

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Pada era modern saat ini teknologi bukanlah menjadi hal baru bagi masyarakat. Teknologi juga berkembang terus setiap tahunnya, teknologi yang ada saat ini merupakan sebuah perkembangan teknologi yang telah ada sebelumnya. Perkembangan dari teknologi dunia sangatlah cepat bahkan Indonesia juga mendapatkannya. Hal ini membuat masyarakat Indonesia menjadi lebih modern dari jaman ke jaman, perkembangan dari teknologi telah membuat perubahan dalam kehidupan manusia, salah satunya terdapat hiburan yang dapat dijumpai dimanapun masyarakat berada yaitu *video game*. Seperti *video game* kebanyakan, *video game* atau *game online* merupakan salah satu tipe *game* yang banyak dimainkan oleh banyak kalangan masyarakat saat ini.

Game online adalah permainan dengan jaringan, dimana interaksi antara satu orang dengan yang lainnya untuk mencapai tujuan, melaksanakan misi, dan meraih nilai tertinggi dalam dunia virtual (Young, 2009). *Game online* saat ini dengan saat pertama kali keluar sangatlah berbeda. Pada tahun 1960, *game online* muncul di komputer dan hanya bisa dipakai untuk dua orang saja, kemudian muncullah komputer dengan kemampuan *time-sharing* sehingga pemain yang bisa memainkan *game* bisa lebih banyak dan tidak harus berada di ruangan yang sama (Masya & Candra, 2016). Menurut Young (2009) *game online* memiliki perbedaan dengan *game* lainnya, yaitu pemain *game* tidak hanya dapat bermain dengan orang yang berada di sebelahnya namun juga dapat bermain dengan beberapa pemain dari lokasi lain. Hal tersebut menjelaskan bahwa *game online* membutuhkan jaringan internet agar dapat dimainkan penggunaannya. Platform *game online* juga dapat berupa Personal Computer (PC), Playstation, hingga smartphone.

Elsa (2019) menyatakan bahwa mayoritas pemain *game online* di Surabaya adalah remaja. Remaja yang sedang bermain *game online* biasanya rela menghabiskan waktu berjam-jam

hanya untuk bermain *game online*, dengan presentase lima puluh empat persen remaja bermain *game online* dengan waktu minimal lima jam dan empat puluh enam persen remaja bermain *game online* dengan waktu seharian penuh. Dikutip dari kompas.com pada tanggal 26 Mei 2019 yang mengatakan “kompas.com, pemain *game* di Indonesia sebanyak 200 juta pengguna setiap harinya pada tahun 2019, contoh permainan *online* yang banyak dimainkan oleh pengguna adalah PUBGM, COD, Among Us, Mobile Legend dan yang lainnya. Dengan rata-rata pengguna *game online* ialah remaja.”

Sependapat dengan pernyataan diatas, survei yang dilakukan oleh asosiasi penyelenggara jasa internet di Indonesia (APJII) mengatakan bahwa jumlah pengguna internet di Tanah air meningkat di tengah masa pandemi. Survei dilakukan pada tahun 2019 hingga kuartal kedua tahun 2020 menemukan jumlah pengguna internet mencapai 197,6 juta atau 73,7 persen dari total populasi di Indonesia. APJII juga menemukan pergeseran konsumsi konten hiburan internet pada masa pandemi menjadi streaming video 49,3 persen, streaming musik 15,3 persen, dan bermain *game online* sebesar 16,5 persen dari jumlah total pengguna internet di Tanah air.

Soebastian (dalam Agusman, 2019) mengatakan bahwa *game online* diperuntukkan kepada semua usia, salah satunya adalah remaja. Menurut Monks (2002) mendefinisikan remaja sebagai individu yang berusia antara 12-21 tahun dan sedang mengalami masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Hurlock (2013) mengatakan bahwa dibandingkan dengan kelompok anak-anak maupun dewasa, masa remaja merupakan masa yang paling berat, masa yang merupakan masa transisi dari masa anak-anak menuju masa dewasa dimana terjadi banyak perubahan seperti kematangan fisik, kognitif, sosial dan emosional. Masa transisi yang dialami oleh remaja dapat menimbulkan beberapa masalah kesehatan jika tidak segera diatasi, salah satunya adalah stres. Stres sendiri merupakan suatu keadaan tertekan baik secara fisik maupun psikologis (Chaplin, 2014). Masa remaja adalah masa stres emosional yang timbul dari perubahan fisik dan yang cepat dan luas yang terjadi selama masa

pubertas (Jatmika, 2010).

Terdapat banyak hal yang dapat membuat remaja menjadi stres. Menurut Yusuf (dalam Sudarya, Bagia, dan Suwendra, 2014) terdapat dua faktor penyebab terjadinya stres yaitu penyebab stres internal maupun eksternal. Penyebab stres internal seperti kondisi tubuh/fisik dan konflik pribadi, sedangkan penyebab stres eksternal seperti keluarga yang kurang harmonis, orang tua yang otoriter, masalah ekonomi, dan lingkungan masyarakat. Pada saat kondisi pandemi COVID-19 ini, siswa banyak mengalami stres karena munculnya rasa takut akan tertular COVID-19. Hal ini disebabkan karena kekhawatiran saat pergi keluar rumah, kebosanan saat melakukan social distancing, dan kesulitan memahami materi (Argaheni, 2020). Begitu pula pada remaja awal dan remaja madya dimana pada tahapan tersebut remaja memiliki berbagai macam penyebab stres. Maka dari itu bermain *game online* mungkin saja dapat menjadi penghilang dari stres atau *coping stress*. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Tiningrum (2013) mengatakan bahwa bermain *game online* merupakan *coping stress* yang termasuk pada *escape avoidance* yang dilakukan subjek dengan mendapatkan keuntungan yang dirasakan.

Berdasarkan hasil preliminary yang dilakukan oleh peneliti kepada sembilan orang remaja di Surabaya, terdapat lima subjek yang telah mengisi google form mengatakan bahwa mereka melakukan perilaku bermain *game online* karena didasari oleh rasa stres dengan berbagai durasi. Durasi sendiri adalah lamanya waktu terjadinya suatu peristiwa (Chaplin, 20014). Durasi dari setiap individu yang bermain *game online* sangat bervariasi, lima subjek bermain *game online* dengan durasi diatas tujuh jam setiap harinya, sedangkan empat subjek yang lainnya bermain sekitar tiga hingga empat jam setiap harinya. Permainan yang paling banyak dimainkan adalah

PUBGM sebanyak lima orang, kemudian yang kedua adalah Among Us sebanyak dua orang, yang ketiga adalah Mobile Legends dan League of Legends masing- masing sebanyak satu orang. Berdasarkan hasil preliminary dampak positif yang muncul karena bermain *game online* adalah menghilangkan stres

yang terjadi karena berbagai faktor yang subjek alami. Menurut cnnindonesia.com pada tanggal 01 April 2020 menyatakan bahwa pemain atau player *game* di Indonesia dapat memainkan permainan atau *game online* sebanyak enam kali selama satu hingga tiga jam dalam sehari. Pemain *game online* juga sering memainkan permainan selama jam sibuk.”

Terdapat hubungan positif antara tingkat stres dengan durasi waktu bermain *game online*, yaitu semakin tinggi tingkat stres semakin banyak durasi waktu bermain *game online* (Piyeke et al., 2014). Chen (2020) mengatakan bahwa bermain *social mobile games* dapat secara efektif membantu pemain remaja memulihkan diri dari stres dan ketegangan. Menurut penelitian Tiningrum (2013) semakin sering mengalami stres maka semakin tinggi aktivitas bermain video *game*. Sependapat dengan pernyataan diatas, Agusman dan Marjohan (2019) mengatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara stres dengan intensitas bermain *game online* pada siswa SMA PGRI 2 Padang.

Peneliti merasa tertarik untuk meneliti hubungan antara stres dengan durasi bermain *game online* pada remaja di Surabaya.

Hal ini dikarenakan selama melakukan pembelajaran daring di rumah siswa di Surabaya mengalami stres, sehingga banyak melakukan *coping stress* dengan bermain *game online*. Selain itu, penelitian ini masih belum banyak diteliti secara global karena berkaitan dengan pandemi COVID-19 maka dari itu peneliti ingin melakukan penelitian ini.

1.2. Batasan Masalah

Penelitian ini membatasi ruang lingkup pada hal-hal berikut:

- a. Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah remaja yang berdomisili di Surabaya dan bermain *game online*.
- b. *Game online* adalah permainan yang dimainkan secara bersama-sama dengan pemain lain dalam waktu yang sama.
- c. Stres yang dibahas adalah stres yang bersifat umum terkait dengan permasalahan dalam kehidupan sehari-hari.

- d. Jenis penelitian yang dilakukan adalah kuantitatif dengan uji korelasi.

1.3. Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan antara stres dengan durasi bermain *game online* pada remaja di Surabaya?

1.4. Tujuan Penelitian

Penelitian dilakukan untuk mengetahui hubungan antara stres dengan durasi bermain *game online* pada remaja di Surabaya.

1.5. Manfaat Penelitian

1.5.1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan ilmu psikologi terutama Psikologi Klinis bagi responden mengenai stres dengan durasi bermain *game online*.

1.5.2. Manfaat Praktis

a. Bagi Subjek Penelitian

Bagi subjek hasil penelitian ini dapat menunjukkan seberapa besar hubungan antara stres dengan durasi bermain *game online*. Sehingga untuk kedepannya dapat dilakukan beberapa cara dalam melakukan coping stres.

b. Bagi Orang Tua

Penelitian ini dapat memberikan masukan pada orang tua mengenai pola asuh yang tepat sehingga dapat membuat anak mengurangi stres tanpa harus ketergantungan pada gadget.

c. Bagi Guru

Penelitian ini dapat memberikan pemahaman pada guru di sekolah-sekolah SMP dan SMA mengenai stres yang dialami murid serta hubungannya dengan durasi bermain *game online*.