

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Bermain adalah suatu hal yang sering dilakukan individu sepanjang kehidupannya. Permainan juga sudah menjadi budaya dalam kehidupan. Bahkan menurut Zaini Alif (2013), seorang peneliti yang berfokus pada permainan tradisional, kebudayaan suatu daerah akan terwujud dari permainan tradisional. Seiring dengan berkembangnya zaman dan teknologi, jenis permainan yang dimainkan juga semakin beragam. Salah satu permainan yang beberapa akhir tahun ini berkembang pesat adalah *game* yang dapat dimainkan dengan menggunakan alat-alat elektronik. Beberapa peneliti berpendapat bahwa budaya modern saat ini begitu penting dalam membentuk permainan digital yang merepresentasikan antara pengalaman dunia nyata dengan dunia maya yang dimediasi teknologi internet (Dickey, 2011). Bentuk permainan ini kemudian dikenal dengan *online games*.

Online games adalah jenis permainan dengan memanfaatkan media jaringan komputer, baik berupa LAN (*Local Area Network*) atau internet. *Online games* atau juga bisa disebut dengan *internet gaming* adalah fenomena permainan yang sangat populer sejak tahun 2012 dimana lebih dari satu milyar orang memainkan permainan tersebut (Kuss, 2013). Diperkirakan terdapat lebih dari lima juta pemain *internet gaming* yang tersebar di berbagai belahan dunia dan jumlahnya semakin meningkat (Chan & Vordere dalam Hussain dan Griffiths, 2008). *Online games* menjadi sumber hiburan yang mendunia, serta semakin menyebar dengan perbaikan yang terus dilakukan terhadap akses internet.

Pemain *online games* tersebut seringkali disebut sebagai *gamers*. Hingga kini terdapat banyak sekali *gamers* di seluruh dunia dan jumlahnya terus meningkat setiap tahunnya. Berdasarkan data yang diperoleh dari *Operation Senior Manager (OSM) Costumer Marketing*

Telkom Regional III Jawa Barat, hingga bulan Agustus 2018 diperkirakan terdapat 34 juta *gamers* di Indonesia, dengan jumlah pemain *online games* mencapai 19,9 juta orang (www.pikiran-rakyat.com).

Online games memiliki beberapa tipe, yaitu *Massively Multiplayer Online First Person Shooter Games* (MMOFPS) contohnya *Counter Strike* dan *Call of Duty*, *Massively Multiplayer Online Real Time Strategy Games* (MMORTS) contohnya *Warcraft* dan *Age of Empire*, serta *Massively Multiplayer Online Role Playing Games* (MMORPG) contohnya *DotA* dan *Arcana Legends* (<http://akhdian.net>). Berdasarkan data yang diperoleh dari situs Google Play pada tahun 2018, lima *online games* terpopuler adalah *Garena Free Fire* dengan *rating* 4.5 / 5, *Mobile Legends: Bang Bang* dengan *rating* 4.4 / 5, *PUBG Mobile* dengan *rating* 4.5 / 5, ketiga *online games* tersebut telah di-*download* sebanyak lebih dari 100 juta kali. Dua *online games* terpopuler lainnya adalah *Garena AOV – Arena of Valor* dengan *rating* 4.5 / 5 yang telah di-*download* sebanyak lebih dari 10 juta kali, serta *Dragon Nest M – Sea* dengan *rating* 4.1 / 5 yang telah di-*download* sebanyak lebih dari 5 juta kali.

Fenomena memainkan *online games* dapat terlihat pada sebagian besar remaja, tak terkecuali di Indonesia. Popularitas dari *online games* di Indonesia dapat dengan mudah dilihat dari semakin menjamurnya warung internet (*warnet*), baik di kota-kota besar maupun di daerah pinggiran. Pada tahun 2011, MURI (Museum Rekor Indonesia) sempat mengadakan acara yang melibatkan ratusan partisipan untuk memecahkan rekor 150 jam bermain *game* secara non-stop, dengan kebanyakan partisipan merupakan pemain *online games* yang berusia di atas 17 tahun. Meskipun demikian, pada acara tersebut panitia juga mengizinkan *gamers* yang berusia di bawah 17 tahun untuk ikut ambil bagian, selama membawa surat izin dari orangtua. Selain itu, pada bulan Agustus 2018, Garena Indonesia dan AOV (*Arena of Valor*) memecahkan rekor dunia atas acara “Nonton Bareng *Mobile Game* di Lokasi Terbanyak”. Kedua hal tersebut

menggambarkan semakin meningkatnya minat warga Indonesia, terutama kaum remaja, terhadap *online games* (<https://inet.detik.com>).

Salah satu hal yang membuat semakin banyaknya orang yang memainkan *online games* adalah karena semakin berkembangnya teknologi, terutama *smartphone* (<https://id.technesia.com>). Berdasarkan prediksi yang dikeluarkan oleh lembaga riset digital marketing Emarketer, pada tahun 2018 jumlah pengguna aktif *smartphone* di Indonesia mencapai lebih dari 100 juta orang (www.kominfo.go.id). Menariknya berdasarkan survei yang dilakukan oleh APJII (Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia) pengguna *smartphone* di Indonesia di dominasi oleh kalangan berusia 19-34 tahun (49,52%), kemudian disusul oleh kalangan berusia 35-54 (29,55%) dan usia 13-18 (16,68%). Dari segi pendidikan, persentase ini didominasi oleh kalangan S2/S3 (88,24%), S1/Diploma (79,23%), SMA (70,54%), SMP (48,53%), dan SD (25,1%). Pemanfaatan layanan internet di *smartphone* salah satunya digunakan untuk bermain *online games*, yaitu sebesar 54,13% (Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia, 2017).

Dengan semakin mudahnya akses untuk bermain *online games*, maka semakin banyak pula remaja yang memilih untuk menghabiskan waktunya untuk bermain *online games*. Berdasarkan survei yang dilakukan terhadap 48 orang remaja berusia 12 – 18 tahun, ditemukan bahwa 70,3% responden sering bermain *online games*, dengan 94,6% bermain dengan menggunakan *smartphone*. Sebanyak 45,9% responden mengatakan menghabiskan kurang dari 1 jam dalam satu hari untuk bermain *online games*; 37,8% responden menghabiskan waktu 1-2 jam; dan 16,2% responden menghabiskan waktu lebih dari 2 jam untuk bermain *online games*. Sebanyak 73% responden menyebutkan mereka tidak menyediakan waktu tertentu untuk bermain *online games*, sedangkan 27% menyediakan waktu khusus untuk bermain. *Online games* yang banyak dimainkan oleh responden adalah *Mobile Legends* (20%), *PUBG* (16%), *DotA* (8%), *Freefire* (8%), dan *CSGo* (6%).

Menurut dr. Kristiana Siste, SpKJ (K) dari Departemen Psikiatri Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia, penyebab *online games* menjadi menarik bagi banyak kalangan, terutama kalangan remaja, adalah karena *online games* seringkali menampilkan konten yang dapat memacu adrenalin penggunaanya karena memiliki bentuk berupa tantangan. Selain itu, di dalam *online games* semua pemain memiliki kesempatan yang sama untuk menang, sedangkan dalam kehidupan nyata terdapat label-label negatif pada seseorang dan tidak adanya kesempatan yang setara untuk menang. Pemberian *reward* dalam *online games* juga cukup cepat, dimana seorang *gamers* yang memenangkan sebuah permainan akan segera mendapatkan poin. Hal lain yang membuat *online games* semakin menarik bagi remaja adalah karena semakin banyaknya *gamers* yang menjadikan kegiatan bermain *online games* sebagai pekerjaan utama mereka. Hal ini disebabkan karena dengan seringnya mengikuti pertandingan *online games*, maka seorang *gamers* bisa mendapatkan sponsor dari berbagai *brand* peralatan *games*, bahkan hingga bisa mendapatkan gaji hingga ratusan juta rupiah (<https://inet.detik.com>).

Tak dapat dimungkiri bahwa segala sesuatu yang dilakukan akan memiliki efek positif maupun negatif bagi kehidupan sehari-hari. Begitu juga dengan *online games*. Efek positif yang didapatkan oleh seorang *gamers* setelah bermain *online games* adalah dapat meningkatkan koordinasi mata dan tangan, meningkatkan keterampilan sosial, mengajarkan sportivitas dan *fair play*, membangun kemampuan *teamwork*, serta mengurangi stres (<https://amp.kompas.com>). Berdasarkan hasil survei yang dilakukan oleh peneliti terhadap 48 orang remaja, 43,48% responden mengatakan bahwa mereka bermain *online games* untuk mengurangi stress, sedangkan 13,04% responden mengatakan bahwa mereka bermain *online games* untuk mendapatkan teman baru. Efek positif yang dirasa didapatkan oleh para *gamers* tersebut tak jarang membuat banyak *gamers* yang kemudian lebih memilih untuk bermain *online games* daripada melakukan aktivitas lainnya. Perilaku bermain *online games* tersebut

tetap mereka lakukan walaupun mereka mengetahui terdapat dampak negatif yang bisa muncul akibat bermain *online games*.

Terdapat banyak penelitian yang menyebutkan bahwa bermain *online games* secara berlebihan dapat menimbulkan berbagai efek negatif. Berdasarkan simpulan yang dibuat oleh Griffiths dkk (2012) dari berbagai penelitian tersebut, dampak negatif yang dapat muncul antara lain adalah individu dapat mengorbankan pekerjaan, pendidikan, hobi, waktu bergaul dengan orang lain, waktu bersama pasangan / keluarga, dan tidur. Individu yang bermain *online games* secara berlebihan juga kemungkinan tidak memiliki *relationship* di kehidupan nyata dengan orang-orang di sekitarnya. Dibandingkan dengan individu lain dalam kelompok usianya, individu yang bermain *online games* secara berlebihan akan memiliki *psychosocial well-being* lebih rendah dan mengalami kesepian.

Efek negatif lain yang dapat dialami oleh individu adalah kurangnya kemampuan sosial serta semakin kurangnya perhatian terhadap hal-hal lain yang lebih penting. Apabila individu yang bermain *online games* secara berlebihan tersebut merupakan seorang pelajar, maka ia dapat mengalami penurunan *academic achievement*, agresif, serta menampilkan perilaku yang bertentangan dan tak bersahabat dengan teman-temannya. Selanjutnya individu mungkin akan menggunakan *coping* yang maladaptif saat menghadapi permasalahan di kehidupan sehari-hari. Selain itu individu yang bermain *online games* secara berlebihan akan mengalami penurunan kemampuan memori verbal serta kognisi yang maladaptif. Untuk kasus yang parah, individu yang bermain *online games* secara berlebihan bahkan dapat memiliki pemikiran untuk melakukan bunuh diri. Sejalan dengan simpulan yang dibuat oleh Griffiths dkk, berdasarkan hasil survei yang dilakukan oleh peneliti, dampak negatif yang dirasakan oleh para responden akibat bermain *online games* adalah menjadi sering lupa waktu (36,58%), malas untuk mengerjakan tugas sekolah (24,39%), sulit untuk bangun pagi (12,19%), sering ditegur oleh orangtua (9,75%), dan menurunnya prestasi belajar (9,75%). Sedangkan 3 orang responden

(13%) mengatakan bahwa meskipun mereka sering bermain *online games*, namun mereka tidak merasakan dampak negatif apapun.

Dampak negatif dari terlalu banyaknya bermain *online games* juga telah membuat WHO (*World Health Organization*) menetapkan kecanduan *online games* atau *game disorder* ke dalam versi terbaru dari *International Statistical Classification of Diseases* (ICD) sebagai penyakit gangguan mental untuk pertama kalinya pada tahun 2018. Dalam versi terbaru ICD-11, WHO menyebutkan bahwa kecanduan *online games* merupakan *disorders due to addictive behavior* atau gangguan yang disebabkan oleh kebiasaan atau kecanduan. Kriteria yang ditetapkan oleh WHO untuk menentukan seorang individu mengalami kecanduan bermain *online games* adanya perilaku berpola dengan karakteristik terdapat gangguan kontrol dalam bermain *online games* atau tidak dapat mengendalikan diri untuk tidak memainkan *online games* tersebut, lebih mementingkan bermain *online games* tersebut daripada melakukan aktivitas lain yang seharusnya lebih diutamakan, serta intensitas dalam bermain *online games* semakin meningkat dan berkelanjutan meskipun terdapat konsekuensi atau dampak negatif yang dirasakan. Kriteria lain yang ditetapkan oleh WHO adalah gangguan pada fungsi pribadi, keluarga, sosial, pendidikan, maupun area penting lainnya yang diakibatkan oleh perilaku berpola tersebut, dimana pola itu sudah berlangsung setidaknya 12 bulan (WHO, 2018).

Salah satu dampak negatif yang dapat dengan mudah teramati adalah semakin menurunnya keterampilan sosial. Keterampilan sosial adalah interaksi sosial yang dilakukan baik secara verbal maupun non-verbal, dan dapat dipelajari sebagai dasar terbentuknya hubungan sosial. Individu yang terlalu sering bermain *online games* akan lebih banyak menghabiskan waktu di dunia maya, sehingga akan mengurangi waktunya untuk berinteraksi dengan orang-orang di sekitarnya. Semakin berkurangnya waktu yang dimiliki untuk berinteraksi dengan orang-orang di sekitarnya akan membuat individu yang terlalu sering bermain *online games* mengalami permasalahan dalam aspek intrapersonal, yang kemudian

akan menyebabkan individu memiliki keterampilan sosial yang rendah. Kusumadewi (2009) menyebutkan bahwa individu yang terlalu sering bermain *online games* cenderung kurang mengembangkan jejaring sosial di dunia nyata dan memfokuskan hubungan sosial hanya sebatas lingkungan dalam *online games*. Hal ini akan menimbulkan dampak negatif bagi individu tersebut karena jaringan sosial dan kualitas hubungan dengan lingkungan merupakan media yang sangat dibutuhkan untuk mengembangkan keterampilan sosial yang dimiliki. Walaupun demikian, penelitian yang dilakukan oleh Valkenburg & Peter (Seok & DaCosta, 2014) justru mengungkapkan bahwa penggunaan internet, khususnya bermain game dapat meningkatkan hubungan yang sehat.

Berdasarkan survei yang peneliti lakukan kepada 48 orang remaja yang sering bermain *online games*, ditemukan bahwa 52,3% responden merasa mereka cukup dapat mengungkapkan emosi yang dirasakan kepada orang di sekitarnya; 50% mengaku bahwa mereka cukup dapat memahami emosi yang dirasakan oleh orang-orang di sekitarnya; 50% mengatakan bahwa mereka cukup mudah untuk menyesuaikan diri ketika berada di situasi yang baru; 50% mengatakan bahwa mereka cukup mudah untuk memulai suatu percakapan dengan orang lain; 55,5% responden merasa bahwa mereka cukup mudah dalam menjalin hubungan pertemanan ketika berada di tempat yang baru; 33% responden mengaku bahwa mereka lebih senang untuk berhubungan dengan teman melalui internet; dan 61% responden mengatakan bahwa mereka merasa cukup kesulitan untuk menyampaikan secara langsung apa yang dirasakan kepada teman-teman di sekitarnya. Adanya perbedaan pendapat yang disebutkan oleh ketiga tokoh di atas serta berdasarkan fenomena yang ditemui oleh peneliti melalui hasil survei awal, membuat peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai pengaruh dari *internet gaming disorder* (IGD) terhadap keterampilan sosial pada remaja di Kota Bandung.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan penelitian ini ingin diketahui apakah terdapat pengaruh IGD terhadap keterampilan sosial yang dimiliki oleh remaja di Kota Bandung.

1.3 Maksud dan Tujuan Penelitian

1.3.1. Maksud Penelitian

Maksud dari penelitian ini adalah untuk memperoleh data dan gambaran mengenai pengaruh IGD terhadap keterampilan sosial yang dimiliki oleh remaja di Kota Bandung.

1.3.2. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh IGD terhadap keterampilan sosial yang dimiliki oleh remaja di Kota Bandung.

1.4 Kegunaan Penelitian

1.4.1. Kegunaan Teoretis

- 1) Memberikan informasi bagi ilmu pengetahuan, khususnya Psikologi Klinis mengenai IGD pada remaja, serta Psikologi Sosial mengenai pengaruh dari IGD terhadap keterampilan sosial remaja.
- 2) Memberikan tambahan informasi serta masukan bagi peneliti selanjutnya yang ingin melakukan penelitian lebih mendalam mengenai pengaruh IGD terhadap keterampilan sosial remaja.

1.4.2. Kegunaan Praktis

- 1) Memberikan informasi kepada Psikolog klinis mengenai IGD pada remaja di daerah Bandung. Informasi ini dapat digunakan untuk membantu menangani remaja yang memenuhi kriteria IGD.

- 2) Memberikan informasi kepada remaja di kota Bandung mengenai pengaruh dari IGD terhadap keterampilan sosial. Informasi ini dapat digunakan sebagai bahan refleksi akan dampak yang dapat muncul akibat IGD.
- 3) Memberikan informasi kepada orangtua serta guru mengenai dampak negatif yang muncul akibat IGD, khususnya terhadap keterampilan sosial. Informasi ini dapat digunakan sebagai bahan untuk membantu orangtua mencegah perilaku *obsessive gaming* pada anak remaja sehingga tidak berkembang menjadi IGD.

1.5 Kerangka Penelitian

Masa remaja adalah periode transisi perkembangan yang terjadi dalam diri individu diantara masa kanak-kanak dan masa dewasanya. Dalam periode transisi ini, terjadi perubahan-perubahan biologis, kognitif, dan sosioemosional (Larson dkk, 2003). Rentang usia remaja bervariasi terkait dengan lingkungan budaya dan historisnya, kini masa remaja dimulai sekitar usia 10 hingga 13 tahun dan berakhir sekitar usia 18 hingga 22 tahun (Santrock, 2007). Ketika memasuki masa remaja, individu akan mengalami berbagai perubahan baik dari segi fisik maupun mental, untuk menuju kedewasaan diri. Perubahan-perubahan ini membuat remaja harus menyesuaikan diri dengan keadaan dirinya serta tuntutan peran dari masyarakat.

Saat individu memasuki masa remaja, maka ia akan mulai memiliki tugas perkembangan yang berbeda dengan tugas perkembangan di masa sebelumnya. Ketika memasuki masa remaja, individu dituntut untuk dapat menerima keadaan fisik tubuhnya, membina hubungan yang matang dengan teman sebaya, mencapai ketidaktergantungan emosional, mempersiapkan diri agar dapat mandiri secara ekonomi, mengembangkan potensi dan kemampuan, membangun nilai-nilai harmonis seperti yang dianut oleh orang dewasa, serta mempersiapkan diri untuk memasuki jenjang pernikahan (Hurlock, 2010).

Remaja akan didorong untuk melakukan berbagai usaha pendekatan terhadap teman-temannya, sehingga ia dapat memenuhi tuntutan dalam menjalin hubungan yang matang. Salah satu bentuk usaha yang dilakukan adalah dengan menghabiskan waktu bersama. Terdapat banyak kegiatan yang biasa dilakukan oleh remaja ketika menghabiskan waktu bersama dengan teman-teman sebayanya, misalnya mengobrol, berjalan-jalan bersama, bahkan bermain bersama. Bermain dapat memberikan jalan untuk melakukan relaksasi dengan keluar dari kebiasaan sehari-hari dan memberikan individu kenikmatan untuk melakukan suatu hal yang berbeda dalam kegiatan sehari-harinya (Kuss & Griffiths, 2011). Bermain akan membentuk formasi dari kelompok sosial yang memiliki kecenderungan untuk melingkupi anggotanya dengan kerahasiaan dan menekankan perbedaan yang dimiliki dari *common world* dengan cara melakukan *play pretend* atau sebagainya” (Huizinga, 1938 dalam Kuss & Griffiths, 2011). Oleh karena itu, bermain bukan hanya merupakan kegiatan yang menyenangkan yang dilakukan pada waktu kosong, namun juga merupakan kegiatan sosial.

Salah satu jenis permainan yang kini sering dimainkan oleh remaja adalah *online games*. Kim, dkk. (2002) menyebutkan bahwa *online games* adalah suatu permainan yang dapat dimainkan oleh ratusan bahkan ribuan orang yang terhubung dengan layanan internet dalam waktu yang bersamaan. *Online games* juga bisa dimainkan melalui jaringan LAN atau *Local Area Network*, yaitu jaringan yang akan menghubungkan para pemain dalam suatu *server* yang sama sehingga mereka dapat bermain secara bersamaan. *Online games* mulai digandrungi sejak tahun 2012, dimana diperkirakan lebih dari satu milyar orang memainkan permainan ini (Kuss, 2013). Hingga tahun 2008 diperkirakan terdapat lebih dari lima juta pemain *online games*, yang disebut sebagai *gamers*, yang tersebar di seluruh dunia dan jumlahnya terus meningkat (Chan & Vordere dalam Hussain & Griffiths, 2008).

Bentuk dari *online games* kini semakin berkembang. Bentuk dari *online games* yang kini banyak dimainkan adalah *Massively Multiplayer Online First Person Shooter Games*

(MMOFPS), *Massively Multiplayer Online Real Time Strategy Games* (MMORTS), serta *Massively Multiplayer Online Role Playing Games* (MMORPG). MMOPFS lebih umum dikenal sebagai *game* tembak-tembakan di Indonesia. Contoh dari *online games* MMOPFS adalah *Counter Strike* dan *Call of Duty*. MMORTS adalah bentuk dari *online games* yang menekankan pada kemampuan *gamers* untuk menyusun strategi karena biasanya *gamers* akan memainkan beberapa karakter. Contoh dari *online games* MMORTS adalah *Warcraft* dan *Age of Empire*. MMORPG adalah bentuk dari *online games* berskala besar dengan pemain yang sangat banyak, dapat berjumlah lebih dari 100 orang, serta memungkinkan *gamers* untuk saling berinteraksi layaknya dalam dunia nyata. Contoh dari *online games* MMORPG adalah *Dota* dan *Arcana Legends*.

Tidak sedikit *gamers* menghabiskan waktu yang sangat panjang dalam bermain *online games*. Kebiasaan bermain *online games* secara berlebihan ini disebut sebagai *excessive gaming*, dimana individu yang mengalaminya akan menunjukkan perilaku yang sesuai dengan perilaku orang-orang lain seumurannya, namun tidak sampai melakukan perilaku yang problematis (Lemmens dkk, 2009). Pada beberapa individu, perilaku *excessive gaming* ini dapat berkembang menjadi perilaku IGD, dimana individu menunjukkan ketidakmampuannya dalam mengontrol perilaku *excessive gaming* yang dimiliki walaupun ia telah mengalami permasalahan sosial ataupun emosional (Lemmens dkk, 2009).

Berdasarkan kelompok umur, remaja memiliki kecenderungan yang lebih tinggi menunjukkan tanda-tanda mengalami IGD daripada kelompok usia lainnya (Griffiths dkk, 2004; Griffiths dan Wood, 2000; Ha dkk, 2007, dalam Lemmens dkk, 2011). Secara umum kecenderungan ini lebih banyak terjadi pada remaja pria daripada remaja wanita (Chiu dkk, 2004; Gentile, 2009; Grüsser dkk, 2005; Ko dkk, 2005, dalam Lemmens dkk, 2009). Remaja memiliki kecenderungan yang lebih tinggi untuk menunjukkan tanda-tanda mengalami IGD karena mereka memiliki lebih sedikit tanggung jawab dan lebih banyak waktu luang daripada

kelompok usia lainnya, sehingga dapat menghabiskan lebih banyak waktu untuk bermain *online games*. Karena cukup tingginya prevalensi tanda-tanda IGD diantara remaja, maka kelompok usia ini dianggap cukup rentan terhadap berbagai efek negatif yang muncul akibat IGD.

Hal yang memengaruhi remaja untuk mengalami IGD adalah lama bermain *online games*, dimana dalam jangka waktu lebih dari 1 bulan remaja tersebut hanya memainkan satu jenis *game* yang sama, walaupun sudah tidak menikmatinya lagi (Smart, 2010: 23-30). Faktor lainnya adalah bentuk dari *online games* yang dimainkan serta banyaknya waktu yang dihabiskan untuk bermain *online games*. Remaja dengan IGD dapat menghabiskan waktu hingga 39 jam dalam satu minggu untuk bermain *online games* (Young, 1998).

Terdapat tujuh kriteria di dalam IGD, yaitu *salience*, *tolerance*, *mood modification*, *withdrawal*, *relapse*, *conflict*, dan *problems* (Lemmens dkk, 2009; Griffiths dkk, 2010). *Salience* berarti *gamers* menganggap bahwa memainkan *online games* merupakan aktivitas paling penting dalam kehidupannya dan akan mendominasi pikiran, perasaan, serta perilaku sehari-harinya. Remaja yang memenuhi kriteria *salience* akan merasa harus bermain *online games* dan apabila tidak, maka ia akan terus memikirkan kapan dapat bermain kembali.

Kriteria *tolerance* menggambarkan proses dimana *gamers* merasa bahwa ia membutuhkan peningkatan waktu dalam bermain *online games* untuk mencapai efek perubahan *mood*. Remaja yang memenuhi kriteria *tolerance* biasanya secara perlahan-lahan akan menambah waktu bermain *game online*-nya.

Kriteria ketiga adalah *mood modification*. Kriteria *mood modification* menggambarkan pengalaman subjektivitas yang dilaporkan oleh *gamers* sebagai konsekuensi dari bermain *online games* dan dapat dipandang sebagai strategi *coping*. Remaja yang memenuhi kriteria *mood modification* dapat mengalami ketergugahan atau merasa dapat “melarikan diri” dengan bermain *online games*.

Kriteria selanjutnya adalah *withdrawal*, dimana *gamers* akan merasakan keadaan tidak menyenangkan dan/atau efek fisik yang dapat terjadi ketika ia secara tiba-tiba mengurangi waktu bermain atau menghentikan kebiasaannya untuk bermain *online games*. Remaja yang memenuhi kriteria *withdrawal* dapat merasa mudah tersinggung atau *moody* karena berusaha untuk mengurangi atau menghentikan kebiasaannya untuk bermain *online games*.

Kriteria *relapse* merupakan kecenderungan yang dialami oleh *gamers* untuk kembali pada pola awal dalam bermain *online games*. Pola *excessive gaming* akan kembali muncul setelah masa berhenti atau pengurangan bermain *game online*. Remaja yang memenuhi kriteria ini dapat kembali bermain *online games* secara berlebihan setelah beberapa waktu berhasil untuk mengurangi atau menghentikan kebiasaannya dalam bermain *online games*.

Kriteria selanjutnya adalah *conflict*. Kriteria ini merujuk pada semua konflik interpersonal yang muncul akibat perilaku *excessive gaming* yang dilakukan oleh *gamers*. Konflik ini akan muncul antara *gamers* dengan orang-orang di sekitarnya. Konflik yang terjadi dapat berbentuk argumentasi dan pengabaian, maupun kebohongan atau muslihat. Remaja yang memenuhi kriteria ini dapat mengalami konflik dengan orang lain yang ada di sekitarnya, misalnya marah pada orangtuanya saat ia diminta untuk berhenti bermain *online games* atau berbohong dengan mencuri-curi waktu untuk bermain *online games*.

Kriteria *problems* merujuk pada berbagai masalah yang muncul akibat dari *excessive gaming* yang dilakukan oleh *gamers*. Masalah yang biasanya muncul adalah objek dari adiksi, dalam hal ini *online games*, menjadi preferensi bagi *gamers* diatas aktivitas lain, seperti bersekolah, bekerja, atau bersosialisasi. Masalah yang muncul juga dapat terjadi dalam diri individu, seperti konflik intrapersonal dan perasaan subjektif akibat hilangnya kontrol pribadi. Remaja yang memenuhi kriteria ini dapat lebih memilih untuk bermain *online games* daripada melakukan aktivitas lain yang dilakukan oleh teman-teman sebayanya. Remaja juga dapat menarik diri dari teman-temannya karena lebih memilih untuk bermain *online games*.

Menurut Young (1998, dalam Lemmens dkk, 2009), adiksi akan muncul apabila individu memenuhi setidaknya empat dari tujuh kriteria IGD dalam jangka waktu 6 bulan. Remaja yang memenuhi setidaknya empat dari tujuh kriteria IGD mungkin akan menganggap bahwa bermain *online games* merupakan aktivitas yang paling penting, menghabiskan waktu yang semakin lama untuk bermain *online games*, merasakan perasaan tidak menyenangkan apabila tidak dapat bermain *online games*, sulit untuk berhenti atau mengurangi waktu bermain *online games*, memiliki kecenderungan untuk kembali bermain *online games* setelah beberapa waktu dapat berhenti, maupun mengalami konflik interpersonal dan intrapersonal akibat bermain *online games*. Sedangkan apabila remaja hanya memenuhi tiga atau kurang dari kriteria IGD, maka dapat dikatakan bahwa remaja tersebut tidak memiliki IGD. Remaja yang hanya memenuhi tiga atau kurang dari kriteria IGD mungkin akan menganggap bahwa bermain *online games* bukan merupakan aktivitas yang paling penting, hanya menghabiskan waktu secukupnya untuk bermain *online games*, tidak mengalami perubahan *mood* apabila tidak dapat bermain *online games*, mampu untuk berhenti atau mengurangi waktu bermain *online games*, tidak memiliki kecenderungan untuk kembali bermain *online games* setelah beberapa waktu dapat berhenti, maupun tidak mengalami konflik interpersonal dan intrapersonal akibat bermain *online games*.

Terdapat banyak penelitian yang menyebutkan bahwa bermain *online games* secara berlebihan dapat menimbulkan berbagai efek negatif. Berdasarkan simpulan yang dibuat oleh Griffiths dkk (2012) dari berbagai penelitian tersebut, dampak negatif yang dapat muncul antara lain adalah individu dapat mengorbankan pekerjaan, pendidikan, hobi, waktu bergaul dengan orang lain, waktu bersama pasangan / keluarga, dan tidur. Individu yang bermain *online games* secara berlebihan juga kemungkinan tidak memiliki *relationship* di kehidupan nyata dengan orang-orang di sekitarnya. Dibandingkan dengan individu lain dalam kelompok usianya,

individu yang bermain *online games* secara berlebihan akan memiliki *psychosocial well-being* lebih rendah dan mengalami kesepian.

Salah satu dampak yang paling mudah untuk diamati dari individu dengan IGD adalah keterampilan sosialnya. Keterampilan sosial merupakan sejumlah keterampilan yang digunakan oleh individu untuk melakukan *decoding*, mengirimkan, kemudian meregulasi informasi dalam bentuk verbal maupun non-verbal untuk memfasilitasi interaksi sosial yang positif dan adaptif (Riggio dalam Loton, 2007). Keterampilan sosial yang dimiliki oleh individu terbagi ke dalam dua jenis domain yaitu domain emosional dan verbal/sosial. Kedua domain tersebut masing-masing terbagi ke dalam tiga jenis keterampilan. Domain emosional terbagi ke dalam keterampilan *emotional expressivity*, *emotional sensitivity*, dan *emotional control*. Sedangkan domain verbal/sosial terbagi ke dalam keterampilan *social expressivity*, *social sensitivity*, dan *social control*. Individu dengan keterampilan sosial yang tinggi akan memiliki skor yang tinggi untuk setiap keterampilan tersebut. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Kusumadewi (2009) dan Anhar (2014), remaja dengan IGD memiliki gangguan terhadap keterampilan sosialnya, terutama dalam keterampilan *emotional sensitivity* dan *social expressivity*.

Keterampilan *emotional expressivity* adalah keterampilan yang dimiliki oleh individu dalam berkomunikasi secara non-verbal, yaitu kemampuan untuk mengirimkan pesan emosi, ekspresi non-verbal, dominasi, maupun orientasi interpersonal kepada lawan bicaranya. Remaja dengan keterampilan *emotional expressivity* yang tinggi akan dapat secara akurat menyampaikan pesan emosi yang ia alami secara non-verbal kepada orang-orang yang ada di sekitarnya. Remaja tersebut akan dapat memperlihatkan keadaan emosional yang sedang dialami, misalnya ketika ia sedang marah maka orang-orang di sekitarnya akan dapat menyadarinya hanya dengan melihat ekspresi wajahnya. Remaja dengan IGD akan memiliki keterampilan *emotional expressivity* yang rendah sehingga dapat mengalami kesulitan

melakukan komunikasi non-verbal untuk menyampaikan pesan emosi orang-orang yang ada di sekitarnya. Hal ini disebabkan karena dalam bermain *online games*, untuk menyampaikan pesan emosi, remaja tersebut tidak akan menyampaikannya secara langsung kepada lawan bermainnya, namun biasanya akan menggunakan fitur *chat*, sehingga untuk menunjukkan emosi ia akan menunjukkannya dengan cara mengirimkan pesan yang seluruhnya menggunakan huruf kapital. Hal ini menyebabkan remaja tersebut tidak terlatih dalam menyampaikan pesan emosi secara non-verbal. Oleh karena itu, ketika berhadapan dengan orang-orang di lingkungannya, ia dapat merasa bingung dalam menyampaikan pesan emosi secara non-verbal.

Keterampilan *emotional sensitivity* adalah keterampilan individu untuk menerima kemudian menginterpretasikan kembali pesan non-verbal yang diterima dari orang lain. Remaja dengan keterampilan *emotional sensitivity* yang tinggi akan mampu menerima dan mengartikan kembali secara akurat pesan non-verbal yang ia terima dari orang-orang di sekitarnya. Remaja tersebut akan dapat menginterpretasikan komunikasi emosional secara cepat dan efisien, sehingga akan mudah untuk terpengaruh secara emosional oleh orang lain serta merasakan keadaan emosional orang tersebut dengan penuh pengertian. Misalnya ketika salah seorang teman remaja tersebut sedang sedih, maka remaja itu akan dapat menampilkan empatinya dengan memberikan sentuhan-sentuhan yang menenangkan kepada temannya. Sedangkan remaja dengan IGD akan memiliki keterampilan emosional rendah sehingga dapat kesulitan untuk menginterpretasikan komunikasi non-verbal dari orang lain secara akurat. Misalnya karena seorang remaja terlalu sibuk bermain *online games*, mungkin ia akan melewatkan *cues* yang diberikan oleh temannya apabila temannya tersebut marah.

Keterampilan *emotional control* adalah kemampuan untuk mengendalikan dan mengatur perilaku emosional dan non-verbal, khususnya saat menyampaikan atau menyembunyikan emosi dengan isyarat. Remaja dengan keterampilan *emotional control* yang

baik akan mampu mengendalikan dan mengatur ekspresi emosi non-verbalnya dalam berbagai situasi sosial, misalnya ketika berada dalam suatu situasi sosial tertentu ia tidak akan menunjukkan ekspresi sedih yang berlebihan walaupun sedang merasa sedih. Remaja dengan IGD akan memiliki keterampilan *emotional control* yang rendah sehingga dapat kesulitan untuk mengendalikan serta mengatur perilaku emosional dan non-verbalnya. Misalnya seorang remaja yang asyik bermain *online games* ketika ia sedang bersama dengan orangtuanya. Ketika ia kalah dalam *online games* tersebut, ia dapat menunjukkan ekspresi marah yang yang berlebihan, karena ia tidak menyadari bahwa perilakunya tersebut tidak pantas untuk dilakukan di depan orangtuanya.

Keterampilan *social expressivity* adalah keterampilan yang dimiliki oleh individu untuk melakukan komunikasi secara verbal dan kemampuan untuk melibatkan orang lain dalam interaksi sosial. Remaja dengan keterampilan *social expressivity* yang baik akan dapat memulai interaksi dengan orang-orang yang ada di sekitarnya secara verbal dalam berbagai situasi sosial. Misalnya, ketika sedang berada di tempat yang baru, remaja tersebut akan dapat memperkenalkan dirinya kepada orang-orang yang ada di tempat tersebut kemudian melakukan interaksi sosial. Remaja dengan IGD akan memiliki keterampilan *social expressivity* yang rendah sehingga dapat kesulitan untuk secara verbal melibatkan orang lain dalam interaksi sosial. Hal ini dikarenakan dalam bermain *online games* remaja tersebut terbiasa untuk berkomunikasi melalui fitur *chat* dan dapat berkomunikasi secara anonim. Oleh karena itu, ketika remaja tersebut dihadapkan pada situasi sosial yang mengharuskan dirinya berinteraksi secara verbal dengan orang lain, ia akan merasa canggung serta mengalami kesulitan dalam melakukan interaksi tersebut.

Keterampilan *social sensitivity* adalah kemampuan individu untuk menginterpretasikan dan memahami komunikasi verbal dari orang lain, memahami situasi sosial, norma sosial, serta dapat mengatur tingkah laku sosial secara tepat sesuai dengan perannya. Remaja dengan

keterampilan *social sensitivity* yang baik akan dapat memahami komunikasi verbal serta norma-norma yang ada dalam berbagai situasi sosial, sehingga ia dapat menampilkan perannya yang sesuai. Misalnya, ketika sedang berbicara dengan orang yang lebih tua, maka remaja tersebut akan menggunakan bahasa yang lebih sopan daripada ketika berbicara dengan teman-teman sebayanya. Remaja dengan IGD akan memiliki keterampilan *social sensitivity* yang rendah sehingga dapat mengalami kesulitan untuk menampilkan peran yang sesuai dalam berbagai situasi sosial, karena ia sulit untuk memahami komunikasi verbal serta norma-norma yang ada. Misalnya seorang remaja yang sering menghabiskan diri untuk bermain *online games* dengan orang-orang yang lebih tua, dimana ia dapat berbicara dengan mereka layaknya teman dan bahkan menggunakan bahasa-bahasa yang tidak sopan, mungkin akan menganggap bahwa ia dapat berbicara dengan semua orang yang lebih tua dengan menggunakan bahasa yang kurang sopan.

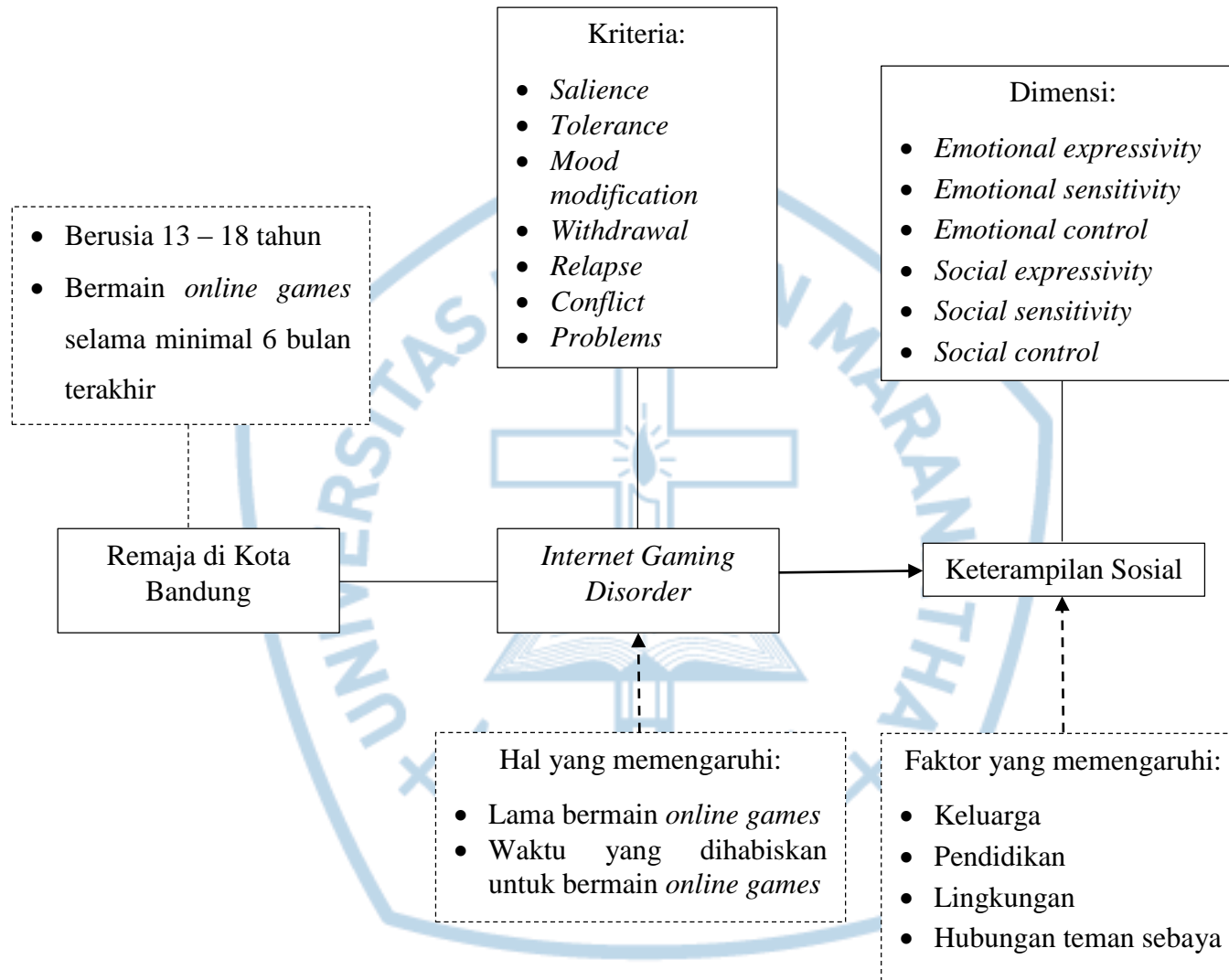
Keterampilan *social control* adalah keterampilan umum individu dalam memainkan berbagai peran sosial dan melakukan presentasi diri dalam lingkungan sosial. Remaja dengan keterampilan *social control* yang baik akan mampu untuk memainkan berbagai peran sosial sehingga dapat mempresentasikan diri secara pantas di lingkungannya. Misalnya, ketika sedang bersama dengan teman-temannya, remaja tersebut akan dapat menempatkan diri sebagai seorang teman, ketika berada di rumah ia dapat berperan sebagai seorang anak, dan ketika berada di lingkungan sekolah ia dapat menampilkan peran sebagai seorang pelajar. Remaja dengan IGD akan memiliki keterampilan *social control* yang rendah serta mengalami kesulitan dalam memainkan berbagai peran sosial, sehingga ia tidak dapat mempresentasikan diri secara pantas di lingkungannya. Misalnya, seorang remaja yang sering bermain *online games*, dimana dalam *online games* tersebut ia memainkan tokoh yang berperan sebagai seorang pemimpin dan terbiasa untuk memimpin. Ketika ia dihadapkan pada situasi sosial yang mengharuskan ia

menaati figur pemimpin, ia akan kesulitan untuk melakukannya dan bahkan dapat menolak untuk mematuhi.

Terdapat beberapa faktor yang dapat memengaruhi keterampilan sosial yang dimiliki oleh seorang remaja, yaitu keluarga, pendidikan, lingkungan, dan hubungan dengan teman sebaya. Faktor pertama adalah keluarga. Kualitas hubungan yang dimiliki oleh remaja dengan orang tuanya akan menjadi kunci untuk pengembangan kompetensi sosialnya. Kualitas hubungan sosial serta keterampilan sosial yang baik akan memainkan peran dalam perkembangan psikologis yang sehat, kesuksesan akademik, dan bahkan dalam remaja ketika ia sudah memasuki masa dewasa misalnya dalam perkawinan dan ketika ia sudah menjadi orangtua (Hair, dkk. dalam Nugraini, 2015).

Faktor yang memengaruhi keterampilan sosial remaja berikutnya adalah pendidikan. Keterampilan sosial sangat dibutuhkan di dalam dunia pendidikan, sebab mampu meningkatkan pencapaian akademik dari individu (Arumugam, Thayalan, Kaur, & Muthusamy, 2013; Feitosa, Prette, & Prette, 2012, dalam Nugraini, 2015). Faktor lingkungan dapat memengaruhi keterampilan sosial remaja disebabkan karena perilaku yang dilakukan oleh individu akan berhubungan timbal balik dengan perilaku yang ia terima dari lingkungannya. Perilaku yang dilakukan oleh remaja akan mempengaruhi lingkungan sosial, sedangkan perilaku yang diterima oleh individu dari lingkungannya akan memengaruhi perilakunya. Peristiwa yang terjadi di lingkungan akan memodifikasi atau mengontrol respon yang dimunculkan oleh remaja (Dowd & Tierney, 2005 dalam Nugraini, 2015).

Faktor terakhir yang dapat memengaruhi keterampilan sosial remaja adalah hubungan dengan teman sebaya. Keterampilan sosial pada hubungan dengan teman sebaya menjelaskan bahwa keterampilan sosial yang dimiliki oleh individu akan mendorong penerimaan teman sebaya (Cartledge & Milburn, 1995, dalam Nugraini, 2015).



1.6 Asumsi Penelitian

Asumsi yang mendasari penelitian ini adalah:

- 1) IGD yang dimiliki oleh remaja di Kota Bandung dapat memengaruhi keterampilan sosialnya.
- 2) Kriteria IGD yang dipenuhi oleh remaja di Kota Bandung dapat bervariasi.
- 3) Pemenuhan kriteria IGD dapat menurunkan keterampilan sosial yang dimiliki oleh remaja, dan begitu pula sebaliknya apabila remaja hanya memenuhi tiga atau kurang dari kriteria IGD dapat menggambarkan tingginya keterampilan sosial yang dimiliki.
- 4) Keterampilan sosial yang dimiliki oleh remaja di Kota Bandung terbentuk dari dimensi *emotional expressivity*, *emotional sensitivity*, *emotional control*, *social expressivity*, *social sensitivity*, dan *social control*, yang masing-masingnya memiliki derajat bervariasi.

1.7 Hipotesis Penelitian

Hipotesis yang terdapat dalam penelitian ini adalah:

- 1) Semakin banyak kriteria IGD yang dipenuhi oleh remaja di Kota Bandung, maka akan semakin rendah keterampilan sosialnya.
- 2) Semakin sedikit kriteria IGD yang dipenuhi oleh remaja di Kota Bandung, maka akan semakin tinggi keterampilan sosialnya.