

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. LATAR BELAKANG

*World Health Organization* (WHO), remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10 hingga 19 tahun. Masa remaja diasosiasikan dengan masa transisi dari anak-anak menuju dewasa. Masa ini merupakan periode persiapan menuju masa dewasa yang akan melewati beberapa tahapan perkembangan penting dalam hidup (Kusumaryani, 2017).

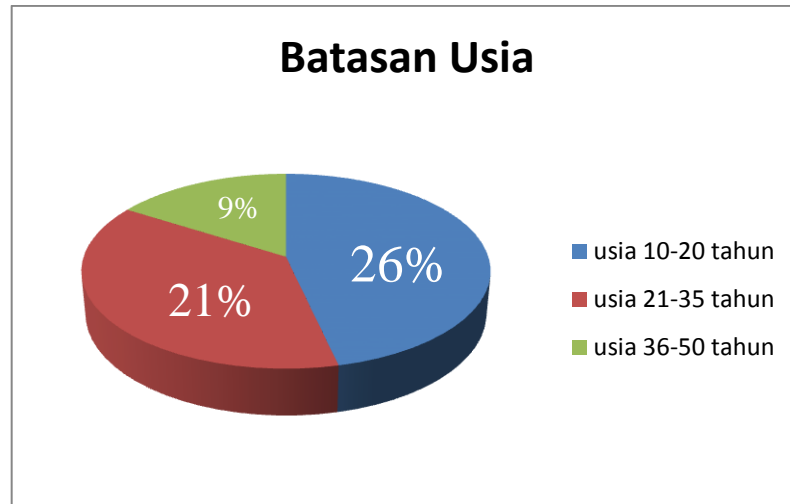
Santrock (dalam Ifdil *et al*, 2017) mengemukakan bahwa masa remaja terjadi proses peralihan perkembangan yang melibatkan perubahan-perubahan dalam diri individu seperti perubahan psikososial dan kognitif. Perubahan-perubahan ini mengharuskan remaja memiliki banyak peran dan tanggung jawab yang berbeda dari masa sebelumnya. Remaja mulai merasakan bahwa kehidupannya saat ini akan menentukan kehidupan di masa depan (Azmy1 *et al*, 2017). Suatu harapan yang ditetapkan oleh remaja ini terkadang tidak sesuai dengan kemampuan yang mereka miliki, hal tersebut akan menimbulkan sebuah tekanan dan dapat memicu terjadinya stres (Taufik *et al*, 2013).

Stres adalah suatu reaksi fisik dan psikis terhadap setiap tuntutan yang menyebabkan ketegangan dan mengganggu stabilitas kehidupan sehari-hari (Priyoto, 2014). Remaja yang mengalami masalah atau berada dalam lingkungan yang penuh dengan pemicu stres atau *stressor*, maka remaja tersebut akan berusaha keluar untuk mencari situasi dimana dirinya merasa nyaman. Faktor pemicu stres pada anak remaja adalah stres akademik. Stres akademik ini bersumber dari tekanan akademik berupa lamanya belajar di Sekolah, banyaknya tugas yang di berikan dan kecemasan dalam menghadapi ujian (Oktamiati dan Yossie, 2013). Salah satu cara yang dapat dilakukan remaja yaitu menggunakan aplikasi yang tersedia dalam *smartphone* dengan tujuan refreshing. Remaja tersebut akan merasakan perasaan senang hanya dengan memainkan berbagai aplikasi yang terdapat dalam *smartphone*, tetapi

masalah yang sebelumnya dihadapi tidak terselesaikan. Salah satu aplikasi yang digunakan remaja dalam *smartphone* adalah *game online* (Simangunsong dan Dian, 2017). Salah satu produk teknologi yang memberikan manfaat sarana hiburan dan banyak di gemari oleh remaja yaitu *game online* (Setyatno, 2015).

Selain sebagai sarana hiburan, *game online* berfungsi sebagai sarana sosialisasi. *Game online* mengajarkan sesuatu yang baru dan mempunyai daya tarik tersendiri di mata pencintanya. Seorang pemain dapat berinteraksi dengan pemain yang lain dari seluruh penjuru dunia melalui sebuah permainan (Ulfa, 2017). Hal ini memungkinkan para pemain mendapat kesempatan sama-sama bermain, berinteraksi, dan berpetualang serta membentuk komunitasnya sendiri dalam dunia maya (Febriandari *et al*, 2016). Bahkan saat ini mayoritas pengguna *game online* berasal dari kalangan remaja. Kini remaja semakin memiliki akses internet yang mudah, dibuktikan dengan menjamurnya warung internet (*warnet*) atau *game center* di lingkungan sekitar yang menawarkan harga yang cukup terjangkau bagi mereka untuk bermain *game online*. Terdapat beberapa fakta di lingkungan remaja terkait *game online* yang semakin memprihatinkan (Setyatno, 2015).

Hasil survei yang dilakukan oleh Asosiasi Pengguna Jasa Internet Indonesia (APJII) tahun 2017 menghasilkan data jumlah pengguna internet aktif di Indonesia sudah mencapai 143 juta jiwa atau sekitar 54% dari total populasi 262 juta jiwa di Indonesia. Dilihat dari komposisi penyebaran pengguna internet tersebut, Pulau Jawa mendominasi dengan presentase 58%, Sumatera (19%), Kalimantan (8%), Sulawesi (7%), Bali-Nusa (6%), dan Maluku-Papua (3%).



Gambar 1.1 Data Statistik Pengguna *Game Online* (Newzoo, 2017)

Berdasarkan data yang didapatkan dari Newzoo tahun 2017, Indonesia berada pada posisi ke-16 dalam daftar pasar game terbesar di dunia dengan jumlah pemain mencapai 43,7 juta. Sedangkan dari data diatas, pengguna game di Indonesia rata-rata remaja usia 10-20 tahun dengan presentase 26%.

Kegiatan bermain *game online* yang pada awalnya menjadi strategi *coping* anak remaja terhadap *stresor*, kemudian menjadi pemicu kecanduan dalam bermain game online (Fatimah, 2015). Penggunaan *game online* secara berlebihan tentu membawa dampak yang negatif. Hal ini dapat berpengaruh terhadap perilaku remaja yang mengarah pada penyimpangan sosial yang berdampak negatif (Ulfa, 2017). WHO telah menetapkan kecanduan game online atau *game disorder* ke dalam versi terbaru *International Statistical of Diseases* (ICD) sebagai penyakit gangguan mental (Rokom, 2018).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di *game center* di Desa Kentong Kecamatan Cepu, dengan membagikan angket atau kuesioner dan wawancara dari peneliti mengenai *game online* dengan sampel 10 responden dari banyaknya populasi 64 responden didapatkan hasil 6 dari 10 responden menyatakan bermain *game online* karena jenuh dan pusing di sebabkan oleh banyaknya pelajaran-pelajaran yang diterima dan banyaknya tugas-tugas yang diberikan guru di Sekolah. Sedangkan 4 dari 10 responden menyatakan hanya hobi bermain *game online*. Peneliti mendapatkan data bahwa pecinta *game online* ini bisa menghabiskan waktunya dalam sehari 1-5 jam berada di game

center. Hal itu bisa semakin parah apabila memasuki hari libur, para remaja bisa menghabiskan waktu lebih dari 5 jam hanya untuk bermain *game online* di tempat tersebut.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk mengangkat permasalahan tersebut yang akan melakukan penelitian tindak lanjut tentang “Gambaran Tingkat Stres pada Remaja yang Bermain *Game Online* di Desa Kentong Kecamatan Cepu”.

## **B. RUMUSAN MASALAH**

Berdasarkan latar belakang di atas dapat dirumuskan masalah penelitiannya adalah “Bagaimanakah Gambaran Tingkat Stres pada Remaja yang Bermain *Game Online* di Desa Kentong Kecamatan Cepu?”.

## **C. TUJUAN PENELITIAN**

### 1. Tujuan Umum

Mendeskripsikan tingkat stres yang terjadi pada remaja yang bermain *game online* di Desa Kentong Kecamatan Cepu.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan tingkat stres berdasarkan usia remaja di Desa Kentong Kecamatan Cepu.
- b. Mendeskripsikan tingkat stres berdasarkan jenis kelamin remaja di Desa Kentong Kecamatan Cepu.
- c. Mendeskripsikan tingkat stres berdasarkan lamanya bermain *game online* remaja di Desa Kentong Kecamatan Cepu.
- d. Mendeskripsikan tingkat stres responden terhadap *game online* di Desa Kentong Kecamatan Cepu.

## **D. MANFAAT PENELITIAN**

### 1. Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan pengetahuan tentang tingkat stres pada remaja yang bermain *game online* di Desa Kentong Kecamatan Cepu.

## 2. Remaja

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan meningkatkan pengetahuan tentang tingkat stres pada remaja yang bermain *game online* di Desa Kentong Kecamatan Cepu.

## 3. Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan sebagai bahan informasi dan referensi bagi peneliti selanjutnya yang ingin melakukan penelitian lebih lanjut tentang bagaimana menangani tingkat stres pada remaja yang bermain *game online*.

## E. KEASLIAN PENELITIAN

Keaslian peneliti dapat diketahui dari penelitian terdahulu yang berhubungan dengan tingkat stres pada pecandu *game online* dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti sekarang, diantaranya:

1. **Ulfa, M. (2017). Judul:** Pengaruh Kecanduan *Game Online* terhadap Perilaku Remaja di Mabes Game Center Jalan HR.Subrantas Kecamatan Tampan Pekanbaru. **Tujuan:** untuk mengetahui pengaruh *game online* terhadap perilaku siswa di Mabes Game Center Jalan Subrantas Kecamatan Tampan Pekanbaru, dan tanggapan orang tua terhadap perilaku anak. **Simpulan Hasil:** *Game online* adalah menyediakan fitur 'komunitas online' sehingga menjadikan *game online* sebagai aktivitas sosial, sehingga akan berpengaruh terhadap perilaku. Para gamer akan memiliki kecanduan bermain dimana akan menyebabkan perilaku yang berdampak negatif. **Perbedaan:** penelitian yang dilakukan oleh peneliti adalah tingkat stres pada pecandu *game online*, sample, waktu, lokasi dan penelitian. **Persamaan:** terdapat pada variabel *game online*, responden pada remaja, teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner.
2. **Simangunsong, S., dan Dian R. S. (2017). Judul:** Hubungan Stres dan Kecanduan Smartphone pada Siswa Kelas X SMA Negeri 5 Surakarta. **Tujuan:** untuk mengetahui hubungan antara stress dengan kecanduan smartphone pada siswa kelas X SMA Negeri 5 Surakarta. **Simpulan Hasil:** Analisis data menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan di

dalam penelitian yaitu terdapat korelasi positif yang signifikan antara stres dengan kecanduan *smartphone* pada siswa kelas X SMA N 5 Surakarta dapat diterima. Hal ini berarti semakin tinggi stress yang dialami oleh siswa kelas X SMA N 5 Surakarta, semakin tinggi kecanduan *smartphone* yang dialaminya. **Perbedaan:** penelitian yang dilakukan oleh peneliti adalah tingkat stres pada pecandu *game online*, sample, waktu, lokasi dan penelitian. **Persamaan:** terdapat pada variabel stres, teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner.

3. **Setyatno, D. (2015).** **Judul:** Pelatihan Asertif untuk Mengurangi Perilaku Adiksi Online Game pada Remaja. **Tujuan:** untuk mereduksi adiksi online game dengan menggunakan pelatihan asertif. **Simpulan Hasil:** Penelitian ini menyimpulkan bahwa penggunaan pelatihan asertif dapat mengurangi perilaku adiksi online game dengan melalui: pemberian pemahaman tentang adiksi online game, pelatihan asertif dan perilaku asertif, mengidentifikasi perilaku negatif yang pernah dilakukan karena mengikuti ajakan teman, memberikan bimbingan kelompok, diskusi, membuat skenario, bermain peran dan mempresentasikan hasil diskusi kelompok. **Perbedaan:** penelitian yang dilakukan oleh peneliti adalah tingkat stres pada pecandu *game online*, sample, waktu, lokasi dan penelitian. **Persamaan:** terdapat pada variabel *game online*, responden pada remaja, teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner.