

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja adalah masa peralihan antara kehidupan anak-anak dan masa kehidupan orang dewasa (James, 2014). Pada masa ini seorang remaja sudah bukan anak-anak lagi, namun belum dapat dikatakan dewasa. Remaja mengalami masa peralihan sebagai akibat dari posisi yang sebagian diberikan oleh orang tua dan sebagian diperoleh melalui usaha sendiri yang timbul sesudah pemasakan seksual (*pubertas*). Penggolongan remaja terbagi dalam tiga tahap, yaitu remaja awal (usia 12-14 tahun), remaja tengah (usia 15-17 tahun) dan remaja akhir (usia 18-21 tahun) (Thonburg, dalam (Saputro, 2017)).

Masa remaja merupakan salah satu tahapan perkembangan manusia yang dianggap sangat penting. Perkembangan remaja ditandai dengan adanya berbagai perubahan, baik secara biologis, kognitif, maupun psikososial. Perubahan biologis yang dialami oleh remaja adalah mengalami pubertas, adanya perkembangan pada otak, perubahan hormone, dan semua reflek proses biologis. Secara kognitif, remaja mengalami perubahan dalam proses berpikir dan kecerdasan. Pada tahap ini, remaja dapat mengembangkan kemampuannya dalam melakukan abstraksi terhadap penalaran, membuat kemungkinan-kemungkinan yang dapat terjadi berdasarkan informasi yang diperoleh serta menyusun rencana-rencana berdasarkan pengalaman masa lalu.

Kemampuan intelektual seperti ini yang membedakan fase remaja dari fase-fase sebelumnya. Perubahan yang terjadi selanjutnya pada remaja adalah perubahan psikososial yang meliputi pencarian identitas diri, seksualitas, dan interaksi remaja dengan keluarga, teman, serta masyarakat (Gusti, 2014)

Interaksi remaja dengan teman sebaya di lingkungan tidak bisa dianggap tidak penting, karena remaja memiliki kecenderungan untuk mengikuti tren dan mudah terpengaruh oleh lingkungan. Secara tidak sadar remaja akan melakukan hal umum yang dikerjakan, dimainkan, dan disukai oleh teman seusianya agar ia bisa menjadi bagian dari mereka. Contoh-contoh yang umum adalah dalam hal mode pakaian, potongan rambut, kesenangan musik, maupun bermain *game* bersama-sama (Nasution, 2014).

Internet gaming atau juga bisa disebut *game online* merupakan fenomena permainan yang sangat populer. *Game online* merupakan permainan dalam dunia maya yang menampilkan permainan dalam bentuk virtual seperti pada *video game* yang terhubung melalui jaringan internet. Salah satu keunggulan dari *game online* jika dibandingkan dengan jenis permainan *video game* adalah pemain dapat memainkan permainan ini dengan siapapun tanpa dibatasi oleh sekat geografis. Pemain dari permainan online ini disebut dengan *gamers*. Remaja umumnya lebih sering bermain *game online* dibandingkan orang dewasa dan mereka akan lebih rentan terhadap kecanduan bermain *game online* (Syahrani, 2015).

Kecanduan bermain *game online* didefinisikan sebagai sikap berlebihan dalam penggunaan komputer dan *video game* sehingga para

pemainnya tidak bisa mengendalikan sikap yang berlebihan tersebut, yang berdampak pada masalah sosial dan emosional. Dalam setiap *game* ada tantangan yang membuat pecandunya terus merasa tertantang, sehingga pada akhirnya orang yang kecanduan *game* akan merasa ketergantungan terus menerus dan tidak bisa lepas dari *game*. Bila pemain *game* tidak bisa mengontrol dirinya sendiri, ia akan jadi lupa diri, lupa belajar, dan bahkan saat belajar pun ia malah mengingat- ingat permainan *game* (Masya & Candra, 2016).

Beberapa faktor dari kecanduan *game online* yaitu kurang perhatian dari orang terdekat, depresi, kurang kontrol, kurang kegiatan, lingkungan, dan pola asuh (Masya & Candra, 2016). Remaja yang bermain *game online* mempunyai motif- motif yang berbeda, ada yang bermain *game* sekedar hobi, hiburan, pelampiasan emosi, mencari teman, dan ada pula yang bermain *game* sudah menjadi bagian dari dirinya sendiri, hal itu dapat disebut dengan kecanduan (Lombogia et al., 2018).

Remaja dikatakan mengalami kecanduan *game online* apabila sudah bermain *game online* selama 6 bulan terhitung dari awal ia bermain *game online* (Lemmens et al., 2009). Remaja dikatakan kecanduan apabila menghabiskan waktu 2- 10 jam per minggu untuk bermain *game online*, bahkan ada yang menghabiskan waktu hingga 39 jam dalam seminggu, artinya sehari menghabiskan waktu 5 jam untuk bermain game. (American Psychiatric Association, 2012) menegaskan bahwa penggunaan *game online*, jejaring sosial, ataupun internet diluar keperluan pekerjaan studi selama lebih dari 5

jam per hari dan dilakukan secara terus menerus dikatakan mengalami kecanduan (Kusumadewi, 2009).

Organisasi Kesehatan Dunia atau (World Health Organization, 2018a) menyatakan bahwa kecanduan *game online* dikategorikan sebagai golongan penyakit mental yang disebut *gaming disorder* yang sudah tercatat dalam daftar *draft beta 11th International Classification of Diseases (ICD)*. Data WHO pada tahun 2012 menunjukkan prevalensi kecanduan *game* dengan mengambil sampel di sekolah- sekolah di Manado, Medan, Pontianak, dan Yogyakarta. Kami menemukan bahwa ada 45,3% dari 3.264 siswa sekolah yang bermain *game online* selama sebulan terakhir dan tidak berniat untuk berhenti. Data jumlah *gamer* di Indonesia yang tersedia hanya dikeluarkan oleh lembaga bisnis. Data terbaru pada 2017, menurut lembaga riset pemasaran asal Amsterdam, *Newzoo* diperkirakan bahwa saat ini terdapat 2,7 juta pemain *game* yang mungkin kecanduan (Lombogia, 2018).

Dampak seseorang yang mengalami kecanduan terhadap video atau permainan berbasis internet (*game online*) sangat besar. Bermain *game online* memberikan kesempatan kepada remaja untuk merasakan keberhasilan dari memenangkan permainan, menambah pertemanan dalam duniavirtual dan untuk menghilangkan stres. Namun, penggunaan game yang berlebihan dapat mengganggu pertumbuhan dan perkembangan remaja, sehingga mengarah pada ketidakmampuan perilaku dan sosial, masalah emosional termasuk depresi, kesepian, kecemasan, dan perilaku agresif yang juga telah

diidentifikasi sebagai akibat dari penggunaan game online yang berlebihan pada remaja (Seo et al., 2012).

Seseorang yang mengalami adiksi, di samping mengalami keluhan secara fisik juga mengalami perubahan struktur dan fungsi otak. Sirkuit otak yang mengaktifkan kesenangan (*dopamine*) juga ikut terangsang saat bermain game, termasuk *nucleus accumbens* (bagian otak yang memroses penghargaan), *amygdala* (bagian otak yang memroses respon emosional), dan *orbitofrontal cortex* (bagian otak yang memroses aktivitas visual).

Gangguan pada bagian otak tersebut mengakibatkan orang yang mengalami suatu ketergantungan atau kecanduan kehilangan beberapa kemampuan/fungsi otaknya, antara lain fungsi atensi (memusatkan perhatian terhadap sesuatu hal), fungsi eksekutif (merencanakan dan melakukan tindakan) dan fungsi inhibisi (kemampuan untuk membatasi). Adanya perubahan otak membuat dirinya sulit mengendalikan perilaku *impulsive*. Salah satu contohnya adalah dikarenakan terbiasa untuk mendapat *reward* cepat seperti yang didapatkan pada saat bermain *game*, mereka menjadi susah menunda keinginan. Selain berperilaku *impulsive*, biasanya orang yang kecanduan *video/game online* kehilangan fokus saat mengerjakan sesuatu sehingga berdampak pada prestasi dan produktivitasnya. Emosi yang tidak stabil juga seringkali berdampak buruk pada hubungan relasinya. Sehingga sebagian besar para pecandu *video/game online* menunjukkan sikap yang anti-sosial (Suplig, 2017).

Salah satu permasalahan yang sering dialami dalam tugas perkembangan masa remaja adalah mencapai kemandirian emosional dari orang tua dan orang-orang dewasa lainnya. Kemandirian emosional ditandai salah satunya oleh adanya kecerdasan emosional. Kecerdasan emosional meliputi mengenali emosi diri (*self-emoticon appraisal*), mengelola emosi (*use of emotion*), mengenali emosi orang lain (*other's emotion appraisal*), dan membina hubungan dengan orang lain (*regulation of emotion*) (Goleman, 2009).

Faktor-faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional terbagi atas dua faktor yaitu faktor pertama ; lingkungan keluarga, yang merupakan sekolah pertama untuk mempelajari emosi. Sedangkan faktor kedua yaitu lingkungan non-keluarga, yang terkait dengan lingkungan sekolah, masyarakat, teman-teman sebaya, dan aktifitas sehari-hari, misalnya bermain *game online* (Goleman, 2009). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Agustin, 2018) yang menyatakan semakin tinggi tingkat intensitas bermain *game online* yang dimiliki siswa maka semakin rendah kecerdasan emosi yang ada pada dirinya dan sebaliknya semakin rendah intensitas yang dimiliki siswa maka semakin tinggi kecerdasan emosi yang ada pada dirinya.

Esensi pentingnya kecerdasan emosional bagi remaja memiliki beberapa keuntungan yang pertama menjadi alat untuk membantu pengendalian diri sehingga remaja tidak terjerumus ke dalam tindakan-tindakan yang dapat merugikan dirinya sendiri maupun orang lain. Kedua, kecerdasan emosional bisa diimplementasikan sebagai cara yang sangat baik untuk memasarkan atau membesarkan ide, gagasan, konsep atau bahkan

produk. Ketiga, kecerdasan emosional adalah modal penting untuk mengembangkan bakat yang dimiliki, utamanya bakat kepemimpinan dalam bidang apapun (Suharsono, dalam (Kholidiyah, 2013)).

Hasil studi pendahuluan yang saya lakukan pada tanggal 12 November 2019 di SMP Negeri 3 Ungaran dengan jumlah 956 siswa. Berdasarkan informasi dari guru BK (Bimbingan Konseling) siswa dilarang menggunakan telepon genggam ketika berada di sekolah, namun SMP Negeri 3 Ungaran pada bulan Oktober 2019 berhasil meraih juara pertama dalam acara *Mobile Legend Competition* yang digelar oleh salah satu Sekolah Menengah Kejuruan di Kabupaten Semarang. Dari hasil wawancara dengan 10 siswa, 6 siswa mengatakan sering bermain *game online* menggunakan telepon genggam (*smartphone*) dengan menghabiskan waktu 2-5 jam bermain *game online* setiap hari dengan tujuan menyelesaikan level sulit pada *game* yang sedang dimainkan. Beberapa siswa mengungkapkan sering marah, stress, mudah tersinggung, berbicara kasar, mencaci-maki lawan mainnya jika mengalami kekalahan. Beberapa siswa mengungkapkan mereka lupa mengerjakan tugas sekolah dan juga mencuri-curi waktu untuk bermain *game* hingga larut malam. Dampaknya mereka merasa ngantuk pada saat pelajaran berlangsung. Ada juga siswa yang membawa telepon genggam ke sekolah dan bermain bersama di sekolah yang akhirnya berdampak mereka tidak fokus mendengarkan pelajaran. 4 dari 10 siswa juga mengatakan merasa santai saat dimarahi orangtua karena bermain *game online* setiap hari dan ada juga siswa yang tidak sopan dengan guru. Walaupun terdapat dampak negative akibat bermain

game, beberapa siswa yang diwawancarai mengungkapkan bahwa dengan bermain *game online* mereka dapat menghilangkan kepenatan dalam belajar.

Berdasarkan fenomena di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan mengambil judul, “Hubungan Kecanduan *Game Online* Dengan Kecerdasan Emosi Pada Remaja SMP 3 Ungaran : Tinjauan Dari Beberapa Artikel Penelitian”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan pertanyaan penelitian ini adalah adakah “Hubungan Kecanduan *Game Online* Dengan Kecerdasan Emosi Pada Remaja SMP Negeri 3 Ungaran : Tinjauan Dari Beberapa Artikel Penelitian?”.

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dalam penelitian ini adalah mendapatkan gambaran kelayakan penelitian meta analisa dan prediksi hasil penelitian berupa :

- a. Mendapatkan gambaran kecanduan *game online* pada remaja siswa-siswi SMP Negeri 3 Ungaran : tinjauan dari beberapa artikel penelitian
- b. Mendapatkan gambaran kecerdasan emosi pada remaja siswa-siswi SMP Negeri 3 Ungaran : tinjauan dari beberapa artikel penelitian
- c. Mendapatkan gambaran hubungan kecanduan *game online* dengan kecerdasan emosi pada remaja siswa-siswi SMP Negeri 3 Ungaran : tinjauan dari beberapa artikel penelitian

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi siswa

Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan informasi bagi remaja mengenai kecanduan *game online* dan mengetahui bagaimana cara untuk mengenali kecerdasan emosi yang dimiliki.

2. Bagi ilmu keperawatan

Dari hasil penelitian ini di harapkan dapat membantu dalam mencegah dan menanggulangi kecanduan *game online* dengan kecerdasan emosi pada remaja. yang berkaitan dengan peran dan fungsi perawat dalam upaya pelayanan kesehatan utama yang berfokus pada upaya promotif dan preventive.

3. Bagi institusi pendidikan

Hasil ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan juga dapat sebagai referensi bagi institusi pendidikan terkait kecanduan *game online* dengan kecerdasan emosi pada remaja sekolah menengah pertama.

4. Bagi peneliti

Sebagai bahan untuk menambah wawasan dan pengalaman peneliti tentang kecanduan *game online* dengan kecerdasan emosi pada remaja.

