

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Istilah Latin *adolescence*, yang berarti “tumbuh menjadi dewasa”, berasal dari kata *adolescence* dalam bahasa Inggris. Masa remaja adalah masa perkembangan dan kemajuan pribadi yang pesat. Secara individu dan dalam hubungannya dengan keluarga, teman sebaya, dan komunitas yang lebih luas, masa remaja adalah masa transformasi fisik dan mental yang mendalam. (Ingkiriwang et al., 2021).

Berdasarkan survei yang dilakukan Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII), dari total populasi 264,16 juta jiwa, terdapat 171,17 juta jiwa yang menggunakan internet. Dari jumlah tersebut, 10,12% mengalami peningkatan penggunaan setiap tahunnya. Survei tersebut juga menemukan bahwa kelompok usia yang paling rentan dalam penggunaan internet adalah remaja, khususnya mereka yang berusia antara 15 dan 17 tahun. Di antara pengguna tersebut, 91% telah menyelesaikan setidaknya sekolah menengah atas, dan 17,1% menggunakannya untuk bermain game online (Arif, 2021).

Seseorang yang ingin memainkan suatu *game online* harus memiliki akses terhadap komputer atau perangkat elektronik lainnya yang dapat terhubung dengan internet, seperti smartphone (Arif, 2021). Pada tahun 2019 bahwa 47,7 juta orang akan bermain *game online* pada tahun 2020, dan sebanyak 43 juta di antaranya adalah remaja. Hal ini akan menempatkan Indonesia pada peringkat keenam belas di antara negara-negara dengan konsentrasi pemain aktif game online tertinggi. (Sari, 2022). Daripada menghabiskan waktu bersama teman-temannya di kehidupan nyata, banyak remaja saat ini lebih memilih menghabiskan waktunya dengan bermain *game online*. *Game online* awalnya muncul sebagai aktivitas rekreasi bagi remaja, namun kini berpotensi menjadi artefak budaya tersendiri (Adams, 2020). Remaja yang memainkan game ini

secara online tidak hanya dapat melihat visual yang realistis, tetapi juga dapat berkomunikasi satu sama lain. (Fariz, 2020).

Seseorang mengalami *kecanduan game online* jika penggunaan platform tersebut terlalu berlebihan sehingga berdampak negatif pada kemampuannya untuk berfungsi dalam kehidupan sehari-hari. Ciri-ciri kecanduan *game online* mencakup gameplay kompulsif, penarikan diri dari hubungan di kehidupan nyata, dan fokus tunggal pada kesuksesan dalam game dengan mengorbankan hal lainnya (Rexy & Barimbing, 2022). Seseorang yang kecanduan bermain *game online* ditandai dengan kurangnya pengendalian diri dan keinginan untuk bermain yang tidak pernah terpuaskan (Yee, 2021).

Masalah kesehatan fisik dan struktur serta fungsi otak merupakan akibat dari kecanduan game pada remaja. Perubahan pada korteks pra-frontal otak dapat ditunjukkan dengan magnetic resonance imaging (MRI). Jika kondisi ini berkembang menjadi kecanduan atau ketergantungan, fungsi otak remaja akan menurun (Rokom, 2020). Selain itu, seperti yang ditunjukkan dalam penelitian Sidabutar et al. (2019), penggunaan layar dalam waktu lama dan radiasi yang dipancarkan perangkat seluler dapat membahayakan mata. Selain itu, remaja gamer juga dapat memberikan dampak negatif terhadap tugas sekolah mereka karena menyita waktu dari aktivitas yang lebih produktif dan menggantinya dengan *game online*, yang pada akhirnya mempersulit mereka untuk memperhatikan kelas dan mengingat informasi (Novrialdy, 2019).

Seseorang dikatakan mengalami *stres* apabila tidak mampu menghadapi bahaya terhadap kesehatan tubuhnya yang juga berdampak pada kesehatan mental, emosional, dan spiritualnya. *Stres* positif dan negatif adalah dua kategori utama *stres*. *Stres* mental dan perubahan hidup merupakan contoh pemicu *stres* psikososial, dan *stres* merupakan respons fisiologis terhadap *stres* tersebut (Priyoto, 2020). Ada dua kategori utama *stres* dalam tubuh manusia: *stres* akut dan *stres* kronis, kadang-kadang dikenal sebagai respons "lawan atau lari". Pada saat bahaya ekstrim, tubuh mengalami proses yang disebut *stres* akut. Dalam kasus tertentu, reaksi *stres* akut yang kuat dan cepat dapat memicu tremor.

Konsekuensi dari *stres* kronis bertahan lebih lama, lebih sulit dibedakan, dan lebih sulit diatasi. (Donsu, 2020). Stres di kalangan remaja meningkat ketika mereka bermain game online dalam jangka waktu yang lama, menghadapi tekanan teman sebaya untuk bermain, dan harus beradaptasi dengan bermain game online (Phainel, 2020). Bermain *game online* dalam jangka waktu lama dapat menyebabkan kecanduan, pemborosan, gangguan kesehatan, dan dampak psikologis termasuk stres (Budhi & Indrawati, 2022).

Berdasarkan penelitian awal yang telah dilakukan di SMK N 1 Seyegan pada tanggal 29 Mei 2024 terdapat 15 siswa dari total 25 siswa kelas XI jurusan Teknik Sepeda Motor 2 di SMK N 1 Seyegan, dari 15 siswa tersebut 7 diantaranya bermain *game online* lebih dari 5 jam, 4 diantaranya bermain *game online* 2-5 jam, sedangkan 4 diantaranya bermain *game online* 1-2 jam dengan frekuensi bermain game yang sama yaitu, 3-4 kali sehari, dari 15 siswa tersebut 8 diantaranya tinggal dengan kedua orang tua, 3 diantaranya tinggal dengan salah satu orang tua, dan 4 diantaranya tinggal sendiri atau kost. Dari 15 siswa tersebut 7 diantaranya mengatakan sulit bersabar dalam menghadapi masalah dan merasa cepat marah karena hal-hal sepele, 5 diantaranya mengatakan kadang-kadang sulit bersabar dalam menghadapi masalah dan merasa cepat marah karena hal-hal sepele, sedangkan 3 diantaranya mengatakan selalu bersabar dalam menghadapi masalah dan tidak pernah marah karena hal-hal sepele.

Berdasarkan penelitian (Sadira Netifara, 2023) dengan penelitian “Hubungan Kecanduan Game Online Dengan Tingkat Stres Pada Siswa SMA Karang Tengah” didapatkan hasil dari 124 sampel siswa yang kecanduan game online kecanduan rendah sebanyak 41 responden dengan presentase 33,1%, kecanduan sedang sebanyak 32 responden dengan presentase 25,8%, dan kecanduan tinggi sebanyak 25 responden dengan presentase 20,0% dan kecanduan sangat tinggi 26 responden dengan presentase 21,0%. Adapun data tingkat stress siswa SMA ringan sebanyak 20 responden dengan presentase 16,1%, sedang sebanyak 38 responden dengan presentase 30,6%, dan berat 26 responden dengan presentase 21,0% dan sangat berat 40 responden dengan

presentase 32,3 Dapat disimpulkan dari data diatas menunjukan bahwa terdapat hubungan antara kecanduan game online dengan tingkat stres siswa SMA yang dilakukan pada SMAN 1 Karangtengah.

Berdasarkan penelitian (Ni Kadek,2022) dengan penelitian “Hubungan Tingkat Stres Dengan Kecanduan Bermain Game Online Pada Remaja Di SMA Negeri 1 Susut Bangli” didapatkan hasil dari 250 hasil kuisisioner responden didapatkan skor 19-25 (stress sedang) sebanyak 206 orang dengan presentase 82.4%. skor 15-18 (stress ringan) sebanyak 42 orang dengan presentasi 76.8 %. skor 26-33 (stress berat).Dan dalam penelitian in yaitu dari 250 hasil kuisisioner responden didapatkan skor < 75 (kecanduan berat) sebanyak 131 orang dengan persentase 52.4% orang dan 56-75% (kecanduan sedang) sebanyak 119 orang dengan presentase 47.6%.Sehingga ada hubungan antara tingkat stress dengan kecanduan bermain game online pada remaja di SMAN 1 SUSUT BANGLI.

Dari data yang telah didapat oleh karena itu,peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut tentang “Hubungan *Kecanduan Game Online Dengan Tingkat Stres* Pada Remaja Di SMK N 1 Seyegan”.

### **B. Rumusan Masalah**

Adakah hubungan kecanduan *game online* dengan tingkat stres pada remaja di SMK N 1 Seyegan.

### **C. Tujuan Penelitian**

#### 1. Tujuan Umum

Diketahui hubungan kecanduan *game online* dengan tingkat stres pada remaja di SMK N 1 Seyegan.

#### 2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui karakteristik responden remaja di SMK N 1 Seyegan.
- b. Diketahui distribusi frekuensi kecanduan *game online* pada remaja di SMK N 1 Seyegan.
- c. Diketahui distribusi frekuensi tingkat stres pada remaja di SMK N 1 Seyegan.

## D. Manfaat Penelitian

### 1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan, wawasan dan sebagai bahan perkembangan ilmu pengetahuan dibidang keperawatan anak khususnya tentang hubungan kecanduan *game online* dengan tingkat stres pada remaja.

### 2. Manfaat Praktis

#### a. Siswa - Siswi

Hal ini diyakini bahwa siswa akan dapat menggunakan temuan penelitian ini untuk lebih memahami dampak negatif dari kecanduan *game online*, dan remaja akan dapat menggunakan informasi ini untuk mengurangi waktu bermain game mereka.

#### b. Bagi mahasiswa di Prodi Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan lebih banyak tentang dampak kecanduan game pada remaja, mahasiswa akan lebih mampu meningkatkan kesadaran tentang risiko yang terkait dengan masalah yang semakin meningkat ini.

#### c. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan nanti, bisa menjadi *reference* untuk peneliti agar dapat melakukan pengembangan penelitian adiksi *game online* dengan metode dan jumlah sampel yang berbeda.