

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Perkembangan teknologi internet membuat individu dapat mengakses apa pun tanpa ada batasan. Internet memberikan kemudahan bagi setiap individu yang menggunakannya. Setiap individu dapat mengakses berbagai macam sarana, seperti sebagai sarana promosi, berkomunikasi, serta dapat dijadikan sebagai media hiburan seperti menonton *video*, bermain *game*, maupun bergabung dengan komunitas tertentu (Rudianto 2020). Salah satu media hiburan yang banyak diminati adalah *game online*. *Game online* merupakan suatu permainan yang terhubung dengan internet. *Game online* dapat dimainkan dimanapun dan kapanpun. *Game online* dapat dimainkan dengan perangkat lunak seperti *smarthphone*, laptop, dan perangkat lainnya selama *smarthphone* masih terhubung dengan jaringan internet (Hadisaputra, 2022).

Berdasarkan data survei Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) pengguna *game* di Indonesia pada tahun 2021 tercatat sebanyak 176 juta jiwa dan mengalami kenaikan pada tahun 2022 mencapai 210 juta jiwa atau sekitar 77 persen dari total seluruh penduduk Indonesia (Inge, 2022). Data tersebut menunjukkan bahwa pengguna *game* di Indonesia cukup tinggi. Hal tersebut menjadikan Indonesia menjadi negara dengan jumlah pemain *game online* terbanyak ketiga di dunia (Dihni, 2022).

Menurut studi yang dilakukan Pokkt, Decision Lab dan *Mobile Marketing Association* (MMA) pada tahun 2018, *game online* memiliki daya tarik tidak hanya kalangan laki-laki namun juga pada kalangan perempuan. Terdapat 27% pengguna *game online* berusia 16-24 tahun atau masuk dalam kategori remaja dan diperkirakan akan terus meningkat (Maulida, 2018).

Game online bahkan sudah menjadi salah satu icon di era digital sebagai bagian dari e-sport, yang banyak diminati hingga saat ini. Bahkan tak jarang banyak remaja menekuni dunia e-sport *game online* sebagai salah satu hobi

utama. Beberapa tim *e-sport* seperti onic, aura fire NXA ladies, evo sades, evos legends, RRQ dan lain-lain pernah masuk dalam tingkat juara dunia dan memiliki prestasi cemerlang. Kehadiran tim *e-sport* menjadi salah satu sarana pengembangan individu di bidang olahraga elektronik (Tayibnaxis, 2021). Beberapa *game online* yang banyak diminati adalah *mobile legends*, *arena of valor*, *league of legends*, *PUBG*, dan *free fire* (Arif dan Aditya, 2022).

Salah satu pengguna *game online* paling banyak diminati pada usia remaja. Menurut Monks, Knoers dan Hadinoto (2014) remaja merupakan individu berusia antara 12-21 tahun yang sudah mengalami peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa. Salah satu *game online* yang banyak mencuri perhatian pada kalangan remaja adalah *Mobile Legends Bang Bang* (MLBB). Game ini dirilis pada tahun 2016 yang diterbitkan oleh Moonton, dan merupakan anak perusahaan dari *ByteDance* yang berasal dari Tiongkok atau China. Dalam sejarah, *mobile legends* berhasil memenangkan salah satu penghargaan *Most Favorite Game of The Year* pada gelaran Indonesia *Gaming Awards* pada tahun 2019 (Ardelia, 2023).

Berdasarkan data *activeplayer.io* jumlah pemain *mobile legends* di Indonesia berjumlah sebanyak 80,76 juta jiwa pada desember tahun 2022. Jumlah tersebut menurun 0,6% dibandingkan pada bulan sebelumnya yang sebesar 81,25 juta pemain. Namun jumlah tersebut masih tergolong lebih tinggi 4,80% dibandingkan pada tahun sebelumnya. Pada Desember tahun 2021, jumlah pemain *game mobile legends* tercatat sebesar 77,06 juta jiwa. Secara tahunan, jumlah pemain *Mobile Legends* sebanyak 963,91 juta orang pada tahun 2022. Dengan demikian jumlah pemain mengalaminya kenaikan 4% dari tahun 2021 sebesar 942,25 juta orang (APJII, 2018).

Kepopuleran *mobile legend* memunculkan banyak pemain dan komunitas di Indonesia semakin pesat, sehingga tim *esports* Indonesia terus bermunculan. Moonton selaku pengembang dan publisher *mobile legends* tertarik menyelenggarakan MPL ID yang merupakan liga *e-sports* profesional yang bertujuan untuk memajukan industri *e-sports mobile legends* di Indonesia (Alfianita Karismawati, 2021). *Mobile Legends Profesional League* (MPL) merupakan turnamen yang menjadi sorotan utama khususnya

kalangan remaja. Turnamen ini biasanya di siarkan secara langsung diberbagai media sosial seperti Youtube, Tiktok dan Nimo TV (Khuzzaimah dan Puspitasari, 2022).

Kehadiran liga *esports* profesional membuat masalah baru dikalangan remaja. Didukung dengan penelitian Arif dan Aditya (2022), liga *esports* menjadi salah satu pemicu kalangan remaja ingin mencapai cita citanya agar bisa sukses hanya dengan bermain *game online* saja. Remaja rela menghabiskan waktunya 24 jam melewatkan waktu tidur dan makan hanya untuk bermain *game online*. Peminat game ini biasanya mengejar target rangkingnya mulai dari tingkat yang paling bawah hingga yang paling tinggi dimulai dari *Warrior, Master, Grandmaster, Epic, Legends, Mytic, dan Mytical Glory*. Hal ini yang menjadikan remaja mengalami kecanduan. Han, Hwang dan Renshaw (2010) mengatakan bahwa bermain *game online* bisa dikatakan bermasalah apabila dimainkan dalam jangka waktu lebih dari 4 jam sehari.

Kecanduan *game mobile legends* berawal dari intensitas waktu yang digunakan, sehingga lamanya waktu untuk bermain sebagian pemain berdampak buruk bagi remaja. Sejalan dengan penelitian Okta (2023), kecanduan *game online mobile legends* tergolong cukup tinggi. Umumnya bermain game rata rata 2-3 jam sedangkan para remaja bisa memainkan *game online* lebih dari 6 jam. *Mobile legends* berdampak negatif bagi remaja apabila remaja mengabaikan kegiatan sehari-hari, bersikap agresif, meninggalkan waktu belajar dan tidak memanfaatkan waktu yang tepat untuk lingkungan. Menurut Hasan (2021) durasi bermain *game online mobile legends* membutuhkan waktu yang lama, satu kali permainan bisa menghabiskan waktu sekitar 20-30 menit dalam satu pertandingan, tergantung dengan tim yang lawan yang sangat kuat bisa juga menghabiskan waktu sampai 30 menit. Pemain *mobile legends* bisa berkali-kali atau berjam-jam hanya untuk memainkan *game* tersebut.

Kecanduan *game online* lebih sering terjadi pada remaja, dikarenakan remaja sangat rentan terhadap kecanduan *game online* dari pada orang dewasa. Hal tersebut disebabkan oleh remaja karena lebih suka mencoba hal-

hal yang untuk memenuhi kegemaran secara pribadi (Mais 2020). Menurut penelitian Jap (2013) menyatakan bahwa 10,15% remaja di Indonesia memiliki kecanduan terhadap *game online*. Terdapat 1 dari 10 remaja mengalami kecanduan *game online*, tentu saja membahayakan bagi banyaknya remaja yang kecanduan *game online*. Hal tersebut menunjukkan bahwa remaja lebih rentan kecanduan *game online*.

Bermain *game online* awalnya hanya untuk hiburan dalam diri sendiri, namun dengan seiring berjalannya waktu karena sering bermain *game online* menjadi kecanduan yang sangat sulit untuk dilupakan (Huda, 2021). Pada penelitian Kurniawan, (2017) mengungkapkan bahwa *game online* bertujuan hanya untuk melepaskan penat atau menghilangkan rasa lelah dari kegiatan sehari-hari. Namun pada nyatanya permainan *game online* bisa menjadikan individu mengalami kecanduan yang sangat tinggi.

Menurut Suplig (2017) kecanduan *game online* ketika individu benar-benar tidak bisa terlepas dari *game online* tersebut bahkan sampai pada pikirannya. Melihat dari pengertian kecanduan yaitu melakukan sesuatu secara berlebihan dan melupakan hal-hal lain maka bisa diambil kesimpulan bahwa kecanduan *game online* adalah memainkan *game online* secara berlebihan dengan melupakan hal-hal lain. *Game online* menjadi fokus utama dan mendapat perhatian yang sangat tinggi daripada hal-hal lain. Kecanduan *game online* dapat diartikan sebagai sesuatu hal yang berbahaya pada kalangan remaja karena dapat mengakibatkan pemain *game online* mengalami permasalahan yang lain. Sebagian besar individu yang mengalami kecanduan *game online* akan melakukan kegiatan yang berdampak negatif bagi dirinya (Mubarok, 2021).

Dampak seseorang yang mengalami kecanduan terhadap *game online* akan mengalami keluhan secara fisik dari sisi kesehatan. Seseorang yang sudah kecanduan *game online* akan mengalami gangguan tidur sehingga mengalami sistem metabolisme tubuh, sering merasa lelah (*fatigue syndrome*), kaku leher dan otot (Finaka, 2020) Didukung penelitian dari Young (2009) kecanduan *game online* mampu menyebabkan pengaruh yang sangat tinggi bagi para pemainnya. Penggemar *game* bisa merelakan waktu

tidur, makan dan waktu bersama teman-temannya hanya untuk fokus pada dunianya sendiri.

Menurut Aqila Smart (dalam Santoso dan Purnomo, 2017) mengatakan bahwa remaja yang mengalami kecanduan *game online* memiliki karakteristik seperti lebih mementingkan *game online*, memainkan *game online* dengan waktu yang cukup lama lebih dari 14 jam perminggu dan hanya fokus pada satu permainan itu saja, kebutuhan bermain *game online* dengan jumlah waktu yang terus meningkat untuk mencapai sebuah kegembiraan, gelisah, murung, depresi dan lekas marah ketika mencoba untuk menghentikan bermain *game online*. Menurut sumber berita (timesindonesia.co.id, 2020) kecanduan *game online* bisa berdampak negatif pada remaja seperti malas belajar, dan prestasi menurun. Ciri – ciri remaja yang mengalami kecanduan *game online* mereka akan memainkan *game online* dalam jangka waktu lebih dari 30 jam dalam seminggu. Durasi waktu ini bahkan akan menyamai orang bekerja yang rata – rata yang menghabiskan waktu 40 jam dalam seminggu. Remaja yang kecanduan *game online* menjadi tidak bisa berkonsentrasi ketika bekerja maupun belajar. Salah satu ciri ketergantungan dia tidak bisa mengendalikan walaupun remaja tau itu tidak bermanfaat tetapi tetap dilakukan. Remaja yang kecanduan *game online* sangat rentan memiliki perilaku emosi yang tidak dapat dikendalikan. Ketika pemain tidak mencapai keinginannya untuk mencapai ranking atau target yang ditentukan para pemain secara tidak sadar mengeluarkan ekspresi seperti marah-marah, berkata tidak pantas (*toxic*) dan bahkan bisa menghancurkan *smarthphone* miliknya (Nurjannah dan Santosa, 2022).

Dilansir dari berita (www.cnnindonesia.com, 2019) dua remaja di kabupaten Bekasi, Jawa Barat mengalami gangguan jiwa kecanduan memainkan *game online* pada *smarthphone* miliknya, dua remaja dibawa ke yayasan Al-Fajar Berseri Tambun Selatan. Kedua remaja tersebut berinisial Nv (17) tahun dan Ty (17) tahun, dalam kesehariannya dirumah mereka berdua hanya berdiam saja dan sesekali berinteraksi kepada keluarganya. Namun ketika dua remaja tersebut melihat *smarthphone* mereka seketika bereaksi untuk segera mengambil dan memainkannya, misalnya ketika

smarthphone sedang dalam pengisian baterai (*charge*) langsung mengambilnya. Karena mereka sudah terikat pada *game online*.

Kemudian dua remaja di Bekasi lainnya, dilaporkan mengalami kecanduan yang sangat berat, sehingga kedua remaja tersebut dinyatakan mengalami gangguan psikis karena terlalu sering memainkan *game online*. Dua remaja tersebut berusia 17 tahun satu remaja bertempat tinggal dicikarang selatan dan satu remaja bertempat tinggal di Cibitung. Kedua remaja tersebut menjalani perawatan di yayasan Al-Fajar, Tambun Selatan. Dampaknya ketika mereka dilarang untuk memainkan *smarthphone* mereka akan menjadi sangat emosional bahkan mereka akan mencoba tindakan untuk melawan orang tua mereka (www.urbanasia.com, 2019).

Seorang remaja di Gaungdong China, mengalami kerusakan pada mata yang mengakibatkan terlalu sering memainkan *game online*, remaja yang berusia 15 tahun tersebut telah dilaporkan mengalami kondisi yang semakin memburuk karena dia mengalami rabun jauh sejak kecil. Namun pihak keluarga sudah menganjurkan remaja tersebut untuk menggunakan kacamata, akan tetapi remaja itu tidak ingin menggunakan kacamata alasannya karena takut diejek teman sekolahnya (www.cnnindonesia.com, 2019).

Berdasarkan uraian diatas dapat dikatakan bahwa kecanduan *game online* banyak dapat memberikan dampak yang negatif bagi remaja. Ketidakpuasan remaja menimbulkan kecanduan *game online*, salah satunya adalah para remaja tidak akan pernah cepat puas untuk menyelesaikan permainannya sampai tuntas. Selain itu karena sifat manusia yang ingin selalu menjadi pemenang dan rasa penasaran sehingga menjadi mahir termasuk dalam suatu permainan (Masya & Candra, 2016). Kecanduan *game online* yang dialami pada remaja, menyebabkan adanya sifat-sifat yang berhubungan dengan kemampuan dalam mengatur emosi dan dapat membuat individu melakukan hal - hal yang negatif seperti pemaarah, periang, pemalas, pembohong dan sebagainya (Nurjannah & Santosa, 2022). Menurut Masya dan Candra (2016) salah satu faktor yang mempengaruhi remaja mengalami kecanduan *game online* adalah kontrol diri. Kurangnya kontrol diri dalam diri remaja, mengakibatkan remaja kurang mengantisipasi dampak negatif yang

timbul dari bermain *game online* secara berlebihan. Kontrol diri merupakan kemampuan individu untuk mengubah, mengatur, membimbing serta membina kemampuan individu untuk mengarah ke hal - hal yang lebih positif (Pinasti dan Khourunnisa, 2022).

Menurut Aviyah dan Farid (2014) Kontrol diri dapat diartikan sebagai suatu aktivitas individu untuk pengendalian tingkah laku agar mengarahkan individu melakukan hal positif. Aspek - aspek yang dapat mengarahkan kontrol diri yaitu kemampuan mengontrol perilaku impulsive, kemampuan mengontrol stimulus, kemampuan mengantisipasi suatu peristiwa atau kejadian, kemampuan mengambil keputusan.

Sekarningrum dan Nugrahanta (dalam Fitriani, Pandini & Chasani, 2021) mengatakan bahwa ketidakmampuan remaja mengontrol diri yang kemudian akan menyebabkan banyaknya waktu yang digunakan untuk bermain online game. Remaja menjadi tidak dapat mengatur waktu maupun intensitas bermain *game online* dan tentu akan memberikan dampak buruk terhadap kehidupannya. Kontrol diri pada individu sangat penting karena dengan kontrol diri, akan membantu seseorang untuk mengendalikan perilakunya.

Kontrol diri dapat membuat seseorang memiliki perilaku yang terarah, membuat dorongan perasaan dalam diri secara benar dan tidak membuat kesalahan secara norma, serta peraturan yang ada pada kontrol diri. Melalui kontrol diri diharapkan remaja mampu menahan keinginannya yang muncul secara berlebihan untuk bermain *game online* (Fitriani, Pandini, & Chasani 2021).

Berdasarkan penelitian dari Anggraini dan Yosefa Ia (2023) remaja yang terlalu sering bermain *game online* akan mengalami hilangnya kontrol diri pada remaja saat bermain *game online* sehingga mengakibatkan kecanduan *game online*. Azizah (2020) mengatakan individu dengan kontrol diri yang baik cenderung dapat mengurangi keterlibatan dirinya pada permainan *game online* namun individu dengan kontrol diri yang baik juga belum tentu mengatasi keterlibatan dirinya dalam pengendalian emosi yang dapat merujuk kepada perilaku agresif serta keterlibatan dalam perilaku

kecanduan *game online*. Didukung dengan penelitian Rahmayani & Rozali (2019) remaja yang mengalami kecanduan *game online* akan berdampak negatif bagi remaja tersebut. Dampak yang bisa ditimbulkan dari kecanduan *game online* dari sisi kesehatan, psikologis, akademik, sosial dan keuangan yang berasal dari ketidaksadaran remaja dalam mengontrol perilakunya, sehingga peneliti menduga bahwa remaja dengan kecanduan *game online* berhubungan dengan kontrol diri yang rendah.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Kecanduan *Game online* Pada Remaja”

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan hasil uraian diatas ditemukan bahwa remaja yang bermain *game online* dengan waktu yang berlebihan karena kurang nya kontrol diri menyebabkan individu mengalami kecanduan *game online*. Kecanduan *game online* menimbulkan beberapa dampak negatif kepada remaja, antara lain seperti malas melakukan aktivitas sehari-hari, waktu tidur menjadi tidak teratur. Berikut ini akan dijabarkan mengenai penelitian terdahulu yang telah dilakukan peneliti sebelum-nya berkaitan dengan topik kecanduan *game online* dan kontrol diri diantaranya :

Penelitian pertama yang dilakukan oleh Ambar dan Astuti (2020) dengan judul “Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Kecanduan *Game online* Pada Siswa” Subjek penelitian ini adalah 106 siswa SMK di Yogyakarta tahun ajaran 2018/2019 yang bermain *game online* lebih dari 4 jam dalam sehari. Alat ukur yang digunakan adalah sakala kecanduan *game online* dan skala kontrol diri. Analisis data dilakukan dengan analisis korelasi product moment. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan negatif antara kontrol diri dengan kecanduan *game online* pada siswa dengan nilai koefisien korelasi sebesar $-0,562$ ($p < 0,01$).

Kedua penelitian dilakukan oleh Annisa Nur R (2021). Dengan judul Hubungan Kontrol Diri Dengan Adiksi *Game online* Pada Siswa Kelas X MAN 1 Kota Serang Tahun Ajaran 2019/2020. Populasi penelitian yaitu pada seluruh kelas X dengan jumlah siswa sebanyak 239 siswa, dan sampel yang

digunakan 150 siswa menggunakan metode sampel probability sampling dengan teknik simple random sampling. Berdasarkan hasil analisis menggunakan korelasi product moment dengan taraf signifikansi 5% diperoleh $R (-0,499)$ dengan $Sig= 0,00$ ($Sig<0,05$), maka H_a diterima dan H_o ditolak, Hasil analisis menunjukkan terdapat hubungan negatif, itu berarti jika kontrol diri tinggi maka adiksi *game online* rendah.

Ketiga penelitian yang dilakukan Aulia Fitri (2021) dengan judul “Hubungan Kontrol Diri Terhadap Kecanduan *Game online* Pada Remaja” penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif desain korelasional dengan pendekatan cross sectional. Teknik pengambilan sampel yang digunakan pada penelitian yaitu purposive sampling. Sampel pada penelitian ini sebanyak 210 siswa pada SMA Negeri 2 Pontianak yang berusia sekitar 16 tahun. Hasil penelitian ini menyatakan bahwa kecanduan *game online* yang paling besar yaitu remaja karena akibat terlalu keseringan bermain *game online*. Pada penelitian ini ditemukan bahwa kecanduan *game online*, yang dinyatakan oleh para remaja masih dalam tingkatan rendah.

Keempat penelitian yang dilakukan oleh Rahmayani (2019) dengan judul “Pengaruh Antara Kontrol Diri Dengan Kecenderungan Kecanduan *Game Online* Pada Remaja Yang Bermain *Game Online Free Fire* Di Jakarta” Penelitian ini menggunakan deskriptif kuantitatif Instrumen yang digunakan berupa alat ukur kontrol diri dengan reliabilitas sebesar (α) = 0,955 dan terdiri dari 48 aitem valid. Alat ukur kecenderungan kecanduan *game online* dengan reliabilitas sebesar (α) = 0,954 dan terdiri dari 51 aitem valid. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan negatif signifikan kontrol diri terhadap kecenderungan kecanduan *game online* pada remaja bermain yang free fire hipotesis diterima (sig. (p) (0,000): (p)<0,05). Kontrol diri memiliki pengaruh sebesar 23,5% terhadap kecenderungan kecanduan *game online*, sedangkan sisanya sebesar 76,5% dipengaruhi oleh variabel atau faktor-faktor lain. Temuan penelitian ini adalah remaja dengan kontrol diri rendah yaitu 52 remaja (52%) dan remaja yang memiliki kecenderungan kecanduan *game online* tinggi yaitu 53 remaja (53%).

Kelima penelitian yang dilakukan oleh Hutasuhut (2020) dengan judul “Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Kecanduan *Game Online* Di *Smartphone* Pada Remaja”. Responden dalam penelitian ini yaitu siswa tingkat SMAN 1 Tambang. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan game online pada remaja dengan nilai koefisien korelasi (r) sebesar $-0,333$ dan $p=0,001$ ($p \leq 0,05$), sehingga hipotesis yang diajukan diterima. Hal ini menunjukkan bahwa adanya hubungan negatif yang artinya semakin tinggi kecanduan *game online* maka akan semakin rendah kontrol diri dan begitulah juga sebaliknya.

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat dikatakan terdapat beberapa kebaruan serta perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian ini. Penelitian ini menggunakan platform *game online mobile legend* dengan teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *accidental sampling*. Penelitian ini juga ingin mengkaji ulang apakah terdapat hubungan kontrol diri dengan kecanduan *game online* pada remaja. Maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan *game online* pada remaja?”

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan paparan dan uraian latar belakang penelitian serta rumusan masalah penelitian, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan *game online* pada remaja.

1.4 Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan memiliki manfaat, antara lain :

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi baru, wawasan, serta manfaat ilmiah bagi dunia psikologi, terutama di bidang sosial mengenai kecanduan *game online* dan kontrol pada remaja.