

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Penelitian

Rangkaian kemajuan telah dialami pada kehidupan di zaman ini, termasuk teknologi terus menerus meningkat dan berkembang secara pesat dan dapat dirasakan oleh manusia di berbagai belahan dunia. Teknologi memberikan berbagai manfaat salah satunya sebagai elemen yang meringankan pekerjaan manusia di semua sektor kehidupan (Rahman & Nursalim, 2021). Melalui kemajuan teknologi, seseorang dapat memaksimalkan performa dan keberfungsian diri sehari-hari secara maksimal dan optimal. Contoh konkrit yang terjadi, seseorang dapat berbelanja melalui *online shopping*, seseorang dapat menelepon saudara yang berada di luar negeri, seseorang dapat *update* dengan berita yang sedang naik daun di seluruh penjuru dunia. Di sisi lain, teknologi juga memberikan aktivitas yang menyenangkan yang dapat digunakan untuk melepas lelah sehabis beraktivitas yang melelahkan (sekolah, bekerja, dll). Salah satu aktivitas menyenangkan tersebut adalah bermain internet dan *game online* (Kurniawati & Harmaini, 2020).

Seseorang yang bermain *game* disebut *gamer*. *Gamer* adalah seseorang yang aktif bermain *game*, baik sebagai hobi maupun sebagai karier profesional. Definisi ini terutama berlaku untuk *video game*, apa pun *platformnya*—mulai dari konsol *game* hingga PC dan bahkan ponsel (Gank Content Team, 2023). *Game online* merupakan permainan interaktif digital yang menggunakan internet di mana dalam proses bermainnya ada berbagai macam aktivitas yang terstruktur, tantangan, ataupun kompetisi sebagai unsur yang menyenangkan dalam *video game* itu sendiri. *Game online* sendiri memiliki *genre* dan elemen spesifik dari *game online* yang sangat bervariasi, mencakup berbagai karakteristik, gaya, dan tujuan dari *video game* seperti *Massively Multiplayer Online Role-Playing Game (MMORPG)*, *FPS/First Person Shooter (FPS)*, *game simulasi*, *game puzzle*, dan masih banyak lagi. Definisi dari *game online* itu sendiri dapat diperluas berdasarkan konteks dan perspektif Bermain *game online* itu sendiri (Permana, 2018).

Game online beberapa tahun ini menawarkan jenis *video game online* baru yaitu *Massively Multiplayer Online Role-Playing Game* (MMORPG) di mana hal ini menjadi suatu hal yang tidak dapat tergantikan di dalam roda kehidupan terutama pada kalangan dewasa awal (Panicker & Sachdev, 2014). MMORPG (*Massively Multiplayer Online Role-Playing Game*) merupakan sekian dari banyak jenis *game* yang berbasis RPG (*Role Playing-Game*) yang di dalamnya seluruh *gamer* terkoneksi pada ke satu server utama dari *game* itu sendiri. Terdapat ribuan pemain yang aktif bermain di dalamnya. Sebagai contoh, *game Sky: Children of the Light* adalah salah satu dari banyak *game* MMORPG. *User/gamer* harus memiliki *software* dari *game* itu sendiri yang terinstal di perangkat masing-masing. MMORPG sendiri merupakan *game online* yang dimana *gamer* diberikan kontrol penuh atas karakter yang dimiliki yang dengan sejalannya waktu karakter tersebut dapat terus berkembang dan memiliki sumber daya yang melimpah. Jadi, MMORPG merupakan *game RPG* di mana pengoperasiannya mengharuskan *gamer* dalam mode *online* (Permana, 2018). Individu yang berusia 12-34 tahun merupakan pengguna terbanyak *game online* yang apabila dipersenkan mencapai 64% dari total *gamer online* di Indonesia. (Rahman et al., 2016).

Tidak seperti kebanyakan *game MMORPG* yang berfokus pada *action-combat* dan condong pada PvP (*player versus player*), *game Sky: Children of the Light* berfokus pada interaksi sosial yang positif yang menekankan aktivitas yang dilakukan secara co-op atau bersama seperti menyelesaikan *puzzle*, menyalakan lilin secara bersamaan, menggendong dan bergandeng tangan, serta mengeksplorasi dunia yang ada bersama teman-teman. Lalu, fitur utama yang menjadi *unique point* dari *game Sky: Children of the Light* adalah mekanisme terbang, di mana *gamers* dapat terbang sebebaskan mungkin tanpa ada batasan ruang dimana mekanisme ini memberikan kebebasan bagi *gamers* untuk mengeksplorasi dunia *Sky: Children of the Light* yang begitu luas. Interaksi sosial merupakan aspek inti dan menjadi pembeda dari *game Sky: Children of the Light*. *Gamers* dapat menjalin persahabatan, berbagi pengalaman, dan berkolaborasi dengan orang lain untuk maju dan berkembang melalui permainan. Aspek *co-op* dari *game* ini mendorong pemain untuk saling membantu, membina komunitas yang positif dan suportif.

Salah satu *game* MMORPG yang saat ini sedang ramai dimainkan adalah *Sky: Children of The Light*. *Sky* adalah MMORPG yang menawarkan lingkungan yang damai dan nyaman mengenai hubungan interpersonal yang bermakna. Pencipta *game Journey* (*Game* Terbaik Tahun 2013), *Sky: Children of The Light* memberikan pengalaman yang dimana seluruh pemain terhubung di dalam satu dunia yang penuh makna, terbang di atas awan, bermain instrument musik, atau sekadar bersantai bersama dan menikmati keindahan alam yang luar biasa (Thatgamecompany, 2020).

Di dalam *game Sky: Children of the Light*, *gamers* mendapatkan pengalaman yang terasa damai dan menenangkan, dengan kehidupan sosial yang hangat, serta hal positif yang membahagiakan di dalam lingkungan *game* itu sendiri membuat seseorang menjadikan *game* ini sebagai tempat untuk menciptakan hubungan yang memuaskan yang tidak terpenuhi dari kehidupan nyata yang sekiranya tidak sejalan dengan apa yang diekspektasikan.

Kebanyakan *game online* menawarkan cerita yang biasa saja dan memiliki mekanik sederhana yang mudah dimengerti (Clanton, 2000 dalam Ritterfeld & Weber 2006). Namun, pembawaan serta fitur yang dihadirkan pada setiap *game online* akhirnya memberikan nilai hiburan tersendiri (Lee et al., 2004 dalam Ritterfeld & Weber (2006). Dalam *video game* menimbulkan ketegangan, sensasi, dan kelegaan yang merupakan reaksi menyenangkan hasil dari *video game* sebagai hiburan itu sendiri (McKenna et al., 2002). *Video game* pada dasarnya dibuat sebagai sarana hiburan. Namun, pada perkembangannya, ada pihak-pihak yang berusaha mengembangkan *video game* dengan harapan memberikan manfaat lebih seperti edukasi dan pengajaran.

Video game dipandang sebagai media yang dapat digunakan untuk mengatasi masalah. Ditemukan bahwa bermain *game* dapat dimanfaatkan sebagai bentuk aktivitas yang sehat ketika waktu bermain *game* tidak dilakukan secara ekstrem (Kardefelt-Winther et al., 2017). Akan tetapi, waktu bermain *video game* yang berlebihan dikaitkan dengan gejala gangguan permainan internet (Schneider et al., 2018). Lalu, bermain *game* masih diteliti sebagai sebuah aktivitas *coping* dan bukan sebagai perilaku yang kompulsif (Kardefelt-Winther, 2014). Bermain *game*

secara berlebihan dan pengalaman disosiatif seperti pelarian (subversif) dapat menunjukkan aktivitas *coping* yang maladaptif dan bermasalah (Guglielmucci et al., 2019) terutama ketika *gamer* mengalami kecemasan yang tidak terkendali (Plante et al., 2018). Namun, bermain *video game* secara berlebihan mengisyaratkan adanya masalah mendasar yang tidak berhubungan dan terpisah dari aktivitas bermain *video game* ataupun konten dari *video game* itu sendiri. Oleh karena itu, motivasi dan keinginan yang mendasari untuk melarikan diri bisa menjadi perhatian lebih daripada konten *video game* itu sendiri dalam memprediksi perilaku bermain *video game* yang tidak sehat. Bentuk motivasi pelarian yang sehat mungkin tidak menghasilkan perilaku bermasalah. Penemuan ini menunjukkan bahwa efek samping pada *video game* yang bermasalah bergantung pada gaya *coping gamer* itu sendiri (Kosa & Uysal, 2020).

Terkadang, *gamer* dapat beralih pada *video game* untuk sementara waktu, misalnya selama masa-masa sulit dalam hidup seperti *loneliness* dan permasalahan lain dalam hidupnya sebagai strategi mengatasi masalah. Penelitian menunjukkan bahwa permainan menawarkan kelonggaran, dukungan penyelamat untuk menghadapi perasaan saat ini, interaksi sosial yang bermakna, dan pertumbuhan pribadi selama masa-masa sulit (Iacovides & Mekler, 2019). Selain memberikan perasaan menyenangkan, *video game* juga dapat memenuhi kebutuhan *eudaimonic*, yaitu kebutuhan untuk memenuhi kebermaknaan melalui wawasan tentang kehidupan (Oliver et al., 2016; Rogers et al., 2017). Ada pendapat bahwa permainan yang memberikan pengalaman *eudaimonic* (misalnya, mengkomunikasikan pesan tentang makna hidup) dapat membantu individu melewati kesulitan dalam hidup (Hofer & Rieger, 2018).

Pada *game Sky: Children of the Light* menghadirkan ruang dan lingkungan yang dirasa cocok untuk orang-orang yang mengalami *loneliness* untuk bisa berinteraksi dengan orang lain. *Game* ini memberikan fitur yang berfokus pada hubungan sosial yang menarik bagi individu yang menginginkan hubungan yang hangat dan memuaskan di dalam dunia *game online* yang dirasa dapat mengurangi *loneliness* yang dirasakan. Komunikasi dan interaksi di dalam *game online* juga mempermudah dalam bagaimana cara merepresentasikan diri sendiri, membangun

keintiman dan kedekatan. Selain itu dapat memberikan wadah untuk meningkatkan kemampuan bersosialisasi (Morahan-Martin & Schumacher, 2003). Interaksi sosial di dalam *game* mudah dan menyenangkan, interaksi sosial diubah secara *online* dengan cara yang dianggap solutif bagi individu yang *loneliness* dan tidak mampu membangun hubungan sosial di dunia nyata.

Loneliness dimaknai sebagai adanya rasa kurang hubungan sosial yang dimiliki oleh individu (Murphy & Kupshik, dalam Leung, 2011). Individu yang mengalami *loneliness* biasanya sulit untuk mampu berproses dan berdinamika di dalam bermasyarakat dengan orang lain dalam lingkungan yang nyata. Menurut Morahan-martin dan Schumacher, (Leung, 2011) individu yang mengalami *loneliness* dalam proses kehidupannya senang bermain internet secara spesifik bermain *video game* dan cenderung mencari dukungan emosional dari orang lain karena tidak mendapatkan apa yang dibutuhkan di dunia nyata.

Sebuah kondisi di mana individu hanya memiliki sedikit hubungan sosial yang hangat dan bermakna serta cenderung tidak memuaskan karena tidak sesuai dengan harapan dan ekspektasi disebut sebagai *Loneliness* (Baron et al., 2005). Jadi, konsep *loneliness* lebih mengarah kepada reaksi emosional individu terhadap sebuah peristiwa atau situasi tertentu karena tidak terpenuhinya ekspektasi dan keinginan dari hubungan tersebut. Menurut (Mayasari, 2018), Individu mampu untuk memandang hidupnya secara positif apabila individu tersebut mampu menangani dan melewati *loneliness* yang dirasakan.

Weiss (Peplau & Perlman, 1982) mengungkapkan respon negatif yang muncul pada individu yang berkaitan pada ekspektasi dan harapan di dalam hubungan dimana hal ini yang menyebabkan perasaan *loneliness* itu dapat terjadi.

Sudarman (2010) mengatakan bahwa *loneliness* dapat menimbulkan perasaan rendah diri, keterbatasan hubungan pengalaman traumatis, kurangnya dukungan dari lingkungan, kegagalan, kepribadian tidak sesuai dengan lingkungan dan ketakutan menanggung resiko. (Sudarman, 2010) menjelaskan bahwa kesepian merupakan perasaan tersisihkan atau terpercil yang dirasakan oleh individu, dan sering merasa berbeda dengan orang lain. Rahmi (2015) menyebutkan *loneliness* merupakan perasaan negatif yang dirasakan oleh individu yang ditandai dengan

ketidaksesuaian antara harapan dan keinginan seseorang dengan realita hubungan yang terjadi. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Muttaqin et al., 2022) didapatkan hasil dampak negatif dari *loneliness*, yaitu: penarikan diri dari kehidupan, rendahnya citra diri, rasa sedih yang konstan, menutup diri secara rapat dari lingkungan.

Tantangan yang harus dihadapi oleh individu untuk menanggulangi permasalahan *loneliness* sangatlah mencolok. Menurut *Psychology Today*, 73% individu Gen Z (atau individu yang berusia 8-25 tahun) mengaku kadang-kadang atau selalu merasa sendirian. Penelitian *Business Insider* lebih lanjut mengungkapkan bahwa 60% Gen Z pernah merasakan cengkeraman *loneliness* dalam setahun terakhir (We Are Social, 2023).

Manusia pada dasarnya membutuhkan adanya jalinan hubungan dengan manusia yang lain di dalam hidupnya (Buhrmester & Furman, 1987 dalam Bonetti et al., 2010). Sehingga, *game online* ini dirasa cocok untuk memenuhi kebutuhan tersebut. Mengorganisasikan serta menjaga kestabilan *intimacy* ataupun kedekatan menjadi salah satu tugas krusial yang harus dipenuhi pada kehidupan manusia. Menurut Erikson dalam Santrock, 2003 (Rahayu, 2011) merupakan atribut alami bagi seorang manusia untuk menciptakan dan menjaga kestabilan dari sebuah hubungan yang sehat dan penuh makna dengan manusia lain. Menurut Erikson, keintiman adalah satu dari sekian fase krusial yang harus dilewati dalam kehidupan. *Intimacy versus isolation* merupakan sebuah fase yang dimulai dan dibangun pada masa dewasa awal. Apabila individu dewasa awal mampu membentuk jalinan hubungan yang dekat, sehat, dan penuh kebermaknaan yang intim dengan individu lain, maka fase *intimacy* akan terpenuhi. Namun, jika individu tidak berhasil mengembangkan *intimacy* nya, maka individu tersebut akan mengalami fase isolasi yang ditakutkan menimbulkan masalah seperti masuk ke dalam krisis keterasingan dan timbul perasaan sepi atau disebut juga dengan *loneliness*.

Masa dewasa awal selalu menjadi perhatian khusus oleh Erickson (dalam Hurlock, 1980) yang merupakan masa krusial dari krisis keterasingan apabila tidak mampu mencapai *intimacy*. Dalam masa dewasa awal, individu terlepas apa jenis kelaminnya sering merasakan *loneliness*. Hal ini dikarenakan hubungan hangat

yang sudah dibangun dengan individu lain sudah mulai rapuh dan tidak terjaga karena individu di dalam hubungan tersebut mulai sibuk dengan urusan dan kepentingan masing-masing. Havighrust (dalam Hurlock, 1980) menyebutkan bahwa *loneliness* pada masa dewasa awal terjadi karena masa ini merupakan fase di mana fase ini cenderung kurang tersusun secara ideal dalam kehidupan seseorang karena adanya perpindahan dari masa remaja menuju masa dewasa. Individu pada masa dewasa awal ini benar adanya merasakan rasa *loneliness* dimana hal ini selaras dengan penelitian Putra (2012) yang menyebutkan di mana individu dewasa awal berada pada tingkat *loneliness* kategori sedang yang mencapai angka 50,7%. Sadar maupun tidak sadar, bermain *game online* membuat individu dimana idealnya mempelajari bagaimana membangun hubungan dengan lingkungan di kehidupan nyata justru terjadi kesenjangan dimana individu lebih banyak memberikan waktunya untuk bermain *game online*.

Berdasarkan *preliminary* yang dilakukan dengan menggunakan wawancara singkat kepada empat *gamers* yang bermain *Sky: Children of the Light* dengan kriteria usia 18-25 tahun serta sudah bermain *Sky: Children of the Light* selama setahun. Peneliti mendapatkan hasil sebagai berikut:

“disana banyak orang. rasanya kaya punya banyak temen. rata2 mereka orang baik. Aku suka banget interaksi sama orang. aku bisa ngobrol apapun yang aku mau. sharing, becanda, main. Semua bisa. trs interaksi di friendship treenya jg. tos, hug sampe gendong. hal-hal simpel yang susah dilakuin di dunia nyata karena aku anaknya secanggung itu buat kontak fisik sama orang. di sky aku juga ga perlu reveal muka untuk temenan. Jadi kaya memenuhi kebutuhan sosial.

“Aku ngga punya seseorang yang bener2 segitunya di dunia nyata dan benar2 kesepian banget. Beda sama di sky, aku ke sky pasti untuk cari orang dan ngobrol. tapi, pas main sky aku gabisa ngerasa sendirian. lama kelamaan, aku main sky buat biar ga ngerasa sendirian.”

“di sky, ada orang yang dengan suka rela dengerin. cuma dengerin tapi bermakna banget. dan hal itu bener-bener ngebantu aku cope dengan kesepian yang aku rasain”

(Narasumber Y, 23 Tahun)

“Aku merasa gabisa apa apa kalau didunia nyata. aku merasa sendiri dan helpless. Ga punya teman yang dekat dekat banget, dan kemana mana selalu sendiri. Tapi kalau di sky, aku bisa ketemu orang macem macem yang dimana, aku ga perlu takut untuk ngomong sama mereka.”

“jadi interaksi ku sama orang luar justru lebih sedikit, bahkan aku sampai merasa terisolasi dan invisible bagi orang-orang disekitarku”
(Narasumber E, 21 Tahun)

“Saya sering merasa kesepian apabila tidak ada seseorang yang berada didekat saya. Baik secara daring maupun luring. Makanya, saya lebih sering berusaha login ke game sky hanya untuk mengobrol dengan partner saya, teman ataupun hanya orang random yang lewat”
(Narasumber C, 23 Tahun)

Ditemukan pada narasumber merasa *loneliness* di dunia nyata. Di dalam game *Sky: Children of the Light* individu cenderung lebih bebas mengungkapkan dirinya yang sebenarnya sesuai yang diinginkan terhadap individu lain di dalam game. Individu yang kesulitan berinteraksi di dunia nyata cenderung menunjukkan keinginan yang lebih pada hubungan atau relasi di dalam dunia game karena individu-individu ini berpikiran bahwa hubungan sosial di dalam game adalah “komunikasi sosial yang lebih aman dan nyaman serta minim resiko dan lebih mudah dibanding komunikasi tatap muka karena kerahasiaannya lebih besar (Kim et al., 2009).

Lalu, ditemukan juga bahwa narasumber merasakan *loneliness* dimana pada kehidupan nyata narasumber tidak memiliki dukungan sosial yang ia butuhkan dan memilih game ini sebagai pengalihan. *Loneliness* yang dirasakan oleh kebanyakan orang biasanya terjadi karena adanya kekurangan dukungan sosial dan emosional. Seseorang cenderung mengalami rasa *loneliness* karena kurangnya dukungan sosial dan emosional baik dari lingkungan internal maupun lingkungan eksternal (Gunarsa, 1991).

Beberapa penelitian terdahulu didapatkan hasil bahwa *game online* adalah satu dari sekian banyak masalah yang ditimbulkan dari penggunaan Internet yang kurang baik (Ducheneaut & Moore, 2004; Meerkerk, Van Den Eijnden, & Garretsen, 2006; Morahan-Martin & Schumacher, 2000, dalam (Liu & Peng, 2009). *Loneliness* merupakan timbal balik dari pemakaian internet yang tidak sehat karena individu cenderung menghabiskan waktu di dalam *game online* dan timbul kenyamanan secara konstan dan terus menerus dan *game online* akhirnya menjadi tempat pelarian dari dunia nyata.

Secara umum, *loneliness* dalam konteks *game online* hal ini dapat memiliki dampak beragam pada *loneliness* ataupun kesepian yang dirasakan seseorang. Penelitian ini dirasa penting dilakukan karena peneliti ingin mengetahui gambaran *loneliness* dari *gamers* yang bermain *Sky: Children of the Light* pada *game* ini memiliki dinamika kehidupan yang beragam dengan permasalahan yang beragam pula, dengan sifat, watak, relasi dengan lingkungan, serta peristiwa dan emosi yang menyenangkan dan tidak menyenangkan yang terjadi di dalam hidupnya dari seorang *gamers* yang bermain *Sky: Children of the Light*.

1.2. Batasan Masalah

Penelitian ini memiliki batasan masalah sebagai berikut:

1. Variabel yang akan diteliti adalah *loneliness* pada *gamers Sky: Children of the Light*
2. Jenis *game* yang dimaksud dalam penelitian ini adalah *game* MMORPG dengan judul *Sky: Children of the Light*
3. Subjek atau responden yang akan diteliti dalam penelitian ini adalah *gamers Sky: Children of the Light*
4. Penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif yang bertujuan untuk menggambarkan *loneliness* pada *gamers Sky: Children of the Light*

1.3. Rumusan Masalah

Peneliti menentukan rumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut:

“Bagaimana gambaran *loneliness* pada *gamers Sky: Children of the Light*?”

1.4. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *loneliness* pada *gamers Sky: Children of the Light*.

1.5. Manfaat Penelitian

1.5.1. Manfaat Teoritis Penelitian

Secara teoritik penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat terkait dengan pengembangan ilmu psikologi terutama psikologi klinis terkait dengan *loneliness*.

1.5.2. Manfaat Praktis Penelitian

1. Bagi Informan Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman terkait dengan bagaimana gambaran *loneliness* pada *gamers* yang bermain *Sky: Children of the Light* yang merasakan *loneliness* serta faktor-faktor yang mempengaruhinya, sehingga informan dapat mengenali dan menemukan solusi untuk melewati *loneliness* yang dimiliki agar memiliki keberfungsian diri dan kepuasan hidup yang lebih optimal.

2. Bagi Pemerhati dalam ranah *gaming*

Penelitian ini diharapkan memberikan pemahaman mengenai gambaran *loneliness* pada *gamers* yang bermain *Sky: Children of the Light* serta faktor-faktor yang mempengaruhinya. Dengan adanya penelitian ini, pemerhati dapat menemukan solusi serta terobosan baru dalam mengatasi *loneliness* di kalangan *gamers* maupun lingkungan dan masyarakat.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi kajian atau referensi terkait dengan fenomena *loneliness*, terutama dengan pendekatan psikologi klinis, yaitu tentang gambaran *loneliness* pada *gamers* yang bermain *Sky: Children of the Light* sehingga kedepannya lebih banyak lagi yang melakukan penelitian terkait dengan tema ini.