

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan peralihan dari anak-anak menuju dewasa. Remaja mengalami banyak perubahan yang terjadi pada eksplorasi seksual, perubahan ini dimulai lebih awal yang didorong oleh perubahan dalam masyarakat yang disebut pubertas (Approach & Adults, 2018). Masa pubertas juga terjadi perubahan pada hormonal, perubahan pada hormonal ini mempengaruhi perilaku remaja dan meningkatkan respn emosional (Stuart, 2016).

Masa remaja merupakan masa badai emosional, dimana pada masa ini meninggi nya emosi yang diakibatkan oleh perubahan fisik dan hormonal. Sebagai akibatnya emosi remaja mudah meledak-ledak dan memberikan reaksi berlebihan pada stimulasi tertentu. Remaja juga menjadi seseorang yang mudah untuk terprovokasi dan mengalami perubahan emosi dan suasana hati (Hall dalam Santrock, 2008). Sedangkan menurut Hurlock (2011) meninggi emosi pada remaja diakibatkan oleh lingkungan sosial, dimana remaja mengalami ketidakstabilan dalam waktu ke waktu sebagai konsekuensi dari usaha untuk penyesuaian diri pada pola perilaku baru dan harapan sosial. Menurut Santrock (2011) akibatnya remaja menjadi rentann mengalami kemarahan, depresi, kurang mampu dalam meregulasi emosinya yang selanjutnya dapat memicu munculnya

berbagai masalah seperti kesulitan dalam akademis, penyalahgunaan obat, gangguan makan dan kenakalan remaja.

Berdasarkan Badan Narkotika Nasional (BNN) mengatakan terjadi peningkatan penyalahgunaan markotika dikalangan remaja sebsar 2,29 jta orang (BNN, 2019). 50% anak di Indonesia pernah mengalami bulli disekolah berdasarkan laporan UNICEF pada tahun 2015 (InfoDatin, 2018). Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) mencatat kasus tawuran yang dilakukan remaja di Indonesia mencapai 14% pada tahun 2018 (Tempo, 2018).

Emosional pada masa remaja berbeda dengan emosional pada masa anak-anak dan masa dewasa, mereka mengalami reaksi yang lebih kuat terhadap situasi yang memunculkan emosi mereka, sehinggal mereka lebih sering mengalami emosi negatif (Gross, 2014). Sehingga pada masa remaja dituntut untuk lebih dapat mengendalikan, mengelola, serta mengekspresikan emosi dengan cara yang tepat (Rizkyta & Nur, 2017). Untuk mengelola emosi negatif remaja memerlukan kemampuan dari dalam diri untuk dapat melewati masa remaja dengan baik sehingga mencapai kematangan emosi dan memperoleh kecerdasan emosi. Menurut Yuniar & Darmawati (2017) kecerdasan emosional merupakan kemampuan yang diperlukan oleh remaja adalah kemampuan dalam regulasi emosi.

Regulasi emosi merupakan pembentukan emosi yang dimiliki, pengalaman atau bagaimana seseorang dalam mengepresikan emosi yang ada pada dirinya (Gross, 2014). Pengalaman dan ekspresi emosi sifatnya subjektif,

yang dimana seseorang dalam mempersepsi emosi yang sama secara berbeda (Ramadhani, dkk, 2016). Regulasi emosi mengacu pada kemampuan dalam memonitor, memahami, menerima emosi dan untuk terlibat dalam perilaku yang diarahkan ketika emosi itu muncul. Apabila terjadi kesulitan dalam regulasi emosi menyebabkan kesulitan dalam mengepresikan emosi (Evren, et al, 2018), depresi atau kecemasan dan kontrol kemarahan yang rendah (Yen, et al, 2018).

Regulasi emosi dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya usia, regiliutas, lingkungan, kepribadian, dan pola asuh. Usia mempengaruhi regulasi emosi, dimana semakin bertambah usia seseorang maka emosinya semakin terkontrol ( Nisfianoor & Kartika, 2004). Berdasarkan penelitian Saputri (2016) semakin matang usia seseorang semakin bagus kemampuan dalam regulasi emosinya, seperti semakin baik kendalinya terhadap emosi yang muncul dan pengelolaannya terhadap amarahnya. Menurut hasil penelitian Hartono & Khafi (2016) komitmen beragama islam memiliki hubungan yang positif dimana semakin tinggi komitmen seseorang dalam beregama maka semakin tinggi regulasi emosinya.

Regulasi emosi juga dipengaruhi lingkungan terutama lingkungan keluarga. Kelekatan yang tidak kuat dan perilaku-perilaku pla asuh yang diberikan orang tua dapat menyebabkan anak mengalami ketidakmapuan dalam meregulasi emosi serta terlibat dalam perilaku yang mengganggu (Mutia, 2010). Keluarga adalah wadah belajar utama bagi remaja, remaja akan mencontoh bagaimana orang tuanya dalam bertindak atau mengungkapkan emosinya (Uci,

2019). Selain keluarga lingkungan sosial juga berpengaruh berdasarkan penelitian Putri & Corolia (2019) didapatkan adanya hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan regulasi emosi. dalam lingkungan sosial ini dukungan teman sebaya sangat berpengaruh.

Kecanduan *game online* juga merupakan faktor yang mempengaruhi regulasi emosi remaja. berdasarkan penelitian Malik, dkk (2018) adanya hubungan yang signifikan antara kecanduan *game online* dengan regulasi emosi remaja dengan arah hubungan negatif, dimana semakin tinggi angka kecanduan *game online* pada remaja maka akan semakin buruk kemampuan remaja dalam regulasi emosinya, dan begitu sebaliknya. Hal ini juga sejalan dengan hasil penelitian Nurazmi, dkk (2018) bahwa adanya hubungan yang signifikan antara kecanduan *game online* dengan regulasi emosi pada remaja.

Kecanduan *game online* merupakan suatu kondisi dimana remaja menghabiskan banyak waktu untuk bermain *game online* dan tidak dapat mengontrolnya, karena dengan *game online* mereka mendapatkan kepuasan saat memainkan *game online* (Malik, dkk, 2018). Berdasarkan Depkes RI (2019) remaja yang kecanduan *game online* ditandai dengan ketidakmampuan remaja dalam mengendalikan keinginannya untuk bermain *game online*. Hasil survey Newzoo (*Global Games Market Report*) tahun 2019 lebih dari 2,5 milyar jiwa yang memainkan *game online* diseluruh dunia (*Mobile Marketing Association*, 2019). Penelitian Wu, et al (2019) yang dilakukan ditaiwan didapatkan yang menggunakan *game* 34,18% sedangkan di Indonesia yang memainkan *game*

*online* mencapai 43,7 juta jiwa (NewZoo, 2017). Survey yang dilakukan MMA (*Mobile Marketing Association*) di Indonesia remaja yang menggunakan game online 64% (Kumparan, 2019).

*Game online* merupakan suatu jenis teknologi yang berbentuk permainan yang bersifat fana, didalam *game* terdapat banyak orang yang memainkan secara bersamaan (Lestari, 2016). Menurut Khairy, dkk (2016) *game* terbagi dalam beberapa kategori diantaranya *action game, fighting game, first Person Shooter (FPS), Third Person Shooter (TPS), Real Time Strategy (RTS), Role Playing Game (RPG), adventure, simulation, sport game, racing game, dan multiplayer game. Massively Multiplayer Online Role Playing Game (MMORPG)* merupakan suatu jenis game yang paling diminati dikalangan remaja.

MMORPG adalah suatu game yang bersifat kompetisi yang didalam terdapat ribuan pemain yang berkompetisi diseluruh dunia dalam waktu yang sama, pemain juga dapat mengatur karakter avatarnya sendiri (Young, et al, 2017). Gamers atau pemain yang memainkan game online tidak bisa menyelesaikan permainan sampai tuntas dan dalam game online apabila poin bertambah maka onjek yang dimainkan semakin hebat, menurut Masya, dkk (2016) hal ini menyebabkan remaja menjadi tertantang untuk terus memainkan permainan tersebut sehingga menjadi kecanduan terhadap game online (Nurazmi, dkk, 2018).

Menurut luthfiawati (2018) kecanduan game online disebabkan karena game online dilakukan secara berulang-ulang dan dibiasakan, sehingga

menyebabkan dopaminergik di otak menguat dan menetap sehingga menyebabkan kecanduan, yang akhirnya memperkuat sistem reaktif dan sistem relaktif melemah dan kemampuan kognitif remaja melemah, dan sulit untuk mengontrol diri. Pada kecanduan game online ditemukan penurunan dan tidak terdapat aktivitas pada otak bagian kortek bagian frontal. Menurut Stuart (2016) otak bagian frontal berfungsi dalam timbulnya emosi dan agresivitas, sehingga adanya penurunan aktivitas pada otak frontal mengakibatkan individu yang kecanduan game online penurunan mood seperti mudah marah, mengalami masalah dalam hubungan sosial, gangguan dalam penilaian, melakukan perilaku yang tidak pantas dan ledakan emosi.

Ledakan emosi yang biasa terjadi pada remaja yang kecanduan game online seperti memukul, mendorong dan membalas serangan (Amalia & Hamdani, 2017). Kecanduan terhadap game online juga membuat remaja berbicara tanpa kendali seperti mencaci maki, menyakiti teman-temannya, kepedulian terhadap orang lain dan lingkungan sekitar dan meningkatnya kejahatan yang dilakukan oleh remaja demi bermain game online.

Masalah yang ditimbulkan oleh game online disebabkan karena pada remaja yang kecanduan game online mengalami penurunan terhadap kompetisi emosional sehingga menurunkan emosi positif dan meningkatnya emosi negatif seperti mudah mengalami depresi, kemarahan dan permusuhan (Seo, et al, 2012). Menurut Arifdin (2015) diperlukan adanya strategi regulasi emosi pada pemain game online, agar dalam menjalani kehidupan sehari-hari dapat berjalan dengan

baik tanpa efek negatif maupun permasalahan yang tidak diharapkan. Rahman & Riza (2019) regulasi emosi mampu dalam mengelola emosi yang muncul akibat game online.

Regulasi emosi yang rendah merupakan ketidakmampuan remaja dalam mengelola emosi negatif yang dialami, sehingga emosi negatif yang sedang dialami mendominasi diri. Remaja yang emosi rendah tidak berfikir panjang terhadap konsekuensi dari sebuah keputusan, sehingga remaja mengambil keputusan yang salah dan menghasilkan berbagai perilaku yang termasuk dalam kenakalan remaja (Tajena & Luh, 2018). Berdasarkan statistik OneDevice di Argentina rata-rata yang mengalami kecanduan game online merupakan laki-laki sebanyak 87,80% (Mobile Marketing Association, 2018). Penelitian Bonneir & Olivier (2017) yang dilakukan di Prancis dari 37 orang laki-laki 29 orang mengalami kecanduan game online. Berdasarkan penelitian Tiwa, dkk (2019) laki-laki kecanduan game online karena memiliki tingkat kecanduan yang lebih tinggi dibandingkan perempuan, karena laki-laki merasa memperoleh hiburan dari tantangan yang terdapat didalam game online.

Berdasarkan data pokok kementerian pendidikan dan budaya pada tahun ajaran 2019/2020 terdapat 3 SMA di kota Padang yang memiliki jumlah siswa laki-laki yang terbanyak diantaranya SMAN 12 dengan jumlah siswa laki-laki 526 orang, SMA N 1 dengan jumlah siswa laki-laki 423 orang dan SMA N 5 Padang dengan jumlah siswa laki-laki 450 orang. SMA N 12 Padang merupakan SMA di Kota Padang dengan jumlahb laki-laki terbanyak jika dibandingkan

dengan SMA 1 dan SMA 5 Padang. SMA N 12 Padang merupakan salah satu SMA negeri yang terletak di kota Padang yang memiliki jumlah siswa terbanyak dan memiliki akses internet di sekolahnya (Profil SMAN 12 Padang ).

Berdasarkan survey awal yang dilakukan di SMA N 12 Padang pada tanggal 4 september 2019 dilakukan wawancara pada 5 orang pelajar 2 orang pelajar mengatakan mereka bermain *game online* 4 sampai 6 jam sehari terkadang disaat libur mereka bisa memainkan *game online* seharian, mereka mengatakan mereka akan merasa kesal di saat sedang asyik bermain jaringannya bermasalah biasanya mereka akan mengatakan kata-kata yang tidak baik dan juga mereka akan marah jika diganggu temannya sedang main. 1 orang pelajar mengatakan dia bermain *game online* hampir setiap hari, dia mengatakan merasa kesal disaat permainnya sudah di tahap akhir tiba-tiba jaringannya bermasalah dan juga di saat sedang main tiba ada telfon masuk serasa dia ingin memukul orang dan berbicara kasar, dan dia mengatakan pernah memukul temannya di saat sedang main diganggu. Dan 2 lainnya mengatakan bermain *game online* 5 jam sehari terkadang ada bermain dari siang sampai pagi sama seperti temannya mereka akan berkata kotor dan melempar barang atau memukul barang yang ada dekat mereka disaat sedang main jaringannya bermasalah dan mereka akan merasa kesal dan marah kalau sampai mereka kalah dalam permainan.

Berdasarkan wawancara dengan wakil kurikulum beliau mengatakan di SMAN 12 Padang siswa diperbolehkan membawa HP dan sekolah ini juga terdapat akses internet (*Wifi*), namun hp hanya boleh digunakan tidak disaat jam

pelajar, namun ada beberapa pelajaran yang diperbolehkan menggunakan Hp tergantung guru yang mengajar. Beliau mengatakan ada beberapa murid yang kedapatan menggunakan Hp disaat jam pelajar yang digunakan untuk membuka media sosial dan *game online* dan untuk murid yang kedapatan main hp disaat jam pelajar hpnya diambil dan dikenakan sanksi, serta dipanggil keruangan BK untuk buat surat perjanjian. Disaat jam istirahat kebanyakan muridnya menghabiskan waktu untuk menggunakan hp salah satunya mereka gunakan untuk *game online*.

Berdasarkan data dan fenomena diatas pada kecanduan game online akan mengalami kesulitan dalam regulasi emosi ditandai dengan kurang bisanya remaja dalam mengendalikan perasaan-perasaan yang ditimbulkan akibat kecanduan *game online*. Sehingga mengakibatkan remaja melakukan tindakan-tindakan yang membahayakan dirinya dan orang lain. Hal ini membuat peneliti perlunya dilakukan penelitian tentang “Hubungan kecanduan *game online* dengan regulasi emosi pada pelajar SMA N 12 Padang Tahun 2019”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar Belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “ Bagaimana Hubungan Kecanduan Game Online dengan Regulasi Emosi Pada Pelajar SMAN 12 Padang tahun 2019”

## **C. Tujuan**

### **a. Tujuan umum**

Untuk mengetahui hubungan kecanduan game online dengan regulasi emosi pada pelajar di SMAN 12 Padang tahun 2019.

**b. Tujuan khusus**

1. Diketahui tingkat kecanduan *game online* pada pelajar SMA N 12 Padang Tahun 2019
2. Diketahui tingkat regulasi emosi pada pelajar di SMA N 12 Padang Tahun 2019
3. Diketahui hubungan kecanduan *game online* dengan regulasi emosi pada pelajar SMA N 12 Padang Tahun 2019.

**D. Manfaat Penelitian**

Penelitian diharapkan bermanfaat bagi semua pihak dalam pengembangan kualitas praktik keperawatan :

**1. Manfaat untuk perkembangan ilmu**

Hasil penelitian ini diharapkan memberikan informasi bagi pendidikan keperawatan khususnya keperawatan jiwa tentang kecanduan *game online* dengan regulasi emosi pada pelajar SMA.

**2. Manfaat bagi peneliti**

Sebagai pengembangan kemampuan peneliti untuk dapat mengaplikasikan ilmu keperawatan jiwa yang telah didapat di bangku kuliah dan dapat menambah wawasan ilmu pengetahuan bagi peneliti dalam hal penelitian ilmiah.

**3. Bagi orang tua**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan saran bagi orang tua mengetahui hubungan kecanduan *game online* dengan regulasi emosi pada remaja.

#### **4. Manfaat bagi peneliti selanjutnya**

Hasil penelitian ini Diharapkan dapat menjadi sumber data awal bagi peneliti selanjutnya dan dapat dimanfaatkan sebagai bahan kajian lebih lanjut dimasa yang akan datang khususnya bagi yang ingin meneliti tentang kecanduan *game online* dengan regulasi emosi pada pelajar SMA dengan metode penelitian yang berbeda atau melihat aspek yang diakibatkan oleh kecanduan *game online*.

