

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Bermain *game* sudah menjadi aktivitas yang sangat diminati di berbagai kalangan remaja. Maraknya penggunaan *game online* mengakibatkan banyak remaja ingin terus memainkannya tanpa adanya *self control* dimana timbulnya sifat kompulsi, akibatnya hal inilah yang menyebabkan terjadinya adiksi *game online*. Timbulnya adiksi *game online* sebagian besar berasal dari pelajar dimana pelajar tersebut belum mengetahui secara spesifik apa dampak yang dihasilkan dari bermain *game online*. Kondisi ini yang dikhawatirkan menjadi suatu gangguan mental, dimana salah satunya timbulnya kerentanan stres pada remaja.¹

Griffiths tahun 2012 melaporkan orang yang bermain *online game* mengeluhkan masalah kesehatan mental seperti depresi, kecemasan, fobia sosial, dan kinerja sekolah yang lebih rendah.² Kekhawatiran muncul atas konsekuensi berbahaya dari penggunaan yang berlebihan dan menimbulkan potensi gangguan psikologis yang parah dalam bentuk gangguan dalam penggunaan internet.³

Sri Wahyuni pada tahun 2017 melaporkan ada banyak masalah yang terkait dengan bermain *game online*, seperti: agresi, adiksi dan cedera fisik seperti sakit kepala, mata kering, sakit punggung, gangguan tidur, makan tidak teratur hingga mengalami *carpal tunnel*.⁴ Namun di antara semua masalah yang berkaitan dengan penggunaan *game online*, adiksi bisa diklasifikasikan menjadi yang paling mengkhawatirkan.

Pada tahun 2007 Thaleman melakukan riset terhadap 7069 remaja di Jerman tentang perilaku adiksi *game online*, disebutkan bahwa bermain *game online* yang berlebihan (adiksi *game online*) berhubungan dengan gangguan psikologis seperti , sifat agresif, modifikasi suasana hati dan sifat yang bermusuhan.⁵

Wong pada 2020 menunjukkan bahwa ada hubungan antara perilaku bermain *game* yang bermasalah dan hasil terkait kesehatan seperti kesehatan psikologis (depresi dan kecemasan), kesehatan sosial (fobia sosial dan kesepian), dan kesehatan fisik (penurunan tingkat aktivitas fisik, kualitas tidur yang lebih buruk, dan *carpal tunnel*).⁶

Pada tahun 2012, *American Psychiatric Association* (APA) telah menetapkan adiksi *game online* telah diidentifikasi sebagai gangguan kejiwaan dalam DSM-V. Prevalensi internasional berkisar dari 0,3% hingga 12%, dan ini merupakan masalah kesehatan masyarakat yang meningkat, terutama di negara-negara Asia. Selain gejala kognitif dan perilaku yang mirip dengan gangguan penggunaan zat, adiksi *game online* juga dilaporkan memiliki hubungan dengan gejala kejiwaan, termasuk gangguan hiperaktif, gangguan defisit perhatian, depresi, kecemasan, dan gejala psikosomatik.⁷

Penelitian tahun 2020 oleh Jesse Andretta melaporkan bahwa permainan *game* yang berlebihan dapat menyebabkan masalah dalam perilaku, isolasi sosial, prestasi akademik yang rendah, dan psikopatologi komorbid.⁸ Muller (2015) menemukan dalam penelitian mereka terhadap remaja, yang berusia 14-17 tahun di tujuh negara, bahwa 1,6% dari remaja ini adalah pecandu *game online*.⁹ Pada 2011 sebuah penelitian di Finlandia juga melaporkan bahwa adiksi *game online* pada remaja usia 12–18 tahun diketahui 4,7% remaja perempuan dan 5,3% remaja laki-laki.¹⁰

Penelitian Florian Rehbein di Jerman tahun 2015, sekitar 12.000 siswa dari beberapa negara yang ditetapkan menunjukkan bahwa prevalensi adiksi *game* adalah 1,2% di Jerman, 7,7% di Spanyol, 8% di AS, 9,4% di Belanda dan 14,6% di Inggris.¹¹ Sebuah studi baru-baru ini di antara siswa sekolah menengah di Lebanon melaporkan prevalensi yang lebih tinggi (9,2%) dari gangguan *game online* pada umumnya, sementara sebuah penelitian di Iran menemukan prevalensi IGD (*Internet Game Disorder*) menjadi 17,1% pada populasi yang

sama.¹² Sebagai perbandingan, Korea memperkirakan 2,4% kasus adiksi *game online* dan 10,2% kasus di antara populasi berusia 9-39 tahun dan Cina memperkirakan 13,7% penggunaan internet remaja memenuhi kriteria diagnostik adiksi internet dan *game online*.¹³

Estimasi kasus adiksi *game online* 10,15% di kalangan siswa sekolah Indonesia yang saat ini bermain *game online* cukup mengkhawatirkan¹⁴. Biasanya pemain yang mengalami masalah adiksi *game online* mengorbankan aktivitas lain untuk bermain, mereka mengorbankan waktu untuk hobi lain, waktu untuk tidur, bekerja atau belajar, bersosialisasi dengan teman dan waktu untuk keluarga.¹⁵

Penelitian yang dilakukan oleh Scalavitz pada tahun, 2011 ditemukan prevalensi sekitar 38-71% siswa di dunia mengalami stress dan 39,6-61,3% siswa yang ada di Asia¹. Rajab (2020) melaporkan tingkat stres untuk remaja Saudi antara 36% dan 53% dari semua siswa sekolah menengah Saudi mengalami beberapa bentuk stres, dan sekitar 5% dari peserta mengalami adiksi *game online*¹⁶.

Marino di London pada tahun 2017 menyebutkan bahwa pemain *game online* yang bermasalah ditandai dengan keterlibatan ekstensif dalam hal aktivitas dan waktu yang dihabiskan untuk bermain game (misalnya, menggantikan aktivitas penting lainnya).¹⁷

Sejak dilakukannya proses belajar mengajar secara *online* di SMA Negeri 15 Padang pada tahun 2020 menyebabkan banyak siswa mulai aktif dalam menggunakan internet. Penelitian yang telah dilaksanakan dari 400 siswa ditemukan sekitar 18% dari jumlah tersebut mengalami adiksi terhadap *game online* pada tahun 2021 dimana angka ini lebih tinggi dibandingkan persentase adiksi *game online* nasional yang hanya 10,15%¹⁸. Survei dari keterangan para pengajar menyebutkan adanya siswa yang mengalami masalah absen di kelas karena bermain *game online*. Pada saat dilakukan wawancara kepada sebagian

siswa SMA Negeri 15 Padang masih ditemukan bahwa para siswa tersebut memainkan *game online* bahkan pada saat proses belajar mengajar baik di kelas atau pada saat *zoom*.

Berdasarkan rincian di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dalam mengetahui gambaran kondisi gangguan pada adiksi penggunaan *game online* pada siswa sekolah menengah atas dan hubungannya dengan kerentanan stres khususnya pada siswa dan siswi SMA Negeri 15 Padang, karena dengan mengetahui gambaran tingkat kerentanan stres akibat adiksi *game online* diharapkan dapat membantu dalam merancang perawatan psikologis yang lebih khusus untuk orang yang mengalami gangguan stres akibat adiksi *game online*.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka dapat dirumuskan masalah “Bagaimana hubungan adiksi *game online* dengan kerentanan stres siswa/i SMA Negeri 15 Padang ?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara adiksi *game online* dengan kerentanan stres siswa SMA Negeri 15 Padang.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui sebaran karakteristik demografis usia dan jenis kelamin siswa SMA Negeri 15 Padang.
2. Mengetahui sebaran tingkat adiksi *game online* pada siswa SMA Negeri 15 Padang.
3. Mengetahui gambaran kerentanan stres pada siswa SMA Negeri 15 Padang.
4. Mengetahui hubungan adiksi *game online* dan kerentanan stres pada siswa SMA Negeri 15 Padang.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan dan sumber kepustakaan bagi penelitian-penelitian selanjutnya mengenai adiksi *game online* dan hubungannya terhadap kerentanan stres.

1.4.2 Bagi Institusi Pendidikan

Menjadi sumber referensi dan tambahan informasi yang berhubungan pada kasus adiksi *game online* pada siswa sekolah menengah atas, khususnya pada siswa yang mengalami timbulnya berbagai macam gejala stres akibat dari adiksi *game online*. Penelitian ini dapat diharapkan sebagai sumber informasi dan referensi bagi institusi pendidikan dan guru yang bekerja sebagai tenaga pendidik sehingga dapat membantu mencari solusi bagi siswa yang mengalami adiksi *game online*.

1.4.3 Bagi Masyarakat

Menambahkan informasi kepada masyarakat terutama orangtua yang memiliki anak remaja sehingga dapat mengantisipasi dan mengatasi adiksi *game online*. Serta meningkatkan kewaspadaan terhadap adiksi *game online* di masyarakat agar terkendali pada remaja siswa sekolah menengah atas .

