

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi pada era digital saat ini telah membawa perubahan besar dalam berbagai aspek kehidupan manusia. Perkembangan teknologi dan ilmu pengetahuan yang semakin pesat menghasilkan berbagai produk-produk teknologi yang bermanfaat dan memudahkan pekerjaan manusia. Salah satu produk teknologi yang marak digemari dan bermanfaat untuk menghibur adalah *game online* (Putri et al., 2023).

Game online ialah permainan pada dunia maya yang dimainkan dengan koneksi pada jaringan internet. *Game online* memberikan penawaran fasilitas untuk melakukan komunikasi bersama pemain lainnya pada seluruh bagian dunia dari obrolan maupun panggilan suara yang disetting dalam *game online* tersebut (Young & de Abreu, 2017). Sedangkan menurut Wahid & Fauzan, (2021) *game online* adalah permainan yang dapat dimainkan dengan gadget yang terhubung dengan jaringan internet. *Game online* biasanya dapat dimainkan sendiri maupun dimainkan dengan orang lain, Jadi semua orang bisa terhubung dengan dan bermain dengan teman maupun dengan orang dari berbagai tempat. Meskipun begitu, jika dimainkan secara berlebihan bisa membuat kita menjadi lupa pada waktu dan mengganggu kegiatan lain.

Menurut hasil Survei Penetrasi Internet Indonesia 2024 oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII), banyak masyarakat Indonesia yang pernah bermain *game online*. Data survei menunjukkan bahwa dari total

8.720 responden yang disurvei pada 2024, sebanyak 2.116 responden (24,27%) telah bermain *game online*. Dari kelompok tersebut, terdapat 113 responden (13,52%) yang menghabiskan waktu bermain *game online* lebih dari 4 jam per hari, menunjukkan intensitas bermain yang tinggi di sebagian kelompok *gamer*. Hal ini mencerminkan bahwa *game online* merupakan bagian penting dari aktivitas digital masyarakat Indonesia. Walaupun persentasenya tidak mewakili seluruh populasi, angka ini tetap menunjukkan tren popularitas yang kuat, terutama di kalangan pelajar dan remaja, dimana aktivitas bermain *game online* bukan hanya sekadar hobi tetapi juga menjadi bagian dari gaya hidup digital.

Game online dapat menjadi suatu adiksi jika menggunakannya dengan berlebihan. Banyak anak muda yang menghabiskan waktunya untuk bermain *game online*, mereka sulit dalam bersosialisasi dengan teman sebayanya, serta tidak memiliki waktu untuk berkumpul atau berdiskusi dengan temannya. Permainan online tidak menimbulkan dampak yang negatif bila anak tidak bermain dalam waktu durasi lebih dari 3 jam dalam satu hari (Pinasti, 2023).

Adiksi adalah suatu kondisi atau perilaku dimana individu merasa ketergantungan terhadap sesuatu hal yang disenangi, sehingga seseorang dapat mengalami perubahan perilaku dan cenderung mengganggu kehidupan sehari-hari. Adiksi merupakan suatu keadaan yang dimana seseorang sangat ketagihan terhadap sesuatu sehingga sulit untuk mengendalikannya. Menurut Lestariningsih et al., (2024) kecanduan *game online* merupakan kondisi gangguan kontrol terhadap hasrat atau keinginan bermain *game online* secara berlebihan sehingga menimbulkan ketidakberdayaan atau ketidakmampuan untuk menghentikan aktivitas tersebut, serta dapat mengganggu aktivitas

sehari-hari pemain. Dengan begitu adiksi *game online* diartikan sebagai penggunaan yang berlebihan terhadap *role playing game*, *video game* internet, atau permainan interaktif yang menggunakan internet (Nuryono, W. dkk, 2023)

Menurut Wong & Hodgins (2014) salah satu faktor yang mempengaruhi kecanduan *game online* adalah kontrol diri. Diperlukan kontrol diri yang baik dalam individu tersebut agar terhindar dari kecanduan *game online*. Kontrol diri yaitu kemampuan seseorang dalam sensitivitas membaca kondisi dirinya dan lingkungan disekitarnya, dan kemampuan untuk dapat melakukan kontrol terhadap perilaku yang cocok dengan kondisi dan situasi. (Harahap, 2017).

Masalah yang terdapat dalam kontrol diri merupakan permasalahan yang melibatkan proses belajar dalam pengendalian diri, serta keinginan yang berasal dalam diri individu yang meliputi, kemampuan individu dalam menuntun tingkah laku individu, mengelola informasi yang sesuai dengan apa yang diinginkan, dan dapat memilih suatu tindakan atau sesuatu yang telah diyakini sebelumnya. Kontrol diri memiliki berbagai fungsi dan manfaat bagi kehidupan siswa. Siswa yang memiliki kemampuan mengontrol diri akan menampilkan diri sebagai individu yang mampu mengendalikan diri dalam berperilaku, emosi, dan mengambil keputusan serta mampu berinteraksi dengan baik. (Siahaan & Pedhu, 2024).

Hal ini sejalan dengan hasil observasi awal yang dilakukan wawancara dengan salah satu guru BK di SMA Negeri 2 Percut Sei Tuan, diperoleh informasi bahwa perilaku bermain *game online* di kalangan siswa kelas XI cukup tinggi. Menurut Guru BK, terdapat beberapa siswa yang menunjukkan

kecenderungan perilaku adiksi *game online*. Hal ini terlihat dari kebiasaan siswa yang menghabiskan waktu bermain *game* secara berlebihan, terutama saat proses pembelajaran berlangsung di dalam kelas. Siswa tersebut terlihat kurang memperhatikan penjelasan guru, fokus pada telepon genggam, serta menunjukkan penurunan konsentrasi belajar..

Selain observasi, hasil penyebaran angket pra-penelitian menunjukkan bahwa sebagian siswa mengaku sering bermain *game online* dalam waktu yang lama dan merasa kesulitan mengendalikan keinginan untuk berhenti bermain. Beberapa siswa juga menyatakan bahwa bermain *game* berdampak pada terganggunya aktivitas belajar. Temuan ini mengindikasikan adanya kecenderungan perilaku adiksi *game online* yang diduga berkaitan dengan rendahnya kontrol diri siswa.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Aziz & Nasir, (2024) menunjukkan bahwa hasil dari uji korelasi menunjukkan adanya hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan *game online* pada siswa SMA/SMK di Kota Bekasi. Hubungan kedua variabel berkorelasi negatif dengan kekuatan korelasi sangat kuat. Maka dapat diartikan bahwa adanya hubungan negatif antara kontrol diri dengan kecanduan *game online*, dengan kekuatan hubungannya sangat kuat. Penelitian yang dilakukan oleh Annisa Nur R, (2021) menunjukkan bahwa hasil analisis terdapat hubungan negatif, itu berarti jika kontrol diri tinggi maka adiksi *game online* rendah. Sejalan dengan hasil analaisis tersebut, maka hasil akhir dari penelitian ini adalah terdapatnya program bimbingan dan konseling untuk para siswa yang mengalami kontrol diri rendah. Kemudian Penelitian yang dilakukan oleh Fitri. T,A. dkk (2021) menunjukkan bahwa Hasil uji

korelasi menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan kecanduan *game online* dengan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,050$) dan koefisien korelasi - 0,550 yang menunjukkan arah korelasi yang berlawanan, artinya semakin rendah kontrol diri maka semakin tinggi kecanduan *game online* pada remaja tersebut.

Penelitian terdahulu diatas menunjukkan bahwa kontrol diri berhubungan dengan perilaku adiksi *game online* pada remaja. Namun, sebagian besar penelitian dilakukan pada mahasiswa atau remaja secara umum, sehingga kajian yang secara khusus meneliti siswa SMA kelas XI masih terbatas. Selain itu, penelitian sebelumnya belum banyak dilakukan pada konteks sekolah tertentu, khususnya di SMA Negeri 2 Percut Sei Tuan, yang memiliki karakteristik lingkungan dan pola penggunaan *game online* yang berbeda. Oleh karena itu, diperlukan penelitian yang mengkaji hubungan antara kontrol diri dan perilaku adiksi *game online* pada siswa kelas XI SMA Negeri 2 Percut Sei Tuan untuk memperoleh gambaran yang lebih spesifik dan relevan dengan kondisi sekolah.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa perilaku adiksi *game online* di kalangan siswa merupakan masalah yang perlu mendapat perhatian serius, terutama dari pihak sekolah, guru bimbingan konseling, dan orang tua. Upaya pencegahan dan penanganan perilaku adiksi *game* tidak hanya bergantung pada pembatasan akses, tetapi juga pada penguatan kontrol diri siswa agar mampu mengatur perilaku dan waktu mereka secara bijak.

Dengan demikian, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian berjudul: “Hubungan Antara Kontrol Diri Terhadap Perilaku Adiksi *Game online* Siswa Kelas XII SMA Negeri 2 Percut Sei Tuan.”

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka dapat diidentifikasi masalah-masalah sebagai berikut:

- 1.2.1 Perkembangan teknologi digital, khususnya *game online*, semakin pesat dan banyak digemari oleh remaja, terutama siswa SMA.
- 1.2.2 Banyak siswa menghabiskan waktu berlebihan untuk bermain *game online* hingga mengganggu aktivitas belajar, bersosialisasi, dan tanggung jawab pribadi.
- 1.2.3 Adiksi *game online* muncul akibat rendahnya kemampuan individu dalam mengendalikan diri terhadap dorongan untuk bermain *game* secara terus-menerus.
- 1.2.4 Belum semua siswa memiliki kontrol diri yang baik untuk membatasi waktu bermain *game*, sehingga berpotensi mengalami gangguan perilaku adiktif.
- 1.2.5 Diperlukan pemahaman mendalam mengenai hubungan antara kontrol diri dengan perilaku adiksi *game online* pada siswa SMA sebagai dasar pengembangan intervensi bimbingan dan konseling di sekolah.

1.3 Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah di atas, maka perlu dalam penelitian ini untuk mempersempit masalah agar evaluasi masalah dalam penelitian ini berfokus dan lugas. Peneliti membatasi masalah terkait hubungan antara kontrol diri terhadap perilaku adiksi *game online* siswa kelas XI SMA Negeri 2 Percut Sei Tuan.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah "Apakah Ada Hubungan Antara Kontrol Diri Terhadap Perilaku Adiksi *Game online* siswa kelas XI SMA Negeri 2 Percut Sei Tuan"

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan pada rumusan masalah yang dikemukakan di atas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui "Hubungan Antara Kontrol Diri Terhadap Perilaku Adiksi *Game online* Siswa Kelas XI SMA Negeri 2 Percut Sei Tuan".

1.6 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang didapatkan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1.6.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya kajian ilmu psikologi pendidikan dan bimbingan konseling, khususnya yang berkaitan dengan hubungan antara kontrol diri dan perilaku adiksi *game online* pada remaja.

1.6.2 Manfaat Praktis

1.6.2.1 Bagi Siswa:

Dapat memberikan pemahaman akan pentingnya mengatur waktu bermain *game online* serta meningkatkan kemampuan dalam mengendalikan diri agar tidak terjebak dalam perilaku adiktif.

1.6.2.2 Bagi Guru Bimbingan dan Konseling:

Dapat menjadi bahan masukan untuk menyusun program layanan bimbingan yang berfokus pada peningkatan kontrol diri siswa, terutama bagi yang menunjukkan tanda-tanda kecanduan *game online*.

1.6.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya:

Dapat dijadikan referensi dan dasar untuk penelitian lebih lanjut mengenai faktor-faktor lain yang berhubungan dengan perilaku adiksi *game online*.



THE
Character Building
UNIVERSITY