

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pesatnya perkembangan teknologi dan mudahnya akses internet memberikan dampak yang besar pada perkembangan *game online*. Dari yang awalnya hanya dapat dimainkan menggunakan komputer pribadi atau laptop, kini sudah banyak *game online* yang juga dapat dimainkan di *smartphone*. Selain sebagai sarana hiburan dan mengisi waktu luang, kini bermain *game online* juga dapat mendatangkan penghasilan dengan cara menjadi pemain *professional* sebuah tim atau menjadi *streamer*. Mobile Legends, PlayerUnknown's Battlegrounds, Dota 2, dan Apex Legends merupakan beberapa contoh dari *games* yang saat ini sedang naik daun.

Game online merupakan sebuah permainan dengan berbagai macam *genre* yang dapat dimainkan menggunakan koneksi internet melalui kabel LAN (*Local Area Network*) maupun *wi-fi* (Tang et al., 2017). Fitur *game online* yang semakin berkembang dan banyaknya *game online* baru yang muncul membuat remaja semakin tertarik dan menghabiskan waktu yang cukup banyak untuk bermain *game online* setiap harinya (Lee & Kim, 2017). Di Indonesia, pada tahun 2018 jumlah pemain *game online* mencapai 60 juta jiwa dan diperkirakan akan mencapai 100 juta *gamers* pada tahun 2020 (*Decision Lab* dan *Mobile Marketing Association*, 2018).

Dari banyaknya pemain *game online*, kebanyakan adalah remaja. Survey Ketergantungan *Game* Korea Creative Content Agency, (2013)

menunjukkan bahwa pemain *game online* mulai dari siswa SD sampai dengan siswa SMA di Korea selatan menghabiskan waktu lebih dari 2 jam untuk bermain *game online* setiap harinya. Dari penelitian tersebut, didapatkan hasil dimana 14% pemain *game online* merupakan siswa SD, Siswa SMP sebanyak 22% dan 18% Siswa SMA. Menghabiskan waktu yang terlalu banyak untuk bermain *game online* dapat menyebabkan seseorang mengalami kecanduan (Gentile et al., 2017).

Ibnu Qayyim *rahimahullah* dalam *Al-Fawaid* berkata,

“Menyia-nyiakan waktu itu lebih parah dari kematian. Karena menyia-nyiakan waktu memutuskanmu dari (mengingat) Allah dan negeri akhirat. Sedangkan kematian hanya memutuskanmu dari dunia dan penghuninya.”

Online Games Addiction adalah perilaku bermain *game online* secara berlebihan yang dapat menimbulkan efek negatif (Choi et al., 2018). Kecanduan pada *game online* dapat dilihat dari total waktu yang dihabiskan untuk bermain *game online* setiap minggunya. Seseorang yang mengalami kecanduan *game online* rata-rata menghabiskan waktu 3 jam atau lebih dalam satu hari dan bermain 4-5 hari dalam satu minggu (Jap et al., 2013). Dibandingkan dengan orang dewasa, remaja memiliki risiko lebih tinggi untuk mengalami kecanduan terhadap *game online* (Choi et al., 2018). Di Indonesia, diperkirakan 10,15% remaja mengalami kecanduan *game online* (Jap et al., 2013).

Fenomena kecanduan *game online* pada remaja perlu mendapatkan perhatian serius. Pada tahun 2018, *World Health Organization* menyatakan

bahwa kecanduan *game online* merupakan sebuah penyakit mental dan sudah tercatat dalam *International Classification of Diseases* (World Health Organization, 2018). Penelitian lain yang dilakukan oleh Nurazmi et al., (2018) tentang hubungan kecanduan bermain *game online* terhadap regulasi emosi pada remaja menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara bermain *game online* dengan regulasi emosi pada remaja. Dimana 147 responden positif memiliki regulasi emosi yang tinggi dari total 235 responden yang mengikuti penelitian. Selanjutnya, pada penelitian yang dilakukan oleh Yusuf et al., (2019) mendapatkan hasil jika semakin tinggi tingkat kecanduan *game online* yang dimiliki maka semakin rendah komunikasi interpersonal dan interaksi sosialnya. Data tersebut menunjukkan bahwa adiksi *game online* berpengaruh buruk kepada psikologis dan sosial remaja yang akan berpengaruh pada kualitas hidup remaja.

Kualitas hidup merupakan persepsi individu tentang posisinya dimasyarakat sesuai nilai dan budaya yang ada dengan keinginan dan harapan dengan sudut pandang multidimensional baik fisik maupun psikologis (WHO, 2012). Dalam konsep kualitas hidup terdapat empat dimensi, yaitu dimensi kesehatan fisik, dimensi psikologis, dimensi hubungan sosial, dan dimensi lingkungan (WHO, 2012). Sedangkan, faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas hidup yaitu jenis kelamin, usia, pendidikan, pekerjaan, status pernikahan, penghasilan, hubungan dengan orang lain, standar referensi, dan kesehatan fisik (Moons et al., 2004).

Usia remaja merupakan fase krusial dimana pada remaja terjadi perubahan secara bersamaan baik dari biologis, psikologis, sosial dan kognitif (Freire & Ferreira, 2018). Remaja memiliki tugas perkembangan yang perlu dipenuhi, dimana tugas perkembangan ini yang akan mempengaruhi pandangan remaja terhadap kualitas hidupnya. Remaja yang memiliki kecanduan *game online* cenderung menghabiskan waktu lebih lama untuk bermain *game online* (Lee & Kim, 2017).

Bermain *game* terlalu lama menyebabkan pengaruh buruk pada kesehatan, baik secara psikologis, fisik dan psikososial seperti *eye strain*, kurang tidur, perubahan pola makan, dan kurang interaksi sosial (Alshehri & Mohamed, 2019; Surbakti, 2017). Menghabiskan waktu bermain *game online* terlalu lama juga dapat mengganggu kehidupan sehari-hari dan menyebabkan perubahan status kesehatan seseorang (Fahrizal et al., 2019). Dari fenomena tersebut, peneliti bermaksud untuk melakukan penelitian dengan tujuan mengetahui hubungan adiksi *game online* dengan kualitas hidup remaja.

B. Rumusan Masalah

Pemain *game online* di Indonesia pada tahun 2018 sudah mencapai 60 juta dan diperkirakan akan mencapai 100 juta pada tahun 2020. *World Health Organization* menyatakan bahwa kecanduan *game online* merupakan sebuah penyakit mental dan sudah tercatat dalam *International Classification of Diseases*. Bermain *game online* secara terus menerus

memiliki dampak pada kesehatan baik secara fisik, psikologis, dan psikososial yang dapat mempengaruhi kualitas hidup individu. Berdasarkan hal tersebut, pertanyaan penelitian ini adalah “Bagaimana hubungan adiksi *game online* dengan kualitas hidup remaja”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum:

Untuk mengetahui hubungan adiksi *game online* dengan kualitas hidup remaja.

2. Tujuan Khusus:

- a. Mengetahui tingkat adiksi *game online* pada remaja.
- b. Mengetahui kualitas hidup remaja yang mengalami adiksi *game online*

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Individu

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat khususnya bagi remaja yang bermain *game online* terkait tingkat adiksi *game online* yang dialami dan dampak pada kualitas hidup remaja.

2. Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan khususnya bagi Institusi Pendidikan Keperawatan terkait adiksi *game online* dan kualitas hidup remaja.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai referensi bagi penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan adiksi *game online* maupun kualitas hidup pada remaja.

E. Penelitian Terkait

Penelitian sebelumnya yang pernah dilakukan sehubungan dengan penelitian ini adalah:

1. Eslami et al., (2013) *The relationship between computer games and quality of life in adolescents*. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *game computer* dan kualitas hidup remaja menggunakan metode *cluster sampling* dengan total 444 responden laki-laki dan perempuan pada siswa di Borkhar. Penelitian ini menggunakan kuesioner WHOQOL-BREF dan *Personal Information Questionnaire*, dianalisa menggunakan korelasi *pearson*, *Spearman Correlation*, *chi-square*, *independent t-test* dan analisa kovarian. Didapatkan hasil total nilai *mean* pada kualitas hidup siswa (67.11 ± 13.34). Dimana terdapat hubungan yang signifikan antara kualitas hidup siswa dengan usia awal bermain *game* pada empat domain (range $r = -0.13$ sampai -0.18). Ditemukan juga perbedaan kualitas hidup siswa yang bermain *game* (68.27 ± 13.03) dengan siswa yang tidak bermain *game* (64.81 ± 13.69) dan perbedaannya cukup signifikan ($P=0,01$).

2. Yusuf et al., (2019). Hubungan Kecanduan *Game Online* dengan Komunikasi *Interpersonal* dan Interaksi Sosial Remaja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kecanduan *game online* dengan komunikasi *interpersonal* dan interaksi sosial remaja. Peneliti menggunakan pendekatan *cross-sectional* dengan responden sebanyak 210 siswa. Hasil penelitian menunjukkan komunikasi *interpersonal* ($p=0,027$ dan $r = 0,152$) dan interaksi sosial ($p=0,000$ dan $r = 0,248$) berhubungan dengan kecanduan *game online*. Semakin tinggi kecanduan *game online* maka semakin rendah komunikasi *interpersonal* dan interaksi sosial yang dihasilkan.
3. Nurazmi et al., (2018) Hubungan Kecanduan Bermain *Game Online* Terhadap Regulasi Emosi Pada Remaja. Tujuan dalam penelitian ini adalah mengetahui hubungan antara kecanduan *game online* dengan regulasi emosi pada remaja. Penelitian ini menggunakan metode *descriptive correlational* dengan pendekatan *cross-sectional* dengan jumlah sampel sebanyak 267 responden. Hasil analisa uji bivariat menggunakan *Chi-square* menunjukkan nilai $p 0,000 < 0,05$ yang berarti terdapat hubungan antara kecanduan *game online* dengan regulasi emosi pada remaja.