

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Masa remaja ditandai oleh perubahan emosi, pencarian identitas, dan interaksi kuat dengan teman sebaya, sehingga perkembangan *game online* berisiko menimbulkan adiksi yang sulit dikendalikan (Purwaningsih & Nurmalia, 2021). Adiksi *game online* pada remaja ditandai dengan hilangnya kendali atas durasi dan frekuensi bermain. Remaja cenderung tetap bermain meskipun ada dampak negatif yang dirasakan (Widyaningrum et al., 2023). Kondisi ini secara langsung memicu perilaku agresif, karena dapat mengganggu pengaturan emosi serta meningkatkan impulsivitas. Semakin tinggi tingkat adiksi, semakin besar kemungkinan munculnya kemarahan, permusuhan, dan agresivitas, baik secara verbal maupun fisik (Nurhalimah et al., 2023). Dari sudut pandang psikologis dan neurobiologis, adiksi memperkuat agresivitas dengan menurunkan kontrol diri dan mempercepat respons emosional negatif (Asari et al., 2024). Oleh karena itu, dalam hubungan interaksi antar teman sebaya, remaja mudah tersulut emosinya, terutama saat mengalami kekalahan atau tekanan dalam permainan. Dengan demikian, agresivitas yang terjadi pada siswa adalah hasil langsung dari adiksi *game online* yang membentuk pola emosi dan perilaku sosial mereka, bukan hanya sekadar akibat dari perkembangan usia remaja (Muhazir et al., 2023).

Prevalensi kecanduan *game online* pada data global menunjukkan angka 3,05% atau sekitar 60 juta orang, meningkat menjadi 8,5% pada remaja usia 12 hingga 18 tahun dan 10,4% pada dewasa muda usia 15 hingga 34 tahun (Alexander, 2025). Meta-analisis melaporkan sekitar 8,6% remaja di dunia mengalami *Internet Gaming Disorder* (IGD) dengan variasi signifikan antar negara (Satapathy et al., 2025). sementara estimasi global berkisar 1,4% hingga 4,7% tergantung metode pengukuran (Gurjar et al., 2024). Secara regional, prevalensi IGD mencapai 9,2 hingga 17% di China dan sekitar 3,5% di Malaysia (Liao et al., 2020). Studi di sekolah menengah menunjukkan 76,9% siswa mengalami kecanduan *game online* dan 57,7% menunjukkan perilaku agresif, yang menandakan hubungan signifikan antara intensitas bermain dan agresivitas (Andrita et al., 2019). Selain itu, sebanyak 73% remaja terindikasi bermain *game online* dengan konten kekerasan (Jeffrey & Olivia, 2024).

Popularitas game MOBA di Indonesia seperti Mobile Legends dan Free Fire di kalangan pelajar, dalam survei Telkomsel pada 2022, menunjukkan dominasi game online pada remaja (Databoks, 2023). *Game online* dengan unsur kekerasan dan peran hero juga dapat menjadi model sosial bagi agresivitas remaja (Rowicka & Romano, 2023). Survei Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) terhadap 25.164 anak usia 10 hingga 18 tahun menunjukkan 55% remaja Indonesia terlibat dalam *game online*, menandakan tingkat keterlibatan yang tinggi (Budiawan & Sari, 2024). Survei Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) 2025

melaporkan 54,1% remaja usia 15 hingga 18 tahun mengalami kecanduan *game online* tingkat sedang dan 45,8% siswa SMA mengalami tingkat berat (Wahyu, 2025). Penelitian di Indonesia juga menemukan 64% remaja yang kecanduan *game online* mengalami gangguan interaksi sosial (Riyanto, 2025). Sejumlah studi di Surabaya dan Lampung menunjukkan mayoritas remaja pemain game memiliki agresivitas sedang hingga tinggi, dengan persentase yang signifikan (Aprilia, 2022; Rochansyah, 2023; Setiawan, 2020). Laporan Dinas Kesehatan Mojokerto 2024–2025 turut mencatat peningkatan perilaku bermasalah, *bullying*, dan agresivitas verbal yang berkaitan dengan penggunaan *gadget* dan *game* lebih dari 5–7 jam per hari. Secara umum, temuan ini menegaskan bahwa kecanduan *game online* pada remaja cukup tinggi dan berkaitan dengan agresivitas serta gangguan interaksi sosial (Satujurnal, 2025).

Studi di Sorong menunjukkan adanya korelasi signifikan antara permainan *game online* dan perilaku agresif verbal maupun fisik pada siswa SMA (Aggy et al., 2023). Adiksi *game online* juga dikaitkan dengan kemarahan dan tindakan bermusuhan yang berisiko merugikan diri sendiri maupun orang lain (Salsabila & Haryati, 2023). Remaja yang bermain *game online* dengan konten kekerasan cenderung mengadopsi pola pikir agresif dan memandang kekerasan sebagai cara efektif menyelesaikan konflik (Zhang et al., 2021). Bentuk agresivitas umumnya muncul saat kalah dalam permainan, seperti membanting ponsel, mengejek, berkata kasar, atau memukul teman (Koanda et al., 2024). Kondisi ini diperkuat oleh reg-

ulasi emosi remaja yang masih labil (Reitsema et al., 2021). Penelitian lain menegaskan bahwa kecanduan *game online* berkorelasi dengan gangguan interaksi sosial, meningkatnya konflik teman sebaya, dan menurunnya kualitas komunikasi di sekolah (Muhazir, 2023).

Berdasarkan survey pendahuluan yang dilakukan di SMAN 1 Sooko, Mojokerto, Jawa Timur pada bulan Januari tahun 2026, berdasarkan informasi yang diberikan oleh pihak guru pada bidang konseling, menjelaskan bahwa siswa-siswi gemar bermain *game online* serta terdapat siswa yang mengantuk saat jam pelajaran berlangsung akibat begadang karena *game online*. Dari pengakuan salah satu siswa mengatakan merasa kesal ketika sedang asyik bermain *game online* tiba-tiba terjadi gangguan jaringan serta saat terjadi kekalahan. Fenomena ini ditunjukkan dengan intensitas bermain game yang tinggi, ketidakmampuan untuk mengendalikan perasaan saat kalah dalam permainan, dan munculnya konflik verbal antar siswa seusianya di sekolah (Ramli et al., 2025).

Perilaku agresif remaja dapat dijelaskan melalui teori pembelajaran sosial yang menekankan proses observasi dan peniruan terhadap model di lingkungan maupun media digital (Bandura, 1977). Pada fase ini regulasi emosi belum matang sehingga kontrol impuls lemah dan reaksi marah mudah muncul saat menghadapi tekanan (Reitsema et al., 2021). Paparan *game online* yang mengandung konten persaingan dan kekerasan dapat memperkuat pola pikir agresif, terutama jika dimainkan secara intens (Zhang et al., 2021). Intensitas tinggi meningkatkan risiko adiksi yang

ditandai hilangnya kontrol, toleransi, dan gangguan fungsi sosial (Novrialdy et al., 2020). Dalam kondisi adiktif, remaja lebih rentan menampilkan agresi verbal maupun fisik saat kalah atau terganggu ketika bermain (Koanda et al., 2024). Paparan media elektronik bermuatan kekerasan juga berkontribusi pada peningkatan agresi verbal karena kemampuan pengendalian diri belum berkembang optimal (Scarf et al., 2020).

Intensitas bermain *game online* yang tinggi dapat melemahkan kontrol emosi dan mengganggu interaksi sosial siswa di sekolah (Novrialdy et al., 2020). Kondisi ini memicu perselisihan dengan teman sebaya dan memperburuk hubungan interpersonal (Aprilia et al., 2022). Kecanduan *game online* terbukti berkaitan dengan perilaku agresif remaja sehingga perlu dikaji lebih lanjut dalam konteks pendidikan (Widyadhari & Dwi, 2025). Faktor sosial dan budaya seperti kematangan emosi yang rendah, pola asuh kurang tepat, kesulitan menjalin relasi, dan tipe kepribadian turut memengaruhi agresivitas (Aprilia et al., 2022). Game yang menantang dan mengandung unsur kekerasan dapat menanamkan pola agresif serta memengaruhi gaya hidup dan kesehatan mental jika dimainkan berlebihan (Yunita et al., 2020). Secara keseluruhan, penggunaan *game online* yang tidak terkontrol berisiko meningkatkan agresivitas, mengganggu hubungan sosial, dan menurunkan prestasi akademik (Novrialdy et al., 2020).

Meningkatkan regulasi emosi dapat mencegah perilaku agresif remaja karena kemampuan mengatur dan mengekspresikan emosi membantu

mereka beradaptasi dan merespons lingkungan sosial secara tepat (Rochansyah et al., 2023). Pengurangan waktu bermain *game online* juga dapat menekan agresivitas (Darusman et al., 2025). Selain itu, kontrol orang tua berperan penting melalui penerapan batasan, aturan yang konsisten, dan tindak lanjut terhadap pelanggaran untuk membentuk perilaku remaja (Abdillah, 2025; Pelham, 2024). Sekolah dapat memperkuat intervensi melalui layanan bimbingan konseling yang berfokus pada manajemen emosi dan keterampilan sosial siswa (Muhazir et al., 2023). Penerapan literasi digital membantu remaja memahami risiko konten kekerasan dalam game serta meningkatkan kontrol diri dalam penggunaan media (Yunita et al., 2020). Dukungan teman sebaya yang positif juga terbukti menurunkan kecenderungan agresif dan meningkatkan kualitas interaksi sosial di lingkungan sekolah (Aprilia et al., 2022).

Meskipun berbagai penelitian sebelumnya seperti yang dilakukan oleh Lawolo (2025), Triyaneva (2025) lebih menekankan hubungan kuantitatif antara kecanduan game dan agresivitas. Tetapi fenomena ini tidak cukup dijelaskan melalui data statistik karena yang utama adalah bagaimana siswa memaknai pengalaman bermain (Reitsema et al., 2021). Oleh sebab itu masih terdapat kekurangan berupa minimnya studi yang mengeksplorasi pengalaman subjektif siswa SMA di lingkungan sekolah. Urgensi studi ini diperkuat oleh meningkatnya penggunaan perangkat digital yang dapat mengganggu hubungan sosial dan perkembangan karakter remaja (Aprilia et al., 2022). Keunikan penelitian ini terletak pada

pengungkapan struktur makna agresivitas dalam menggali pengalaman hidup siswa secara mendalam, termasuk perasaan saat kalah, tekanan teman sebaya, dan respons emosional yang muncul dalam interaksi sosial melalui pendekatan fenomenologis untuk menghasilkan dasar intervensi yang kontekstual dan sesuai kebutuhan siswa. Pendekatan ini sejalan dengan teori pembelajaran sosial yang mengungkapkan bahwa agresivitas muncul melalui proses pengamatan dan penginternalisasian pengalaman sosial (Bandura, 1977).

Metode kualitatif dipilih karena fenomena agresivitas akibat adiksi game bersifat subjektif dan kontekstual, tidak dapat dijelaskan hanya melalui angka atau skor statistik (Creswell, 2015). Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk menemukan makna esensial agresivitas siswa akibat adiksi game, sehingga hasilnya dapat menjadi dasar intervensi yang relevan, autentik, dan kontekstual di sekolah.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Bagaimana pengalaman siswa SMA yang menunjukkan perilaku agresif dengan adiksi *game online* dalam interaksi teman sebaya ?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Menggali dan memahami fenomena pengalaman perilaku agresif siswa SMA dengan adiksi *game online* dalam interaksi teman sebaya di SMAN 1 Sooko secara kualitatif

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

Mengidentifikasi pengalaman siswa yang mengalami perilaku agresif dengan adiksi *game online*.

#### **1.4 Manfaat Penelitian**

##### **1.4.1 Bagi Tempat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar refleksi bagi sekolah dalam memahami dinamika perilaku siswa yang berkaitan dengan intensitas penggunaan *game online* dan dampaknya terhadap interaksi sosial. Serta dapat digunakan sebagai landasan dalam merancang program preventif seperti layanan konseling, penguatan pendidikan karakter, serta kebijakan sekolah dalam penggunaan *gadget* secara sehat.

##### **1.4.2 Bagi Institusi Pendidikan**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan kurikulum dan program pendidikan berbasis literasi digital serta penguatan regulasi emosi siswa. Serta dapat digunakan untuk mengembangkan modul pembelajaran yang berfokus pada keseimbangan antara aktivitas digital dan kesehatan sosial-emosional remaja.

##### **1.4.3 Bagi Responden**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dalam bentuk peningkatan kesadaran diri (*self-awareness*) terhadap kebiasaan bermain *game online* dan dampaknya terhadap perilaku serta hubungan sosial. Serta dapat merefleksikan pengalaman siswa dalam memahami

dinamika emosional mereka, sehingga mendorong kemampuan regulasi diri dan pengendalian impuls secara lebih baik.

#### **1.4.4 Bagi Peneliti Selanjutnya**

Penelitian ini diharapkan dapat membuka ruang pengembangan penelitian lanjutan baik secara kualitatif maupun kuantitatif. Temuan fenomenologis yang diperoleh dapat dijadikan dasar penyusunan instrumen penelitian, pengembangan model intervensi, maupun penelitian eksperimen terkait program pengendalian adiksi *game online* dan agresivitas pada remaja.

