

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Remaja adalah masa peralihan dari usia anak menjadi dewasa. Pada dasarnya masa remaja dianggap mulai saat anak secara seksual menjadi matang dan berakhir saat anak mencapai usia matang secara hukum. Papalia (2012) menjelaskan masa remaja merupakan masa perubahan pertumbuhan antara masa kanak-kanak dan dewasa, yang pada umumnya dimulai pada usia 12 atau 13 tahun sampai masa remaja akhir awal usia dua puluhan. Kay (Jahja, 2011) mengatakan bahwa remaja saat usia dini diharapkan mampu menumbuhkan keterampilan komunikasi interpersonal dan belajar berteman dengan teman seusianya atau orang lain, baik secara individual maupun kelompok, menerima dirinya sendiri dan mempunyai kepercayaan atas kemampuannya sendiri, memperkuat *self-control* (kemampuan mengendalikan diri), dan penyesuaian diri (sikap/perilaku) kekanak-kanakan.

Hurlock (2012) mengatakan bahwa pada jalannya usia dari anak-anak menuju remaja menghadapi peralihan yang secara drastis yaitu dari segi fisik, kognitif dan sosioemosi serta terdapat adanya perubahan sikap dan perilaku yang mengarah ke hal-hal yang negatif salah satunya untuk mengontrol dirinya. Pengendalian diri yang rendah dikatakan sebagai faktor resiko yang signifikan untuk berbagai masalah pribadi dan interpersonal (Mumbaasithoh, Ulya, & Rahmat, 2021).

Seiring dengan perkembangan zaman yang semakin maju ini, remaja saat ini dikelilingi oleh media yang membuat perkembangan teknologi juga semakin pesat. Perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi internet telah menjadi hobi bagi remaja dalam mencari informasi terkini dan menjalin hubungan dengan orang lain di dunia maya (Nurmandia, Wigati & Masluchah, 2013). Penggunaan internet itu sendiri, mulai dari jejaring sosial, *browsing*, *internet messaging*, mendapatkan berita terbaru, jual beli, *video streaming*, dan yang paling banyak di gemari adalah bermain *game online*. Trismarinda (Nur, 2021) menjelaskan bahwa *game online* berkembang cukup pesat ini karena jumlah pemain dalam satu *game* dan permainan yang bervariasi selalu muncul. Internet kini telah menjadi aspek penting dalam kehidupan sehari-hari. Kini lebih dari jutaan orang di seluruh Indonesia telah menggunakan internet (APJII, 2015).

Dilansir dari Databoks (2022), salah satu bentuk hiburan remaja yaitu *game online*, berdasarkan laporan *We Are Social*, Indonesia menjadi negara dengan jumlah pemain video game terbanyak ketiga di dunia. Laporan tersebut mencatat ada 94,5% pengguna internet berusia 16-64 tahun di Indonesia yang memainkan video game per Januari 2022. *Game online* di Indonesia sendiri telah dianggap memberi pengaruh buruk yang signifikan, yaitu dari perkembangan remaja dan segi emosi remaja. Hasil penelitian dari Fitri, Putri dan Yulanda (2021) mengungkapkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan kecanduan *game online* pada

remaja. Hal inilah yang menjadi salah satu alasan mengapa seseorang menjadi gemar bermain, sehingga menimbulkan kecanduan terhadap *game online*.

Lemmens, Valkenburg, dan Peter (2009) mendefinisikan kecanduan *game* sebagai penggunaan berlebihan dan kompulsif pada video *game* atau game komputer yang mengakibatkan masalah sosial dan atau emosional. Kecanduan *game online* secara umum merupakan perilaku seseorang yang ingin terus bermain *game online* yang menghabiskan banyak waktu serta dimungkinkan individu yang bersangkutan tidak mampu mengontrol atau mengendalikannya. Semakin sering seseorang bermain *game online* dapat menyebabkan orang tersebut menjadi kecanduan dan keinginan untuk mencapai level yang lebih tinggi dari yang lain akan mendorong pemain untuk mencari dan mempelajari berbagai trik dalam permainan yang dilakukan (Grant, Kim, & Potenza 2013)

Young, Abreu, dan Soetjipto (2017) mengungkapkan bahwa remaja merasa gelisah dan cepat marah apabila tidak dapat bermain *game online*, remaja ingin terus bermain *game online* sehingga merasa puas akibatnya mengurangi aktivitas penting lainnya untuk dapat bermain *game online* lebih lama. Menurut Egger (Sari & Astuti, 2020) pecandu *game online* seringkali membayangkan bermain *game online* meski sedang tidak melakukan kegiatan bermain *game*, merasa gelisah ketika tidak dapat bermain, berbohong mengenai penggunaan permainan *game online*, mengalami kesulitan dalam membatasi waktu untuk bermain *game online* menyebabkan kemunduran di

sekolah, hasil pekerjaan, sosialisasi dengan lingkungan sekitar sehingga sulitnya untuk mengontrol diri.

Huda (2021) mengatakan banyak para remaja yang mengunjungi café dan depan sekolah untuk bermain *game online*. Pemain *game online* juga mengatakan mereka tidak dapat meninggalkan aktivitasnya bermain, sehingga tergantung dengan *game online* dan sering memainkan *game online* setiap hari. Selain itu, kondisi ketergantungan tersebut mengakibatkan individu sampai lupa makan dan jarang tidur karena keseharian hanya difokuskan dengan bermain *game online* dan biasanya *game online* dimainkan dalam waktu sehari dapat menghabiskan waktu 2 sampai 5 jam dalam sekali main sehingga dapat mengganggu kontrol diri remaja.

Berdasarkan wawancara pendahuluan pada beberapa remaja yang berinisial R dan N pada tanggal 22 Mei 2022, ditemukan bahwa remaja rata-rata waktu yang digunakan untuk bermain *game online* yaitu 2-4 jam/hari atau bahkan lebih. Alasan dari beberapa remaja tersebut dalam bermain *game online* adalah untuk melampiaskan rasa stress, mengisi waktu yang kosong, merasa kesepian, sudah terbiasa untuk bermain *game online*, merasa senang, dapat menemukan teman baru, merasa nyaman ketika bermain *game online*, menciptakan hubungan baik dengan orang lain, dan *game online* memberikan tantangan bagi remaja tersebut.

Ismail dan Zawahreh (2017) mengatakan bahwa seseorang yang kecanduan *game online* ini dapat membawa dampak yang besar terutama pada perkembangan remaja maupun kontrol diri remaja. Hal ini juga

dikuatkan dengan penelitian yang dilakukan oleh Detria (Adiningtiyas, 2017) dimana terdapat dua faktor kecanduan *game online* yaitu faktor internal dan eksternal. Salah satu faktor internal dari kecanduan *game online* ini adalah kurangnya kontrol diri. Kontrol diri sebagaimana yang didefinisikan oleh Averill (Ghufron & Suminta, 2017) merupakan variabel psikologis yang mencakup kemampuan individu untuk memperbaiki perilaku, kemampuan individu dalam mengendalikan informasi yang tidak diinginkan dan kemampuan individu untuk mengambil suatu tindakan berdasarkan sesuatu yang diyakini. Oleh karena itu, individu yang memiliki kontrol diri yang baik dapat memenuhi kebutuhannya secara seimbang dan tidak berlebihan, termasuk membatasi dirinya untuk bermain *game online*.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Safarina dan Halimah (2019) menunjukkan bahwa kontrol diri memiliki hubungan terhadap kecanduan *game online*, yang artinya semakin rendah kontrol diri seseorang maka semakin besar juga kemungkinan untuk kecanduan *game online*. hal tersebut disebabkan karena subjek merasa mendapatkan kegembiraan melalui aktivitas *online* seperti merasa lega, dan bangga ketika bermain *game online*. Hal ini juga dikarenakan bahwa pemain menghadapi keinginan untuk menikmati permainan dengan terus maju ke tingkat selanjutnya.

Berdasarkan permasalahan diatas, menarik bagi peneliti untuk mengkaji lebih lanjut mengenai topik penelitian tersebut. Sehubungan dengan fenomena yang muncul dilapangan, maka penulis tertarik untuk mengkaji

lebih dalam tentang “Hubungan Antara Kontrol Diri Terhadap *Game Online Addiction* Pada Remaja”

1.2 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian yang ingin didapatkan oleh peneliti ini adalah untuk mengetahui dan menguji secara empiris hubungan antara kontrol diri terhadap *game online addiction* pada remaja.

1.3 Manfaat Penelitian

1.3.1 Manfaat teoritis

Manfaat dari hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan bagi pengembangan psikologi, yaitu terhadap adanya kemungkinan keterkaitan antara kontrol diri dengan *game online addiction*.

1.3.2 Manfaat praktis

Bagi subjek penelitian ini diharapkan mampu memberikan pengetahuan dan informasi kepada para remaja sehingga para remaja dapat mencegah dan mengurangi bermain *smartphone* khususnya dalam bermain *game*.

1.4 Keaslian Penelitian

Penelitian yang membahas tentang hubungan antara kontrol diri terhadap *game online addiction* pada remaja. Keaslian penelitian ini

didasarkan pada beberapa penelitian yang sebelumnya memiliki karakteristik yang relatif sama dalam hal tema, sejauh yang peneliti ketahui, sudah ada beberapa penelitian dengan menggunakan variabel *game online addiction* dan kontrol diri, namun yang membedakan penelitian ini dengan penelitian-penelitian lainnya adalah pada subjek penelitian.

Penelitian yang dilakukan oleh Fitri, dkk., (2021) dengan judul hubungan kontrol diri terhadap kecanduan *game online* pada remaja. Tujuan dalam penelitian ini mengetahui hubungan kontrol diri terhadap kecanduan *game online* pada remaja. Berdasarkan tujuannya, subjek yang dilakukan dalam penelitian ini 210 siswa. Teknik pengambilan sampelnya menggunakan *purposive sampling*. Teknik analisis data menggunakan analisa univariat dan bivariat dengan uji *Spearman rho*. Hasil uji korelasi menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan kecanduan *game online*.

Selain itu, adapula penelitian yang serupa dengan penelitian ini yaitu penelitian yang dilakukan oleh Udiarto dan Astuti (2019). Judul penelitiannya adalah “Hubungan Kontrol Diri Dengan Kecanduan Internet Pada Siswa SMA Di Temanggung”. Tujuan dari penelitian ini supaya melihat hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan internet pada siswa. Berdasarkan tujuan, sampel yang digunakan dalam penelitian ini 167 siswa. Teknik analisis yang digunakan yaitu analisis korelasi *product moment*. Hipotesis dalam penelitian ini adalah ada hubungan negatif antara kontrol diri dengan kecanduan

internet. Hasilnya dari penelitian terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kontrol diri dengan kecanduan internet.

Kemudian penelitian lain yang serupa yaitu penelitian yang dilakukan Sari dan Astuti (2020). Hubungan kontrol diri dengan kecanduan *game online* pada siswa. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan kontrol diri dengan kecanduan *game online* pada siswa. sampel penelitiannya sebanyak 106 siswa, analisis data menggunakan analisis korelasi *product moment*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan negatif antara kontrol diri dengan kecanduan *game online*.

Penelitian lain Wulandari (2015) dengan judul penelitian ini yaitu “Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Kecanduan *Game Online* Pada Remaja Di Warnet Lorong Cempaka Dalam Kelurahan 26 Ilir Palembang”, tujuan penelitian untuk mengetahui mengenai hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan *game online* pada remaja di warnet lorong cempaka dalam kelurahan 26 ilir palembang. Hipotesis yang diajukan yaitu ada hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan *game online* pada remaja di warnet lorong cempaka dalam kelurahan 26 ilir palembang. Jumlah subjek yang digunakan sebanyak 95 remaja, Teknik analisisnya menggunakan teknik analisis regresi sederhana, dengan bantuan *SPSS for windows*. Hasil analisis data penelitian terdapat ada hubungan yang sangat signifikan antara kontrol diri dengan kecanduan *game online* pada remaja di warnet Lorong cempaka dalam kelurahan 26 ilir Palembang. Hal ini berarti semakin rendah kontrol diri maka semakin tinggi kecanduan *game online*.

Selanjutnya penelitian oleh Rahmayani dan Rozali (2021) dengan judul pengaruh kontrol diri terhadap kecenderungan kecanduan *game online* pada remaja yang bermain *free fire* di Jakarta. Tujuan penelitian ini mengetahui pengaruh kontrol diri terhadap kecenderungan kecanduan *game online* pada remaja yang bermain *free fire* di Jakarta. Dengan menggunakan teknik accidental sampling, dengan jumlah subjek 100 remaja. Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat pengaruh negative signifikan kontrol diri terhadap kecenderungan kecanduan game online pada remaja yang bermain *free fire*.

Berdasarkan penelitian-penelitian terdahulu yang telah diuraikan diatas, maka peneliti melihat ada beberapa perbedaan dalam penelitian terdahulu dengan penelitian ini, perbedaan terdapat pada:

1.4.1 Keaslian Topik

Pada penelitian terdahulu Fitri dkk (2021) topik yang diangkat adalah mengetahui hubungan kontrol diri terhadap kecanduan *game online* pada remaja. Udiarto dan Astuti (2019) meneliti hubungan kontrol diri dengan kecanduan internet pada Siswa SMA Di Temanggung, kemudian Sari dan Astuti (2020) meneliti hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan *game online* pada remaja. Wulandari (2015) meneliti tentang Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Kecanduan *Game Online* Pada Remaja di Warnet Lorong Cempaka Dalam Kelurahan 26 Ilir Palembang. Rahmayani dan Rozali (2021) meneliti tentang pengaruh kontrol diri terhadap kecenderungan kecanduan *game online* pada remaja yang bermain *free fire* di Jakarta.

1.4.2 Keaslian Teori

Berdasarkan penelitian sebelumnya, penelitian yang dilakukan oleh peneliti saat ini menggunakan teori dari Averill untuk kontrol diri dan teori dari Lemmens dkk untuk *game online addiction*.

1.4.3 Keaslian alat ukur

Berdasarkan penelitian sebelumnya, penelitian yang dilakukan peneliti saat ini menggunakan alat ukur *game addiction scale* (GAS) oleh Lemmens, dkk., (2009) yang telah di modifikasi oleh peneliti. Alat ukur kontrol diri disusun oleh peneliti sendiri berdasarkan aspek kontrol diri dari Averill (Ghufron & Suminta, 2017).

1.4.4 Keaslian Subjek

Berdasarkan penelitian sebelumnya menggunakan subjek siswa, sedangkan penelitian yang dilakukan peneliti saat ini menggunakan subjek penelitian remaja laki-laki dan perempuan di Indonesia dengan rentang usia 11-20 tahun dengan siklus bermain *game online* selama lebih dari 6 jam dan penelitian ini mengambil subjek berjumlah 160.

Berdasarkan pemaparan diatas dapat disimpulkan bahwa penelitian yang dilakukan oleh peneliti ini adalah penelitian yang orisinal.