

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang

Permasalahan remaja pada saat ini adalah kecanduan *game*, remaja akan selalu ingin bermain *game* dan akhirnya menjadi kecanduan *game*. Jika seorang remaja menjadi kecanduan bermain *game online*, sangat mungkin mereka akan menghabiskan banyak waktu untuk bermain *game*, sehingga tidak ada waktu untuk melakukan hal lain (Lusiana, 2023). Kecanduan *game* merupakan pola perilaku bermain *game* (*online* maupun *offline*, *game* digital maupun *video game*) dengan beberapa indikasi seperti; tidak dapat mengendalikan keinginan bermain *game*, lebih memprioritaskan bermain *game* dibandingkan minat terhadap kegiatan lainnya, seseorang terus bermain *game* meski ada konsekuensi negatif yang jelas terlihat (Wiguna, R. I., Menap, H., Alandari, D. A., & Asmawariza, L. H., 2020).

*World Health Organization* (WHO) mencantumkan kecanduan *game online* dalam *International Classification of Diseases* edisi ke-11 (ICD-11) pada tahun 2018. Negara dengan tingkat kecanduan *game online* tertinggi adalah Korea Selatan (13,8%), diikuti oleh Lebanon (9,2%), dan Spanyol (6,7%). Data menunjukkan 10,7 juta orang di Indonesia, atau sekitar 10% dari semua pengguna internet, adalah pemain *game online* aktif, dengan perbandingan 51,43% laki-laki dan 48,57% perempuan. Pengguna aktif artinya bermain *game online* hampir setiap hari tanpa henti.

Berdasarkan penelitian oleh (Yusrina & Yermiandhoko, 2022) tujuan bermain *game online* disebabkan oleh beberapa faktor. Para pengguna *game online* memainkan *game online* itu bertujuan untuk bersenang-senang sehingga orang tersebut seolah-olah menciptakan dunia baru didalam *game*. Bermain *game online* dapat menyediakan kepuasan dan ketagihan bagi pemain, mengakibatkan mereka mengurangi waktu untuk belajar dan melakukan tugas.

Jika seseorang menghabiskan lebih banyak waktu untuk bermain, mereka akan menjadi lebih terisolasi. Hal ini meningkatkan risiko beberapa gangguan pada kesehatan mental remaja seperti penyakit mental dan depresi. *Game online*, seperti *Player unknown's battlegrounds*, *Mobile Legend*, dan *Free Fire*, yang akhir-akhir ini sangat populer dan diminati banyak orang, dapat memengaruhi kesehatan mental seseorang (Lusiana, 2023). Adapun beberapa dampak negatif yang akan dialami oleh orang yang kecanduan bermain *game online*, Menurut (Kurniawan, 2017) ada beberapa dampak negatif antara lain : Kesehatan menurun, munculnya gangguan mental, menghambat proses pendewasaan diri, mempengaruhi prestasi belajar, memunculkan perilaku prokrastinasi akademik dan kesulitan bersosialisasi dengan orang lain.

Kejadian yang kini sering terjadi pada kalangan remaja yaitu menghabiskan waktu rata-rata 7 jam per hari untuk mengakses media internet seperti *game online*. Hal ini menyebabkan beberapa masalah yang mengganggu kesehatan mental seperti sifat agresif, kecanduan, dan tingkat emosional pada remaja. Fenomena *game online* mengandung unsur kekerasan yang membuat tingkat agresif meningkat. Sifat agresif dapat mempengaruhi pengguna *game online*. Durasi bermain *game* juga bisa menyebabkan pengguna *game* bisa sampai ketahap kecanduan. Secara psikis, emosional seseorang dengan kecanduan *game online* juga terganggu. Misalnya remaja menjadi agresif 72,2 % dengan tiba-tiba dia mendorong temannya, memukul dan hal tersebut sudah menjadi bukti kecanduan *game online* berpengaruh terhadap emosi remaja. Jadi dapat disimpulkan bahwa durasi bermain *game online* atau terlalu lama bermain *game online* dapat membuat pengguna atau pemain *game online* tersebut bisa mengalami gangguan terhadap pikiran atau kesehatannya terutama emosional dan mental (Erik & Syenshie, 2020). Sedangkan *game online* juga dapat menyebabkan kerusakan otak tanpa disadari.

Data dari National Institute of Mental Health (NIMH) dari tahun 2019 menunjukkan bahwa masalah kesehatan mental adalah masalah yang paling umum dialami oleh remaja berusia 17 hingga 18 tahun. Menurut Organisasi Kesehatan

Mental Dunia (WHO), ada 450 juta orang di seluruh dunia yang menderita gangguan kesehatan mental, dengan 20% kasus terjadi pada anak-anak (O'Reilly, 2015). Menurut hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2013, ada 5,6% gangguan kesehatan mental emosional terjadi pada remaja. Selain itu, menurut data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, gangguan kesehatan mental mencapai 9,8% dari seluruh populasi yang berusia 15 tahun ke atas mengalami gangguan kesehatan mental emosional dengan gejala depresi dan kecemasan. Angka tersebut meningkat sebesar 6% dari tahun 2013 (Wahyuningsih et al., 2019).

Menurut hasil riset yang dilakukan oleh Heni Wulandari dan Aprilina Sartika (2021) dalam judul “Hubungan Kecanduan *Game Online* Dengan Masalah Mental Emosional Pada Remaja Di Kampung Rumbia Rt 3 Rw 2 Desa Karangreja Kecamatan Pebayuran Kabupaten Bekasi”, disimpulkan bahwa kecanduan *game online* dari total 44 responden terdapat 25 (56.8%) kecanduan berat, dan sebanyak 19 (43.2%) dengan kecanduan ringan. Hubungan kecanduan *game online* terhadap masalah mental emosional bahwa kecanduan *game* tingkat ringan terdapat 13 orang (68.4%), dan pada kecanduan *game* tingkat berat terdapat 4 orang (16.0%) yang termasuk dalam kategori normal pada masalah mental emosional. Distribusi frekuensi dari masalah mental emosional terdapat 22 orang (50.0%) dengan kategori abnormal, diikuti dengan kategori Normal sebanyak 17 orang (38.6%), dan kategori borderline sebanyak 5 orang (11.4%). Hasil uji statistik didapati nilai  $\rho = 0,002 < \alpha = 0,05$ , yang artinya  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima artinya terdapat hubungan kecanduan *game online* terhadap masalah mental emosional. Maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara kecanduan *game online* dengan masalah mental emosional pada remaja di kampung Rumbia Rt 003/ Rw 002 Desa Karangreja Kecamatan Pebayuran Kabupaten Bekasi.

Dari hasil studi pendahuluan di Desa Munjungagung, salah satu desa di Kabupaten Tegal, ada banyak orang yang bermain *game online*, atau *gamer*. Saya mengatakan bahwa dampak yang ditimbulkannya sangat besar, mulai dari orang yang lupa waktu, kekurangan istirahat, hingga orang yang mengabaikan tugas sekolah hanya

karena bermain *game*. Pemain *game online* tidak menyadari bahwa bermain *game* dapat menyebabkan gangguan mental. Tidak sedikit dari mereka yang mengalami peningkatan emosi sehingga menyebabkan mereka menjadi temprament, dan mereka juga terkadang melampiaskan atau meluapkan emosi mereka karena kalah bermain *game* dengan tidak benar. Selain itu, kebanyakan dari mereka adalah pecandu *game*, tidak hanya pria tetapi juga wanita. Kecanduan *game* adalah masalah umum di desa ini. Kebanyakan dari mereka tidak menyadari dampak bermain *game* yang mereka ketahui hanyalah kesenangan menang dalam pertandingan yang mereka mainkan. Tentu saja, hal ini akan mendorong para pecandu untuk bermain *game* terus-menerus.

Hasil wawancara pertama yang dilakukan pada tanggal 25 Januari 2024 pada 3 responden dengan inisial R,F dan S yang dilakukan dengan metode observasi dan wawancara, menunjukkan bahwa bermain *game online* memiliki banyak efek negatif. Responden mengatakan bahwa dia sulit berkonsentrasi ketika mengingat hanya cara memenangkan *game* dan naik ke level selanjutnya, ketika tidak bermain *game online* selama satu hari, responden akan menjadi gelisah dan kepanikan. Akibat yang ditimbulkan oleh bermain *game online* sangat besar dan juga berpengaruh pada kognitif individu tersebut, seperti lambatnya dalam menangkap rangsangan dan respons, terkadang juga bisa membuat orang menjadi gila. Dari hasil obserasi ketiga responden semuanya tidak bisa mengontrol emosinya ketika bermain *game*, dan mengatakan bahasa yang tidak bagus, bahkan terkadang melemparkan hpnya ketika *game* yang dimainkan kalah. Kondisi tersebut menunjukkan adanya gangguan yang mengarah pada kesehatan mental remaja

Memperhatikan fenomena *game online* dan efeknya yang saat ini sangat ramai di kalangan masyarakat. Oleh karena itu, banyak perubahan yang muncul dengan begitu cepat seiring perkembangan teknologi, terutama permainan online. Penulis ingin mengidentifikasi kesehatan mental pemain *game online* di Desa Munjungagung, Kecamatan Kramat, karena mayoritas pemain adalah laki-laki. Para remaja bermain *game* selama 4-7 jam atau lebih setiap hari. Hal ini disebabkan

oleh fakta bahwa permainan ini berkelanjutan, yang membuat pemain ingin bermain terus menerus. Dengan kata lain, pemain *game online* telah menjadi kecanduan *game online* sejak awal. Kecanduan *game online* memiliki efek sosial, psikologis, dan kesehatan yang signifikan. Oleh karena itu, peneliti akan mengidentifikasi apakah ada hubungan tingkat kecanduan *game online* dengan kesehatan mental remaja di Desa Munjungagung Kecamatan Kramat.

## **1.2 Tujuan Penelitian**

### 1.2.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat kecanduan *game online* dengan kesehatan mental pada remaja di Desa Munjungagung Kecamatan Kramat.

### 1.2.2 Tujuan Khusus

1.2.2.1 Mengidentifikasi tingkat kecanduan *game online* pada remaja di desa Munjungagung kecamatan Kramat.

1.2.2.2 Mengidentifikasi kesehatan mental remaja di Desa Munjungagung kecamatan Kramat.

1.2.2.3 Mengidentifikasi hubungan tingkat kecanduan *game online* dengan kesehatan mental remaja di Desa Munjungagung Kecamatan Kramat.

## **1.3 Manfaat penelitian**

### 1.3.1 Manfaat Aplikatif

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperluas wawasan dan evaluasi bagi remaja dalam upaya meningkatkan kognitif, khususnya pada remaja yang mengalami kecanduan *game online*, agar tidak mengakibatkan memburuknya kejadian kesehatan mental pada remaja dimasa mendatang.

### 1.3.2 Manfaat Keilmuan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat, memperluas wawasan dan sumbangan ilmiah dalam bidang keperawatan jiwa, khususnya tentang kecanduan *game online* dengan kejadian kesehatan mental.

### 1.3.3 Manfaat Metodologi

Hasil penelitian ini diharapkan sebagai acuan sumber data untuk pengembangan penelitian selanjutnya, yang berhubungan dengan kecanduan *game online* terhadap kesehatan mental pada remaja.