

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Dasar Remaja

2.1.1 Pengertian Remaja

Menurut Badan Koordinasi Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) menyatakan, masa remaja berlangsung dalam rentang umur 10 hingga 24 tahun dan belum menikah yang mana pada masa ini terjadi perubahan perkembangan seperti fisik, psikis, dan psikososial. Selain itu pada masa ini remaja tidak disebut sebagai dewasa dan juga tidak disebut sebagai anak-anak, yang mana pada masa ini ditandai dengan permulaan pubertas dan mulai mengalami perubahan secara kognitif, perubahan dalam berfikir secara abstrak atau secara sosial, dan sebagai periode persiapan untuk menjadi orang dewasa (Forum Anak Nasional (FAN), 2021).

Sedangkan menurut Papalia dan Olds remaja secara implisit melalui pengertian masa remaja (*adolescence*) merupakan masa transisi perkembangan antara masa kanak-kanak menuju dewasa. Sedangkan menurut Anna Freund, masa remaja merupakan proses yang berhubungan dengan perkembangan psikoseksual, dan juga perubahan dalam hubungan dengan orangtua dan cita-cita mereka, dimana pembentukan cita-cita merupakan proses pembentukan orientasi masa depan. Selain itu

b. Remaja pertengahan (14-17 tahun)

Pada masa ini pada laki-laki mengalami pertumbuhan yang semakin cepat seperti tubuh semakin tinggi, dada dan bahu semakin lebar, suara menjadi lebih berat dan munculnya kumis. Sedangkan pada perempuan ditandai dengan bokong, panggul dan pinggang mulai membesar, menstruasi yang teratur hingga bertambah produksi keringat dalam tubuh.

Selain itu pada masa ini remaja umumnya dapat berpikir dengan logika meski didorong oleh perasaannya, dan mulai tertarik dengan lawan jenis. Adapun ciri lainnya seperti : sangat membutuhkan teman, cenderung bersifat narsistik/kecintaan terhadap diri sendiri, seringkali berada dalam kondisi keresahan dan kebingungan karena pertentangan yang terjadi di dalam diri, berkeinginan untuk mencoba segala hal yang belum diketahuinya dan keinginan menjelajah ke alam yang lebih luas.

c. Remaja akhir/dewasa muda (18-24)

Remaja pada tahap ini mengalami perkembangan fisik sepenuhnya, mulai dapat mengendalikan emosi yang muncul, memikirkan konsekuensi terhadap apa yang akan dihadapi kedepannya dan mampu merencanakan masa depannya.

dipelajari secara lebih mendalam. Salah satunya yang banyak dilihat maupun didengan oleh remaja adalah bermain *game online*.

2. Aktivitas kelompok

Pada umumnya remaja memiliki kesenangan yang sama sehingga memunculkan kelompok-kelompok yang memiliki kesukaan yang sama. Selain itu remaja lebih senang mengeksplere hal baru Bersama daripada menyendiri, karena apa yang mereka alami dapat menjadi bahan cerita bersama dengan teman kelompoknya. Selain itu pada masa ini remaja aka lebih mendengarkan perkataan serta nasihat dari temannya dibandingkan orangtuanya sendiri. Seorang remaja pada masa ini akan berusaha dengan cara apapun agar tetap diterima oleh kelompoknya, sehingga mereka mengikuti ajakan-ajakan temannya untuk mengikuti kegiatan atau *trend* tertentu yang sedang teman-temannya lakukan atau ikuti. Salah satu *trend* yang diikuti oleh kebanyakan remaja saat ini adalah bermain *game online*.

3. Berkhayal

Khayalan ini timbul dari keinginan atau angan-angan mereka yang tidak dapat disalurkan, sehingga remaja mulai berkhayal dengan dunia fantasinya. Khayalan tersebut tidak selalu negatif Adapun yang bersifat positif sehingga dapat tertuang ide kreatif remaja yng dapat dilakukan dengan kegiatan positif. Salah satu alasan mengapa

Adapun ciri lain remaja pada tahap ini adalah aspek psikis dan fisiknya mulai stabil, meningkatnya berfikir realistis, memiliki cara pandang yang sudah baik, lebih matang dalam menghadapi masalah, ketenangan emosional bertambah, lebih menguasai perasaan dan sudah terbentuk identitas seksual.

2.1.3 Karakteristik Remaja

Psikolog Amerika, G. Stanley Hall dalam buku ilmiah pertamanya tentang hakekat masa remaja, telah mengupas masalah yang dialami remaja seperti “pergolakan dan stres” (*storm-and-stress*). Hall mengatakan bahwa masa remaja merupakan masa-masa pergolakan yang penuh dengan konflik dan buaian suasana hati dimana pikiran, perasaan, dan tindakan bergerak pada kisaran antara kesombongan dan kerendahan hati, kebaikan dan godaan, serta kegembiraan dan kesedihan.

Menurut Sawyer et al., 2018 menjelaskan karakteristik perkembangan remaja sebagai berikut :

1. Ingin mencoba segala sesuatu

Remaja memiliki rasa ingin tahu yang tinggi, sehingga remaja lebih tertarik untuk mencari sesuatu yang baru yang belum pernah dia ketahui. Rasa ingin tahu dan mencoba segala sesuatu merupakan cara berpikir, sikap dan perilaku yang mencerminkan penasaran dan keingintahuan terhadap segala hal yang dilihat, didengar dan

khayalan lebih disukai karena mereka merasa lebih tenang dan merasakan hal-hal yang mereka ingin rasakan. Seperti halnya saat ini banyak remaja yang lebih menyukai dunia fantasi dibandingkan dengan realitasnya.

4. Pertentangan

Umumnya remaja selalu ingin bebas berkembang dan bereksperimen namun kebanyakan dari mereka takut untuk melakukan hal yang mereka sukai ataupun akibat dari adanya pertentangan dari orang tua. Tidak sedikit remaja yang mengalami pertentangan baik dari internal maupun eksternalnya, namun saat ini kasus pertentangan yang banyak remaja rasakan adalah akibat dari kondisi keluarga yang tidak harmonis dan hal itu cenderung membuat remaja bersikap agresif dan kasar kepada orang lain.

5. Gelisah

Masa remaja juga memiliki rasa kegelisahan yang tinggi, kegelisahan tersebut seperti keinginan yang tinggi terhadap sesuatu hingga muncullah kegelisahan. Adapaun yang menjadi persepsi gelisah pada remaja “apakah aku bisa mewujudkan keinginan tersebut atau tidak”. Selain itu umumnya gangguan kecemasan atau rasa gelisah yang dialami akibat adanya perubahan yang relatif ekstrem pada kebiasaan atau norma hidupnya. Tekanan ekstrem yang tinggi dari keluarga

maupun sosial terhadap diri seorang remaja sangat berpengaruh atas timbulnya rasa gelisah yang berlebihan.

2.2 Konsep Dasar *Game Addiction*

Kardefelt-Winther (2017) menjelaskan bahwa pada awalnya kecanduan hanya berkaitan dengan zat adiktif (contohnya alkohol, tembakau, dan obat-obatan terlarang) yang masuk melewati darah dan menuju ke otak dan dapat merubah komposisi kimia otak. Namun, saat ini konsep kecanduan telah berkembang. Istilah kecanduan berkembang seiring dengan perkembangan kehidupan masyarakat, sehingga istilah kecanduan tidak hanya melekat pada obat-obatan tetapi dapat juga melekat pada kegiatan atau suatu hal tertentu yang dapat membuat seseorang ketergantungan, baik secara fisik atau psikologis.

World Health Organization (2018) mendefinisikan kecanduan *game online* sebagai gangguan mental yang dimasukkan ke dalam *International Classification of Diseases* (ICD-11). Hal ini ditandai dengan gangguan kontrol atas *game* dengan meningkatnya prioritas yang diberikan pada *game* lebih dari kegiatan lain. Perilaku tersebut terus dilanjutkan walaupun memberikan konsekuensi negatif pada dirinya. Sebuah studi menunjukkan bahwa kecanduan *game online* lebih sering terjadi pada remaja (Brand, Todhunter, & Jervis, 2017).

Kecanduan *game online* yang dialami remaja akan sangat banyak menghabiskan waktunya. Saat bermain *game* lebih dari dua jam/hari, atau lebih dari 14 jam/minggu (Rudhiati, Apriany, & Hardianti, 2015) bahkan 55 jam dalam seminggu (van Rooij, Schoenmakers, et al., 2011) atau rata-rata 20-25 jam dalam seminggu (Chou, Condrón, & Belland, 2005).

2.2.1 Dampak Kecanduan Game Online Pada Remaja

Ghuman dan Griffiths (2012) menjelaskan ada masalah yang timbul dari aktivitas bermain *game online* yang berlebihan, di antaranya kurang peduli terhadap kegiatan sosial, kehilangan kontrol atas waktu, menurunnya prestasi akademik, relasi sosial, finansial, kesehatan, dan fungsi kehidupan lain yang penting. Bahaya utama yang ditimbulkan akibat kecanduan *game online* adalah investasi waktu ekstrem dalam bermain (Baggio et al., 2016).

Penggunaan waktu yang berlebihan untuk bermain *game online* membuat terganggunya kehidupan sehari-hari. Gangguan ini secara nyata mengubah prioritas remaja, yang menghasilkan minat sangat rendah terhadap sesuatu yang tidak terkait *game online* (King & Delfabbro, 2018). Remaja yang kecanduan *game online* semakin tidak mampu untuk mengatur waktu bermain. Akibatnya, remaja mengabaikan dunia nyata dan peran di dalamnya. Adapun beberapa dampak yang ditimbulkan dari kecanduan *game online* dilihat dari beberapa aspek, yaitu :

1. Aspek kesehatan

Kecanduan *game online* mengakibatkan kesehatan remaja menurun. Remaja yang kecanduan *game online* memiliki daya tahan tubuh yang lemah akibat kurangnya aktivitas fisik, kurang waktu tidur, dan sering terlambat makan (Männikkö, Billieux, & Kääriäinen, 2015).

2. Aspek psikologis

Banyaknya adegan *game online* yang memperlihatkan tindakan kriminal dan kekerasan, seperti: perkelahian, perusakan, dan pembunuhan secara tidak langsung telah memengaruhi alam bawah sadar remaja bahwa kehidupan nyata ini adalah layaknya sama seperti di dalam *game online* tersebut. Ciri-ciri remaja yang mengalami gangguan mental akibat pengaruh *game online*, yakni mudah marah, emosional, dan mudah mengucapkan kata-kata kotor (Petrides & Furnham, 2000).

3. Aspek akademik

Usia remaja berada pada usia sekolah yang memiliki peran sebagai siswa di sekolah. Kecanduan *game online* dapat membuat performa akademiknya menurun (Lee, Yu, & Lin, 2007). Waktu luang yang seharusnya sangat ideal untuk mempelajari pelajaran di sekolah justru lebih sering digunakan untuk menyelesaikan misi dalam *game online*. Daya konsentrasi remaja pada umumnya terganggu sehingga

kemampuan dalam menyerap pelajaran yang disampaikan guru tidak maksimal.

4. Aspek sosial

Beberapa *gamer* merasa menemukan jati dirinya ketika bermain *game online* melalui keterikatan emosional dalam pembentukan avatar, yang menyebabkannya tenggelam dalam dunia fantasi yang diciptakannya sendiri. Hal ini dapat membuat kehilangan kontak dengan dunia nyata sehingga dapat menyebabkan berkurangnya interaksi (Marcovitz, 2012). Meskipun ditemukan bahwa terjadi peningkatan sosialisasi secara *online* namun di saat yang sama juga ditemukan penurunan sosialisasi di kehidupan nyata (Williams, 2006; Smyth, 2007; Hussain & Griffiths, 2009). Remaja yang terbiasa hidup di dunia maya, umumnya kesulitan ketika harus bersosialisasi di dunia nyata. Sikap antisosial, tidak memiliki keinginan untuk berbaaur dengan masyarakat, keluarga dan juga teman-teman adalah ciri-ciri yang ditunjukkan remaja yang kecanduan *game online* (Sandy & Hidayat, 2019).

5. Aspek keuangan

Bermain *game online* terkadang membutuhkan biaya, untuk membeli *voucher* saja supaya tetap bisa memainkan salah satu jenis *game*

online dibutuhkan biaya yang tidak sedikit. Remaja yang belum memiliki penghasilan sendiri dapat melakukan kebohongan (kepada orang tuanya) serta melakukan berbagai cara termasuk pencurian agar dapat memainkan *game online*. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Chen et al. (2005) yang menemukan bahwa mayoritas kejahatan *game online* ialah pencurian (73,7%) dan penipuan (20,2%). Penelitian ini juga menemukan bahwa usia pelaku kejahatan akibat *game online* adalah remaja usia sekolah.

2.2.2 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi *Game Addiction*

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi kecanduan *game online*. Menurut Detria (2013), mengatakan bahwa terdapat dua faktor yang menyebabkan terjadinya kecanduan *game online* yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor-faktor internal yang menyebabkan terjadinya kecanduan *game online*, sebagai berikut :

1. Keinginan yang kuat dari diri peserta didik untuk memperoleh nilai yang tinggi dalam *game online*, karena *game online* dirancang sedemikian rupa agar gamer semakin peasaran dan semakin ingin memperoleh nilai yang tinggi.
2. Ketidakmampuan mengatur prioritas untuk mengerjakan aktivitas penting lainnya juga menjadi penyebab timbulnya kecanduan terhadap *game online*.

atau kriteria adiksi *game online*, yakni *saliance*, *tolerance*, *mood modification*, *withdrawal*, *relapse*, *conflict*, dan *problems*.

Masing-masing penjelasan aspek adiksi *game online* adalah sebagai berikut:

- a) *Saliance*, apabila bermain game menjadi aktivitas yang sangat penting dalam hidup seseorang dan mendominasi pemikiran, perasaan, dan tingkah lakunya,
- b) *Tolerance*, saat dimana seseorang mulai bermain lebih sering, sehingga meningkatnya waktu yang dibutuhkan untuk bermain,
- c) *Mood modification*, hal ini mengacu pada pengalaman subjektif melalui bermain *game*, mereka mengalami perasaan yang menggairahkan atau merasakan ketenangan,
- d) *Withdrawal*, adalah perasaan tidak nyaman atau efek fisik yang timbul ketika kegiatan bermain game dikurangi atau dihentikan, misalnya tremor, murung, mudah marah,
- e) *Relapse*, adalah kecenderungan untuk melakukan kegiatan bermain game secara berulang, kembali ke pola awal (kambuh) atau bahkan lebih buruk.
- f) *Conflict*, mengacu kepada konflik antara pemain *game* dan orang-orang disekitar mereka (konflik interpersonal), konflik dengan kegiatan lain (pekerjaan, sekolah, kehidupan sosial, hobi dan minat)

3. Rasa bosan yang dirasakan peserta didik ketika berada di rumah atau di sekolah.
4. Kurangnya *self control* dalam diri peserta didik, sehingga peserta didik kurang mampu mengantisipasi dampak negatif yang timbul dari bermain game online secara berlebihan.

Faktor-faktor eksternal yang menyebabkan terjadinya kecanduan *game online* sebagai berikut :

1. Lingkungan yang kurang terkontrol, karena melihat teman-temannya yang lain banyak yang bermain *game online*.
2. Kurang memiliki hubungan sosial yang baik, sehingga peserta didik memilih alternatif bermain game online sebagai aktivitas yang menyenangkan.
3. Harapan orangtua yang melambung terhadap anaknya untuk mengikuti berbagai kegiatan seperti kursus atau les, sehingga kebutuhan primer anak, seperti kebersamaan, bermain dengan keluarga menjadi terlupakan.

2.2.3 Aspek-aspek Adiksi *Game Online*

Aspek-aspek adiksi game online sebenarnya hampir sama dengan jenis kecanduan yang lain, akan tetapi adiksi *game online* dimasukkan kedalam golongan kecanduan psikologis dan bukan kecanduan fisik. Menurut Lemmen:2009 (Kustiawan & Utomo, 2019) terdapat 7 aspek

- a) Skor 1-35 : Terindikasi ringan
- b) Skor 36-70 : Terindikasi sedang
- c) Skor 71-105 : Terindikasi berat

2.3 *Game Addiction Scale (GAS)*

Game Addiction Scale (GAS) yang dikembangkan oleh Lemmens pada tahun 2009 untuk mengukur kecanduan *game online* pada remaja. Skala ini terdiri dari dua puluh satu item yang dibuat berdasarkan tujuh aspek. Setiap item di dalam GAS didahului dengan pernyataan “Selama enam bulan terakhir, seberapa sering...” (*During the last six month, how often...*) dan dengan skala likert 5 poin (1= sangat tidak setuju, 2= tidak setuju, 3= kurang setuju, 4= setuju dan 5= sangat setuju). *Game Addiction Scale* dikembangkan dengan mengukur berdasarkan tujuh kriteria : *salience, tolerance, mood modification, relapse, withdrawal, conflict* dan *problems* sebagai berikut :

a. *Salience*

Aktivitas bermain *game* menjadi kegiatan yang penting dalam hidup seseorang dan mendominasi pikiran, perasaan dan perilaku.

b. *Tolerance*

Proses dimana seseorang mulai bermain *game* lebih sering, adanya peningkatan waktu yang dihabiskan untuk bermain *game*.

atau dari dalam individu itu sendiri yang khawatir karena terlalu banyak menghabiskan waktu bermain game (konflik intrapsikis), dan g) *Problem*, mengarah pada masalah yang diakibatkan oleh penggunaan game yang berlebih. Masalah bisa timbul terhadap individu itu sendiri seperti konflik intrapsikis dan perasaan subjektif kehilangan kontrol.

Berdasarkan paparan aspek-aspek di atas dapat disimpulkan bahwa bentuk dari adiksi *game online* adalah adanya perilaku yang menonjol, toleransi dalam proses aktivitas individu bermain *game online* semakin meningkat, sehingga secara bertahap waktu yang dibutuhkan untuk bermain *game online* semakin meningkat dan kemudian memodifikasi suasana hati. Aktivitas bermain *game online* yang berlebihan cenderung mendorong individu untuk segera kembali mengulangi perilaku bermain *game online* setelah lama tidak melakukannya dalam jangka waktu tertentu atau masa kontrol, kemudian timbulnya konflik dan masalah. Bermain *game online* menjadi aktivitas yang paling penting dalam kehidupan individu dan membuatnya menjadi menarik diri sebab dorongan untuk bermain secara terus menerus.

2.2.4 Kategorisasi Tingkatan *Game Addiction*

Menurut skala dari aspek-aspek yang dibuat oleh Lemmns (2009), terdapat kategorisasi dalam penilaian, yakni:

c. *Mood modification*

Pengalaman subjektif yang dilaporkan sebagai hasil dari keterlibatan dalam bermain *game*.

d. *Withdrawal*

Emosi yang tidak menyenangkan dan/atau efek fisik yang timbul saat permainan *game* tiba-tiba dikurangi atau dihentikan.

e. *Relapse*

Kecenderungan untuk mengulangi kembali pola permainan sebelumnya.

f. *Conflict*

ini mengacu ke seluruh konflik interpersonal yang dihasilkan dari bermain *game* yang berlebihan. Konflik timbul di antara pemain dengan orang di sekitarnya. Konflik dapat termasuk seperti argumen dan penelantaran, juga berbohong dan penipuan.

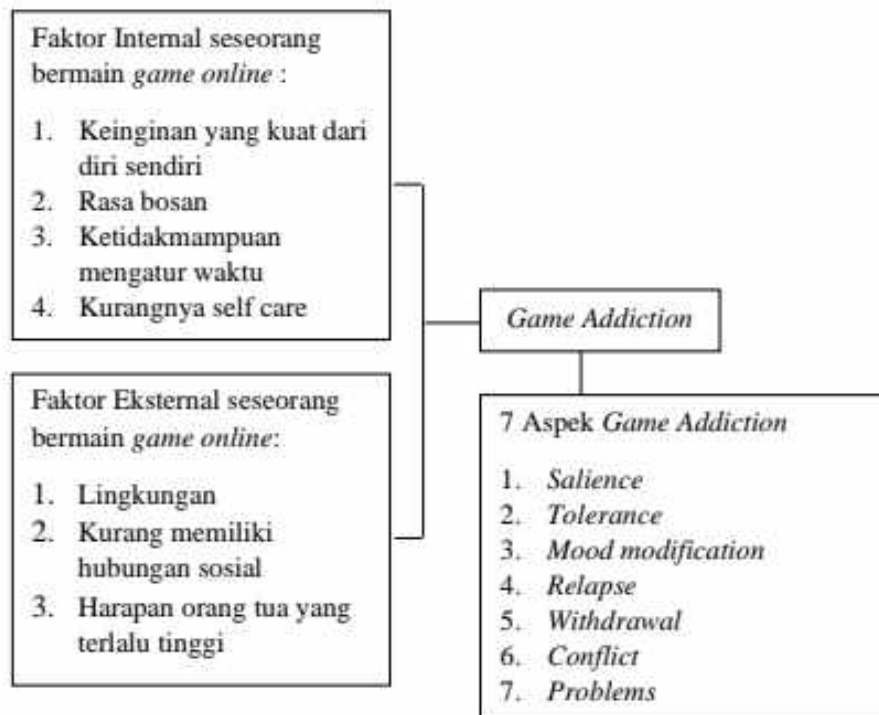
g. *Problems*

ini mengacu pada masalah yang disebabkan permainan *game* yang berlebihan, mengarahkan ke permasalahan di sekolah, pekerjaan dan sosialisasi.

2.4 Kerangka Konseptual

Bagan 2.1

Gambaran Karakteristik *Game Addiction* pada Ikatan Pemuda Bunter di Desa Sekadana Kabupaten Sumedang.



Sumber : Adiksi *Game online* (Lemmens, 2009)

Keterangan

: Diteliti