

Bab 1 Pendahuluan

Latar Belakang Masalah

Dalam beberapa tahun terakhir kemajuan teknologi digital telah membawa perubahan secara bertahap dalam cara manusia berinteraksi sosial, mencari hiburan, dan menjalani kehidupan sehari-hari. Hiburan yang semakin populer di masyarakat saat ini adalah *game online*. Berbeda dengan masa sebelum era internet dan perkembangan teknologi semakin pesat, dimana *game* memiliki keterbatasan dalam mengaksesnya. Awalnya *game* hanya bisa diakses secara offline melalui perangkat pc, ataupun konsol, kini *game* telah berkembang dalam bentuk *online* yang dapat lebih mudah diakses dimanapun dengan hanya melalui akses internet saja. Kemudahan dalam mengakses *game* ini menjadikan *game online* semakin diminati oleh berbagai kalangan.

Game online menawarkan beberapa fitur menarik seperti cerita yang mendalam, tantangan yang akan semakin sulit untuk tiap tingkatan levelnya, serta interaksi *real-time* baik dengan teman ataupun pemain lain di seluruh dunia. Fitur seperti mode *player vs player*, *battle royale*, *multiplayer* dst semakin meningkatkan daya tarik permainan. Bagi sebagian pemain, pengalaman yang didapatkan dari bermain *game online* terasa sangat nyata, sehingga para pemain *game* mampu menghabiskan waktu berjam-jam untuk bermain *game online*. Hal seperti inilah yang dapat memicu kebiasaan bermain *game online* secara berlebihan (Isman, 2019).

Peningkatan penggunaan internet turut mendorong peningkatan jumlah pemain *game online* di Indonesia. Berdasarkan survey yang telah dilakukan oleh Asosiasi Penyelenggara jasa Internet Indonesia (2024), terdapat peningkatan signifikan dalam jumlah pengguna internet di Indonesia sekitar 221,5 juta atau 75,9% dari populasi. Pengguna internet didominasi oleh Gen Z sebesar 34,4%, menyusul dengan milenial sebanyak 30,6%. Niko Partners mengatakan pada tahun 2022 jumlah *gamers* di Indonesia mencapai 64,5% yaitu sebanyak 180 juta orang. Berdasarkan survey pemain *game* berdasarkan platform yang telah dilakukan oleh Newzoo, didapati urutan pertama bahwasanya terdapat 79% orang menggunakan smartphone untuk bermain *game*, dilanjutkan sebanyak 43% bermain menggunakan PC dan 41% menggunakan konsol (Amalia, 2023).

Survey yang telah dilakukan oleh Statista (2024) mengenai pemain *game online* di Indonesia ditemukan bahwa terdapat 63% responden menyatakan bahwa mereka bermain *game online*. Banyak *gamer online* Indonesia yang menghargai kemudahan akses terhadap *game-game*

tersebut, dan hal ini diperkirakan akan tetap menjadi pilihan utama mereka di tahun-tahun mendatang. Adapun data dari *Decision Lab dan Mobile Marketing Association (MMA)* kelompok usia yang mendominasi bermain *game online* ada usia 16-24 dan 25-34 tahun dengan angka 27% dari total pemain (Lokadata, 2020).

Salah satu contoh tragis yang menguatkan fenomena ini adalah kasus yang terjadi di Kecamatan Doko, Blitar, di mana seorang siswa SMA mengakhiri hidupnya setelah handphonenya disita oleh orang tua karena terlalu sering bermain *game online*. Korban dilaporkan seringkali menggunakan handphonenya untuk bermain *game online* sehingga seringkali mengurangi interaksi dan hanya berdiam diri di kamar untuk bermain *game online*. Setelah disita korban mengalami tekanan mental dan memutuskan untuk mengakhiri hidupnya (Winanto, 2024). Hal ini menunjukkan bahwa bermain *game* secara berlebihan bisa memberikan dampak negatif pada kehidupan.

Meskipun *game online* dimainkan oleh berbagai kelompok usia, namun remaja seringkali dianggap lebih rentan dalam mengalami perilaku bermain *game online* bermasalah dibandingkan dengan orang dewasa. Masa remaja, ditandai oleh periode ketidakstabilan emosi dan psikologis, yang membuat mereka cenderung lebih mudah terpengaruh untuk mencoba berbagai hal baru yang menarik perhatian mereka (Jordan & Andersen, 2017). Berdasarkan teori Erik Erikson, masa remaja merupakan masa untuk pencarian identitas yang disertai dengan moratorium psikososial dimana kesenjangan antara masa kanak-kanak yang aman dan masa remaja yang bebas dari tanggung jawab. Pada fase ini, remaja cenderung untuk bereksperimen dengan berbagai identitas sehingga emosi mereka cenderung belum stabil. Remaja juga memiliki kecenderungan untuk berkumpul dengan teman seusianya dan mengikuti hal baru yang tren dan perkembangan teknologi yang semakin canggih. (Viviyanti, 2019). Kecenderungan untuk bereksperimen dan mengikuti tren yang berkembang membuat remaja lebih terbuka terhadap aktivitas yang bersifat menyenangkan, termasuk bermain *game online*.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Gurusinga (2020) bahwasanya terdapat kecenderungan dalam bermain *game online* pada remaja di Indonesia yang berusia 15-18 tahun. Berdasarkan data tersebut terdapat 77,5% remaja putra dan 22,5% remaja putri. Rata-rata waktu yang digunakan untuk bermain *game online* pada usia tersebut yaitu sekitar 2-10 jam dalam seminggu. Hal ini menunjukkan bahwa remaja memiliki daya tarik yang lebih dalam bermain

game online, terutama pada remaja laki-laki yang membuat mereka menghabiskan waktu dengan bermain *game online*.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa remaja yang terlalu sering bermain *game online* menunjukkan tanda-tanda dampak negatif seperti agresi, kegugupan dan perilaku destruktif lainnya (Iskajyan dkk., 2024). Remaja berusia belasan tahun ditemukan bermain *game online* hampir setiap hari, dengan estimasi mencapai 10,7 juta orang atau sekitar 10% dari total pengguna berusia 12-24 tahun. Berdasarkan survei, Indonesia menempati peringkat kedelapan secara global dalam jumlah pemain *game online*, dengan mayoritas pengguna berasal dari kalangan remaja. Aktivitas ini memiliki dampak signifikan pada berbagai aspek perkembangan, termasuk pendidikan, interaksi sosial, dan kesehatan (Kusumawati dkk., 2017). Kondisi ini menunjukkan bahwa perilaku bermain *game online* secara berlebihan bukan hanya menjadi tren hiburan, tetapi juga telah berkembang menjadi fenomena sosial yang berdampak pada kesehatan mental, interaksi sosial, dan prestasi akademik, terutama di kalangan remaja.

Bermain *game online* sebenarnya dapat memberikan manfaat, namun banyak dari pemain *game* yang masih anak-anak dan remaja memainkannya secara berlebihan yang dampaknya menimbulkan banyak kerugian. Misalnya dalam aspek prestasi sekolah, ekonomi, sosial dan juga kesehatan (Isman, 2019). Apabila seseorang terlalu sering bermain *game* akan menimbulkan perilaku bermasalah, seperti rendahnya kontrol diri, mengalami kesulitan dalam membatasi waktu bermain, pikiran yang sulit dikontrol, dan juga dapat melemahkan sistem kerja otak. (Mulawarman, Hariyadi, dkk., 2022)

Dampak berlebihan dalam bermain *game online* pada remaja adalah kurangnya kemampuan beradaptasi dengan lingkungan sekitar, sehingga membuat mereka menjadi kurang peka terhadap lingkungan (Na'ran & Ahmad, 2019). Menurut Hawadi (dalam R. Saputra dkk., 2022) Kehadiran *game online* telah menghadirkan risiko baru bagi remaja. *Game online* memiliki daya tarik yang kuat, mampu memikat pemain hingga berujung pada perilaku bermasalah. Remaja dapat terpaku di depan layar monitor selama berjam-jam, terlebih karena banyak *game online* yang dirancang untuk memberikan penguatan atau *reinforcement* secara instan setelah pemain mencapai target tertentu. Hal ini mendorong remaja untuk terus bermain dan membuat mereka kehilangan skala prioritas dalam kegiatan sehari-hari, seperti tugas akademik atau tanggung jawab sosial lainnya.

Pada anak dengan usia remaja terlalu banyak bermain *game online* dapat menjadikan anak kurang memiliki minat terhadap berbagai aktivitas lain selain bermain *game online*, dan juga dapat menimbulkan perasaan cemas ketika sulit mengakses *game online* (Azahra dkk., 2024). Sedangkan menurut M.B dkk., (2023) bermain *game online* secara berlebihan dapat menyebabkan permasalahan psikologis seperti depresi, kecemasan berlebih, penurunan prestasi akademik, isolasi sosial, konflik dalam hubungan keluarga, serta masalah kesehatan fisik seperti gangguan tidur dan gaya hidup menetap.

Saat memainkan *game online* seseorang juga akan merasa bergairah karena *game online* memiliki sifat *seductive* (menggairahkan) sehingga menimbulkan perilaku bermasalah. (Ali & Salamah, 2021). Pengaruh dari permainan yang dimainkan secara terus-menerus dapat terekam secara perlahan dalam memori bawah sadar remaja. Saat ini, jenis permainan yang paling diminati remaja cenderung melibatkan elemen kekerasan seperti pembunuhan, perkelahian, dan perang, yang dapat berdampak pada kondisi mental dan emosional mereka. Permainan semacam ini berisiko menimbulkan masalah psikologis pada remaja seirig waktu (Fitri dkk., 2018).

Berbagai studi telah membahas mengenai *game online*, namun terdapat perbedaan dalam terminologi yang digunakan untuk mengkaji efek negatif dari perilaku bermain *game online*, seperti *online game addiction*, *pathological online game use*, *problematic online game use*, dan *online game addicted behavior* (Sulistyo dkk., 2015). Istilah yang paling sering digunakan dalam hal ini adalah *online game addiction* namun pada penelitian ini akan menggunakan variabel *problematic online game use*.

Perbedaan antara *online game addiction* dengan *problematic online game use*, *online game addiction* didefinisikan sebagai gangguan yang ditandai dengan kebiasaan bermain *game* daring secara terus-menerus, seringkali melibatkan interaksi dengan pemain lain, yang mengakibatkan gangguan atau tekanan psikologis yang signifikan. Diagnosis kondisi ini didasarkan pada pemenuhan lima atau lebih dari sembilan kriteria dalam rentang waktu 12 bulan (American Psychiatric Association, 2013). Sedangkan *problematic online game use* lebih berfokus kepada individu yang terlalu sering bermain *game online* dan berdampak negatif pada kehidupan nyata seperti dalam aspek psikologis, sekolah dan sosial (Kim & Kim, 2010). Kim & Kim (2010) menambahkan bahwa terdapat beberapa aspek dari *problematic online game use* adalah *euphoria*, *health problems*, *conflict*, *failure of self-control* dan *preferences for virtual relationships*.

Remaja seringkali mengalami kebosanan karena adanya berbagai faktor psikologis dan perubahan perkembangan pada masa remaja yang dapat menyebabkan perilaku beresiko dan tidak sehat (Freund dkk., 2021). Kebosanan pada usia remaja lebih sering dialami dibandingkan dengan kelompok usia demografis lainnya (Chin dkk., 2017). Kebosanan yang timbul karena kekosongan aktivitas atau kurangnya hal yang bisa dilakukan pada waktu luang ini dikenal sebagai *leisure boredom*. *Leisure boredom* menurut Iso-Ahola dan Weissinger menyatakan bahwa kebosanan dalam waktu luang, juga dikenal sebagai *leisure boredom*, merujuk pada persepsi subjektif atau suasana hati yang negatif yang muncul ketika ada ketidakcocokan antara ketersediaan waktu luang, pengalaman yang diinginkan, dan kebutuhan optimal (Kosasih dkk., 2021).

Leisure boredom memiliki satu dimensi (*unidimensional*) yaitu perasaan individu terhadap waktu luang dengan frekuensi aktivitas yang dilakukan selama waktu luang, dan kebutuhan sosial akan pengalaman optimal pada waktu luang sebagai aspek dari *leisure boredom*. Iso-Ahola dan Weissinger juga menyatakan bahwa terdapat beberapa faktor yang menyebabkan seseorang merasa *leisure boredom* yaitu kurangnya stimulasi ataupun motivasi dalam keadaan saat ini, persepsi individu yang menganggap terlalu sedikit maupun banyak waktu luang, yang terakhir berpartisipasi dalam aktivitas yang dianggap membosankan atau monoton (dalam Gurbuz et al., 2014).

Leisure boredom terjadi ketika kebutuhan untuk pengalaman yang memuaskan atau optimal dalam waktu senggang tidak terpenuhi, sehingga remaja merasa hampa atau tidak puas dengan waktu luang mereka (Kosasih dkk., 2021). Kondisi ini dapat mempengaruhi perilaku remaja, termasuk mendorong mereka untuk mencari hiburan yang mungkin tidak selalu produktif atau bermanfaat, seperti berlama-lama menggunakan media sosial atau bermain *game* secara berlebihan (Gurbuz dkk., 2014).

Belum ada penelitian yang secara khusus meneliti bagaimana pengaruh *leisure boredom* terhadap *problematic online game use*, namun hal ini menjadi penting mengingat waktu luang yang tidak digunakan secara baik dapat mendorong individu, khususnya bagi siswa jenjang menengah atas, untuk mencari pelarian yang bersifat instan dan menyenangkan seperti bermain *game online*. Dalam konteks ini, *leisure boredom* tidak hanya menjadi sumber ketidaknyamanan psikologis, tetapi juga dapat membuat seseorang terlibat dalam perilaku yang bermasalah. Beberapa penelitian baru meneliti bahwa terdapat pengaruh *leisure boredom* terhadap *gaming*

disorder (Yuwono & Virilia, 2022), *game addiction* (Asegaf, 2024) (Haninda, 2024) (Yuwono, 2019) (J. Lim, 2014), intensitas bermain *game online* (Russell, 2024).

Pada masa perkembangan remaja peran keluarga sangat krusial dalam memberikan pengawasan serta pengelolaan waktu luang mereka. Menurut Smart (dalam Aristiani dkk., 2023) terdapat beberapa faktor yang dapat memicu penggunaan *game online* secara berlebihan yaitu minimnya perhatian dari orang terdekat, depresi, lemahnya pengawasan, minimnya aktivitas, lingkungan, serta pola asuh. Pola asuh merupakan faktor yang muncul sejak masa kanak-kanak hingga remaja yang berdampak terhadap perilaku anak di masa depan. Sukrakarta (2014) menegaskan bahwa keluarga, terutama orang tua, memiliki peran krusial dalam pembentukan sikap dan perilaku anak. Sejumlah kendala dapat berdampak pada rendahnya minat anak dalam mengikuti proses pembelajaran di lingkungan sekolah.

Pola asuh terbagi menjadi tiga, yaitu pola asuh otoritatif, otoriter dan permisif. Penelitian telah dilakukan oleh Baumrind (1971). Pola asuh otoritatif yaitu pola asuh yang mengarahkan anak melalui pendekatan yang logis serta mendorong anak untuk mandiri, namun tetap memberikan batasan dan melakukan pengawasan secara konsisten. Selanjutnya pola asuh otoriter yaitu pola asuh yang lebih pada pemberian hukuman dan banyak Batasan. Terakhir, pola asuh permisif yaitu pola asuh yang cenderung memberikan kebebasan yang besar namun kurangnya arahan dan juga konsekuensi.

Ketika orang tua memberikan pola asuh yang tidak memadai maka akan berakibat kecenderungan anak dalam bermain *game online*, orang tua harus memberikan pola asuh yang seimbang dengan cara membuat batasan dalam bermain *game online* (Budiman dkk., 2024). Menurut Permana & Tobing (2019), tingginya penerapan pola asuh permisif saat anak bermain *game online* dapat menyebabkan anak berkembang menjadi individu yang lebih agresif. Oleh karena itu, orang tua perlu lebih mengontrol waktu bermain anak, terutama ketika memainkan *game* dengan konten kekerasan, agar dapat mencegah perilaku bermain *game online* secara berlebihan serta mengurangi risiko munculnya perilaku agresif pada anak. Penelitian oleh Gan dkk., (2021), menunjukkan bahwa pola asuh permisif berpengaruh secara signifikan terhadap *problematic online game use*, pola asuh yang permisif dengan memberikan pengawasan yang minim berpotensi menimbulkan *problematic online game use*.

Hasil penelitian dari Ulfiana (2018) menunjukkan penerapan pola asuh permisif yang terlalu memanjakan anak memberikan kebebasan tanpa pengawasan yang memadai. Orang tua

dengan pola asuh ini cenderung mengizinkan anak remajanya bermain *game online* tanpa batasan. Akibatnya, interaksi anak dengan keluarga menjadi berkurang. Hal ini juga didukung dengan penelitian oleh Zulkifli dkk (2024), pemberian pola asuh permisif dengan orang tua yang terlalu memanjakan dan memberikan pengawasan yang minim perlu digantikan dengan adanya keterlibatan orang tua melalui pengawasan yang rutin terhadap aktivitas anak terutama dalam bermain *game online*. Purwaningtyas dkk., (2023) mengatakan bahwasanya terdapat korelasi positif antara pola asuh permisif dengan *problematic online game use*, semakin tinggi penerapan pola asuh permisif maka semakin tinggi juga *problematic online game use* pada siswa.

Untuk memahami fenomena ini lebih jauh, peneliti melakukan studi awal kepada 35 siswa jenjang menengah atas di Kecamatan Cibiru yang mendapatkan pola asuh permisif dari orang tua. Hasil studi awal menunjukkan bahwa kegiatan yang dilakukan oleh siswa jenjang menengah atas ketika waktu luang sebanyak 88,6% menjawab bahwa mereka bermain *game*, sedangkan jawaban terbanyak selanjutnya adalah menonton youtube, tiktok, drama atau anime sebanyak 54,3%. *Game online* yang paling sering dimainkan berdasarkan hasil studi awal adalah *game mobile legends* sebanyak 65,7%, selanjutnya yaitu *game free fire* sebanyak 31,4 %.

Perasaan yang muncul ketika *bermain game online* sebanyak 30% menjawab adanya perasaan bahagia ketika bermain *game* lalu sebanyak 25% menjawab muncul perasaan tertantang dan juga merasakan adanya kepuasan. Dari hasil studi awal juga ditemukan bahwasanya *game online* mempengaruhi kesehatan, sebanyak 63% responden menjawab bahwa pola tidur mereka menjadi terganggu, dan 40% menjawab *game online* membuat sakit kepala atau sakit mata. Bermain *game online* mempengaruhi hubungan saudara dengan keluarga, teman, atau tanggung jawab akademik, Sebanyak 85,7% menjawab bahwasanya karena bermain *game online* tugas sekolah menjadi tertunda dan beberapa merasa nilai akademik turun, sebanyak 82,9% menjawab bahwasanya menjadi kurang berinteraksi dengan keluarga dan sering dimarahi akibat terlalu sering bermain *game online*, sebanyak 8,6% menjawab menjadi merasa hubungannya renggang dengan teman yang tidak bermain *game online*.

Mayoritas dari mereka mengalami kehilangan kontrol waktu saat bermain *game online*, banyak responden mengaku bermain melebihi waktu yang direncanakan karena *game* terasa terlalu seru, menantang, atau menyenangkan. Hasil studi awal juga mengatakan bahwa sebanyak 65,7 merasa interaksi dunia virtual memberikan rasa kebebasan dan kenyamanan yang lebih tinggi, terutama karena tidak ada tekanan sosial secara langsung. Berdasarkan hasil studi awal tersebut

maka di temukanlah fenomena *problematic online game use* pada siswa jenjang menengah atas Kecamatan Cibiru.

Pada penelitian ini, peneliti membatasi penelitian hanya di sekolah jenjang menengah atas se-Kecamatan Cibiru saja karena lokasi yang strategis yaitu sebagai pintu masuk kota Bandung, adanya keberagaman jenis sekolah, dan juga daerah ini memiliki kemudahan dalam mengakses teknologi. Perkembangan teknologi di Kecamatan Cibiru turut mendorong meningkatnya akses siswa terhadap *game online*, yang tidak hanya menjadi sarana hiburan tetapi juga berdampak negatif pada kehidupan sehari-hari. Dengan lingkungan pendidikan yang dinamis dan tantangan sosial yang unik, penelitian di wilayah ini dapat memberikan wawasan yang lebih komprehensif mengenai *problematic online game use* pada siswa jenjang menengah atas.

Berdasarkan latar belakang di atas dan telah ditemukan penelitian yang bersangkutan dengan *problematic online game use*, namun belum secara khusus menyoroti bagaimana peran *leisure boredom* dan pola asuh permisif, maka penelitian ini melakukan pembaruan dengan menggabungkan dua variabel tersebut untuk mengetahui bagaimana pengaruhnya terhadap *problematic online game use*. Selain itu, belum ada penelitian yang menguji secara langsung bagaimana pengaruh *leisure boredom* terhadap *problematic online game use*, mengingat variabel ini masih jarang dikaji sebagai faktor penyebab langsung. Maka dari itu penelitian ini memiliki judul: “Pengaruh *Leisure Boredom* dan Pola Asuh Permisif terhadap *Problematic online game use* (Studi Kausalitas pada Siswa Jenjang Menengah Atas Se-Kecamatan Cibiru)”

Rumusan Masalah

1. Apakah terdapat pengaruh *leisure boredom* terhadap *problematic online game use* pada siswa jenjang menengah atas se-Kecamatan Cibiru?
2. Apakah terdapat pengaruh pola asuh permisif terhadap *problematic online game use* pada siswa jenjang menengah atas se-Kecamatan Cibiru?
3. Apakah terdapat pengaruh *leisure boredom* dan pola asuh permisif terhadap *problematic online game use* pada siswa jenjang menengah atas se-Kecamatan Cibiru?

Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui pengaruh *leisure boredom* terhadap *problematic online game use* pada siswa jenjang menengah atas se-Kecamatan Cibiru.
2. Untuk mengetahui pengaruh pola asuh permisif terhadap *problematic online game use* pada siswa jenjang menengah atas se-Kecamatan Cibiru.
3. Untuk mengetahui pengaruh *leisure boredom* dan pola asuh permisif terhadap *problematic online game use* pada siswa siswa jenjang menengah atas se-Kecamatan Cibiru.

Kegunaan Penelitian

1. Kegunaan teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi empiris terhadap pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam ranah psikologi klinis dan psikologi perkembangan, terkait dengan pengaruh *leisure boredom* dan pola asuh permisif terhadap kecenderungan *problematic online game use*.

2. Kegunaan Praktis

Temuan dalam penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi pembaca dalam memahami perilaku *problematic online game use* pada siswa tingkat menengah atas, serta mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhinya. Dengan demikian, hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai dasar dalam upaya pencegahan terhadap *problematic online game use* di kalangan siswa jenjang menengah atas.