

## BAB II

### TINJAUAN TEORI

#### 2.1 Konsep Remaja

##### 2.1.1 Definisi Remaja

Menurut Hurlock (2017) Istilah remaja dikenal menggunakan bahasa latin yaitu “*adolescence*” yang berarti tumbuh dimana pada usia remaja mempunyai masa yang tidak berbeda dengan periode-periode pada kehidupan masa lalu atau masa purba dengan masa sekarang, anak akan dikatakan dewasa jika mampu mengadakan reproduksi atau kata lain menikah. Kata remaja berasal dari bahasa Inggris “*teenager*” yakni manusia usia 13-19 tahun. Remaja dalam bahasa latin yaitu *adolescence* yang artinya tumbuh atau tumbuh untuk mencapai kematangan (Fhadila & Kenny Dwi, 2017).

Remaja adalah masa perubahan perkembangan dari kanak-kanak menuju dewasa ketika menginjak usia 10 hingga 20 tahun yang mengakibatkan perubahan biologis, kognitif dan psikososial (Eko Perianto, 2021). Remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak ke masa dewasa. Kehidupan remaja merupakan kehidupan yang sangat menentukan bagi kehidupan masa depan mereka selanjutnya. Dalam tugas perkembangannya remaja akan melewati beberapa fase dengan berbagai tingkat kesulitan permasalahannya. Adapun salah satu tugas perkembangan remaja yaitu mencapai kemandirian (Khusnul Khotimah et al., 2015).

##### 2.1.2 Karakteristik Remaja

Menurut (Hurlock, 2017) telah terjadi kekhususan karakteristik remaja diantaranya :

1. Masa remaja sebagai masa peralihan

Masa peralihan ini mencakup satu tahap perkembangan ke tahap berikutnya dengan mencoba gaya hidup yang berbeda dan

menentukan pola perilaku, nilai dan sifat yang paling sesuai bagi dirinya.

2. Masa remaja sebagai masa perubahan

Meliputi 4 perubahan yang bersifat universal yaitu meningkatnya emosi, perubahan postur tubuh, perubahan nilai-nilai, dan bersifat ambivalen terhadap setiap perubahan.

3. Masa remaja sebagai usia bermasalah

Masalah pada remaja biasanya sulit diatasi. Hal ini disebabkan sepanjang masa anak – anak, masalah yang diselesaikan oleh orang tua sehingga kebanyakan remaja tidak berpengalaman mengatasi masalah pada remaja. Selanjutnya kebanyakan remaja merasa diri mandiri. Masalah remaja sering menjadi sulit diatasi. Hal ini disebabkan sepanjang masa anak-anak, masalah diselesaikan oleh orang tua sehingga kebanyakan remaja tidak berpengalaman mengatasi masalah. Selanjutnya karena para remaja merasa diri mandiri, sehingga menginginkan untuk mengatasi masalahnya sendiri dan menolak bantuan dari orang tua.

4. Masa remaja sebagai usia yang menimbulkan ketakutan

Pada masa ini cenderung berperilaku merusak, yang menyebabkan orang tua yang harus membimbing dan mengawasi kehidupan remaja.

5. Masa remaja sebagai masa yang tidak realistis

Remaja melihat dirinya sebagai sosok yang diinginkan dan bukan sebagaimana adanya. Harapan dan cita-cita yang tidak sesuai dengan kenyataan menyebabkan remaja meluapkan emosi yang lebih tinggi dan itu merupakan ciri awal permulaan masa remaja.

6. Masa remaja sebagai ambang masa dewasa

Remaja memusatkan dirinya pada perilaku yang dihubungkan dengan status dewasa seperti mulai mencoba merokok, meminum-minuman keras dan lain sebagainya. Remaja menganggap bahwa perilaku tersebut akan memberikan citra dan pengalaman dimasa

dewasa sesuai yang diinginkan dan hal tersebut untuk di ceritakan pada masa dewasa nya kelak.

### 2.1.3 Tahap Perkembangan Remaja

Menurut Sarwono (2016) Terdapat 3 tahapan dalam perkembangan remaja, yaitu :

1. Remaja Awal (*Early Adolescence*)

Tahap ini berusia 10 – 12 tahun, menjadi seseorang yang masih takjub dengan perubahan yang terjadi pada tubuhnya sendiri dan dorongan yang menyertai perubahan tersebut. Mengembangkan pemikiran baru, cepat tertarik pada lawan jenis, dan mudah terangsang. Hipersensitivitas ini berjalan seiring dengan penurunan kendali atas "ego". Hal ini membuat sulit bagi orang dewasa muda untuk memahami.

2. Remaja Madya (*Middle Adolescence*)

Tahap ini berusia 13 – 15 tahun. Tahap ini remaja membutuhkan teman yang menyukai mereka.

3. Remaja Akhir (*Late Adolescence*)

Tahap ini berusia 16 – 20 tahun. Fase pematangan menuju pertumbuhan yang ditandai dengan tercapainya 5 hal, yaitu :

1. Bertumbuhnya minat terhadap fungsi-fungsi akal.
2. Ego mencari peluang untuk terikat dengan orang lain dan mendapatkan pengalaman yang baru
3. Membentuk identitas seksual yang tidak akan pernah berubah lagi.
4. Bersikap terlalu egois digantikan oleh keseimbangan antara kepentingan dari diri sendiri dan orang lain.
5. Membangun kepribadian yang memisahkan antara diri sendiri dan masyarakat umum.

### 2.1.4 Tugas Perkembangan Remaja

Menurut Sarwono (2016) terbagi menjadi 3 tahap tugas perkembangan pada remaja, yaitu :

#### 1) Tahap Pertama

Ketika tugas dikembangkan yang harus dilakukan sebagai remaja tahap awal dengan menerima kondisi fisik dan menggunakan tubuh secara lebih efektif. Pada usia remaja yang mengalami perubahan fisik yang sangat drastis seperti pertumbuhan tinggi badan dan berat badan, pembesaran panggul, pertumbuhan jakun, dada yang bidang pada laki-laki, dan lain sebagainya.

#### 2) Tahap Kedua

Pertengahan pada masa remaja dimana tugas perkembangannya memperoleh kemandirian dan otonomi dari orang tua, mengembangkan hubungan dengan kelompok yang lebih besar, dan memperoleh kemampuan untuk menjalin persahabatan yang lebih akrab, serta belajar tentang banyak hal, hubungan mengenai iklan dan seksualitas.

#### 3) Tahap Ketiga

Pada masa remaja akhir tugas perkembangannya sebagai individu yang paling penting adalah mencapai kemandirian tetapi untuk mempersiapkan pemisahan total dari orang tua, pembentukan kepribadian yang bertanggung jawab, persiapan untuk karir ekonomi dan pendidikan itu berfokus pada ideologi pribadi yang menyiratkan penerimaan nilai dan sistem etika.

## 2.2 *Game*

### 2.2.1 Definisi *Game*

*Game* adalah permainan yang dimainkan seseorang yang memiliki peraturan ada yang menang dan ada yang kalah. *Game* juga diartikan sebagai aktivitas bermain yang dilakukan dalam rangka mencari kesenangan dan kepuasan (Setiawan et al., 2015).

### 2.2.2 Klasifikasi *Game*

Menurut Trisnani dan Wardani (2018) Klasifikasi *game* berdasarkan pembatasan usia dari pemainnya, menurut ESRB (*Entertainment Software Rating Board*) adalah sebagai berikut :

1. *Early Childhood* (3+) memiliki isi yang mungkin cocok untuk usia 3 keatas. Tidak mengandung materi yang tidak pantas seperti adegan kekerasan.
2. *Everyone* (6+) memiliki konten yang mungkin cocok untuk usia 6 keatas. Judul-judul dalam kategori ini mungkin berisi sedikit kartun, fantasi atau kekerasan ringan dan tidak jarang menggunakan bahasa yang ringan.
3. *Everyone* (10+) memiliki konten yang mungkin cocok untuk usia 10 keatas. Judul-judul dalam kategori ini mungkin berisi lebih banyak kartun, fantasi atau kekerasan ringan, bahasa ringan dan juga minimal tema sugestif.
4. *Teen* (13+) memiliki konten yang mungkin cocok untuk usia 13 keatas. Judul dalam kategori ini mungkin mengandung kekerasan, tema sugestif, humor kasar, sedikit darah, simulasi perjudian, dan tidak jarang menggunakan bahasa yang kuat.
5. *Mature* (17+) memiliki konten yang mungkin cocok untuk orang usia 17 dan lebih tua. Judul-judul dalam kategori ini mungkin berisi intens kekerasan, darah, konten seksual dan bahasa yang kuat.
6. *Adults Only* (18+) memiliki konten yang hanya boleh dimainkan oleh usia 18 tahun keatas. Judul-judul dalam kategori ini mungkin termasuk adegan yang intens, kekerasan dan juga mengandung konten seksual.
7. *RP (Rating Pending)* telah disampaikan kepada ESRB dan sedang menunggu penilaian akhir. (Simbol ini hanya muncul dalam iklan sebelum permainan dibebaskan).

### 2.2.3 Jenis – Jenis *Game*

Berikut ini beberapa jenis *game* menurut Marzian & Qamal (2015) berdasarkan cara pembuatannya, cara pemasarannya dan mesin yang menjalankannya. Jenis-jenis *game* tersebut adalah :

#### 1. *Game PC*

*Game PC* adalah *game* yang dimainkan pada PC (*Personal Computer*) yang memiliki kelebihan yaitu tampilan antarmuka yang baik untuk *input* maupun *output*. *Output* visual berkualitas tinggi karena layar komputer biasanya memiliki resolusi yang jauh lebih tinggi dibandingkan dengan layar televisi biasa. Kekurangannya adalah spesifikasi komputer yang sangat bervariasi antar satu komputer dengan komputer yang lainnya menyebabkan beberapa *game* dapat ditampilkan dengan baik pada satu komputer tetapi tidak berjalan dengan baik pada komputer yang lainnya.

#### 2. *Game Console*

*Game console* adalah *game* yang dijalankan pada suatu mesin spesifik yang biasanya tersedia di rumah seperti Xbox, Nintendo Wii dan lain-lain.

#### 3. *Game Arcade*

*Game arcade* adalah *game* yang dijalankan pada mesin dengan *input* dan *output audio visual* yang telah terintegrasi dan tersedia ditempat-tempat umum.

#### 4. *Game online*

*Game online* adalah *game* yang hanya dapat dimainkan secara *online* melalui LAN atau internet.

### 2.2.4 Elemen – Elemen *Game*

Setiap *game* memiliki ciri khas pada elemen-elemen pembentuk *game* yang membedakannya dengan *game* yang lain. Elemen-elemen pembentuk *game* diperlukan untuk membangun sebuah *game* menjadi

*game* yang utuh dan bukan sekedar perangkat lunak (*software*) biasa yaitu (Oksalinin, 2020):

1. *Title* (Judul)

Judul adalah elemen penting yang merupakan suatu nama secara singkat *game* yang akan dikembangkan namun menyiratkan isi cerita dari *game* tersebut. *Game* yang dikembangkan dalam penelitian ini berjudul “Petualangan didalam dunia Biologi”.

2. *Title Screen* (Layar Judul)

Dalam sebuah *game* yang dilihat pertama kali adalah layar judul, sehingga untuk membuat *game* terlihat lebih menarik maka tampilan grafis dari layar judul harus diperhatikan.

3. *Control Panel*

*Control panel* digunakan oleh users untuk mengatur *game* yang dimainkan. Seperti, *New Game* untuk memulai *game* baru, dan *Save* untuk menyimpan *game*.

4. *User Interface* (Antarmuka)

*User Interface* merupakan tempat yang digunakan pemain untuk menjelajah dalam sebuah *game*. Tidak hanya melibatkan layar, namun juga melibatkan *keyboard* serta *mouse*.

5. *Music and Sound* (Musik dan Efek Suara)

*Music and Sound* dalam sebuah *game* digunakan untuk menambah daya tarik saat memainkan *game* yang akan dikembangkan. Musik dan suara harus selaras dengan tema map yang sedang dijalankan.

6. *Storyline* (Cerita)

*Storyline* tersirat saat *game* RPG (*Role Play Game*) sedang dimainkan, yaitu terlihat ketika karakter pemain melakukan percakapan dengan NPC (*Non-Player Characters*) atau karakter lain dalam *game*.

7. *Playability* (Kemampuan untuk Dimainkan)

*Game* yang akan dikembangkan harus disesuaikan dengan subjek dalam penelitian ini. Artinya *game* cukup mudah dimengerti oleh *users*, baik dari alur cerita, peraturan yang terdapat didalam *game*, maupun bahasa yang digunakan dalam *game*.

#### 8. *Exit Screen* (Layar Keluar)

*Game* yang baik biasanya terdapat elemen *exit screen* pada *game* yang dikembangkan. *Exit Screen* digunakan pemain untuk keluar dari *game* yang sedang dimainkan.

#### 9. *Setup* (Pemasangan/Install)

*Setup* digunakan untuk meng-*install* *game* dalam sebuah *platform* yang dipilih untuk bermain *game*. Platform dari *game* yang akan dikembangkan adalah desktop PC sehingga *game* berekstensi.

### 2.2.5 Genre *Game*

Terdapat beberapa *genre game*, yaitu (Pratama, 2014) :

#### 1. *Action*

Jenis dari *game* yang melibatkan kekuatan pemain yang menuntut pemain tanggap dan cepat untuk menghindari rintangan atau menghadapi musuh dalam *game* yang dijalankan.

#### 2. *Fighting*

Jenis *game* ini mempunyai ciri pertarungan yang terjadi antara dua karakter, dimana satu karakter dimainkan oleh *users* sedangkan satu karakter yang lain dikendalikan oleh komputer atau pemain lain. Dalam *game fighting*, *users* bebas memilih karakter *game* sesuai keinginan mereka dan pertarungan terjadi dalam satu arena terbatas.

#### 3. *Shooter*

*Shooter* merupakan *sub-genre* dari *game action* yang menguji kecepatan pemain. Namun, *genre game* ini lebih memusatkan perhatian pada kekalahan musuh menggunakan senjata, seperti pistol.

#### 4. *Racing*

*Racing* adalah jenis *game* yang menuntut keterampilan pemain dalam menjalankan kendaraan seperti mobil atau motor dalam sebuah kompetisi balapan disebuah area tertentu.

#### 5. *Sport*

Jenis *game sport* menuntut keterampilan pemain untuk melakukan pertandingan dalam dunia olahraga seperti pertandingan sepak bola, tennis, basket, dan sebagainya.

#### 6. *Adventure*

*Game adventure* merupakan jenis yang mengandung banyak rintangan didalamnya. *Game* jenis ini biasanya berjangka panjang dan melibatkan alat atau item sebagai alat bantu dalam mengatasi setiap rintangan tersebut.

#### 7. Strategi

*Game* strategi merupakan jenis *game* yang membutuhkan konsentrasi, strategi dan taktik dari pemain untuk menyelesaikan *game* tersebut.

#### 8. RPG (*Role Playing Game*)

RPG (*Role Playing Game*) adalah salah satu jenis *game* dimana pemain mengontrol satu karakter tokoh utama dalam sebuah cerita yang dimainkan. Sebagai tokoh utama, pemain dapat menjelajah, berinteraksi dan berperan penuh dalam cerita tersebut.

## 2.3 *Game Offline*

### 2.3.1 Definisi *Game Offline*

*Game offline* adalah *game* yang dimainkan tanpa menggunakan koneksi internet. Pemain *game offline* bisa memainkan kapan saja dan dimana saja tanpa khawatir kehabisan pulsa, dan yang jelas tidak akan merugikan pemain lain bila berhenti ditengah permainan (Maulana, 2019).

### 2.3.2 Kekurangan dan Kelebihan *Game Offline*

Kelebihan *game offline* antara lain (Maulana, 2019) :

1. Tidak membutuhkan koneksi internet sehingga lebih *portable* dan bisa dimainkan dari manapun dan kapanpun tanpa khawatir jaringan internet tidak stabil.
2. *Privacy* lebih terjaga karena *game offline* umumnya dimainkan sendiri tanpa harus membagikan data tertentu seperti *username*, *password*, dan lain-lain.
3. Dapat menjadi pilihan hiburan yang lebih murah, *game offline* cenderung tidak berbayar

Sementara itu, *game offline* juga memiliki beberapa kekurangan, yakni:

1. Memiliki interaksi sosial yang terbatas karena *game offline* cenderung tidak dapat dimainkan secara *multiplayer*.
2. Memiliki konten yang terbatas karena *game offline* cenderung jarang melakukan *updates* sehingga pemain hanya bisa memainkan konten-konten yang sudah ada.
3. Dapat membuat pemain jadi lebih cepat bosan karena kurangnya *challenge* pada *game offline*.

## 2.4 Game Online

### 2.4.1 Definisi Game Online

*Game online* adalah *game* atau permainan berbasis elektronik digital bersifat dunia maya yang hanya bisa dimainkan ketika perangkat terhubung dengan jaringan internet memungkinkan penggunaanya untuk dapat berhubungan dengan pemain-pemain lain yang mengakses *game* meski berbeda tempat dan diakses dalam waktu yang sama (Novrialdy, 2019).

### 2.4.2 Tipe – Tipe Game Online

Menurut Masya & Candra (2016) tipe-tipe *game online* dari beberapa bentuk yaitu:

- a. *First Person Shooter (FPS)*

*Game* tipe ini memiliki pandangan orang pertama pada *game play* nya, dimana seolah-olah kita sendiri yang berada didalam *game*

tersebut, kebanyakan untuk jenis *game* ini mengambil setting perang menggugurkan senjata militer (di indonesia *game* jenis ini biasa dikenal dengan sebutan *game* tembakan).

b. *Real-Time Strategy*

Pada tipe *game* ini menekankan kehebatan dalam berstrategi permainan dan biasanya permainan ini tidak hanya memiliki 1 karakter saja tetapi memiliki banyak karakter.

c. *Cross-Platform Online*

*Game* ini bisa dimainkan secara *online* melalui *hardware* yang berbeda misalkan *need for speed undercover* bisa dimainkan secara *online* melalui *hardware / console game* yang memiliki koneksi ke internet sehingga bisa bermain secara *online*.

d. *Browser games*

Ini adalah tipe *game* yang dimainkan pada *browser* seperti, opera, *Firefox* dan IE. Syarat untuk *browser* bisa untuk bermain *game* adalah *browser* tersebut sudah mendukung javascript, flash maupun php.

e. *Massive Multiplayer Online games*

Tipe dari *game online* ini adalah pemain/*player* bermain pada dunia yang memiliki skala (>100 pemain), setiap pemain bisa berinteraksi langsung seperti halnya di dunia nyata.

### 2.4.3 Jenis – Jenis *Game Online*

Games (2023) *game online* saat ini sudah menjadi permainan yang populer diberbagai kalangan. Dari beberapa jenis *game* yang simple hingga permainan yang berat. *Game online* telah menjadi hiburan yang banyak dicintai oleh jutaan orang diseluruh dunia. Bukan hanya mengisi waktu luang, bermain *game* juga memberikan kesenangan sendiri hingga bisa menciptakan komunitas dan bertemu dengan teman baru. Adapun berbagai jenis *game* yang dapat dimainkan secara *online*, diantaranya :

1. *FPS dan Battle Royale*

FPS (*First Person Shooters*) dan *Battle Royale* membutuhkan koneksi internet yang cepat dan responsif.

2. *Game Massively Multiplayer Online*

Sebuah permainan daring dengan jumlah pemain yang besar, biasanya dari ratusan sampai ribuan, di server yang sama.

3. *Game Sport* atau *Racing*

*Game* ini bergenre *video game*, dimana *gameplay* nya pemain bisa merasakan balapan seperti di dunia nyata.

4. *Game Strategi* dan *Multiplayer Online Battle Arena (MOBA)*

Dalam *game* ini seorang pemain mengendalikan satu karakter dalam sebuah tim yang bertarung melawan tim pemain lainnya. Tujuannya adalah menghancurkan struktur utama tim lawan dengan bantuan unit – unit yang dikendalikan oleh *bot* komputer.

5. *Game Casual Mobile*

*Mobile game* yang bisa langsung dimainkan secara instan dan mekanismenya ringan.

#### 2.4.4 Dampak Bermain *Game Online*

Adapun beberapa dampak negatif dan positif *game online*, dampak positif dari *game online* pada remaja adalah (Masya dan Candra, 2016) :

1. Pergaulan remaja akan lebih mudah diawasi oleh orang tua
2. *Mindset* atau pemikiran remaja akan lebih aktif dalam berfikir
3. Reflek berfikir remaja akan lebih cepat merespon
4. Emosional remaja dapat di luapkan dengan bermain *game*
5. Remaja akan lebih berfikir kreatif

Sedangkan dampak negatif dari *game online* ini lebih banyak pada remaja, diantaranya:

1. Remaja akan malas belajar dan sering menggunakan waktu luang mereka untuk bermain *game online*

2. Remaja biasanya akan mencuri curi waktu dari jadwal belajar mereka untuk bermain *game online*
3. Waktu untuk belajar dan membantu orang tua sehabis jam sekolah akan hilang karena dipakai untuk bermain *game online*
4. Uang jajan atau uang bayar sekolah akan dipakai untuk kebutuhan bermain *game online*
5. Bermain *game online* hingga lupa waktu
6. Pola makan akan terganggu
7. Emosional remaja akan terganggu karena efek bermain *game online*
8. Jadwal beribadah kadang akan dilalaikan remaja karena lebih memprioritaskan bermain *game online*
9. Remaja cenderung akan membolos sekolah demi bermain *game online*

## **2.5 Game Addiction**

### **2.5.1 Definisi Game Addiction**

Menurut Trisnani dan Wardani (2018) *Addiction* atau dikenal sebagai kecanduan menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) mempunyai arti ketagihan atau sudah sangat terikat. *Addiction* adalah suatu kebiasaan atau perilaku seseorang yang tidak sehat dan akan merusak diri sendiri yang membuat individu tersebut mempunyai kesulitan untuk berhenti.

*Game addiction* adalah salah satu jenis kecanduan yang disebabkan oleh teknologi internet yang berkembang di era globalisasi saat ini melalui *game online* yang sering dikunjungi dan sangat digemari sehingga dapat menyebabkan kecanduan yang memiliki intensitas yang sangat tinggi sehingga dapat menyebabkan ketergantungan individu secara berlebihan pada saat memainkan *game online* yang dapat menimbulkan efek negatif pada psikologis maupun fisik yang tidak terkontrol Trisnani dan Wardani (2018).

*Game addiction* secara umum merupakan perilaku individu yang ingin terus bermain *game online* yang akan menghabiskan waktu

sehingga tidak bisa mengontrol atau mengendalikannya (Darwis et al., 2020).

Remaja cenderung bermain *game online* karena baginya bermain *game online* ialah suatu hal yang menarik karena bersifat manusia yang selalu ingin menjadi pemenang atau mahir dalam sebuah permainan, maka objek yang dimainkan remaja untuk meraih skor tertinggi sehingga intensitas dalam bermain *game online* menjadi berlebihan yang nantinya mengakibatkan kecanduan (Trisnani dan Wardani, 2018).

### 2.5.2 Faktor – Faktor Penyebab *Game Addiction*

Terdapat faktor internal dan faktor eksternal yang menyebabkan adiksi remaja terhadap *game online*, yaitu (Desy Purnama Putri et al., 2023) :

#### a. Faktor Internal

1. Rasa keinginan yang kuat yang terdapat pada diri remaja untuk mendapat point yang tinggi dalam bermain *game*.
2. Perasaan bosan yang dirasakan oleh remaja pada saat di sekolah atau di rumah
3. Ketidak mampuan remaja dalam mengatur prioritas dalam mengerjakan aktivitas penting lainnya juga menjadi penyebab adiksi *game online*
4. Kurangnya *self control* pada diri remaja, sehingga kurang mengantisipasi dampak negatif yang muncul akibat bermain *game online* berlebihan

#### b. Faktor Eksternal

1. Kurang nya kontrol pada lingkungan sekitar akibat melihat teman-teman nya banyak yang bermain *game online*
2. Kurangnya hubungan sosial sehingga remaja memilih alternatif bermain *game*
3. *Game* sebagai aktivitas yang menyenangkan

4. Orang tua yang memiliki harapan tinggi terhadap anaknya untuk mengikuti kegiatan seperti les atau kursus sehingga kebutuhan primer pada anak seperti kebersamaan bermain dengan keluarga menjadi terlupakan.

### 2.5.3 Tingkat *Game Addiction*

Tingkat *game addiction* memiliki 3 tingkatan kecanduan, yaitu :  
(Pratama et al., 2020)

1. Tingkat Kecanduan Ringan

Dimana durasi bermain *game online* >30 menit perhari, sering bermain *game online* dengan pola hidup yang tidak teratur dan malas dalam melakukan segala hal.

2. Tingkat Kecanduan Sedang

Dimana durasi atau lama bermain *game online* mendekati 3-4 jam sehari, sulit berkonsentrasi, mengantuk, serta mudah emosional dalam berbagai hal.

3. Tingkat Kecanduan Berat

*Game* di jadikan sebagai fokus utamanya, durasi bermain *game online* >5 jam serta tidak ada interaksi dengan orang lain atau terputusnya interaksi sosial dengan masyarakat, serta pada tahap ini remaja selalu mengeluarkan uang hanya untuk bermain *game online*.

Indikator dalam kecanduan *game online* adanya rasa saling terikat dengan *game online* tersebut sehingga pemain dapat kehilangan kontrol terhadap diri sendiri, terhadap waktu yang digunakan untuk bermain yang dapat menimbulkan masalah terhadap kehidupan *game addiction*. Pemain merasakan kebutuhan waktu bermain meningkat, emosional yang tidak stabil ketika waktu bermain dikurangi, selalu menghindari masalah dengan bermain *game online*, selalu ingin berhenti dan mengendalikan diri pada saat bermain *game online* namun itu semua tidak berhasil (Pratama et al., 2020).

#### 2.5.4 Karakteristik *Game Addiction*

Karakteristik remaja yang sudah kecanduan *game online* (Binus University, 2016) diantaranya :

1. Preokupasi

Terus menerus memikirkan untuk bermain *game online* yang berkelanjutan. Selalu merasa terganggu atau frustrasi ketika tidak dapat bermain *game online*.

2. *Downplaying Computer Use*

Berusaha untuk menggunakan komputer atau bermain *game online*. Mencari cara agar dapat menggunakan komputer ketika hal tersebut dilarang sehingga akan membuat alasan apapun dengan mengatakan sedang “Butuh” untuk *online*. Misalnya untuk mengerjakan tugas.

3. Kesulitan untuk Mengontrol Diri

Remaja yang mengalami *game addiction* akan kesulitan untuk mengontrol berapa lama waktu yang dibutuhkan untuk bermain *game*. Kegiatan tersebut dapat dilakukan selama 15 atau 20 jam per harinya.

4. Lupa akan Waktu

Remaja yang mengalami *game addiction* biasanya tidak sadar jika waktu sudah berjalan seberapa lama ketika mereka bermain *game*. Mereka akan lupa kapan waktu untuk melakukan kegiatan sehari-hari seperti makan, mandi, istirahat hingga melupakan waktu untuk melakukan kegiatan wajib seperti beribadah.

5. Memberikan dampak negatif pada area kehidupan yang lain

Melupakan tugas atau aktivitas sehari-hari yang harus dilakukan. Ditandai dengan tidak mengerjakan tugas sekolah, nilai sekolah turun, tidak menjaga kesehatan, lupa makan, tidak berkumpul bersama keluarga dan teman.

6. Bersembunyi dari perasaan atau situasi yang negatif dan tidak menyenangkan

Kegiatan bermain *game* dijadikan wadah untuk melakukan penyembuhan terhadap diri sendiri. Remaja akan menjadikan kegiatan bermain *game* sebagai cara untuk mengatasi perasaan tidak nyaman atau negatif ketika menghadapi situasi yang tertekan atau rasa sedih (bertengkar dengan keluarga, teman, atau stress terhadap tugas-tugas sekolah). Bermain *game* tersebut membuat merasa bersembunyi secara sementara dari situasi yang negatif tersebut.

7. Menghabiskan banyak uang

Remaja akan mengeluarkan uang hanya untuk keperluan bermain *game online*, uang dipakai untuk mengupdrage kapasitas didalam *game* tersebut.

8. Perasaan yang tidak menentu

Remaja akan mengalami perasaan yang tidak menentu ketika ia bermain *game* secara terus menerus. Remaja akan merasakan perasaan bahagia tetapi diikuti juga dengan munculnya perasaan bersalah juga ketika remaja selalu menghabiskan waktunya untuk bermain *game online*.

### 2.5.5 Faktor – Faktor yang Mempengaruhi *Game Addiction*

(Mehroof & Griffiths, 2010 dalam Adhyaksa, 2023), diantaranya :

1. *Sensation seeking* (pencari sensasi)

*Sensation seeking* atau pencari sensasi adalah kebutuhan yang dirasakan melalui perasaan, pengalaman dan keragaman yang kompleks, serta keinginan untuk mengambil resiko fisik, biologi dan ekonomi sosial terutama pada pemain *game online* yang mengalami *game addiction*.

2. *Self control* (kontrol diri)

*Self-control* adalah variabel kepribadian yang tidak hanya berkontribusi untuk memodulasi agresi namun juga dalam perkembangan karakteristik psikologi yang positif, yang mana,

sebaliknya mungkin saja menjadi pengaruh yang negatif pada adiksi internet.

4. *Neuroticism* (neurotisme)

*Neuroticism* merupakan suatu genetika atau warisan yang merupakan manifestasi biologi yang menunjukkan karakteristik perilaku yang berbeda antara individu dengan individu yang lainnya.

5. *Aggression* (agresi)

*Aggression* sebagai perilaku fisik atau verbal yang dimaksudkan untuk menyebabkan kerusakan yang bertujuan untuk menyakiti orang lain. Agresi adalah tingkah laku yang diarahkan dengan tujuan menyakiti makhluk hidup lain yang ingin menghindari perlakuan seperti itu.

6. *State anxiety*

*State anxiety* merupakan kondisi emosional dan keadaan sementara pada diri individu dengan adanya perasaan tegang dan khawatir yang dirasakan secara sadar serta bersifat subjektif.

7. *Trait anxiety*

*Trait anxiety* yaitu adanya rasa khawatir dan terancam yang menghinggapi diri seseorang terhadap kondisi yang sebenarnya tidak berbahaya.

### 2.5.6 Aspek – Aspek *Game Addiction*

Terdapat tujuh aspek pada kecanduan *game online* yaitu (Claudia Fiscarina et al., 2020) :

a. *Salience*

Bermain *game online* menjadi kegiatan yang paling penting dalam kehidupan dan mendominasi pikiran individu, perilaku individu (melakukannya secara berlebihan) dan perasaan individu (selalu merasa ingin melakukannya).

b. *Tolerance*

Bermain *game online* menjadi aktivitas yang paling penting dalam kehidupan individu tersebut dan mendominasi suatu proses aktivitas individu dalam bermain *game* semakin meningkat, kemudian secara bertahap waktu yang dihabiskan untuk bermain *game online* ini bisa bertambah.

c. *Mood modification*

Ini mengacu pada pengalaman subjektif dimana ini sebagai hasil dari keterikatan dalam bermain *game online*, misal relaksasi terkait pelarian diri (*escapism*) atau terkait dengan penenangan diri (*transquilzing*).

d. *Withdrawal*

Terdapat dampak fisik dan perasaan tidak menyenangkan pada saat mengurangi atau berhenti dalam aktivitas bermain *game online*. Aspek ini terdiri dari lekas marah (*irritability*) dan murung (*moodiness*).

e. *Relapse*

Aktivitas bermain *game online* secara berlebihan akan cenderung mendorong individu dengan cepat kembali untuk mengulangi perilaku bermain *game online* setelah individu tersebut tidak melakukannya dalam jangka waktu tertentu atau masa kontrol.

f. *Conflict*

Adapun terjadi konflik yang merujuk pada konflik interpersonal akibat hasil dari aktivitas bermain *game online* secara berlebihan yaitu konflik dapat meliputi penolakan, argumen, curang dan berbohong.

g. *Problems*

Masalah yang timbul akibat bermain *game online* secara berlebihan sehingga menyebabkan tegesernya aktivitas lain seperti bekerja, sekolah dan bersosialisasi. Masalah yang ditimbulkan pada individu yang bermain *game online* secara berlebihan adalah kehilangan *control* dan gangguan interaksi.

### 2.5.7 Penatalaksanaan *Game Addiction*

Menurut (Hardiyansyah Masya & Dian Adi Candra, 2016), menyebutkan ada beberapa trik atau solusi untuk mengatasi *game addiction*, di antaranya :

1. **Serius (niat)**

Supaya menghindar dari ketagihan pada saat bermain *game online*, harus punya niat yang berasal dari dalam diri dengan cara sengaja atau jamin tidak akan bermain *game online* lagi, tetapi lambat laun bisa melakukannya dengan serius.

2. **Hemat**

Menghitung pengeluaran untuk bermain *game online* jika bermainnya di warung internet, dan ataupun untuk kebutuhan *upgrade game* itu sendiri. Remaja dengan pemikiran seperti ini akan menyelamatkan dari kecanduan.

3. **Temukan aktivitas lain**

Ikut berinteraksi dengan sosial terutama kebiasaan yang disukainya seperti berolahraga, membaca atau bereaksi agar tidak ada kesempatan untuk bermain *game online*.

4. **Membatasi waktu bermain *game online***

Menentukan waktu bermain dan mencoba mengikuti jadwal keseharian, mislanya dengan membatasi waktu pemutaran dalam sehari hanya 3 jam dan beberapa hari kedepan, waktu pemutaran akan berkurang secara bertahap.

5. **Jangan bergaul dengan pemain *game online***

Dalam hal ini diperbolehkan berteman dengan pemain *game online*, akan tetapi jangan terlalu akrab, karena ajakan akan mempengaruhi untuk bermain *game online* kembali.

### 2.5.7 Skala Pengukuran *Game Addiction*

Kuesioner yang digunakan untuk menentukan kecanduan pada pemain *game online* adalah *Game Addiction Scale for Adolescent (GASA)* yang merupakan alat ukur yang dikembangkan oleh Jeroen S. Lemmens, Patti M. Valkenburg & Jochen Peter (2009) dengan versi yang sudah diterjemahkan dan beberapa versi dimodifikasi oleh peneliti lain. Kuesioner ini mengukur tentang tujuh aspek *game addiction* yaitu *salience, tolerance, mood modification, relapse, withdrawal, conflict*, dan *problems*. Kuesioner ini terdiri dari 21 *item* pertanyaan yang harus dijawab menggunakan skala *likert* yang sudah diterjemahkan dan dimodifikasi oleh Yustina Prima Matur (2021).

## 2.6 *Sensation Seeking*

### 2.6.1 Definisi *Sensation Seeking*

Menurut Zuckerman, 2007 dalam Hidayat (2020) *sensation seeking* atau pencari sensasi adalah kebutuhan yang dirasakan melalui perasaan, pengalaman dan keragaman yang kompleks, baru, dan intens, serta kesiapan untuk mengambil resiko fisik, sosial dan keuangan demi pengalaman untuk aktivitas yang sedang dilakukannya terutama seseorang yang mengalami *game addiction*.

*Sensation seeking* bisa ditandai adanya keinginan yang sangat tinggi agar mendapatkan sensasi yang baru, yang bersifat menyenangkan sebagai aktivitas yang banyak sekali resiko agar dapat pengalaman baru ataupun menggairahkan. Berdasarkan beberapa pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa *sensation seeking* adalah kecenderungan seorang individu untuk bisa mendapatkan pengalaman baru dan sensasi baru, serta rangsangan yang bersifat kompleks, dalam proses tersebut seorang individu harus siap menerima resiko atau efek yang akan ditimbulkan (Hu et al., 2017).

### 2.6.2 Tingkat *Sensation Seeking*

Menurut Hidayat (2020) Tingkat *sensation seeking* diantaranya sebagai berikut :

#### 1. *Sensation seeking* rendah

*Sensation seeking* rendah tidak memiliki aktivitas yang beresiko dalam bermain *game online* yang menjadikan dirinya lebih menyibukan diri dan mencari sensasi dengan kegiatan lain selain bermain *game online*.

#### 2. *Sensation seeking* sedang

*Sensation seeking* sedang menunjukkan seseorang tersebut memiliki ciri-ciri seperti tidak terlalu memikirkan aktivitas yang beresiko dalam bermain *game online*, dan tidak menjadikan *game online* itu menjadi tujuan dalam pencarian sensasinya, hal ini individu masih bisa mengontrol dan memilah aktivitas yang beresiko.

#### 3. *Sensation seeking* tinggi

Pada individu yang mempunyai rasa *sensation seeking* yang tinggi biasanya akan lebih penasaran dan berani untuk mengeksplorasi tren baru, sehingga mereka cenderung akan menyukai pengalaman yang baru dan menarik, kategori ini ditandai dengan sikap egois, angkuh yang tinggi yang mana akan berdampak buruk terhadap kesehatan mental dan psikologisnya (Ramdhani, 2020).

Indikator dalam *sensation seeking* adanya rasa penasaran dan selalu ingin mencoba hal yang baru yang beresiko bagi individu. *Sensation seeker* akan mudah bersosialisasi dengan lingkungan, sehingga individu dapat berperilaku berbeda dari kebanyakan orang.

### 2.6.3 Aspek – Aspek *Sensation Seeking*

Ada beberapa aspek dalam *sensation seeking* menurut Zuckerman dalam (Siyez, 2014) antara lain:

#### 1. *Boredom susceptibility* atau mudah merasa bosan

Aspek ini menggambarkan perilaku seorang individu yang antipati dengan pengalaman yang bersifat pengulangan, pekerjaan yang sangat rutin dikerjakan setiap hari, kehadiran seseorang yang bisa terprediksi, dan reaksinya terhadap ketidakpuasan pada kondisi yang sangat membosankan itu. Rasa kebosanan tersebut dapat menghadirkan kegelisahan pada seorang individu ketika tidak ada yang berubah didalam hidupnya.

2. *Disinhibition* atau perilaku tanpa ikatan

Aspek ini menggambarkan sebuah perilaku impulsif ekstrovert terhadap individu, yakni meliputi keinginan seorang individu yang sangat kuat untuk melakukan suatu kegiatan yang dapat mengandung resiko kesehatan dan sosial. Perilaku tersebut merupakan perilaku potensial yang bisa menyebabkan dampak negatif untuk posisi individu didalam sebuah masyarakat, terhadap kondisi pikiran ataupun badan yang bisa datang dari sebuah proses saat ini maupun peristiwa yang datang dimasa depan.

3. *Thrill and Adventure Seeking* atau bisa disebut pencarian gairah dan petualangan

Aspek ini menggambarkan sebuah kebutuhan seorang individu dalam melakukan hal yang beresiko dan juga penuh akan petualangan yang menghadirkan sensasi baru kepada individu tersebut. Tindakan beresiko ini adalah keinginan kuat dimana ingin terlibat pada aktivitas fisik yang menuntut dalam hal kecepatan dan sangat berbahaya.

4. *Experience Seeking* atau biasanya disebut dengan pencarian pengalaman baru

Aspek ini menggambarkan pencarian seorang individu pada suatu pengalaman baru melalui pemikiran, gaya hidup dan juga penginderaan yang tidak bisa konvensional dalam berbagai hal.

### 2.6.3 Faktor – Faktor yang Mempengaruhi *Sensation Seeking*

(Zuckerman, 2014) mengemukakan beberapa faktor yang mempengaruhi *sensation seeking*:

a. Usia

Usia menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi *sensation seeking* dimana pada usia remaja pada usia 10 sampai 20 tahun berada pada fase cenderung menjadi seseorang pencari sensasi terhadap suatu hal. Puncak level *sensation seeking* lebih tinggi pada usia remaja akhir atau pada usia 20-an tahun, dan cenderung menurun seiring dengan bertambahnya usia.

b. Jenis Kelamin

Individu yang berjenis kelamin laki-laki cenderung mempunyai tingkat *sensation seeking* yang lebih tinggi dibandingkan pada individu yang berjenis kelamin perempuan. Pada jenis kelamin yang dirasakan oleh *sensation seeker* yaitu karena hormon testosteron berperan dalam hal *sensation seeking*.

c. Interaksi Sosial

Individu yang mempunyai tingkat *sensation seeking* yang tinggi cenderung melihat interaksi sosial sebagai pengalaman yang positif dan lebih menunjukkan reaksi emosinya pada situasi sosial dibandingkan pada individu yang memiliki tingkat *sensation seeking* rendah, situasi sosial sering membuat mereka merasa tertekan.

d. *Socio-Demographic*

Dalam beberapa temuan penelitian yang dilakukan menggunakan ditemukan bahwa adanya perbedaan yang terjadi pada beberapa negara. Contohnya, pada remaja Asia memiliki nilai yang rendah dibandingkan pada remaja di daerah Barat.

Faktor yang juga mengajarkan dan mempengaruhi untuk mencari sensasi tertentu dan menyukai sensasi adalah hasil dari pembelajaran sosial (*social learning*). Kemungkinan seseorang untuk terstimulus dalam kebutuhan pencarian sensasi dan memiliki

sensasi tersebut diprediksi 40% berasal dari faktor lingkungan dan pembelajaran sosial. Seseorang mempelajari perilaku yang cenderung mencari sensasi, baik secara rendah maupun tinggi kemungkinan disebabkan oleh observasi individu dan imitasi dari orang tua, teman, atau orang lain

e. Faktor Biologi

Faktor biologi yang diprediksi sebagai penyebab utama munculnya *sensation seeking* trait dalam diri individu. Dari beberapa penelitian Zuckerman yang telah dilakukan ditemukan adanya faktor yang mempengaruhi gen dan kondisi biologis individu sehingga memiliki kecenderungan untuk mencari sensasi dalam hidupnya yang disebut faktor genetik. Individu yang memiliki kebutuhan sensasi dan arousal yang tinggi disebabkan oleh kondisi biologis MAO (*monoamine oxidase*), kode kelas genetik dopamine 4 (DRD4), kadar hormon seksual dan kadar tingginya neurotransmitter norepinephrine maupun dopamin. Dari genetika yang diturunkan dari generasi sebelumnya menyebabkan kondisi biologis ini.

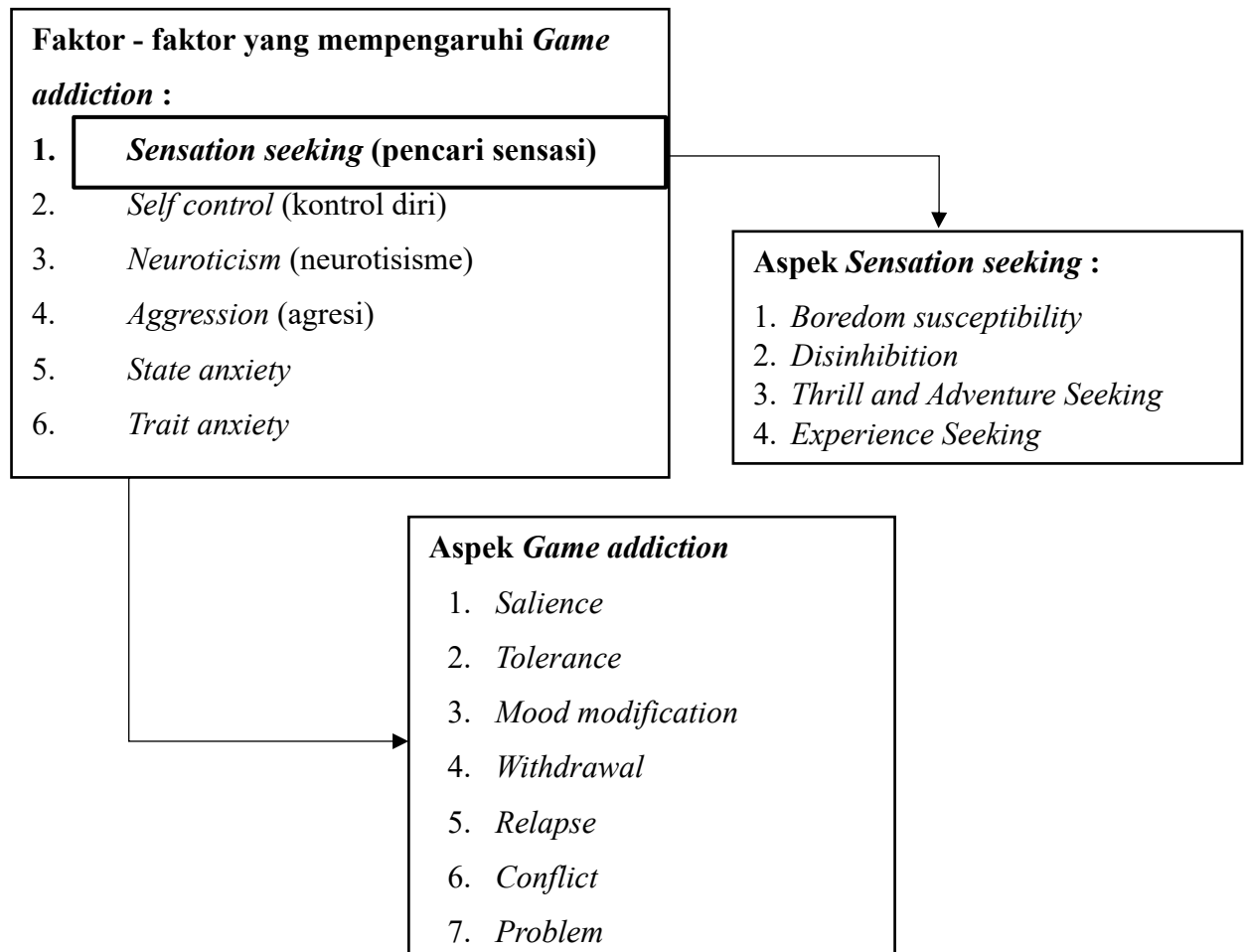
#### 2.6.4 Skala Pengukuran *Sensation Seeking*

Kuesioner yang digunakan untuk menentukan skala *sensation seeking* adalah *Sensation Seeking Scale form V* dimana alat ukur yang dikembangkan oleh (Zuckerman, 1978). Kuesioner ini mengukur empat aspek dari *sensation seeking* yaitu, *boredom susceptibility*, *experience seeking thrill and adventure* dan *disinhibition*.

Kuesioner ini terdiri dari 20 *item* pertanyaan yang harus dijawab menggunakan skala *likert*, yang sudah diterjemahkan dan dimodifikasi oleh Pamula Mulia Bijak Adi dalam (Ika Ameylia, 2023).

## 2.6 Kerangka Konseptual

Bagan 2. 1 Kerangka Konseptual



Sumber :

Mehroof & Griffiths, 2010 dalam Adhyaksa (2023) dan (Siyez, 2014)