

# **BAB I**

## **PENGANTAR**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Seiring dengan perkembangan zaman yang terjadi saat ini, ilmu pengetahuan dan teknologi pun ikut berkembang. Perkembangan ilmu teknologi inilah yang memajukan penggunaan internet, khususnya untuk gim daring yang sedang marak dalam beberapa tahun terakhir ini. Bentuk dari gim daring ini pun bermacam-macam jenisnya dan yang baru marak terjadi adalah gim daring *smartphone*, seperti *Mobile Legend*, *Arena of Valor*, *Player Unknowns Battle Grounds* dan *Rules of Survival*. Kalangan pengguna gim daring ini pun banyak, mulai dari anak-anak sampai orang dewasa, termasuk para mahasiswa yang bermain gim daring. Fenomena gim daring ini bisa dilihat dari banyaknya tempat nongkrong atau warung *cafe* yang menyediakan fasilitas wifi sehingga banyak yang memanfaatkannya untuk bermain *game* bersama-sama dengan teman-teman atau biasanya disebut dengan *maabar* (*main bareng*) dan banyak mahasiswa yang sampai lupa dengan kegiatannya karena lebih asyik berada di warung *cafe* agar bisa terus memainkan gim daring.

Menurut Young (2009) gim daring adalah permainan daring yang dimainkan dengan menggunakan internet. Menurut Direktur Indonesia Gamer Eddy Liem (Angela, 2013) gim daring adalah permainan elektronik yang dimainkan dengan akses secara daring melalui internet. Dari beberapa definisi mengenai gim daring di atas, dapat disimpulkan bahwa

gim daring adalah permainan yang dapat diakses oleh banyak orang dengan menggunakan internet untuk bisa menghubungkan para pemainnya melalui perangkat *smartphone*, laptop, tablet ataupun komputer.

Menurut Timbowo (2016) *Smartphone* atau ponsel cerdas merupakan telepon genggam yang mempunyai kemampuan dan fungsi yang sama seperti computer. Pada penelitian ini, gim daring yang digunakan terdapat pada perangkat *smartphone* karena individu yang kecanduan gim daring *smartphone* akan lebih mudah memainkan dimana saja jika bermain menggunakan *smartphone* dan lebih banyak menggunakan waktu luangnya untuk bermain gim daring *smartphone*. Sehingga para pemain tidak akan bermain hanya dengan sekali permainan, mereka akan mencoba lagi untuk bermain *game* hingga merasa puas dan akan bermain dalam waktu lebih dari 5 jam perhari.

Gim daring *smartphone* saat ini sangat digemari oleh masyarakat dan dapat lebih mudah untuk memainkannya, kapan saja dan dimana saja. Gim daring *smartphone* juga banyak digemari oleh semua kalangan karena dapat menghilangkan *stress* atau permasalahan yang sedang dialaminya, khususnya para mahasiswa yang lebih senang bermain gim daring karena lebih menyenangkan dari aktivitas kuliah yang membosankan. Ada banyak cara yang dilakukan setiap orang untuk memperoleh kesenangan, tetapi kesenangan yang dilakukan setiap orang sangat berbeda-beda. Kesenangan tersebut bisa berupa menonton televisi, bermain sepakbola, jalan-jalan,

bermain *game* dan kesenangan lainnya yang tergantung pada minat dan ketertarikan untuk melakukannya (Syahrani, 2015).

Perkembangan gim daring *smartphone* ini pun menjadikan banyak warung *café* yang menyediakan fasilitas wifi untuk bermain gim daring secara mudah dan dapat dilakukan secara bersama-sama dengan banyak teman. Keberadaan warung *café* yang menyediakan fasilitas internet inilah yang menyebabkan para mahasiswa menjadi kecanduan untuk memainkan gim daring karena di warung *café* bisa digunakan para mahasiswa untuk bertemu dengan teman-temannya dan bisa mendapat wifi secara gratis dalam bermain gim daring bersama-sama sehingga mereka lupa waktu dengan tugas utama mereka untuk melakukan kegiatan di kampus (Giandi, Mustikasari, & Suprpto, 2012).

Menurut Yee (2003) kecanduan didefinisikan sebagai tingkah laku yang dapat merugikan diri sendiri secara terus-menerus dan sulit dikendalikan oleh individu yang bersangkutan. Seorang ahli psikologi dari Amerika, David Greenfield mengemukakan bahwa sekitar 6% pengguna internet mengalami kecanduan gim daring (Syahrani, 2015). Menurut Young (1998) individu yang mengalami kecanduan gim daring menghabiskan waktu antara 40 hingga 80 jam dalam seminggu, sehingga waktu yang dihabiskan untuk bermain gim daring dalam sehari yaitu antara 5 sampai 10 jam.

Salah satu fenomena menarik yang peneliti temui secara langsung pada tanggal 13 Mei 2018 dengan seorang mahasiswa UII yang berusia 22 tahun fakultas psikologi angkatan 2014 yang menceritakan bahwa ia bermain gim daring *smartphone* dari jam 9 malam hingga jam 6 pagi hari, kebiasaan ini dilakukan karena pemain merasa asyik saat bermain bersama dengan teman-temannya, bahkan rela tidak tidur, menunda waktu untuk makan maupun beribadah, rela kehilangan mata kuliah karena terlalu sering membolos dan rela menggunakan uang kuliahnya untuk membeli senjata yang digunakan dalam permainan gim daring *smartphone*. Pemain juga bercerita mengenai kecanduan yang dialaminya karena ketidakmampuan dalam mengontrol diri dan merasa kesulitan dalam mengarahkan dirinya untuk membagi waktu.

Selain itu, di kota Mataram terdapat fenomena mengenai dua anak remaja yang berumur 18 tahun melakukan pencurian sepeda. Hal ini diduga karena mereka tidak mempunyai uang untuk bermain *game mobile legends*, sehingga mereka melakukan pencurian sepeda agar bisa dijual uangnya untuk membeli paket data yang digunakan bermain gim daring. Berdasarkan fenomena tersebut menunjukkan bahwa para pemain gim daring yang kecanduan akan melakukan apa saja agar dapat bermain gim daring lagi. (Kompas.com, 01/02/2018 15:05 WIB diakses pada 29 Mei 2018)

Berdasarkan dari kedua fenomena yang terjadi, dapat dilihat bahwa individu yang bermain gim daring mengalami kecanduan terhadap penggunaan gim daring karena mudahnya bermain gim daring yang bisa dimainkan dimana saja. Sehingga individu yang bermain gim daring tidak dapat mengontrol dan mengarahkan dirinya dalam penggunaan waktu bermain gim daring, bahkan individu akan melakukan apa saja agar dapat kembali bermain gim daring. Hal tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Young (1998) bahwa individu yang ketergantungan daring akan menghabiskan sejumlah waktunya selama 40 hingga 80 jam dalam satu minggu karena tidak mampu mengontrol penggunaannya.

Kecanduan yang tinggi dalam bermain gim daring memiliki dampak positif dan juga dampak negatif. Menurut Suryanto (2015) dampak positifnya yaitu dapat menghilangkan stress dari aktivitas kampus, cepat menyelesaikan permasalahan dan mudah berkenalan dengan teman baru yang memiliki hobby sama. Sedangkan dampak negatifnya yaitu para mahasiswa sering bolos kuliah agar dapat bermain gim daring, prestasi akademik yang rendah, tidak pernah berolahraga setiap minggu dan menggunakan uang dengan boros.

Sedangkan menurut Feprinca (2008) tingkat kecanduan gim daring yang tinggi bisa berdampak terhadap psikis, sosial, maupun fisik seseorang. Dampak psikis yang ditimbulkan adalah seorang yang sudah mengalami kecanduan gim daring akan terus menerus memikirkan gim daring. Sedangkan dampak sosial yang ditimbulkan adalah seorang

pecandu gim daring akan kehilangan hubungan diantara orang-orang terdekatnya karena kurangnya waktu yang dimiliki untuk berinteraksi dengan lingkungannya. Kemudian dampak fisik yang ditimbulkan adalah seseorang yang kecanduan gim daring akan memiliki kesehatan yang menurun karena kurangnya waktu istirahat yang dimilikinya untuk bermain gim daring secara terus-menerus. Hal tersebut menjadi penyebab individu yang kecanduan gim daring karena kurangnya mengontrol perilaku dalam dirinya. Sehingga dapat disimpulkan bahwa kecanduan gim daring banyak menimbulkan dampak yang negatif jika pemainnya tidak bisa mengontrol dirinya dengan benar, baik dalam hal mengontrol diri maupun mengontrol waktu penggunaan bermain gim daring.

Menurut Smart (2010) terdapat enam faktor yang mempengaruhi kecanduan gim daring yaitu yang pertama, kurangnya perhatian dari orang-orang terdekat yang akan membuat para pecandu melakukan kegiatan yang tidak menyenangkan agar mendapat perhatian. Kedua, depresi yang membuat para pecandu mencari pelarian dengan bermain gim daring agar mendapatkan kesenangan. Ketiga, kurangnya kontrol diri dalam penggunaan gim daring, akibatnya anak akan berperilaku over jika tidak terkontrol. Keempat, kurangnya kegiatan yang menyebabkan pecandu untuk mencari kegiatan dengan aktivitas yang menyenangkan seperti bermain gim daring. Kelima, lingkungan yang dapat mempengaruhi anak untuk berperilaku sesuai dengan pergaulannya. Yang

terakhir yaitu, pola asuh yang dapat mempengaruhi perilaku anak jika orangtua memberikan pola asuh yang salah.

Melihat dari faktor-faktor yang sudah dijelaskan, salah satu faktor yang mempengaruhi gim daring adalah kontrol diri. Pecandu gim daring mengalami kecanduan yang hampir sama dengan ketergantungan narkoba yang lupa waktu dan tidak bisa mengontrol diri sehingga pecandu akan lupa dengan segala sesuatu yang terjadi di kehidupan nyata seperti makan dan melakukan kegiatan sehari-hari. Para pecandu gim daring yang tidak bisa mengontrol dirinya lebih banyak menghabiskan waktunya untuk mendapatkan kesenangan dalam bermain gim daring daripada melakukan aktivitas yang lebih menguntungkan dan bermanfaat (Syahrani, 2015).

Kontrol diri menurut Chaplin (2006) didefinisikan sebagai kemampuan untuk mengarahkan perilakunya dan menghambat dorongan yang ada dalam tingkah lakunya. Fenomena kontrol diri ini didukung dalam penelitian yang dilakukan oleh Wulandari (2015) yang menunjukkan bahwa subjek yang bermain gim daring jika sudah kalah dalam permainan, subjek akan mendorong orang yang mengajaknya bicara dan mengeluarkan kata-kata kasar. Bermain gim daring akan terus dilakukan oleh para mahasiswa yang kecanduan karena melakukan aktivitas yang lebih menyenangkan akan bertahan lama dan susah untuk dihilangkan, tetapi para mahasiswa yang memiliki kontrol diri yang baik akan memiliki tingkat kecanduan gim daring yang rendah. Sebaliknya,

para mahasiswa yang tidak memiliki kontrol diri dengan baik akan memiliki tingkat kecanduan gim daring yang tinggi (Wulandari, 2015).

Fenomena mengenai kecanduan gim daring dan kontrol diri juga didukung dalam penelitian yang dilakukan oleh Griffiths, Mark, dan Mehroof (2010) mengenai kecanduan gim daring terkait perilaku mencari sensasi, kontrol diri, gangguan neuroticism, agresi, dan perilaku kecemasan yang menunjukkan bahwa kontrol diri berkorelasi negatif dengan kecanduan gim daring. Dalam penelitian ini dikatakan bahwa kontrol diri dapat mempengaruhi gim daring karena permainan dalam gim daring mudah untuk dimainkan oleh pemainnya sehingga menyebabkan para pemain kehilangan kontrol dirinya ketika menggunakan waktu untuk bermain gim daring.

Berdasarkan fenomena dan masalah yang ditimbulkan dari pecandu gim daring yang memiliki dampak negatif bagi kehidupannya karena tidak bisa mengontrol diri dengan baik, maka peneliti tertarik untuk mengetahui lebih dalam tentang hubungan antara kontrol diri dan pecandu gim daring pada *smartphone* di kalangan mahasiswa Universitas Islam Indonesia Yogyakarta.

## **B. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan gim daring pada *smartphone* di kalangan mahasiswa Universitas Islam Indonesia Yogyakarta.

### **C. Manfaat Penelitian**

#### **1. Manfaat Teoritis**

- a. Bagi ilmu pengetahuan, diharapkan penelitian yang dilakukan dapat menambah pengetahuan dan wawasan mengenai hubungan antara kontrol diri dan kecanduan gim daring pada mahasiswa Universitas Islam Indonesia Yogyakarta.
- b. Bagi orangtua, penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran umum mengenai perilaku anak yang ketergantungan terhadap penggunaan gim daring.

#### **2. Manfaat Praktis**

- a. Bagi ilmu pendidikan psikologi, penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran dan menjadikan masukan untuk peneliti selanjutnya yang ingin meneliti tentang kontrol diri dengan pecandu gim daring pada mahasiswa.
- b. Bagi mahasiswa diharapkan penelitian tersebut dapat memberikan wawasan mengenai kerugian dari bermain gim daring yang berlebihan sehingga mengabaikan aktivitas sehari-hari dan mampu mengontrol dirinya dalam penggunaan gim daring sehingga tidak menimbulkan ketergantungan dalam bermain gim daring.

#### **D. Keaslian Penelitian**

Berbagai penelitian yang telah dilakukan, terdapat beberapa penelitian yang memiliki topik yang berhubungan dengan pecandu gim daring pada mahasiswa, salah satunya yaitu penelitian yang dilakukan oleh Wulandari (2015) yang meneliti mengenai hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan gim daring pada remaja di warnet lorong cempaka dalam kelurahan 26 ilir Palembang, dalam penelitian tersebut difokuskan untuk menguji bagaimana hubungan kontrol diri dengan pecandu gim daring pada remaja yang dilakukan terhadap 95 subjek para pelajar yang berada di warnet lorong cempaka dalam kelurahan 26 Ilir Palembang. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakan skala kecanduan gim daring dan skala kontrol diri. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, didapatkan hasil yang signifikan antara hubungan kontrol diri dengan kecanduan gim daring pada remaja di warnet lorong cempaka dalam kelurahan 26 ilir Palembang, hal tersebut dipengaruhi dari aitem kontrol diri yang sulit untuk mengontrol dirinya.

Penelitian lain yang memiliki topik yang berkaitan dengan hubungan kontrol diri dengan kecanduan gim daring yaitu penelitian yang dilakukan oleh Syahrani (2015) yang meneliti tentang ketergantungan daring *game* dan penanganannya. Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah 2 siswa SMP Negeri 1 Palu. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa perilaku kecanduan gim daring disebabkan oleh faktor keluarga dan faktor sosial yang mendukung subjek dalam memiliki fasilitas gim daring.

Soehartono (2016) juga meneliti tentang topik yang berkaitan dengan kecanduan gim daring yang dilakukan pada 5 subjek remaja yang bertempat tinggal di kelurahan tanjung hulu kecamatan Pontianak timur. Dalam penelitian perilaku pecandu gim daring pada remaja studi di kelurahan tanjung hulu kecamatan Pontianak timur ini menggunakan metode pengumpulan data berupa observasi dan wawancara. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku pecandu gim daring pada remaja studi di kelurahan tanjung hulu kecamatan Pontianak timur adalah kurangnya kontrol diri individu.

Berdasarkan uraian diatas dari beberapa penelitian sebelumnya, maka penelitian yang dilakukan penulis termasuk penelitian orisinil yang dapat dilihat dari :

1. Keaslian Topik

Penelitian ini menggunakan variabel tergantung pecandu gim daring pada mahasiswa Universitas Islam Indonesia. Pada penelitian yang dilakukan oleh Wulandari (2015) lebih memfokuskan untuk menguji apakah yang menyebabkan remaja dengan kecanduan gim daring itu kurang memiliki kontrol diri yang baik. Kemudian penelitian yang dilakukan oleh Syahrani (2015) lebih memfokuskan pada ketergantungan gim daring dan cara penanganannya dengan subjek remaja yang dipengaruhi oleh faktor pendukung dalam bermain gim daring.

Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Soehartono (2016) lebih menekankan pada perilaku pecandu gim daring pada remaja yang memberikan hasil yang tergolong *heavy user* yang tidak memikirkan dan melakukan aktivitas lain selain bermain gim daring, pemain hanya memfokuskan diri pada gim daring saja. Salah satu faktor yang menyebabkan pemain menjadi ketergantungan gim daring ini adalah adanya kontrol diri yang kurang pada masing-masing subjek dan orangtua yang kurang mengontrol aktivitas anaknya, sehingga menjadikan kontrol diri yang rendah dan ketergantungan gim daring yang menjadi tinggi.

## 2. Keaslian Teori

Teori yang digunakan penulis dalam penelitian ini menggunakan teori yang dikembangkan oleh Young (1998) bahwa internet dapat menyebabkan kecanduan, salah satunya adalah computer *game addiction* (berlebihan dalam bermain *game*). Teori kontrol diri yang digunakan dalam penelitian ini adalah teori dari Tangney (2004) yang mendefinisikan bahwa kontrol diri adalah kemampuan individu dalam mengatur perilakunya berdasarkan standar tertentu, seperti nilai, moral atau aturan yang ada di masyarakat sehingga dapat mengarah ke perilaku yang positif.

### 3. Keaslian Alat Ukur

Penelitian ini menggunakan alat ukur skala kecanduan yang disusun oleh Krisnawati (2009) berdasarkan aspek-aspek kecanduan menurut Young (1998). Skala kontrol diri disusun oleh Tiaranita (2012) untuk mengukur kontrol diri individu yang kecanduan gim daring dengan aspek yang disusun oleh Tangney, dll (2004).

### 4. Keaslian Subjek Penelitian

Subjek penelitian yang digunakan dalam penelitian ini memiliki tiga karakteristik. Pertama, subjek adalah para mahasiswa Universitas Islam Indonesia di Yogyakarta yang mengalami kecanduan terhadap gim daring dan banyak menimbulkan berbagai fenomena yang terjadi dalam kehidupannya akibat kurangnya kontrol diri. Kedua, subjek bermain gim daring di *smartphone* karena mudah untuk dibawa kemana-mana dan dapat memainkan gim daring kapan saja. Ketiga, subjek bermain gim daring *smartphone* minimal lima jam dalam sehari karena menurut Young (1998) individu yang mengalami ketergantungan sebagai pengguna daring menghabiskan waktu antara 40 sampai 80 jam per minggu dengan menghabiskan waktu 5 sampai 10 jam dalam sehari.

Pada penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Syahrani (2015) mengenai ketergantungan gim daring dan penangganya, subjek yang digunakan dalam penelitian tersebut bermain gim daring menggunakan komputer. Selanjutnya pada penelitian yang dilakukan oleh Wulandari

(2015) mengenai hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan gim daring juga menggunakan subjek yang bermain gim daring di warnet dengan menggunakan komputer. Hal tersebut dapat dilihat bahwa subjek yang digunakan dalam penelitian ini berbeda dengan subjek yang digunakan dalam penelitian sebelumnya, dimana subjek dalam penelitian ini menggunakan *smartphone* untuk bermain gim daring karena lebih mudah dibawa kemana-mana dan dapat dimainkan dimana saja tanpa harus pergi ke warnet untuk bisa bermain gim daring.