

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kecanduan *game online* adalah penggunaan game online secara berlebihan dan kompulsif yang mengarah pada suatu masalah sosial, emosional (Lemmens et al., 2009). Menurut Weinstein (2010) kecanduan *game online* tidak dapat dikatakan sebagai gangguan atau disorder, karena kecanduan *game online* hanya merujuk kepada penggunaan yang berlebihan. Menurut Fitri et al. (2018) orang yang kecanduan *game online* merupakan individu yang ketergantungan secara kompulsif dan dampak negatif pada fisik dan psikologi. Menurut (Daldiyono, 2009) kecanduan terhadap *game online* ini bisa dilihat dari intensitas waktu yang digunakan oleh para pemain game saat menggunakan komputer atau *smarthphone*.

Menurut Khatijah dan Riyadi (2021) intensitas dalam bermain *game online* membuat individu tidak memperhitungkan waktu yang digunakan demi mencapai kepuasan yang diinginkan. Individu dapat dikatakan kecanduan *game online* apabila menggunakan waktunya 4-6 jam sehari untuk bermain *game online* (Ayu dan Saragih, 2016). Berdasarkan data dari NewZoo (2017) yang dilaporkan oleh theconversation.com terdapat 43,7 juta gamers di Indonesia (56% diantaranya laki-laki), dengan prevalensi 6,1% pemain *game* mengalami kecanduan dan diperkirakan terdapat 2,7 juta pemain *game* yang cenderung kecanduan.

Berkaitan dengan kecanduan *game online*, menurut Prastyo (2017) seseorang yang kecanduan *game online* akan mengalami peningkatan jumlah waktu dalam bermain, menghindari sebuah masalah dengan bermain *game online*, bertengkar dengan orang lain akibat bermain *game online*, merasa gelisah apabila tidak bermain *game online*, selalu berusaha untuk mengendalikan atau berhenti namun tidak berhasil. Individu yang mengalami kecanduan *game online* akan memunculkan gejala gejala seperti kehilangan kendali atas waktunya, perasaan tidak tenang ketika menjalani aktivitas lain,

mudah emosi apabila ada pengurangan waktu bermain *game online*, malas mengerjakan tugas, mengalami kegagalan saat ingin keluar atau berhenti bermain *game online*, selalu memikirkan *game online* setiap waktu dan tidak memperdulikan orang-orang yang ada disekitar. Salah satu para pengguna yang kesulitan dan berhenti dari *game online* adalah mahasiswa atau remaja, karena rasa ingin tahu yang sangat tinggi di fase tersebut (Aprilia et al., 2018). Hal ini didukung oleh Turmudi dan Suryadi (2021) yang menyatakan mahasiswa lebih mementingkan bermain *game online* dibandingkan dengan menjalankan kewajibannya sebagai mahasiswa.

Menurut Haqiqi dan Muhith (2021) kewajiban sebagai seorang mahasiswa menjadi terbengkalai karena pengguna *game online* senang menghabiskan waktunya untuk bermain *game online*. Mereka lebih memilih bermain *game online* sehingga kuliahnya menjadi terhambat. Menurut Purnamasari et al. (2019) akibat yang ditimbulkan dari *game online* yaitu tidak bisa mengatur waktu, sering menunda tugas kuliah, datang terlambat karena keasyikan bermain *game online*, dan menurunnya indeks prestasi (IP) mahasiswa. Menurut Bramadan (2021) seseorang yang mengalami kecanduan *game online* jika tidak ditangani akan menyebabkan rendahnya regulasi diri pada individu tersebut karena tidak mampu mengurangi waktu dalam bermain game yang mengakibatkan tidak dapat mengendalikan atau berhenti bermain game online. Setiap individu memiliki mekanisme untuk mengatur dan mengendalikan diri, oleh karena itu dengan terjadinya kecanduan *game online* maka perlu adanya regulasi diri.

Menurut Husna et al. (2014) regulasi diri merupakan suatu usaha yang dilakukan oleh individu pada saat menghadapi masalah dan kelelahan dikarenakan proses dalam mencapai tujuan yang ideal dan rumit. Regulasi diri juga dapat didefinisikan sebagai kemampuan yang dimiliki individu untuk mengontrol dirinya dalam bertindak yang berguna untuk menetapkan tujuan yang hendak dicapai (Karina dan Herdiyanto, 2019). Menurut Susanti et al. (2021) individu yang memiliki regulasi diri yang tinggi dapat mengontrol pikiran, emosinya dan dapat menghambat impulsnya dalam mengatasi suatu permasalahan. Dan apabila individu yang memiliki regulasi

yang rendah maka tidak dapat mengatur pikiran, emosi dan tidak dapat mengatasi suatu permasalahan (Ghufron, 2014). Terjadinya regulasi diri disebabkan oleh adanya faktor yang mempengaruhi regulasi diri.

Menurut Pratiwi dan Wahyuni (2019) terdapat faktor yang mempengaruhi regulasi diri antara lain adalah faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal dalam regulasi diri ialah individu dan perilaku, individu mencakup pengetahuan, tingkat kognisi dan konformitas. Faktor eksternal dalam regulasi diri yaitu lingkungan keluarga. Individu menjadi faktor yang memiliki peran penting dalam regulasi diri karena gambaran umum regulasi diri menjelaskan bahwa individu memiliki kemampuan untuk mengendalikan dan mengubah tingkah lakunya agar sesuai dengan yang dilakukan oleh orang lain atau konform pada orang lain.

Konformitas adalah tindakan perubahan tingkah laku atau menyesuaikan dengan orang lain, yang dipengaruhi oleh tekanan kelompok. Menurut Yuliantari dan Herdiyanto (2015) konformitas dilakukan dengan menyamakan sikap dan perilaku untuk menyesuaikan pandangan yang bertujuan agar menyelaraskan dengan aturan yang ada dikelompok Hal ini sejalan dengan pendapat Cinthia dan Kustanti (2017) bahwa konformitas adalah menyelaraskan tingkah laku terhadap kelompok dikarenakan ajakan atau tekanan untuk menyesuaikan diri. Individu akan berusaha menyamakan dan menyesuaikan perilakunya agar dapat diterima oleh kelompoknya, hal ini sejalan dengan pendapat Fitriyani et al. (2013) bahwa individu melakukan konformitas terhadap kelompok hanya karena perilaku individu didasarkan pada harapan kelompok atau masyarakat. Menurut Laila dan Ilyas (2019) individu yang memiliki konformitas yang tinggi maka akan lebih bergantung pada aturan dan norma yang ada dilingkungan dan begitu juga sebaliknya, apabila individu memiliki konformitas yang rendah maka individu tersebut tidak bergantung pada aturan norma yang ada di lingkungan. Menurut Haryani dan Herwanto (2015) semakin konform mahasiswa terhadap kelompoknya, maka semakin mudah terpengaruh pada aktivitas yang dilakukan oleh kelompok.

Berdasarkan data yang didapatkan dari *we are social*, tercatat 83,6% pengguna internet usia 16-64 tahun di dunia bermain *game online* menggunakan gawai apapun, seperti PC atau komputer, *smartphone*, konsol. Sementara sebanyak 68,1% pengguna internet menggunakan *smartphone* untuk bermain *game online*. Indonesia menempati posisi ketiga di Asia Tenggara sebagai negara dengan jumlah pengguna *game online* terbanyak ada 94,5% pengguna *game online* per Januari 2022 (Kemp, 2022).

Berdasarkan data yang didapatkan dari Okezone.com, di Jakarta sekitar 14% anak remaja kecanduan internet berupa bermain di media sosial dan *game online*, Prevalensi kecanduan *game online* di Tanah Air diduga lebih tinggi dari sejumlah negara maju di Asia (Siste, 2019). Berdasarkan hasil survei APJII pada tahun 2020, pengguna internet bermain *game online* di Indonesia naik 8,9% menjadi 73,7% populasi atau jumlahnya setara dengan 196,7 juta pengguna, ada kenaikan 25,5 juta pengguna dibandingkan jumlah pengguna di 2018 (Soemartono, 2020).

Terdapat kasus yang terjadi pada remaja dilansir pada Kompas.com, terdapat siswa SD kelas 6 yang sudah 4 bulan bolos sekolah gara-gara yang mengalami kecanduan *game online*. Hal ini dimulai sejak kecil dimana siswa diperbolehkan bermain *smartphone* setiap hari. Terjadinya kasus tersebut diawali dengan siswa tersebut yang ditinggal merantau oleh kedua orang tuanya sehingga membuat siswa tidak dapat mengendalikan diri dalam bermain *game online*. Hal ini menyebabkan siswa tersebut mengalami kecanduan *game online* (Rachmawati, 2019)

Dilansir dari artikel Suara.com, terdapat seorang pria nekat meninju wajah istrinya sendiri, bahkan sampai mengakibatkan terjadinya gangguan penglihatan, lantaran kecanduan permainan *mobile legends*. Hal ini dikarenakan sang suami meminta jaringan (*hotspot*) kepada sang istri, namun sang istri menolak membagi jaringan internetnya lalu suami memukul istrinya sendiri (Garjito, 2022).

Kasus lain terjadi dilansir dari BBC News Indonesia, terdapat anak yang kecanduan *game online* memegang pisau hingga memukul wajah ibunya. Hal

ini dimulai sejak kecil dimana sang anak diberikan gawai setiap hari oleh pengasuhnya dikarenakan orang tuanya bekerja. Hal tersebut terjadi akibat kuota dan pulsa pada gawainya habis. Kasus seperti ini terus terjadi hingga terdapat kasus pada anak yang mengalami gangguan pada kesehatan secara fisik (Wirawan, 2019).

Kasus yang dilansir pada Tribun Network, terdapat dua orang anak yang menderita struk ringan dikarenakan menggunakan perangkat digital dalam jangka waktu yang lama. Sugianto juga menyebutkan bahwa *game online* sesekali memunculkan iklan yang tidak sesuai dengan usia anak yang bermain *game online*. Hal ini dikarenakan saat Covid-19 siswa diwajibkan untuk menggunakan gawai dalam melakukan pembelajaran online, oleh sebab itu banyaknya siswa yang memiliki gawai dapat mengakses teknologi dengan bebas (Sugianto, 2022).

Kasus yang dilansir pada Kompasiana.com, terdapat mahasiswa yang kecanduan *game online* diakibatkan oleh ajakan teman sebayanya. Hal ini dimulai saat mahasiswa tersebut merantau dan jauh dari orang tua. Hal itu yang menjadikan mahasiswa tersebut memiliki memiliki waktu luang ketika selesai perkuliahan, mahasiswa tersebut mengunjungi warnet untuk bermain *game online* hingga pagi hari tanpa memperdulikan ada jam perkuliahan esok hari (Aqila, 2022).

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang konformitas dan regulasi diri pada mahasiswa pengguna *game online mobile legends*.

1.2 Rumusan masalah

Berdasarkan paparan yang sudah dijelaskan dilatar belakang. Peneliti menemukan permasalahan yang terjadi pada penelitian terdahulu. Penelitian sebelumnya berkaitan dengan topik permasalahan yang sedang diteliti.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Prasetiani dan Setianingrum (2020) berjudul Hubungan Antara *Self-Regulation* Dengan Kecenderungan *Adiksi*

Game online Pada Mahasiswa Fakultas Teknologi Informasi Universitas Kristen Satya Wacana dengan tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan antara *self-regulation* dengan kecenderungan adiksi *game online* pada mahasiswa fakultas teknologi informasi universitas kristen satya wacana. Penelitian ini dilakukan pada mahasiswa Fakultas Teknologi Informasi Prodi S1 Teknik Informatika angkatan 2015 Universitas Kristen Satya Wacana. Hasil dari penelitian ini adalah terdapat hubungan negatif antara *self-regulation* terhadap kecenderungan adiksi *game online*, yang berarti semakin tinggi *self-regulation* maka semakin rendah kecenderungan adiksi *game online* yang dimiliki mahasiswa, sebaliknya semakin rendah *self-regulation* maka semakin tinggi kecenderungan adiksi *game online* yang dimiliki mahasiswa.

Penelitian sebelumnya dilakukan oleh Azizah dan Muslikah (2021) berjudul Hubungan Antara Manajemen Waktu Dan Regulasi Diri Dengan Kecanduan *Game Online*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara regulasi diri, manajemen waktu dan adiksi *smartphone* pada siswa SMA Negeri di Surakarta Utara. Penelitian ini dilakukan pada siswa SMA 5 Surakarta. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan negatif antara regulasi diri, manajemen waktu, dan adiksi *smartphone*, baik secara parsial maupun seluruhnya sebesar 27,7% dan menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat regulasi diri dan manajemen waktu siswa, maka semakin rendah pula tingkat kecanduan *smartphone* siswa.

Kemudian penelitian yang dilakukan oleh Susanti et al. (2021) yang berjudul Regulasi Diri Terhadap Gangguan Perilaku Internet *Gaming* yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh regulasi diri dalam perilaku internet *gaming*. Penelitian ini dilakukan pada remaja atau pelajar SD, SMP, SMA, dewasa awal atau perguruan tinggi dan orang dewasa. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa adanya hubungan signifikan antara regulasi diri dengan perilaku internet *gaming*. Kesimpulan dari penelitian ini adalah apabila tingkat regulasi diri rendah maka laporan gangguan perilaku internet *gaming* yang tinggi, begitu pula sebaliknya apabila regulasi diri tinggi maka tingkat laporan gangguan internet *gaming* rendah.

Penelitian yang dilakukan oleh Bramadan (2021) yang berjudul Kontribusi Regulasi Diri Terhadap Kecanduan *Game online* Pada Mahasiswa yang Bermain *Game online X* di Kota Padang yang bertujuan untuk mengetahui sejauh mana regulasi diri berkontribusi terhadap kecanduan *game online* pada mahasiswa yang bermain *game online X* di Kota Padang. Penelitian ini dilakukan pada mahasiswa di Kota Padang yang bermain *game online* selama 12 bulan dan bermain 30 jam perminggunya. Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat kontribusi regulasi diri sebesar 21, 2% terhadap kecanduan *game online* pada mahasiswa yang bermain *game online X* di Kota Padang.

Penelitian yang dilakukan oleh Awalia dan Rifandi (2022) yang berjudul Peranan Regulasi Diri Terhadap Kecenderungan Kecanduan Media Sosial Pada Mahasiswa yang bertujuan untuk untuk menguji peranan regulasi diri terhadap kecanduan media sosial pada mahasiswa. Penelitian ini dilakukan pada mahasiswa aktif di kota Banjarmasin 18-23 tahun yang menggunakan media sosial pada frekuensi penggunaan media sosial lebih dari 6 jam dalam sehari. Hasil penelitian ini menunjukkan regulasi diri secara signifikan berperan memprediksi kecanduan media sosial pada mahasiswa. Regulasi diri dapat berperan memprediksi kecanduan media sosial sebesar 5,8% ($R^2=0,058$; $F(1,277) = 17.194$; $sig <,000$). Merujuk pada penelitian sebelumnya terdapat perbedaan dengan penelitian ini yaitu dalam hal responden dimana pada penelitian sebelumnya meneliti mahasiswa di Kota Padang, siswa (SD, SMP, SMA), remaja, dewasa awal dan dewasa akhir, sedangkan responden dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang mengalami kecanduan *game online mobile legends*.

Oleh karena itu, peneliti menemukan dengan rumusan masalah “apakah terdapat hubungan konformitas dengan regulasi diri pada mahasiswa yang kecanduan *game online Mobile Legends*?”

1.3 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan konformitas dan regulasi diri pada mahasiswa pengguna *game online Mobile Legends*.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini dilakukan dengan harapan dapat memberikan manfaat bagi peneliti selanjutnya untuk dikembangkan sebagai kajian teoritis maupun sebagai referensi pada bidang psikologi sosial khususnya terkait konformitas dan regulasi diri. Penelitian ini juga dapat dijadikan sebagai ilmu pengetahuan bagi masyarakat yang membutuhkan terutama penelitian dengan topik yang serupa.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Mahasiswa

Sebagai bahan referensi untuk membantu dalam meningkatkan regulasi diri sehingga dapat memahami pentingnya regulasi diri pada diri sendiri.

2. Bagi Pihak Universitas

Untuk dijadikan bahan informasi mengenai tingkat regulasi diri pada diri individu saat tidak bisa mengatur dirinya.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai sumber acuan untuk melakukan penelitian lebih lanjut terkait konformitas dan regulasi diri dengan meninjau variabel lain.