

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Mahasiswa adalah mereka yang sedang belajar di perguruan tinggi (Poerwadarmita, 2015) Mahasiswa dapat diartikan sebagai individu yang sedang menuntut ilmu di tingkatan perguruan tinggi baik negeri maupun swasta atau lembaga lain yang setingkat dengan perguruan tinggi. Mahasiswa dinilai memiliki tingkat intelektualitas yang tinggi, kecerdasan dalam berpikir dan perencanaan dalam bertindak. Mahasiswa adalah manusia yang tercipta untuk selalu berpikir yang saling melengkapi (Siswoyo, 2016). Umumnya mahasiswa berada pada tahapan remaja akhir, yaitu berusia 18–21 tahun. Mahasiswa yang telah masuk masa remaja akhir ini lebih mendapat kebebasan dalam menentukan sebagai aktifitas dalam kehidupan sehari-hari.

Mahasiswa pada dasarnya memiliki tugas pokok untuk belajar secara total sesuai bidang ilmu yang dipilih guna menyelesaikan studinya, namun dalam kenyataannya sering kali mahasiswa teralihkan fokusnya dalam kuliah dengan kegiatan lain di luar perkuliahan, salah satu contohnya adalah bermain *game online*. Young dalam Kurniawan (2017) mengemukakan bahwa *game online* adalah permainan dengan jaringan, di mana interaksi antara satu orang dengan yang lainnya untuk mencapai tujuan, melaksanakan misi, dan meraih nilai tertinggi dalam dunia virtual. Lebih lanjut dapat dikatakan *game online* adalah suatu permainan yang dimainkan di komputer dan dilakukan secara

online (melalui internet) dan bisa dimainkan oleh banyak orang secara bersamaan.

Penggunaan *game online* saat ini berkembang sangat pesat. Pesatnya perkembangan *game online* ini didukung dengan adanya data dari 4 negara sebagai penggunaan *game online* tertinggi di dunia. Negara tersebut ialah China, yang mana dari seluruh populasi penduduk yang menggunakan internet, 57% nya merupakan pengguna *game online*, kemudian Amerika Serikat dan Korea Selatan dengan jumlah pengguna 66% dan 35% dari populasi penduduk yang menggunakan jaringan internet di Negara tersebut. Dan yang terakhir Indonesia, dimana 34 juta jiwa (10,1%) penduduk Indonesia tercatat sebagai pengguna *game online* aktif. Dari data tersebut maka dapat diketahui *game online* telah menjadi sebuah kebutuhan yang akan terus dipenuhi oleh masyarakat di kehidupannya sehari-hari (Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia/APJII, 2018).

Penggunaan *game online* ini dapat memberikan dampak positif di lingkungan sosial yaitu sering berkenalan dengan orang baru dengan hobi yang sama, di mana hal ini membuat remaja memiliki *problem solving* yang baik yang terbentuk karena terjalinnya kerjasama antara pengguna game dalam menyelesaikan tantangan di permainan tersebut (Suryanto, 2015). Selain itu, pada dasarnya tujuan dari diciptakannya *game online* adalah sebagai media untuk menghilangkan penat yang dialami, namun *game online* telah mengakibatkan ketagihan hampir pada semua pemakainya (Badudu, 2016). Remaja yang duduk berlama-lama di depan komputer untuk bermain

game, lebih menyukai menjalani kehidupan dalam dunia maya mereka dari pada dunia nyatanya sendiri. Karena banyaknya waktu yang tersita untuk bermain game mengakibatkan mahasiswa kurang berinteraksi dengan kehidupan sosialnya di kehidupan sehari-hari (Rini, 2015).

Pada tahun 2018, WHO (*World Health Organization*) telah menyampaikan bahwa kecanduan *game online* dikategorikan sebagai salah satu golongan penyakit mental yang disebut *internet gaming disorder* (IGD). Penyakit gangguan mental ini telah terdaftar dalam laporan *International Classification Diseases* edisi 11 (ICD-11), dokumen ini digunakan oleh para tenaga kesehatan untuk mengkategorisasikan berbagai penyakit dan kondisi kesehatan. Terdapat beberapa perilaku yang dikategorikan sebagai sebuah kecanduan terhadap *game online* ini, yaitu yang pertama seseorang sulit mengendalikan dirinya untuk bermain game, yang kedua seseorang lebih memprioritaskan game diatas kegiatan penting lainnya, dan yang terakhir seseorang akan terus bermain game meski telah mengetahui konsekuensi negatif yang akan dialami dan perilaku tersebut telah berlangsung selama 1 tahun atau lebih.

Wittekk dkk (2016) menyebutkan bahwa terdapat beberapa faktor yang terkait dengan kecanduan bermain *game online* yaitu seringkali terjadi pada laki-laki berusia muda, kesepian, memiliki kesungguhan yang rendah dalam melakukan sesuatu, mengalami neurosis, dan memiliki kesehatan psikosomatik yang memprihatinkan. Laki-laki diduga lebih rentan terhadap kecanduan game daripada wanita (Rehbein et al, 2015). Selain itu, jenis

kelamin laki-laki mungkin menjadi faktor risiko untuk IGD (Munno et al, 2017). Kadar testosterone yang tinggi pada laki-laki dapat berkontribusi pada karakteristik terkait IGD, seperti mengambil risiko yang lebih besar, menjadi kurang responsif terhadap hukuman, dan menunjukkan perilaku yang lebih agresif (Mehta dan Beer, 2015; Goudriaan et al, 2015). Kecanduan *game online* sering terjadi pada usia remaja akhir dan dewasa awal karena pada masa transisi tersebut masih memiliki minat dalam bermain game dan juga belum disibukkan dengan beban berkeluarga (Young, 2015).

Kecanduan *game online* berdampak terhadap psikis dan sosial diantaranya kecemasan, depresi, gangguan pola tidur, mudah marah, gangguan pola makan. Menurut DSM-V salah satu dampak negatif kecanduan *game online* adalah kecemasan yang merupakan dampak awal dari kecanduan *game online*. Salah satu dampak dari kecanduan *game online* adalah kecemasan (Young, 2015). Kecemasan itu sendiri merupakan suatu perasaan yang tidak menyenangkan yang timbul secara tiba-tiba dengan alasan yang tidak jelas. Dalam hal ini, selain sebagai pengguna *game online* tertinggi, remaja juga merupakan kategori usia yang sangat rentan dalam mengalami kecemasan. Ketidakstabilan hormon merupakan salah satu faktor yang menyebabkan remaja mudah mengalami gangguan-gangguan emosional seperti halnya kecemasan (Kemenkes RI, 2016). Berbagai penelitian menyatakan bahwa 5%-50% remaja dalam suatu populasi mengalami kecemasan. Hal ini karena dalam perkembangan masa remaja, terdapat banyak perubahan dalam diri dan lingkungannya. Pada penelitian Nita *et al*

(2017) pada saat bermain *game online* terjadi peningkatan aktivitas gelombang beta, gelombang yang tinggi ini merangsang otak untuk mengeluarkan hormon kortisol dan norepinefrin yang menyebabkan cemas, khawatir, marah dan stress.

Kecemasan yang muncul seperti. adanya rasa kesemutan, tidak dapat rileks, pusing kepala, jantung berdebar-debar, gugup, tangan gemetar, wajah memerah dan keringat panas atau dingin (Young, 2015). Temuan di lapangan, mahasiswa yang bermain *game online* mengalami beberapa gejala kecemasan yaitu kurang berkonsentrasi, mudah marah dan susah tidur. Gangguan emosional seperti kecemasan dapat menjadi hal yang sering dialami oleh seseorang sebagai suatu dampak negatif dari penggunaan *game online* ini. Hussain dalam Achab et.al (2015) menyatakan bahwa semakin seseorang kecanduan dengan *game online* maka akan lebih merasa cemas dibandingkan merasa senang. Penelitian Brian dan Hasting dalam Kusumawati (2017) menjelaskan bahwa seorang pecandu *game online* akan merasa cemas dan depresi jika tidak sedang memainkannya. Perasaan tidak menyenangkan tersebut dikenal dengan istilah *Withdrawal Symptoms*. *Withdrawal symptoms* merupakan salah satu komponen yang menyatakan seseorang mengalami kecanduan *game online* memiliki perasaan tidak nyaman atau efek fisik yang timbul ketika kegiatan bermain game dikurangi atau dihentikan.

Hasil penelitian Kaptis (2016) menjelaskan bahwa *Withdrawal symptoms* dapat terjadi karena adanya ikatan-ikatan di dalam otak yang menjadi renggang akibat hormon dopamin yang berlebih, sehingga fungsi

otak dalam memproses informasi akan menjadi lambat, hormon tersebut ialah hormon dopamin dan adrenalin. Hormon adrenalin yang memicu pengguna *game online* merasa tertantang untuk memainkan game tersebut sehingga pengguna game sulit untuk menghentikan kebiasaannya, yang kemudian berpengaruh terhadap fisik (seperti pusing, sakit kepala, gangguan tidur), dan psikis seperti kecemasan.

Dampak kecemasan pada mahasiswa antara lain mempengaruhi kemampuan mengingat, penyesuaian diri di perguruan tinggi yang rendah, performansi akademik yang buruk, bahkan hingga putus kuliah (Putra, 2017). Penelitian yang dilakukan Arif (2019) mengenai hubungan kecanduan bermain *game online* pada smartphone terhadap prestasi akademik Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Lampung, didapatkan bahwa 47,17% mahasiswa yang menjadi responden terindikasi kecanduan bermain *game online*.

Studi pendahuluan dilakukan dengan wawancara dan observasi di Prodi Sarjana Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung dan ARS University Bandung, Hasil wawancara terhadap 10 orang laki-laki yang mengatakan sering bermain *game online* didapatkan hasil bahwa 8 orang mengatakan bermain game menjadi sangat penting sehingga selalu menyempatkan setiap hari setidaknya bermain minimal selama 5 jam dalam sehari, bermain *game online* menurut mereka bisa menenangkan dibandingkan aktifitas yang lainnya. 10 orang tersebut juga mengatakan bahwa sering bermain *game online* berulang-ulang setiap hari karena apabila tidak bermain

seperti ada rasa yang tidak menyenangkan. Selanjutnya mereka menyebutkan bahwa sering mengabaikan atau menanti-nantikan tugas kuliah demi bermain *game online* terlebih dahulu. Selain dari itu, 9 orang mengatakan mudah marah saat kalah dalam bermain game dengan mengeluarkan kata-kata kasar dan susah tidur pada malam hari.

Sedangkan 3 dari 16 mahasiswa ARS University 2 orang mengalami tanda gejala cemas yaitu mudah marah dan 1 orang mengalami susah konsentrasi. Dari hasil wawancara dan observasi yang dilakukan kepada mahasiswa, peneliti juga mencari tahu tentang bagaimana respon mahasiswa jika kebutuhan bermain game dikurangi, namun ternyata mahasiswa sendiri mengaku sulit untuk tidak bermain *game* serasa ada sesuatu yang kurang dalam kesehariannya. Hal ini dibuktikan dengan adanya rasa gelisah atau cemas yang dikarenakan tidak terlampiaskannya hasrat untuk bermain game “*Push Rank*” atau menaikan rank dari *game*-nya tersebut, dari sinilah timbul rasa gelisah dan cemas akan tidak tercapainya misi rank dalam *game* yang mereka mainkan.

Salah satu pentingnya pengkajian kecanduan *game online* dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa terutama mahasiswa laki-laki dikarenakan banyaknya beban tugas yang harus dikerjakan oleh mahasiswa tersebut dalam menempuh pendidikan sedangkan waktu banyak digunakan untuk bermain *game online* sehingga bisa menimbulkan kecemasan yang lebih banyak karena banyaknya berbagai tugas perkuliahan yang belum terselesaikan.

Berdasarkan studi pendahuluan di atas maka peneliti tertarik untuk meneliti hal tersebut dengan mengangkat judul “Hubungan *Game online Addiction* dengan Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung”

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian masalah pada latar belakang diatas, dapat dirumuskan masalah penelitian ini yaitu bagaimana Hubungan *Game online Addiction* dengan Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung ?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui Hubungan *Game online Addiction* dengan Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui *game online addiction* pada mahasiswa di prodi sarjana universitas bhakti kencana.
- b. Untuk mengetahui tingkat kecemasan mahasiswa mengenai *game online* di prodi sarjana universitas bhakti kencana.
- c. Untuk menganalisis hubungan *Game online Addiction* dengan Tingkat Kecemasan pada mahasiswa program studi sarjana keperawatan universitas bhakti kencana.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

1. Bagi pengembangan ilmu keperawatan

Data yang diperoleh dari hasil penelitian dapat dijadikan sebagai informasi baru mengenai hubungan *game online addiction* dengan tingkat kecemasan.

2. Bagi institusi pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi bagi pihak institusi tentang perilaku mahasiswa yang mengalami kecanduan dalam bermain *game online* dan dapat memberikan inovasi dan motivasi untuk tidak bermain *game online* secara berlebihan

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi peneliti

Mengembangkan pengetahuan dan kemampuan peneliti di bidang penelitian dan menambah pengetahuan peneliti tentang hubungan tingkat kecemasan dengan kecanduan *game online* pada mahasiswa.

2. Bagi mahasiswa keperawatan

Menambah pengetahuan tentang hubungan tingkat kecemasan dengan kecanduan *game online* pada mahasiswa, dapat mengantisipasinya dan mampu melakukan upaya-upaya untuk mencegahnya.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Dapat menjadi data dasar dalam meneliti permasalahan tentang kecanduan *game online* dan kecemasan pada mahasiswa serta untuk pengembangan metode atau mengenali faktor-faktor lain yang berhubungan dengan variabel.