

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menurut *world health organizations* (WHO) pada tahun 2018 bahwa kecanduan game diakui sebagai gangguan akibat perilaku adiktif yang disebabkan oleh kebiasaan atau kecanduan. Pada tahun 2017, data dari riset pemasaran asal Amsterdam, Newzoo, menunjukkan bahwa 56% dari 43,7 juta game di Indonesia adalah laki-laki, dengan pengeluaran total US\$880 juta. Indonesia memiliki jumlah pemain game terbanyak di Asia Tenggara dengan prevalensi 6,1% dari mereka diperkirakan mengalami kecanduan, menciptakan potensi 2,7 juta pemain yang mungkin terkena dampak.

Sebanyak 54,1% remaja usia 15-18 tahun di Indonesia yang mengalami kecanduan game online yaitu 77,5% remaja putra dan 22,5% remaja putri, menurut Gurusinga (2020). Penelitian juga menunjukkan bahwa 64,45% remaja laki-laki dan 47,85% remaja Perempuan berusia 12-22 tahun terlibat dalam game online menurut Khasanah (2020). Prevalensi, sebuah studi pada tahun 2012 di empat kota di Indonesia yaitu di Manado, Medan, Pontianak, dan Yogyakarta menemukan bahwa 45,3% dari 3.267 siswa yang bermain game online setiap bulan tidak memiliki niat untuk berhenti. Saat itu belum ada kesepakatan mengenai kriteria kecanduan game sehingga kami membuat kriteria sendiri untuk Indonesia berdasarkan teori kecanduan game dan kriteria diagnosis dari kecanduan judi. Kami juga menggelar focus group discussion dengan tiga psikolog klinis terlisensi dan kami menyimpulkan bahwa orang yang bermain game selama 4-5 hari per minggu dengan durasi lebih dari 4 jam per hari, maka mungkin terindikasi kecanduan.

Dengan analisis statistik, menemukan 150 siswa (10,2%) dari 1477 siswa yang mungkin mengalami kecanduan dan 89 (59,3%) dari 150 siswa yang mungkin mengalami kecanduan parah, dan sisanya mungkin dapat masuk kategori kecanduan ringan. Dapat diperkirakan prevalensi orang yang mengalami kecanduan game sekitar 6,1% di Indonesia (Hairilakbar, 2019).

Siswa yang merupakan anak-anak berusia (6-12) tahun, berada pada periode perkembangan intelektual dan kognitif yang penting. Perkembangan psikososial mereka mencakup kemampuan seperti membaca, menulis, dan menghitung selain itu juga menghasilkan karya, berinteraksi dan berprestasi dalam belajar berdasarkan kemampuan diri sendiri (Munir Zainal, 2023).

Berdasarkan perkembangan ilmu dan teknologi saat ini semakin luas, pada saat ini fenomena *game online*, yang telah menjadi hiburan utama dengan akses yang mudah, melalui internet. Saat ini internet telah menghasilkan banyak manfaat, salah satu manfaat internet yang cukup besar berhubungan dengan hiburan. Hal ini dialami oleh semua kalangan dari anak-anak hingga remaja. Hiburan internet yang cukup banyak dinikmati adalah *game online*. *Game online* sering diidentikan dengan permainan video game dengan menggunakan jaringan internet, dikarenakan *game online* yang semakin mudah diakses yang menyebabkan banyaknya orang yang memainkan berbagai macam *game online* (Matur et., 2021). Beberapa game yang banyak dimainkan oleh anak sekolah sekarang ialah seperti game perang-perangan yaitu PUBG dan FREE FIRE menurut Oktalia (2020). Manfaat game online itu sendiri yaitu sebagai media hiburan, menghilangkan kebosanan dan kemudahan dalam mengakses, Nurhalimah (2023). Game online memiliki daya tarik yang bersifat interaktif, hal ini menimbulkan perasaan bahagia

dan kesenangan yang tinggi pada pemainnya, sehingga permainan ini dapat mengakibatkan ketergantungan atau resiko kecanduan (Oktalia, 2019).

Kecanduan game online dapat menyebabkan siswa lupa waktu, terutama karena mudahnya mengakses internet yang digunakan untuk bermain game online. Menurut data *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2019 mengatakan bahwa bermain game selama 7 jam atau lebih dalam sehari dapat meningkatkan resiko gangguan tidur sebesar 39%, dengan durasi tidur yang seharusnya 7 jam menjadi hanya 5 jam. hal ini dapat membuat anak menjadi insomnia, yang dimana bisa mengganggu tumbuh kembang anak yang terlalu sering menggunakan smartphone, Hayati, (2020). Prevalensi di Indonesia sebanyak 54,1% anak usia sekolah yang mengalami kecanduan game online, di antaranya yaitu 77,5% putra dan 22,5% putri (Mona, 2021).

Game online menyebabkan siswa menjadi kecanduan sampai waktu untuk istirahat atau tidur dipakai untuk bermain game online akibatnya, kualitas tidur menjadi buruk dan munculnya dampak negatif menurut Yustina (2021). Dampak yang terjadi jika bermain hampir setiap hari dan dalam waktu yang sama (lebih dari 4 jam) maka muncul masalah yaitu gangguan psikologi, gangguan muskuloskeletal, gangguan penglihatan, menyebabkan perilaku kekerasan, aspek sosial, sulit berkonsentrasi saat proses belajar mengajar, menurunnya motivasi belajar, pemborosan uang jajan. Hal ini tentunya sangat mempengaruhi semua aktivitas sehari-hari termasuk kualitas tidur (Novrialdy, 2019).

Berdasarkan *National Sleep Foundation*, kebutuhan tidur yang normal pada usia anak hingga remaja adalah 8-10 jam dan kebutuhan tidur yang sehat bagi anak hingga remaja akan menghasilkan istirahat yang lebih baik. Bagi anak dan

remaja, kecukupan tidur diharapkan bisa menunjang tumbuh kembang dan menjaga konsentrasinya saat bersekolah karena itulah setiap orang harus memenuhi kebutuhan tidur yang durasinya disesuaikan dengan usia (P2PTM Kemenkes RI, 2019). Karena seandainya tidak adanya istirahat yang cukup dapat menyebabkan perubahan perilaku atau emosi yang tidak biasa. Sebagai hasilnya, mereka mungkin lebih mudah menjadi uring-uringan, mudah marah, atau merasa lelah secara emosional (Woran et al., 2021).

Berdasarkan penelitian Jarmi & Rahayuningsih, (2017 *dalam* Irfan, 2020) mengatakan bahwa terdapat adanya hubungan penggunaan game online dengan kualitas tidur pada siswa.

Seperti yang sudah dipaparkan di atas, bahwa game online menimbulkan gejala adiktif atau kecanduan. Adiktif merupakan suatu kondisi ketergantungan fisik dan mental terhadap hal yang menimbulkan perubahan perilaku bagi orang yang mengalaminya. Adiksi game online adalah ketika seseorang bermain secara berlebihan hingga menimbulkan ketergantungan bahkan hilang kontrol untuk membatasi penggunaannya menurut Oktalia (2019). Pada tahun 2020, ditemukan kasus seorang anak dilarikan ke panti rehabilitasi, karena kecanduan bermain game online dan melakukan kekerasan pada orang tua, karena tidak memiliki kuota internet, atau baterai gadget melemah, menurut Surjaya (2021).

Berdasarkan penelitian Nurhalimah (2023) bahwa terdapat adanya hubungan perilaku kekerasan yang dilakukan oleh anak atau remaja dengan adiksi *game online*. Sebanyak 62,1% responden menghabiskan waktu selama tiga jam per-hari untuk bermain *game online*.

Berdasarkan studi pendahuluan yang peneliti lakukan di SDN 15 pagi Jakarta Timur, dalam wawancara peneliti kepada 2 dari 5 siswa di SDN 15 pagi Jakarta Timur, mengatakan bahwa mereka suka bermain gadget yang digunakan untuk bermain game. Bahkan sampai larut malam masih memainkan game, sehingga menyebabkan siswa bisa jadi kecanduan pada game serta bisa mengganggu kualitas tidur dan bisa beresiko melakukan perilaku kekerasan.

Dari penjelasan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai, “Hubungan Kecanduan Game Online Dengan Kualitas Tidur Dan Resiko Perilaku Kekerasan Pada Siswa Siswi Di SDN 15 Pagi Jakarta Timur”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang sudah dipaparkan di atas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Hubungan Kecanduan Game Online Dengan Kualitas Tidur Dan Resiko Perilaku Kekerasan Pada Siswa Siswi SDN 15 Pagi Jakarta Timur”.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kecanduan bermain online game dengan kualitas tidur dan resiko perilaku kekerasan pada siswa siswi di SDN 15 Pagi Jakarta Timur.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Diketahui gambaran tingkat kecanduan game online pada siswa siswi SDN 15 Pagi Jakarta Timur.
2. Diketahui gambaran kualitas tidur pada siswa siswi SDN 15 Pagi Jakarta Timur.

3. Diketahui gambaran resiko perilaku kekerasan pada siswa siswi SDN 15 Pagi Jakarta Timur.
4. Diketahui hubungan kecanduan game online dengan kualitas tidur pada siswa siswa SDN 15 Pagi Jakarta Timur.
5. Diketahui hubungan kecanduan game online dengan resiko perilaku kekerasan pada siswa siswi SDN 15 Pagi Jakarta Timur.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Responden

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman kepada siswa yang mengalami kecanduan game online mengenai tingkat kualitas tidur dan dampak resiko perilaku kekerasan. Selain itu, hasil penelitian ini dapat menjadi evaluasi bagi pihak sekolah, terutama kepada sekolah dan bidang kesiswaan, untuk memberikan fasilitas konseling kepada siswa yang terindikasi memiliki resiko perilaku kekerasan dan gangguan kualitas tidur.

1.4.2 Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi data yang berharga bagi pihak institusi pendidikan, khususnya dalam bidang keperawatan jiwa, terutama terkait dengan kecanduan game online, kualitas tidur dan resiko perilaku kekerasan. Data ini dapat menjadi dasar untuk meningkatkan pemahaman dan tindakan di dalam institusi.

1.4.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya pemahaman peneliti mengenai kecanduan game online dan aspek terkaitnya. Selain itu, hasil penelitian ini dapat menjadi landasan untuk pengembangan intervensi yang lebih efektif. Hasil penelitian juga dapat digunakan sebagai syarat untuk memperoleh kelulusan dan gelar sarjana, serta memberikan wawasan lebih lanjut tentang hubungan antara kecanduan game online, kualitas tidur dan resiko perilaku kekerasan.

