

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Pada saat ini, perkembangan teknologi sangat bisa dirasakan oleh manusia diseluruh dunia. Teknologi dapat meringankan pekerjaan individu dan digunakan hampir disemua sektor kehidupan (Rahman & Nursalim, 2021). Melalui teknologi, individu dapat melakukan berbagai aktifitas mulai dari hal dasar seperti komunikasi hingga hal menyenangkan seperti hiburan. Salah satu aktivitas menyenangkan dan hiburan tersebut adalah bermain *game online* (Rahmi, 2019).

Bermain *game online* menjadi semakin populer di seluruh dunia, salah satunya di Indonesia. Hal ini dibuktikan dengan meningkatnya jumlah pengguna *game online* di Indonesia. Hasil survei oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) mencatat bahwa salah satu konten hiburan yang banyak dipilih oleh masyarakat Indonesia adalah *game online*, yaitu sebesar 16,5 persen (Buletin APJII, 2020) dan bahkan diprediksi akan meningkat sebanyak 21,6 persen di tahun 2025 (Dahwilani, 2020). Sejalan dengan hal tersebut, perusahaan Verizon juga menyatakan bahwa pengguna *game online* meningkat sebesar 75 persen selama masa pandemi covid-19 (CNN Indonesia, 2020).

Menurut survei oleh Wearesocial dan Hootsuite (2020) diketahui bahwa sekitar 59 persen pengguna internet di Indonesia menggunakan aplikasi *game online* setiap bulannya. Hasil studi oleh Pokkt, Decision Lab dan Mobile Marketing Association (MMA) (dalam Maulida, 2018) juga mencatat jumlah *gamers* (pemain *game online*) di Indonesia mencapai 60 juta. Jumlah ini

diperkirakan akan terus meningkat menjadi 100 juta pada 2020 (Maulida, 2018) sehingga menjadikan Indonesia sebagai negara dengan *gamers* terbanyak se-Asia Tenggara dan keenam se-Asia (Sulistya, 2020). Berdasarkan data tersebut dapat terlihat bahwa jumlah pemain *game online* di Indonesia terbilang banyak.

Beberapa penelitian menyatakan bahwa pengguna *game online* terbanyak berada pada rentang usia remaja. Hasil survei Decision Lab pada tahun 2018 mencatat bahwa pemain *game online* terbanyak di Indonesia rata-rata berusia 16 sampai 24 tahun, yaitu dengan persentase 27 persen (Lokadata, 2018). Sejalan dengan Griffiths dkk. (2004) yang menyatakan bahwa remaja menghabiskan waktu lebih banyak dalam bermain *game online* dari pada orang dewasa. Penyebabnya adalah karena remaja sangat mudah tertarik dan mengikuti perkembangan yang ada, serta mudah terjerumus terhadap percobaan hal-hal baru seperti *game online* (Jordan & Andersen, dalam Novrialdy, 2019).

Terdapat beberapa alasan remaja tertarik untuk bermain *game online*. Pertama, *game online* memungkinkan individu untuk melakukan interaksi sosial. Interaksi sosial yang dimaksud adalah interaksi seorang pemain untuk berbincang dan saling bertarung untuk mencapai tujuan bersama dengan pemain lainnya dalam *game online* (Kim & Kim, 2010). Selain itu, pemain *game online* tidak hanya bisa bermain dengan teman di sebelahnya, melainkan juga bisa bermain dengan seluruh pemain yang berada di lokasi yang berbeda yang tersebar di dunia (Sari & Sunarti, 2020). Hal ini memungkinkan pengguna untuk melakukan interaksi yang lebih luas.

Kedua, *game online* dapat dijadikan sebagai alternatif untuk *refreshing* (Shin, dalam Rahmi, 2019). Ketiga, bermain *game online* dapat menghilangkan kebosanan dan mengembalikan semangat untuk belajar (Sari & Sunarti, 2020). Keempat, bermain *game online* dapat memberikan efek kesenangan (Rahmi, 2019) sehingga membantu individu untuk menghilangkan stres (Surbakti, 2017). Kelima, bermain *game online* dapat meningkatkan kemampuan koordinasi tangan, motorik, dan *special ability*, kemampuan melakukan analisis, kecepatan pengambilan keputusan, dan berpikir mendalam (Rahman & Nursalim, 2021) serta kemampuan berbahasa Inggris (Surbakti, 2017). Semua hal ini menawarkan keuntungan yang akan didapatkan dalam bermain *game online*.

Disisi lain, bermain *game online* juga dapat menimbulkan kerugian bagi pemainnya maupun orang lain disekitarnya. Seorang pemain *game online* dapat mengalami kecanduan sampai melakukan tindakan negatif seperti perusakan barang-barang, penganiayaan (Musyadat, 2019), dan bahkan pembunuhan (Nur, 2020; Ramadhan, 2020). Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Surbakti (2017) yang menyatakan bahwa kerugian yang diperoleh dalam bermain *game online* diantaranya yaitu menimbulkan kecanduan, mendorong individu melakukan hal-hal negatif, terbengkalainya kegiatan di dunia nyata, perubahan pola makan dan istirahat, pemborosan, dan mengganggu kesehatan.

Selain itu, Dharma (dalam Rahman & Nursalim, 2021) juga mengungkapkan bahwa *game online* dapat memberikan dampak negatif bagi anak, seperti kehilangan banyak waktu, terganggunya konsentrasi belajar, kelelahan, mudah lupa, berbohong, kurangnya sosialisasi secara nyata, serta munculnya kecemasan.

Individu juga dapat mengalami adiksi terhadap *game online* atau yang dikenal dengan istilah *internet gaming disorder (gaming addiction)*. Adiksi ini mengacu pada penggunaan internet secara terus-menerus dan berulang untuk bermain *game online* dan menyebabkan gangguan dan distress yang signifikan dalam kehidupannya (*Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (5th ed.; *DSM-5*; American Psychiatric Association, 2013). Seluruh dampak negatif tersebut menunjukkan adanya permasalahan yang dialami oleh individu yang bermain *game online*.

Bermain *game online* bermasalah dapat terlihat dari durasi dan perilaku individu dalam bermain *game online*. Menurut American Psychiatric Association (2013), individu yang mengalami adiksi atau permasalahan dalam bermain *game online* biasanya akan menghabiskan waktu selama 8 sampai 10 jam atau lebih perharinya, dan paling sedikit selama 30 jam dalam seminggu untuk bermain *game online*. Gejala ini juga diikuti dengan perilaku negatif lain, seperti mengabaikan aktivitas penting selain bermain *game online*, gelisah dan marah ketika dilarang atau dicegah bermain *game online*, pola makan dan tidur yang terganggu, serta mengabaikan kewajiban seperti sekolah, kerja, atau kewajiban dalam keluarga.

Salah satu faktor yang menyebabkan remaja mengalami permasalahan dalam bermain *game online* adalah rendahnya kontrol diri yang dimilikinya (Rahman & Nursalim, 2021). Sifat *game online* yang dapat memberikan efek ketagihan dapat membuat remaja tidak dapat mengontrol keinginan untuk terus bermain, sehingga menyebabkan tingginya intensitas bermain *game online* (bermain *game online*

secara berlebihan) (Putri & Prasetyaningrum, 2018). Kim dan Kim (2010) menggambarkan kondisi individu yang bermain *game online* berlebihan sebagai individu yang tidak dapat mengendalikan waktu bermain mereka atau mengalami *failure of self control* (kegagalan melakukan kontrol diri).

Beberapa penelitian telah membuktikan adanya hubungan antara kontrol diri dengan perilaku bermain *game online*, salah satunya penelitian oleh Budhi dan Indrawati (2016). Penelitian yang dilakukan terhadap 70 orang remaja ini menyatakan bahwa sebagian besar subjek penelitiannya (58,5 persen) memiliki tingkat intensitas bermain *game online* yang sangat tinggi, dan sekitar 54 persennya memiliki kontrol diri yang sangat rendah. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kontrol diri dengan intensitas bermain *game online*, dimana semakin rendah kontrol diri maka semakin tinggi intensitas bermain *game online* yang dimunculkan, demikian pula sebaliknya (Budhi & Indrawati, 2016).

Selain itu, Masya dan Candra (2016) juga mengatakan bahwa kurangnya kontrol diri mengakibatkan individu sulit untuk mengantisipasi dampak negatif yang timbul dari bermain *game online* secara berlebihan. Artinya, individu dengan kontrol diri yang baik akan mampu mengelola dirinya untuk tetap konsisten menjaga niat bermain *game* hanya sebagai bermain atau hiburan, serta mengontrol dirinya ketika bermain *game online* dan tidak bermain secara berlebihan sampai akhirnya lepas kontrol (Ramdhani dkk., 2016). Oleh karena itu, kontrol diri sangat dibutuhkan oleh setiap remaja pemain *game online*.

Kontrol diri pada remaja dapat dibentuk oleh keluarga sejak kecil (Ghufron & Rismawati dalam Zuhra & Nisa, 2018). Hal ini dikarenakan salah satu faktor penting yang dapat mempengaruhi kontrol diri adalah pola asuh yang diterapkan dalam keluarga (Minasochah dkk., 2020). Studi yang dilakukan oleh Gibbs dan Giever (1995) menunjukkan bahwa kontrol diri pada anak akan meningkat seiring dengan disiplin (kontrol perilaku) yang dilakukan oleh orang tua secara konsisten. Anak-anak dapat mengembangkan kontrol diri jika orang tua mampu menetapkan aturan, memantau perilaku, mengenali serta menerapkan sanksi pada setiap pelanggaran yang mereka lakukan secara konsisten dalam dekade pertama kehidupan anak (usia 10 tahun) (Rebellion dkk., 2008). Setelah dekade pertama ini, maka kontrol diri anak akan stabil bahkan ketika beranjak remaja, sehingga tidak akan mudah terpengaruh oleh pergaulan yang salah dan terhindar dari perilaku bermasalah seperti bermain *game online* berlebihan (Minasochah dkk., 2020). Dengan demikian, dapat terlihat bahwa keluarga turut serta dalam pembentukan kontrol diri pada remaja.

Kualitas kelekatan remaja dengan orang tuanya juga berperan dalam membantu meningkatkan kemampuan kontrol diri remaja (Hidayat, 2018). Hal ini dibuktikan dari hasil penelitian oleh Puspitadesi dkk. (2013) bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kelekatan orang tua dengan kontrol diri pada remaja. Artinya, jika terdapat kelekatan (ikatan emosional) yang aman antara orang tua dan remaja, maka kontrol diri pada remaja akan meningkat.

Disamping itu, peran dalam keluarga juga turut dalam mempengaruhi kontrol diri pada remaja. Hal ini ditegaskan oleh Owens-Sabir (dalam Kholifah & Rusmawati, 2020) yang mengatakan bahwa orangtua yang kurang efektif dalam menjalankan perannya (seperti memelihara dan mengontrol perilaku anaknya), diyakini menjadi penyebab utama anak memiliki kontrol diri rendah. Peran anggota keluarga dalam melakukan penyelesaian masalah serta komunikasi yang hangat dan terbuka dapat mendukung pengungkapan diri pada remaja, yang pada akhirnya mempengaruhi kontrol diri remaja (Kholifah & Rusmawati, 2020). Selain itu, menurut Aroma dan Suminar (2012) keluarga yang memiliki fungsi sosialisasi, kasih sayang, serta dukungan akan menciptakan komunikasi yang efektif, disiplin dan pengawasan yang dapat meningkatkan kontrol diri pada anak dan dapat terhindar dari perilaku bermasalah. Hal ini menunjukkan bahwa peran, kontrol perilaku, keterlibatan afektif, fungsi serta komunikasi dalam keluarga sangat penting dalam pembentukan kontrol diri pada remaja, yang terlihat dalam keberfungsian keluarga.

Keberfungsian keluarga mengacu pada bagaimana interaksi dan aktivitas dalam keluarga memiliki dampak terhadap kesehatan fisik dan emosional anggota keluarga (Ryan, Epstein, Keitner, dkk., 2005). Keluarga dengan keberfungsian keluarga yang efektif, ditandai dengan terpenuhinya enam dimensi dalam keberfungsian keluarga yaitu, adanya penyelesaian masalah secara efektif, adanya komunikasi yang baik, adanya pembagian peran dalam keluarga, adanya responsifitas afektif yang tepat, adanya keterlibatan afektif setiap anggota

keluarga, serta adanya kontrol perilaku dalam keluarga tersebut (Epstein dkk., 1983).

Beberapa penelitian juga telah membuktikan hubungan antara keberfungsian keluarga dengan kontrol diri pada remaja. Seperti penelitian oleh Zuhra dan Nisa (2018) terhadap 360 remaja yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara keberfungsian keluarga dengan kontrol diri pada remaja. Artinya, semakin efektif keberfungsian keluarga maka semakin tinggi pula kontrol diri yang dimiliki oleh remaja tersebut. Keluarga yang berfungsi dengan baik diharapkan dapat memberikan dukungan kepada remaja agar tidak berperilaku negatif dan terhindar dari perilaku bermasalah (Walsh, 2012). Hal ini sejalan dengan hasil penelitian oleh Wattananonsakul dkk. (2010) yang menunjukkan bahwa keberfungsian keluarga yang efektif dapat membentuk kontrol diri pada remaja dan mencegah remaja dalam melakukan penyimpangan atau perilaku bermasalah seperti bermain *game online* secara berlebihan.

Berdasarkan fenomena di atas, dapat terlihat bahwa keberfungsian keluarga dan kontrol diri berkaitan dengan permasalahan bermain *game online* pada remaja. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan kedua aspek tersebut dengan judul “Hubungan Keberfungsian Keluarga dengan Kontrol Diri pada Remaja yang Bermain *Game online*”. Jika penelitian-penelitian terdahulu sudah menemukan hubungan antara keberfungsian keluarga dengan kontrol diri pada remaja, maka peneliti ingin melanjutkan penelitian tersebut namun dengan menggunakan subjek penelitian yang lebih spesifik yaitu pada remaja yang bermain *game online*.

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara keberfungsian keluarga dengan kontrol diri pada remaja yang bermain *game online*?

## 1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara keberfungsian keluarga dengan kontrol diri pada remaja yang bermain *game online*.

## 1.4 Manfaat Penelitian

### 1.4.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dalam memperluas pengetahuan dibidang psikologi mengenai hubungan antara keberfungsian keluarga dengan kontrol diri pada remaja yang bermain *game online*.

### 1.4.2 Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat pada:

1. Orang tua dan Khalayak Umum

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan kepada khalayak umum terutama orang tua mengenai pentingnya peran orang tua dalam segala aspek untuk tercapainya keberfungsian keluarga yang efektif, dan ikut mendukung serta membimbing remaja dalam masa perkembangannya, sehingga dapat

membentuk kontrol diri dan mencegah terjadinya masalah perilaku pada remaja salah satunya bermain *game online* secara berlebihan.

## 2. Peneliti

Bagi peneliti selanjutnya, hasil penelitian ini nantinya diharapkan dapat memberikan penjelasan lebih lanjut mengenai hubungan antara keberfungsian keluarga dengan kontrol diri pada remaja yang bermain *game online* dan dapat digunakan sebagai bahan acuan untuk penelitian selanjutnya.

### 1.5 Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan pada proposal skripsi ini adalah sebagai berikut:

#### BAB I : Pendahuluan

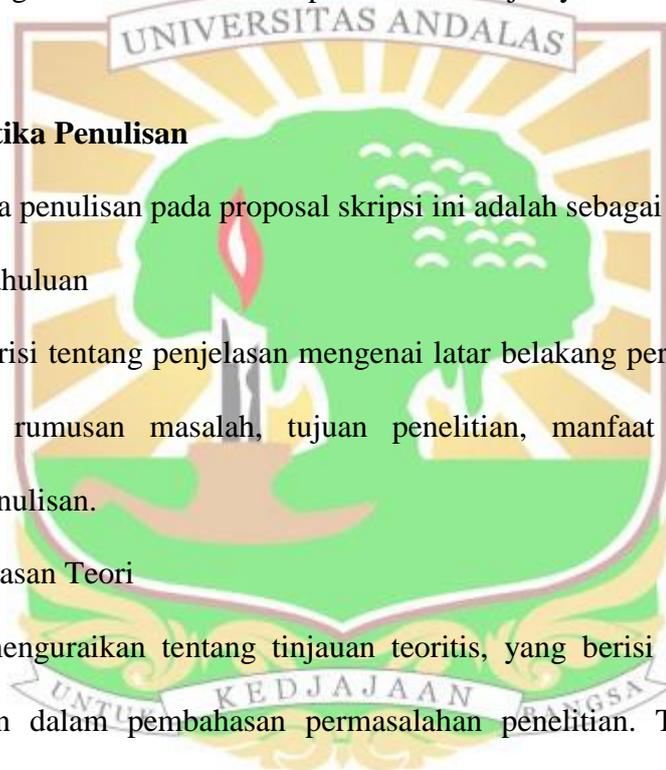
Bab ini berisi tentang penjelasan mengenai latar belakang permasalahan yang akan diteliti, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan sistematika penulisan.

#### BAB II : Landasan Teori

Bab ini menguraikan tentang tinjauan teoritis, yang berisi teori-teori yang menjadi acuan dalam pembahasan permasalahan penelitian. Teori-teori yang digunakan dalam penelitian ini adalah teori-teori dari keberfungsian keluarga, kontrol diri, remaja, kerangka pemikiran serta hipotesis penelitian.

#### BAB III : Metode Penelitian

Bab ini menjelaskan mengenai identifikasi variabel, definisi konseptual dan definisi operasional variabel penelitian, populasi, sampel, lokasi penelitian, instrumen penelitian, dan metode analisis data yang akan digunakan.



#### BAB IV : Analisis Hasil dan Pembahasan

Bab ini menjelaskan mengenai analisis hasil penelitian, pengujian hipotesis penelitian dan pembahasan hasil penelitian.

#### BAB V : Penutup

Bab ini terdiri dari kesimpulan dan saran penelitian.

