

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Kecanduan *game online*

2.1.1 Definisi kecanduan *game online*

Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) menyebutkan kecanduan berasal dari kata candu yang memiliki arti suatu kegemaran yang membuat orang tersebut ketagihan. Dalam kamus istilah psikologi (Hassan, 2018), kecanduan merupakan keadaan patologis dari ketidakmampuan untuk menghindari zat tertentu yang disebabkan oleh pemakaian berlebih dan sudah membiasa.

Menurut Arthur T. Hovart (dalam Kusumadewi, 2009) mendefinisikan kecanduan adalah, suatu aktivitas atau substansi yang dilakukan berulang hingga orang tersebut bersedia mengeluarkan uang untuk membayar harga (menimbulkan dampak negatif). Young (2009) mendefinisikan kecanduan *game online* adalah suatu kegiatan yang menghabiskan berjam-jam hidup sebagai "orang lain" dan menguras emosi namun meluangkan waktu lebih banyak untuk bermain *game online* dan mengabaikan kegiatan selain itu seperti kehidupan sosial, belajar, hobi, dan waktu tidur. Menurut Jap, Tiatri, Jaya, & Suteja (2013) Individu dapat dikatakan seorang kecanduan *game online* dengan ciri-ciri bermain *game online* selama 4-5 kali dalam seminggu, rata-rata menghabiskan waktu untuk bermain *game online* lebih dari 4 jam per harinya, dan bermain lebih dari 4 jam di hari kerja dengan mempertimbangkan waktu standar hari kerja adalah 8 jam sehingga dikategorikan sebagai aktivitas berlebihan (*excessive*).

Berdasarkan uraian definisi kecanduan di atas dapat disimpulkan bahwa yang dimaksud kecanduan *game online* adalah kegiatan berulang yang menjadi kegemaran dan ketagihan juga menimbulkan dampak negatif yang merugikan orang yang bersangkutan hingga timbul masalah sosial dan emosional.

2.1.2 Aspek kecanduan *game online*

Untuk aspek atau indikator dari kecanduan *game online* ini sama hanya dengan aspek kecanduan yang lain, hanya saja kecanduan *game online* lebih ditekankan kepada golongan kecanduan psikologis daripada golongan kecanduan fisik. Lalu untuk aspek dari kecanduan *game online* sendiri menurut (Chen & Chang, 2009) memiliki minimal empat aspek. Keempat aspek tersebut adalah.

1. *Compulsion* merupakan dorongan kuat dari dalam diri untuk melakukan secara terus-menerus. Perilaku yang timbul akibat kecanduan *game online* pada aspek ini adalah seseorang memiliki dorongan yang kuat dari dalam diri untuk bermain *game online* terus-menerus.
2. *Withdrawal Symptoms* (Gejala dari pembatasan atau penarikan diri) merupakan perasaan tidak menyenangkan karena penggunaan *game online* dikurangi atau tidak dilanjutkan. Gejala ini berpengaruh pada fisik pemain. Perasaan dan efek antara perasaan dan fisik akan timbul, seperti pusing dan insomnia. Gejala ini juga berpengaruh pada psikologisnya, misalnya mudah marah atau moodiness. Perilaku yang timbul akibat kecanduan *game online* pada aspek ini adalah pemain *game online* merasa tidak bisa menjauhkan diri dari *game online*.

3. *Tolerance* (Toleransi) merupakan proses di mana terjadinya peningkatan jumlah penggunaan game online untuk mendapatkan efek perubahan dari mood. Perilaku yang timbul akibat kecanduan *game online* pada aspek ini adalah aktivitas individu dalam bermain game online semakin meningkat, sehingga secara bertahap waktu yang dihabiskan untuk bermain game online bertambah jumlahnya.

4. *Interpersonal and Health Related Problem* dimana persoalan tentang hubungan atau interaksi individu dengan orang lain dan juga masalah kesehatan. Dampak dari aspek ini adalah seseorang yang kecanduan *game online* cenderung tidak menghiraukan hubungan sosial di sekitarnya karena terpaku akan permainan yang dimainkan. Sering juga dijumpai anak yang tertarik kecanduan *game online* lebih asyik bertemu relasi atau temannya melalui *game online* tanpa harus bertatap muka, namun tetap saja tidak peduli dengan hubungan interpersonal dengan sosial di sekitarnya.

Lemmens (2009) mengembangkan kriteria dari seseorang yang kecanduan *game online* menjadi tujuh indikator yang meliputi:

1. *Salience* (Memiliki arti yang penting)

Bermain *game online* dirasa menjadi prioritas karena dianggap kegiatan paling penting dalam kehidupannya dan menguasai pikirannya (keasyikan), perasaan (merasa selalu menginginkannya/mengidam), dan perilaku (penggunaan yang berlebih). Perilaku yang timbul dari seseorang

yang kecanduan *game online* pada aspek ini seseorang menganggap bermain *game online* adalah hal yang paling penting dalam kehidupannya dan tanpa disadari aktivitas bermain *game online* mendominasi pikiran, perasaan dan perilakunya.

2. *Tolerance* (Toleransi)

Proses ketika seseorang menghabiskan lebih sering atau lebih banyak waktunya untuk bermain *game online*. Perilaku yang timbul dari seseorang yang kecanduan *game online* pada aspek ini adalah aktivitas individu dalam bermain game online semakin meningkat, sehingga secara bertahap waktu yang dihabiskan untuk bermain game online bertambah jumlahnya.

3. *Mood modification* (Perubahan perasaan)

Pemain game online akan merasakan suatu perubahan mood/ perasaan yang meningkat dan membaik ketika ia mulai bermain *game online*.

4. *Withdrawal* (Penarikan)

Aspek ini berkaitan dengan adanya emosi tidak menyenangkan atau efek fisik yang terjadi ketika bermain game tiba-tiba berkurang atau dihentikan. Perilaku yang timbul dari seseorang yang kecanduan *game online* pada aspek ini adalah pemain *game online* akan semakin kesulitan dalam menarik dirinya dari kebiasaan bermain game online yang berlebihan.

5. *Relapse* (Kambuh)

Adanya dorongan untuk melakukan kembali hingga sampai berulang kali untuk bermain *game online* setelah berhenti dalam jangka waktu tertentu atau pada masa kontrol.

6. *Conflict* (Konflik)

Aspek ini mengacu pada semua konflik antar pribadi dihasilkan dari bermain game yang berlebihan. Konflik terjadi antara pemain dan orang-orang di sekitarnya. Ketika pemain dalam tahap kecanduan, mereka akan mengabaikan kehidupan sosialnya demi fokus pada aktivitas gamingnya. Hal tersebut tentu saja membuatnya memiliki konflik dengan orang-orang disekitarnya.

7. *Problems* (Masalah)

Bermain game mengganggu aktivitas lain seperti bekerja, sekolah, dan sosialisasi yang menyebabkan gangguan intrapsikis dan kehilangan kontrol.

Adapun untuk menentukan kecanduan atau tidaknya, Lemmens (2009) mengatakan bahwa seorang yang dikatakan kecanduan bila sudah memiliki tanda - tanda lebih dari 4 komponen di atas.

2.2 Faktor Penyebab Kecanduan *game online*

Menurut Lemmens 2009, Usia Anak sekolah adalah usia paling rentan terhadap penggunaan *game online*. Masa kanak kanak adalah transisi menuju usia remaja. Teori perkembangan psikososial Erikson menyatakan bahwa masa transisi kanak

kanak ke usia remaja berada pada fase pencarian identitas diri (Santrock, 2007). Menurut Papalia, Old, & Feldman (2008), dalam Febriandari (2016), Identitas diri adalah suatu konsepsi mengenai diri, penentuan tujuan, nilai dan keyakinan yang dipegang teguh oleh individu. Hal ini akan diperoleh ketika remaja dapat menyelesaikan krisis yang muncul dari tahap perkembangan psikososial pada masa remaja yaitu identitas versus kebingungan peran. Penyelesaian terhadap krisis yang muncul tersebut merupakan tugas utama individu pada masa remaja. Oleh karena itu identitas diri dapat terbentuk melalui interaksi yang terjadi antara orang tua, anggota keluarga dan teman sebaya. Tetapi anak yang lebih banyak menghabiskan waktu untuk bermain game online akan menghambat proses interaksi, kematangan identitas dirinya. Febriandari (2016), Anak yang kecanduan game online juga bisa membuat anak menjadi kasar dan agresif karena terpengaruh dari yang dilihat dan yang dimainkan dalam permainan game online tersebut.

2.3 Faktor penyebab anak bermain *game online*

Penggunaan handphone (HP) pada anak usia sekolah sekarang sudah menjadi hal yang biasa, banyak anak-anak yang lebih sering bermain handphone (HP) daripada bermain dengan teman-temannya. Hal itu karena terdapat hambatan aktivitas kehidupan siswa tersebut baik di rumah maupun di sekolah seperti : saat berada di dalam rumah orang tua mereka kurang memperhatikan anak karena mereka sibuk bekerja, sedangkan saat di sekolah anak tersebut tidak diterima oleh teman sebaya sehingga anak tersebut hanya duduk sendiri di dalam

kelas. Penelitian Rahma (2015), menunjukkan bahwa 4 terhambatnya aktivitas anak membuat anak tersebut lebih banyak menghabiskan waktu menggunakan handphone (HP) mereka untuk bermain game online

Penelitian Supendi (2012) juga menyatakan bahwa ada dua faktor penyebab anak bisa kecanduan bermain game online, yaitu faktor internal dan eksternal Faktor internal yaitu keinginan yang kuat dari diri anak untuk memperoleh nilai yang tinggi dalam game online, rasa bosan yang dirasakan anak ketika berada di rumah atau di sekolah, ketidakmampuan mengatur prioritas untuk mengerjakan aktivitas penting lainnya, dan kurangnya self control dalam diri anak. Faktor eksternal berupa lingkungan yang kurang terkontrol karena teman-teman anak juga banyak bermain game online, kurang memiliki hubungan sosial yang baik, dan harapan orang tua yang terlalu tinggi terhadap anaknya untuk mengikuti berbagai les atau kegiatan.