhir Bimbingan Konseling Universitas Negeri Jakarta?

### **E. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk memperoleh gambaran tingkat kecanduan *game online* dan dampaknya pada dewasa awal serta memberi pengetahuan lebih mengenai dampak kecanduan *game online* pada mahasiswa akhir Bimbingan Konseling Universitas Negeri Jakarta.

### **F. Manfaat Penelitian**

Manfaat dari dilaksanakannya penelitian tentang gambaran kecanduan *game online* pada dewasa awal terbagi menjadi dua, yakni:

1. Manfaat teoritis
  - a. Memperoleh informasi mengenai gambaran dampak kecanduan *game online* pada dewasa awal bagi perkembangan ilmu pengetahuan.
  - b. Memperoleh masukan bagi peneliti lain yang ingin meneliti lebih lanjut mengenai gambaran dampak kecanduan *game online* serta untuk menambah wawasan dan informasi khususnya gambaran dampak kecanduan game online pada dewasa awal.
2. Manfaat praktis
  - a. Sebagai bahan informasi bagi pecandu *game online* khususnya pada masa dewasa, sehingga dapat menjadi gambaran bagaimana dampak seseorang yang telah mengalami kecanduan game online

- b. Sebagai bahan informasi bagi Fakultas Ilmu Pendidikan khususnya untuk program studi Bimbingan konseling mengenai gambaran pecandu *game online* pada mahasiswa akhir Bimbingan Konseling agar dapat memahami bagaimana kecanduan *game online* memiliki dampak yang beresiko mempengaruhi berbagai aspek kehidupan individu.
- c. Sebagai bahan informasi bagi para mahasiswa Bimbingan Konseling serta meningkatkan kesadaran akan beresikonya bila mengalami kecanduan *game online* serta menjadi pengetahuan untuk keperluan tugas-tugas lainnya.