

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kecanduan *game online* adalah penggunaan komputer atau *smartphone* secara berlebihan dan berulang-ulang sehingga memunculkan masalah pada aspek sosial, emosional, dan menyebabkan pemain tidak bisa mengendalikan aktivitas bermain *game onlinenya* (Lemmens et al., 2009). Menurut Weinstein, (2010) kecanduan *game online* tidak mempunyai cukup bukti yang menjamin di golongan sebagai gangguan karena kecanduan *game online* hanya merujuk kepada penggunaan yang berlebihan. Seseorang dapat dikatakan mengalami kecanduan terhadap *game online* jika menghabiskan waktunya 4-6 jam per hari (Ayu & Saragih, 2016). Berdasarkan hasil survei APJII, (2020) yang dilaporkan medcom.id, pada awal tahun 2020, jumlah pengguna internet di kota Bekasi mencapai 2,9 juta orang. Dari total pengguna internet di kota Bekasi, sekitar 66,4% dari pengguna internet bermain *game online* sehingga total individu yang bermain *game online* sekitar 1,9 juta orang.

Berkaitan dengan kecanduan *game online*, mahasiswa menjadi salah satu target utama dalam peluncuran berbagai *game online*, hal ini disebabkan karena tingginya rasa ingin tahu pada fase tersebut, banyaknya jenis-jenis *game online* yang sudah diluncurkan membuat para mahasiswa atau remaja semakin banyak yang mengalami kecanduan *game online* dan tidak bisa berhenti memainkan *game* tersebut (Putra et al., 2019). Terjadinya hal ini karena didukung oleh luasnya cakupan distribusi *smartphone* dan jaringan komunikasi membuat *game online* dapat diakses bukan hanya di perkotaan, namun sampai ke daerah yang dianggap terpencil dengan menggunakan *smartphone*. Walaupun kurang sesuai dengan fungsi yang sebenarnya, bermain *game online* menggunakan telepon genggam ini dianggap sangat praktis, bisa dimainkan di mana saja ketimbang bermain *game* di

komputer yang hanya bisa di mainkan di warnet atau di rumah saja (Khairiah, Said Nurdin, 2019) .

Menurut Wong & Hodgins (2014) seseorang yang mengalami kecanduan *game online* akan mengalami peningkatan jumlah waktu bermain *game online* nya dan memiliki emosional yang tidak stabil pada saat adanya pengurangan waktu untuk bermain *game online*, menghindari masalah dengan bermain *game online*, merasa gelisah apabila tidak bisa bermain *game online*, selalu berupaya untuk mengendalikan atau berhenti bermain *game online* namun tidak berhasil. Individu yang mengalami kecanduan *game online* akan merasakan gejala-gejala seperti selalu memikirkan *game online* setiap hari, bertambahnya intensitas bermain *game online*, menggunakan *game online* untuk melepaskan diri dari masalahnya, mengalami kegagalan saat ingin berhenti bermain *game online*, menimbulkan rasa tidak mengenakan apabila tidak dapat bermain *game online*, timbulnya konflik dengan orang lain akibat aktivitas bermain *game online*, mengutamakan bermain *game online* dibandingkan aktifitas lain. Seseorang yang gagal untuk mengendalikan atau berhenti bermain *game online* namun tidak berhasil, termasuk dalam kriteria kecanduan *game online* (Lemmens et al., 2009).

Menurut Diantina (2010) para pengguna *game online* lebih memilih untuk menggunakan waktu dengan bermain *game online*, sehingga berbagai kewajiban penting sebagai seorang mahasiswa pun menjadi terabaikan. Mereka memilih untuk bermain *game* dibanding belajar dengan sungguh-sungguh, kuliah dengan sungguh-sungguh atau mengerjakan tugas kuliah. Akibat yang ditimbulkan adalah penyesuaian akademik mereka menjadi buruk, yang ditunjukkan dengan penurunan nilai Indeks Prestasi (IP) selama mereka bermain *game online*. Seseorang yang mengalami kecanduan *game online* jika tidak ditangani dengan benar maka dapat menyebabkan rendahnya kontrol diri pada individu tersebut karena tidak mampu mengurangi waktu bermain sehingga mengakibatkan individu gagal untuk mengendalikan atau berhenti bermain *game online* (Pratama, 2020). Pengaruh negatif *game online* ialah tingkah laku agresif, perubahan tingkah laku pada aspek pemikiran tertentu, kesehatan yang menurun, cenderung

mengalami kecanduan (Dayne Trikora Wardhani & Fahrudin, 2010). Setiap individu memiliki suatu mekanisme yang dapat membantu mengatur dan mengarahkan perilaku. Mekanisme yang dimaksud di atas adalah kontrol diri, kontrol diri pada satu individu dengan individu yang lain tidaklah sama Widiana (dalam Wulandari, 2015).

Menurut Syaroh (2019) kontrol diri adalah kemampuan orang untuk mengendalikan perilakunya sendiri dalam otonomi relatif dari tekanan lingkungan luar, bawaan, belajar dan impuls fisiologis. Faktor yang menyebabkan terciptanya kontrol diri diantaranya adalah: faktor internal dan faktor eksternal, faktor internal yang ikut andil dalam kontrol diri pada individu adalah usia, sedangkan faktor eksternal yang ikut berperan dalam kontrol diri adalah lingkungan keluarga. Namun, pada gambaran umum kontrol diri dijelaskan bahwa individu berkeinginan mengubah perilaku agar sesuai dengan orang lain, menyenangkan orang lain, selalu konform dengan orang lain (Ghufroon & Risnawita, 2010)

Menurut Myers (2012) konformitas adalah perubahan dalam perilaku atau belief sebagai hasil dari tekanan kelompok yang nyata atau hanya berdasarkan imajinasi. Di dalam kelompok teman sebaya, individu sangat bergantung kepada teman sebaya sebagai sumber kesenangannya sehingga keterikatan dengan teman sebaya menjadi sangat kuat, kemudian akan diikuti dengan adanya perilaku konformitas, dimana remaja akan berusaha untuk menyesuaikan dan menyatu dengan kelompok agar remaja dapat diterima oleh kelompoknya Soetjningsih (dalam Apsari & Purnamasari, 2018).

Studi yang dilakukan di Belanda oleh Lemmens et al. (2009) mengenai kecanduan game *online* pada remaja berhasil berhasil mengungkap gejala-gejala kecanduan game *online* seperti selalu memikirkan game *online* setiap hari, bertambahnya intensitas bermain game *online*, menggunakan game *online* untuk melepaskan diri dari masalahnya, mengalami kegagalan saat ingin berhenti bermain game *online*. Studi yang dilakukan di Jakarta barat oleh Setiaji & Viirlia (2016) mengenai kecanduan game *online* dengan subjek pemain game dewasa awal di Jakarta barat berhasil mengungkap bahwa permainan game *online* dapat

memicu kecanduan yang bisa menimbulkan dampak seperti penarikan diri, agresivitas, masalah dalam hubungan interpersonal dan bahkan dapat mengarah pada gangguan psikologis. Studi yang dilakukan oleh Pratama et al. (2020) dengan subjek mahasiswa fakultas keperawatan berhasil mengungkap bahwa kecanduan *game online* jika tidak ditangani dengan benar dapat menimbulkan tidak terkontrolnya diri karena tidak mampu mengurangi waktu bermain sehingga hubungan sosial dan tugas menjadi terhambat. Studi yang dilakukan oleh Huda (2021) dengan subjek remaja SMA berhasil mengungkap bahwa terdapat hubungan negatif antara kecanduan *game online* dengan kontrol diri pada remaja SMA artinya bahwa semakin rendah perilaku kecanduan *game online*, sebaliknya semakin rendah kontrol diri maka semakin tinggi perilaku kecanduan *game online*. Studi yang dilakukan oleh Pande & Marheni (2015) dengan subjek siswa SMP berhasil mengungkap Siswa yang kecanduan *game online* akan mencurahkan lebih sedikit waktu untuk belajar dan membuat pekerjaan rumah, sehingga diikuti prestasi belajarnya akan mengalami penurunan. Lima penelitian diatas belum melibatkan subjek yang memiliki akun dan login menggunakan akun untuk mengakses *game online* tersebut. Perbedaan penelitian ini dengan lima penelitian sebelumnya yaitu terletak pada karakteristik subjek yang belum melibatkan subjek yang memiliki akun *game online* dan login menggunakan akun tersebut untuk mengakses *game online*, Padahal menurut penelitian Mustika Sari & Dwi Prajayanti, (2017), jika ingin meneliti tentang kecanduan *game online* perlu melibatkan subjek yang memiliki akun pribadi oleh dikarenakan aplikasi *game online* dapat dimainkan apabila sudah memiliki akun dan login dengan akun tersebut, hal tersebut akan menimbulkan efek kesenangan bagi pengguna dan lebih menyebabkan kecanduan. Oleh karena itu, penelitian ini melibatkan subjek yang memiliki akun dan login menggunakan akun tersebut untuk mengakses *game online* tersebut.

Setelah melakukan wawancara nonformal dilapangan pada mahasiswa Universitas Bhayangkara Jakarta Raya pada tanggal 02 sampai 03 November 2021 maka diperoleh 5 subjek yang dimana ke 5 subjek ini merupakan mahasiswa

yang bermain *game online*. Selanjutnya pada paragraf kali ini akan membahas mengenai Kontrol diri pada mahasiswa di Universitas Bhayangkara Jakarta Raya yang memiliki aplikasi *game online* di gadget nya. Bila dilihat dari gambaran kecanduan *game online* pada subjek pertama, subjek aktif dalam bermain *game online* Point blank, mobile legend, PUBG, dalam wawancara tersebut subjek menyampaikan bahwa subjek melakukan kegiatan bermain *game online* untuk refreshing dari kesulitannya dalam mengerjakan tugas perkuliahannya yang kadang suka lupa waktu namun hal ini sering subjek lakukan setiap harinya sekitar 3-6 jam perhari, dan subjek juga mengatakan juga bahwa pernah mencoba untuk berhenti *game online* namun subjek gagal untuk berhenti. Selanjutnya wawancara pada subjek yang kedua, untuk subjek kedua hampir sama dengan subjek pertama, namun perbedaannya terletak pada jenis *game* yang dimainkan oleh subjek kedua yaitu hanya *Mobile legend* saja dan subjek bermain *game online* selama 5-6 jam perhari dan kadang lebih mengutamakan *game online* dibanding tugas kuliah, subjek juga berkeinginan untuk berhenti bermain *game online* namun gagal untuk berhenti. Selanjutnya wawancara pada subjek ketiga, untuk subjek ketiga juga aktif bermain *game online* seperti subjek pertama dan kedua sebelumnya, namun perbedaannya terletak pada *game online* yang dimainkan oleh subjek ketiga yaitu PES *mobile*, subjek juga mengatakan bahwa subjek sangat sering bermain *game online* bahkan bisa sampai 5 jam perhari subjek bermain *game online*, sama seperti subjek sebelumnya subjek ketiga juga berkeinginan untuk berhenti bermain *game online* dan sudah berusaha untuk mengurangi waktu bermain *game online*nya namun gagal. Selanjutnya subjek ke empat, subjek menjelaskan bahwa bermain *game online* untuk menghibur diri dari kesulitannya dalam mengurus masalah perkuliahannya, subjek juga mengatakan bahwa bermain *game online* bisa sampai 4-5 jam perhari, sama seperti subjek sebelumnya subjek juga berkeinginan untuk mengendalikan atau berhenti bermain *game online* namun subjek gagal. Selanjutnya subjek kelima, subjek mengatakan bahwa salah satu cara yang subjek lakukan untuk menghibur diri dari masalah perkuliahan yang subjek hadapi yaitu dengan cara bermain *game online*, subjek juga menyatakan bahwa subjek bisa 3-6 jam perhari dalam bermain *game*

online,terkadang subjek juga tidak peduli kegiatan lain ketika sudah memulai bermain *game online*, subjek saat ini sedang mencoba untuk berhenti bermain *game online* namun keinginannya tersebut sering kali gagal.

Pada paragraf sebelumnya telah di bahas mengenai gambaran kontrol diri dari setiap subjek,lalu dari setiap subjek memiliki gambaran konformitas yang tinggi. Gambaran dari subjek pertama mengatakan bahwa subjek gagal berhenti bermain *game online* karena sering di ajak oleh temannya sehingga yang tadinya ingin berhenti main *game online* jadi bermain *game online* kembali. Selanjutnya gambaran konformitas yang tinggi pada subjek kedua terdapat ketika subjek sudah berhenti bermain *game online* namun subjek kembali bermain *game online* lagi yang di sebabkan oleh ajakan teman sebayanya yang bahkan mendatangi rumahnya untuk mengajak bermain *game online*. Selanjutnya gambaran konformitas yang tinggi pada subjek ketiga terdapat pada saat subjek melihat temannya bermain *game online* dan mendapatkan ajakan untuk bermain *game online* maka subjek pun tergoda kembali memainkan *game online* lagi. Selanjutnya subjek ke empat, subjek menyatakan bahwa tidak pernah berhasil untuk berhenti bermain *game online* disebabkan oleh ajakan temannya. Selanjutnya subjek kelima, subjek mengatakan gagal berhenti bermain *game online* dikarenakan ajakan teman sebayanya pada saat ngumpul, bahkan kadang juga subjek ke empat di telfon oleh teman-temannya untuk bermain *game online*.

Dari hasil wawancara di lapangan bahwa adanya gambaran kontrol diri yang rendah yang mengakibatkan gagal untuk berhenti bermain *game online* pada Mahasiswa Universitas Bhayangkara Jakarta Raya dan juga adanya gambaran konformitas yaitu mahasiswa kembali bermain *game online* yang disebabkan oleh ajakan teman sebayanya Kartini (dalam Rahman, 2020).

1.2 Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan antara konformitas dengan kontrol diri pada mahasiswa Universitas Bhayangkara Jakarta Raya kecanduan *game online*?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk Mengetahui hubungan antara konformitas dengan kontrol diri pada mahasiswa Universitas Bhayangkara Jakarta Raya yang kecanduan *game online*.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dari penelitian ini adalah di harapkan dapat memberikan sumbangan pengetahuan, khususnya dalam bidang ilmu Psikologi Sosial terkait dengan hubungan konformitas dan kontrol diri pada pecandu *game online*. Lalu penelitian ini juga sebagai sarana ilmu pengetahuan untuk masyarakat atau mahasiswa yang membutuhkan terutama untuk orang yang bermain *game online*, dan juga sebagai sarana untuk penelitian selanjutnya dengan topik yang sama.

1.4.2 Manfaat praktis

Manfaat praktis dari penelitian ini yaitu, diharapkan dengan adanya penelitian ini dapat memberikan wawasan mengenai gambaran konformitas dan kontrol diri yang terjadi pada mahasiswa yang bermain *game online*. Pecandu *game online* terutama mahasiswa, dapat memahami kondisi dirinya terutama tentang konformitas, selain itu juga agar mahasiswa yang bermain *game online* dapat mengontrol dirinya dalam bermain *game online*, agar dapat mengendalikan atau meninggalkan perilaku tersebut.