

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Kecanduan *Game Online*

2.1.1 Definisi

Menurut Wiguna & Herdiyanto (2018) *game online* adalah *game* yang berbasis elektronik visual serta menggunakan jaringan internet. *Game online* memiliki perbedaan dengan *game* lainnya, para pemain *game online* tidak hanya bermain dengan orang yang berbeda disampingnya, namun juga dapat bermain dengan pemain lainnya.

Secara umum kecanduan saling digunakan dalam lingkup terkait dengan penggunaan zat adiktif (misalnya alkohol dan obat-obatan). Semakin berkembangnya zaman dan kehidupan manusia istilah kecanduan tidak lagi selamanya melekat pada suatu hal tertentu yang dapat menimbulkan ketergantungan pada seseorang baik secara fisik atau psikologis.

Kecanduan *game online* merupakan salah satu jenis bentuk kecanduan yang disebabkan oleh teknologi internet atau yang lebih dikenal dengan internet *addictive disorder*. *Game online* merupakan bagian dari internet yang sering dikunjungi dan sangat digemari dan bisa menyebabkan kecanduan yang memiliki intensitas yang sangat tinggi. Internet juga dapat menyebabkan kecanduan salah satunya adalah *computer game addiction* (berlebihan dalam bermain *game*) (Ulfa, 2017).

Lemmens, Valkenburg & Peter mengartikan “kecanduan *game* sebagai penggunaan komputer atau *smartphone* secara berlebihan dan berulang kali yang

menghasilkan munculnya permasalahan pada aspek sosial, emosional dan pemain game tidak bisa mengendalikan aktivitas bermain game secara berlebihan” dalam Setiaji dan Virlia (2016).

Menurut Rudhiati, Apriany, & Hardianti, (2015) dikatakan kecanduan game online jika seseorang menghabiskan waktu saat bermain game lebih dari dua jam/hari, atau lebih dari 14 jam/minggu, bahkan 55 jam dalam seminggu (van Rooij, Schoenmakers, Vermulst, van den Eijnden, & van de Mheen, 2011) atau rata-rata 20-25 jam dalam seminggu (Chou, Condron, & Belland, 2005).

Berdasarkan pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa kecanduan *game online* merupakan suatu perilaku bermain *game online* yang dilakukan secara terus menerus sehingga tidak memperhatikan waktu, dan menyebabkan pemain sulit berhenti dalam bermain *game online*.

2.1.2 Aspek Kecanduan *Game Online*

Chen dan Chang (2008) menyebutkan bahwa sedikitnya ada empat aspek kecanduan *game online* yaitu :

1. *Compulsion* (kompulsif/dorongan untuk melakukan secara terus menerus), merupakan suatu dorongan atau tekanan kuat yang berasal dari dalam diri sendiri untuk melakukan secara terus menerus, dimana dalam hal ini merupakan dorongan dari dalam diri untuk terus menerus bermain *game online*.
2. *Withdrawal* (penarikan diri) merupakan suatu upaya untuk menarik diri atau menjauhkan diri dari suatu hal. Seseorang yang kecanduan *game online* merasa tidak mampu untuk menarik atau menjauhkan diri dari hal-hal yang berkenaan dengan *game online*.

3. *Tolerance* (toleransi), toleransi dalam hal ini diartikan sebagai sikap menerima keadaan diri ketika melakukan suatu hal. Biasanya toleransi ini berkenaan dengan jumlah waktu yang digunakan atau dihabiskan untuk melakukan sesuatu yang dalam hal ini adalah bermain *game online*.
4. *Interpersonal and health-related problems* (masalah hubungan interpersonal dan kesehatan), dimana persoalan-persoalan yang berkaitan dengan interaksi kita dengan orang lain dan juga masalah kesehatan.

2.1.3 Dampak Kecanduan *Game Online*

Selain memberikan dampak positif *game online* juga memberikan dampak negatif. Dampak positif dalam bermain *game online* ini yaitu dampak yang bisa dibidang memberi manfaat / pengaruh baik bagi penggunanya. Dampak positif *Game online* bisa seperti berikut (duniabaca.com):

1. Dapat menguasai komputer.
2. Dengan bermain *game online* secara langsung dapat mengerti bahasa Inggris yang dipergunakan pada *game* yang tak jarang pemain harus mengartikan sendiri kata – kata yang tidak mereka ketahui.
3. Dari *game online* ini dapat menambah teman
4. Bagi yang telah mempunyai ID dari salah satu *game onlinenya* yang telah jadi (GG) mereka dapat menjualnya kepada orang lain dan akhirnya mendapatkan uang dari hasil tersebut.

Sementara itu dampak negatif dari bermain *game online* yaitu dampak yang kurangbaik bagi para pengguna *game online* tersebut seperti:

1. Seseorang yang bermain *game online* hanya menghambur-hamburkan

waktu dan uang secara sia-sia .

2. Bermain *game online* membuat orang menjadi ketagihan .
3. Terkadang lebih merelakan kuliahnya untuk bermain *game online* (bolos kuliah).
4. Dengan bermain *game online* tersebut juga bisa membuat lupa waktu, untuk makan, beribadah, waktu untuk pulang ,dll.
5. Dengan terlalu sering berhadapan dengan monitor secara mata telanjang dapat membuat mata menjadi minus. Seorang anak jadi sering berbohong kepada orang tuanya karena pada awalnya berpamitan untuk berangkat sekolah ternyata dia bolos sekolah untuk bermain *game online*.

Margaretha Soleman (Ambarina,2008:78) mengemukakan dampak buruk secara sosial, fisik dari kecanduan bermain *game online*, sebagai berikut.

1. Sosial

Hubungan dengan teman dan keluarga menjadi renggang karena waktu bersamamereka menjadi jauh berkurang. Pergaulan remaja hanya sebatas di internet *game online* saja, sehingga membuat para pecandu internet *game online* menjadi terisolir dari teman-teman dan lingkungan pergaulan nyata. Keterampilan sosial menjadi berkurang, sehingga semakin merasa sulit berhubungan dengan orang lain. Perilaku *gamer* menjadi kasar dan agresif karena terpengaruh oleh apa yang dilihat dan dimainkan dalam permainan internet *game online*.

2. Psikis

Pikiran remaja menjadi terus menerus memikirkan *game* yang sedang dimainkan. Sulit berkonsentrasi terhadap studi, pekerjaan, sering bolos, atau

menghindari pekerjaan. Membuat remaja menjadi cuek, acuh tak acuh, kurang peduli terhadap hal-hal yang terjadi di lingkungan sekitar. Melakukan apapun demi bisa bermain *game*, seperti berbohong, mencuri uang, dll. Terbiasa hanya berinteraksi satu arah dengan komputer membuat remaja menjadi tertutup, sulit mengekspresikan diri ketika berada di lingkungan nyata.

3. Fisik

Terkena paparan cahaya radiasi komputer dapat merusak saraf mata dan otak. Kesehatan jantung menurun akibat tidak tidur semalaman bermain internet *game online*. Ginjal dan lambung juga terpengaruh akibat banyak duduk, kurang minum, lupa makan karena keasyikan bermain. Dampak negatif yang lain yaitu berat badan menurun akibat lupa makan, atau bisa juga bertambah karena banyak makan makanan ringan dan jarang berolahraga. Mudah lelah ketika melakukan aktivitas fisik, kesehatan tubuh menurun akibat kurang olahraga. Yang paling parah adalah dapat menyebabkan kematian.

2.1.4 Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Kecanduan *Game Online*

Menurut Young (dalam Ifdil, Emria & Lira, 2018) berpendapat bahwa secara umum terdapat faktor yang mempengaruhi kecanduan *game online* yaitu :

1. *Gender* atau jenis kelamin

Laki-laki dan perempuan sama-sama dapat tertarik dengan *game online*. Laki-laki lebih mudah untuk bisa menjadi candu terhadap game dan menghabiskan lebih banyak waktu untuk game dibandingkan dengan perempuan

2. Kondisi psikologis, pemain *game online* sering bermimpi mengenai game, karakter mereka dan berbagai situasi
3. Jenis game setiap pemain memiliki ketertarikan yang berbeda pada jenis game tertentu.

2.1.5 Tipe-tipe *Game Online*

Terdapat beberapa jenis game online yang sering dimainkan oleh remaja yaitu sebagai berikut:

1. *First Person Shooter (FPS) Game* ini mengambil pandangan orang pertama pada gamernya sehingga seolah-olah pertama pada gamernya sehingga seolah-olah kita sendiri yang berada dalam game tersebut, kebanyakan game ini mengambil setting peperangan dengan senjata-senjata militer (di Indonesia game jenis ini sering disebut game tembak-tembakan).
2. *Real-Time Strategy* Merupakan game yang permainannya menekankan kepada kehebatan strategi permainannya, biasanya permainan memainkan tidak hanya karakter saja akan tetapi banyak karakter.
3. *Cross-Platform Online Game* yang dapat dimainkan secara online dengan hardware yang berbeda misalnya saja *need for speed undercorver* dapat dimainkan secara online dari PC maupun hardware/console game yang memiliki konektivitas ke internet sehingga dapat bermain secara online).
4. *Browser games* Merupakan game yang dimainkan pada browser seperti firefox, opera, IE. Syarat dimana sebuah browser dapat memainkan game ini adalah browser sudah mendukung javascript, php, maupun flash.
5. *Massive Multiplayer Online Games* Adalah game dimana pemain bermain

dalam dunia yang skalanya besar (>100 pemain), setiap pemain dapat berinteraksi langsung seperti halnya dunia nyata (Chen & Chang,2008).

2.1.6 Alat Ukur Kecanduan Game Online

Menurut Calvert, dkk (2009) & Piyeke (2014) pengukuran kecanduan game online menggunakan skala likert dengan kategori :

Selalu (S) = 4

Sering (Sr) = 3

Jarang (Jr) = 2

Tidak pernah (Tp) = 1

Dengan hasil prosentase diperoleh dengan rumus :

$$T = 50 + 10 \left[\frac{x - \bar{x}}{sd} \right]$$

Keterangan :

X : Skor responden yang hendak diubah menjadi skor T

\bar{X} : $\frac{\sum x}{\sum n}$ = skor rata-rata responden dalam kelompok ★

Sd : $\sqrt{\frac{\sum (x - \bar{x})^2}{\sum n}}$ = Deviasi standat skor kelompok

Setelah dihitung dengan menggunakan rumus diatas, diklasifikasikan menjadi :

- 1) Tidak kecanduan : jika skor T hasil perhitungan > nilai skor T rata-rata kelompok
- 2) Kecanduan : jika skor T hasil perhitungan < nilai skor T rata-rata kelompok

2.2 Konsep Kontrol Diri

2.2.1 Definisi

Kontrol diri merupakan suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur, dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa ke arah konsekuensi yang positif. Kontrol diri juga merupakan kecakapan individu dalam kepekaan dalam membaca situasi di lingkungannya dan kemampuan dalam mengontrol dan mengelola faktor-faktor perilaku sesuai dengan situasi dan kondisi dalam menampilkan diri dalam melakukan sosialisasi (Aviyah & Farid, 2014).

Chaplin (2011) menjelaskan bahwa kontrol diri adalah kemampuan individu untuk membimbing tingkah lakunya sendiri atau kemampuan untuk menekan tingkah laku impulsif. Goldfried dan Merbaum, mengemukakan bahwa kemampuan individu dalam mengatur dan mengontrol perilakunya disebut dengan kontrol diri. Kontrol diri berkaitan dengan bagaimana individu mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan yang berasal dari dalam dirinya (dalam budhi & Indrawati, 2016).

Menurut Averill (dalam Marsela dan Supriatna, 2019) kontrol diri merupakan variabel psikologis yang mencakup kemampuan individu untuk memodifikasi perilaku, kemampuan individu dalam mengelola informasi yang tidak diinginkan, dan kemampuan individu untuk memilih suatu tindakan berdasarkan yang mereka yakini. Kontrol diri menurut Calhoun dan Acocella (dalam Mariyanti dan Anggreini, 2014) mengemukakan dua alasan yang mengharuskan mahasiswa mengontrol diri secara bertahap.

Menurut Sari, Yusri & Said (2017) kontrol diri memiliki fungsi dan manfaat bagi kehidupan siswa. Siswa yang memiliki kemampuan mengontrol

diri sebagai individu yang mampu mengendalikan diri dalam berperilaku, emosi dan mengambil keputusan serta mampu berinteraksi dengan baik. Kontrol diri merupakan aspek penting yang dapat mempengaruhi hidup dan tingkah laku individu agar terhindar dari perilaku-perilaku negatif yang dapat merugikan individu itu sendiri maupun orang lain. Oleh karena itu kontrol diri perlu dimiliki oleh setiap individu agar hidupnya lebih teratur.

2.2.2 Aspek Kontrol Diri

Kemampuan seseorang untuk mengendalikan atau membatasi perilaku tertentu serta menahan dorongan-dorongan atau keinginan dari dalam diri sehingga tidak menjadikan hal tersebut berdampak buruk bagi individu. Kontrol diri diukur dengan skala kontrol diri berdasarkan aspek-aspek kontrol diri dari Tangney, Baumeister, dan Boone (2004), yaitu :

1. *Self-Dicipline* (Kedisiplinan Diri), hal ini mengacu pada kemampuan individu dalam melakukan disiplin diri, yang artinya individu dapat memfokuskan diri dalam melakukan setiap tugas dan pekerjaan.
2. *Deliberate/Nonimpulsive* (aksi yang tidak impulsif), yaitu kecenderungan individu untuk melakukan sesuatu dengan pertimbangan tertentu, bersifat hati-hati dan tidak tergesa-gesa.
3. *Healthy Habits* (pola hidup sehat), yaitu kemampuan mengatur pola perilaku menjadi kebiasaan yang menyehatkan bagi individu.
4. *Work Ethic* (etika dalam mengerjakan sesuatu) yang berkaitan dengan penilaian individu terhadap regulasi diri mereka di dalam layanan etika kerja.

2.2.3 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kontrol Diri

Kontrol diri sangatlah berperan penting bagi kehidupan remaja. Kontrol diri yang terdapat pada dalam diri tidaklah sama, hal tersebut dipengaruhi oleh faktor-faktor yang mempengaruhi dalam pembentukannya. Kemampuan untuk menjauhkan diri dari perilaku yang mendesak dan memuaskan keinginan adaptif, orang yang memiliki kontrol diri yang baik maka individu tersebut dapat mengarahkan perilakunya, sebaliknya jika individu yang memiliki kontrol diri yang rendah akan berdampak pada ketidakmampuan mematuhi perilaku dan tindakan, sehingga individu tidak lagi menolak godaan dan implus (dalam Marsela & Supriatna, 2019).

Menurut Ghufroon dan Risnawati (2010) membagi faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kontrol diri menjadi (dua), yaitu :

1. Faktor Internal.

Faktor internal yang ikut andil terhadap kontrol diri adalah usia. Menurut Newman, semakin bertambah usia seseorang maka, semakin baik kemampuan mengontrol diri seseorang itu (Verawati dalam Ghufroon, 2003).

2. Faktor eksternal.

Faktor eksternal ini diantaranya adalah lingkungan dan keluarga. Faktor lingkungan dan keluarga merupakan faktor eksternal dari kontrol diri. Orang tua yang menentukan kemampuan mengontrol diri seseorang. Salah satunya yang diterapkan oleh orang tua adalah disiplin, karena sikap disiplin dapat menentukan kepribadian yang baik dan dapat mengendalikan perilaku pada individu.

Kedisiplinan yang diterapkan pada kehidupan dapat mengembangkan

kontrol diri dan self directions sehingga seseorang dapat mempertanggung jawabkan dengan baik segala tindakan yang dilakukan.

Menurut Baumeister dan Boden (dalam Marsela & Supriatna, 2019) juga mengemukakan tentang faktor yang mempengaruhi kontrol diri adalah sebagai berikut:

1) Orang tua

Pengaruh dengan orang tua memberikan bukti bahwa ternyata orang tua mempengaruhi kontrol diri anak-anaknya. Pada orang tua yang mendidik anak-anaknya dengan keras dan otoriter bisa menyebabkan anak-anaknya kurang dapat mengendalikan diri serta kurang peka dengan peristiwa yang dihadapi. Sebaiknya orang tua sejak dini sudah mengajari anak untuk mandiri memberikan kesempatan untuk menentukan keputusannya sendiri, maka anak-anak bisa lebih mempunyai kontrol diri yang baik

2) Faktor budaya

Setiap individu yang berada dalam suatu lingkungan bisa terkait budaya di lingkungan tersebut. Setiap lingkungan bisa mempunyai budaya yang berbeda-beda dengan budaya dari lingkungan lain. Hal demikian bisa mempengaruhi kontrol diri seseorang sebagai anggota lingkungan tersebut.

2.2.4 Alat Ukur Kontrol Diri

Alat pengumpulan data variabel kontrol diri terdiri dari 36 butir yang diadaptasi dari Self Control Scale milik Tangney dkk, (2004) dengan reliabilitas sebesar 0,741.

2.3 Hubungan Kecanduan Mobile Game Online (Gadget) dengan Kontrol

Diri

Salah satu dampak negatif dari bermain game online yaitu dapat menimbulkan kecanduan. Kecanduan game online merupakan perilaku kompulsif atau perilaku yang dilakukan secara terus menerus dalam memainkan game online atau game yang dimainkan banyak orang dalam suatu waktu melalui koneksi internet demi mendapat kepuasan sendiri, hal ini sulit untuk diakhiri. Kecanduan game online diartikan sebagai perilaku bermain game online yang diulang-ulang sehingga banyak menghabiskan banyak waktu untuk membuat pemain terbiasa hingga menjadi kesulitan berhenti dari bermain game online (Kardefelt-Winther, 2017).

Oleh karena itu, untuk mengatasi kecanduan game online, maka dibutuhkan kontrol diri yang baik. Kontrol diri merupakan suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur, dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa ke arah konsekuensi yang positif (Marsela & Supriatna, 2019). Kontrol diri juga merupakan kecakapan individu dalam kepekaan dalam membaca situasi dilingkungannya dan kemampuan dalam mengontrol dan mengelola faktor-faktor perilaku sesuai dengan situasi dan kondisi dalam menampilkan diri dalam melakukan sosialisasi (Marsela & Supriatna, 2019).

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Rudianto, Aspin dan Pambudhi mengenai hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan game online yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kontrol diri dengan kecanduan game online dengan korelasi antara kedua variabel tersebut negatif yang berarti semakin rendah kontrol diri maka semakin tinggi

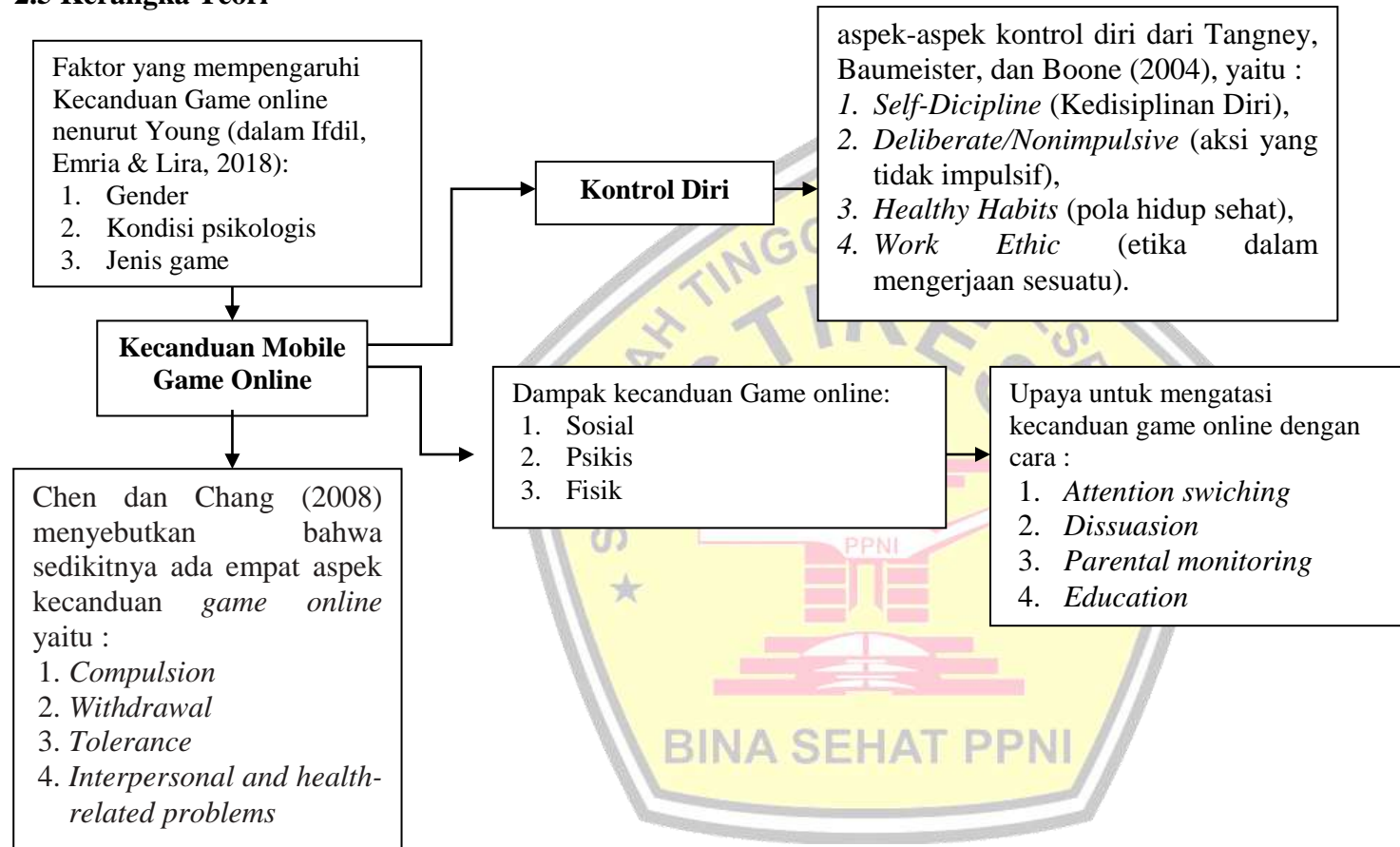
kemungkinan kecanduan game online. Individu yang memiliki kontrol diri yang baik, dapat membatasi intensitas dalam bermain game online.

2.4 Penelitian Terdahulu

No	Penulis	Tujuan	Desain	Hasil	Judul
1.	Andi Afiyah Arioqhsari Yaksan (2020)	Untuk mengetahui pengaruh Kontrol Diri dan Kesenian Dengan Kecanduan Game Online di DZ Game Center Depok	Kuantitatif	Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh kontrol diri dengan kecanduan game online dengan nilai $t = -6.054$; $(p) 0.00 < 0.05$ dan ada hubungan kesenian dengan kecanduan game online dengan nilai $t = 5.675$ $(p) 0.00 < 0.05$. Selanjutnya, berdasarkan hasil regresi berganda diperoleh hasil $F = 32.462$ $(p) 0.00 < 0.05$. Hal ini membuktikan bahwa H_a "Adanya Pengaruh Kontrol Diri dan Kesenian dengan Kecanduan Game Online di DZ Game Center Depok" diterima	Pengaruh Kontrol Diri dan Kesenian Dengan Kecanduan Game Online di DZ Game Center Depok
3.	Novianti Pradilla Rudianto, Aspin & Yuliasri Ambar Pambudhi (2020)	Untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan game online pada dewasa awal di Desa Mondoke	Kuantitatif korelasional	Hasil analisis korelasi Product Moment Pearson menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan game online pada dewasa awal ($p = 0,002 < 0,05$) dan $r = -0,437$ yang artinya semakin rendah kontrol diri maka semakin tinggi kemungkinan kecanduan game online.	Hubungan antara Kontrol Diri dengan Kecanduan Game Online pada Dewasa Awal di Desa Mondoko

5.	Wulandari (2015)	Tujuan penelitian ini untuk mengetahui secara empiris mengenai hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan game online pada remaja di warnet lorong cempaka dalam kelurahan 26 ilir Palembang	Penelitian menggunakan Cross Sectional	. Hasil penelitian ini didapatkan dari 95 orang remaja ada 54 remaja atau 56,85% yang memiliki kecanduan game online tinggi, dan 41 remaja atau 43,15% remaja yang memiliki kecanduan game online yang rendah.	Hubungan Antara Kontrol Diri dengan Kecanduan Game Online pada Remaja di Warnet Lorong Cempak dalam Kelurahan 26 Ilir Palembang
4	Andriany (2019)	Penelitian ini bertujuan untuk memahami hubungan antara kontrol diri dan kecanduan Internet pada mahasiswa di Universitas Islam Indonesia	Metode penelitian : Deskriptif korelatif Rancangan penelitian : Cross Sectional	Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan negatif antara kontrol diri dan kecanduan Internet pada mahasiswa di Universitas Islam Indonesia dengan koefisien korelasi (r) -0.485	Kontrol Diri dan Kecanduan Internet pada Mahasiswa di Universitas X di Yogyakarta
5	Raudhatul Fadilla (2021)	Untuk mengetahui hubungan kontrol diri dengan kecanduan game online pada remaja di Jorong Supanjang	Kuantitatif dengan menggunakan metode korelasional	Hasil korelasi menunjukkan arah hubungan negatif antara kontrol diri dengan kecanduan game online remaja berdasarkan data nilai r hitung sebesar 0,537, dan r tabel sebesar 0,235, yang artinya r hitung > r tabel ini menunjukkan Hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_a) diterima. Jadi kontrol diri memiliki hubungan yang signifikan dengan kecanduan game online, semakin tinggi kontrol diri remaja maka semakin rendah tingkat kecanduan game online pada remaja di Jorong Supanjang	Hubungan kontrol diri dengan kecanduan game online pada remaja di Jorong Supanjang

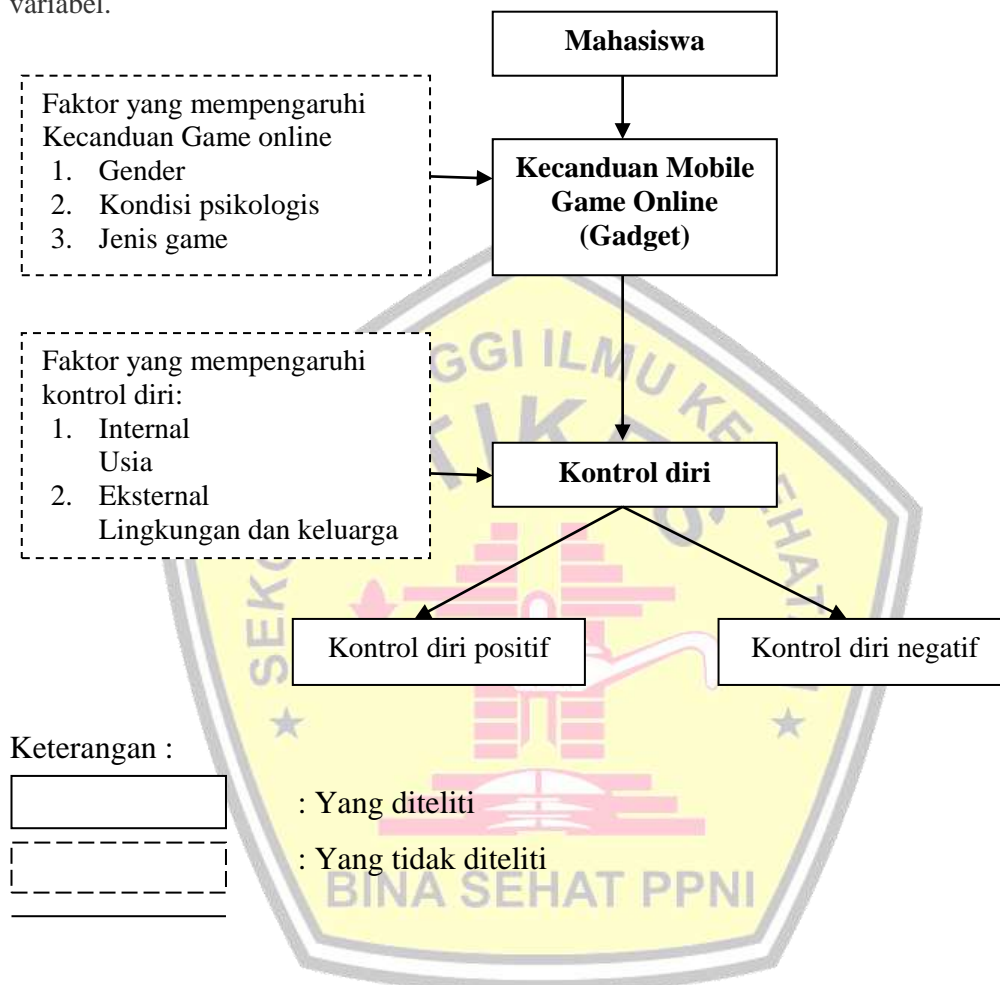
2.5 Kerangka Teori



Sumber : (Young (dalam Ifdil, Emria & Lira, 2018), Chen dan Chang (2008), Tangney, Baumeister, dan Boone (2004))

2.6 Kerangka Konseptual

Kerangka konseptual Menurut Notoatmodjo (2010), merupakan abstraksi (intisari/ringkasan) yang terbentuk oleh generalisasi dari hal-hal yang khusus. Sehingga, konsep hanya dapat diamati dan diukur melalui konstruk yang dikenal dengan istilah variabel.



Gambar 2.1 Kerangka konseptual, Hubungan Kecanduan Mobile Game Online (Gadget) Dengan Kontrol Diri Pada Mahasiswa S1 Ilmu Keperawatan Stikes Bina Sehat PPNI Mojokerto

2.7 Hipotesis Penelitian

Menurut Zikmund (2010), hipotesis penelitian adalah proposisi atau dugaan belum terbukti. Artinya dugaan masih bersifat tentatif. Dugaan tersebut menjelaskan fakta atau fenomena, serta kemungkinan jawaban atas pertanyaan-pertanyaan penelitian. Hipotesis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

H_1 : Terdapat Hubungan Kecanduan Mobile Game Online (Gadget) Dengan Kontrol Diri Pada Mahasiswa S1 Ilmu Keperawatan Stikes Bina Sehat PPNI Mojokerto.

H_0 : Tidak Terdapat Hubungan Kecanduan Mobile Game Online (Gadget) Dengan Kontrol Diri Pada S1 Ilmu Keperawatan Stikes Bina Sehat PPNI Mojokerto

