

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Perkembangan teknologi dan informasi mengalami kemajuan yang sangat pesat yang ditandai dengan kemajuan pada bidang informasi dan teknologi. Teknologi berkembang pesat saat ini salah satunya adalah gadget. Gadget yang digunakan berbeda pada anak sekolah dasar, berbeda dengan remaja dan orang dewasa. Hampir setiap orang yang memanfaatkan gadget menghabiskan banyak waktu mereka dalam sehari menggunakan gadget untuk bermain *game online*.¹

Remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa. Perkembangan remaja disebut juga masa transisi dimana perubahan biologis, kognitif, sosio-emosional yang terjadi sangat cepat. Karakteristik dari remaja adalah keingintahuannya yang tinggi dan mencoba hal-hal baru seperti *game Online*. Perilaku seseorang yang secara terus-menerus untuk *bermain game online* sehingga mengganggu produktifitas remaja seperti mengganggu pola tidur, menghabiskan uang saku sekolah untuk kebutuhan bermain *game online*, berubahnya emosional yang mengakibatkan peran konflik, membolos sekolah untuk bisa bermain *game online* yang

mengakibatkan remaja kebiasaan *game online*.²

Menurut *International Classification of Diseases* (ICD-11) dalam WHO (2018), gangguan kebiasaan *game online* sebagai pola perilaku pemain *game online* yang ditandai dengan gangguan mental dan lebih memprioritaskan bermain *game online* dari kegiatan lain dalam sehari-hari. Negara-negara telah mengakui kebiasaan *game online* termasuk suatu masalah kesehatan yang harus segera ditangani atau dicegah.³

Menurut laporan We Are Social dan Hootsuite menyebutkan pada Oktober Tahun 2022 jumlah pengguna internet didunia telah mencapai 5,07 miliar. Jumlah tersebut mencapai 65,45% dari populasi global yang totalnya 7,99 miliar orang. (Datapublish, 2022) Salah satu kebiasaan yang dilakukan oleh remaja adalah bermain *game online*, Park Association meneliti hubungan antara internet dengan game dan ditemukan bahwa ada dua pertiga dari pengguna internet di Amerika Serikat bermain game online. Hasil survei di Amerika pada tahun 2010 dilaporkan bahwa dari 1162 *mahasiswa*, 70% diketahui bermain *game online* terbilang ketat dengan peraturan seperti dilarang memakai baju sekolah, dilarang merokok, serta dilarang membawa miras maupun berjudi.⁴

Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet (APJI, 2020) mencatat salah satu bentuk hiburan yang banyak dipilih masyarakat Indonesia dimasa Covid-19 adalah bermain game online sebesar 16,5%.

Sementara musik online 15,3%. Bahkan berdasarkan data ada 50,8 juta pengguna mobile game di tahun 2020. Hal tersebut tidak lepas dari imbas kebijakan work from home (WFH) dan belajar dirumah. Hal ini membuat penggunaan dan unduhan aplikasi game online melonjak, bahkan diprediksi akan meningkat.⁵

Berdasarkan hasil survei terbaru dari Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia, pengguna internet di Indonesia mencapai 215,63 juta pada periode 2022-2023. Jumlah tersebut meningkat 2,67% dibandingkan pada periode sebelumnya yang sebanyak 210,03 juta pengguna internet.⁶

Masa remaja merupakan masa stress emosional yang timbul dari perubahan fisik dan yang cepat dan luas yang terjadi selama masa pubertas dan masa transisi antara masa kanak-kanak dengan dewasa. Durasi bermain game online yang terlalu lama adalah salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kurangnya pemenuhan kebutuhan tidur pada remaja. Kualitas tidur yang buruk akan menyebabkan gangguan fisiologis dan psikologi seperti adanya rasa lelah, mudah mengantuk, dan penurunan aktivitas sehari-hari. Salah satu faktor yang turut berperan dalam perkembangan mental emosional pada remaja adalah pola tidur. Durasi waktu tidur yang dibutuhkan untuk tidur berbeda-beda berdasarkan tahap perkembangan dan usia seseorang.⁷

Kebiasaan *game online* yang ada di siswa SMP Negeri 8 Makassar dengan jumlah siswa/siswi 944 orang yang terdiri dari 452 laki-laki dan 492 perempuan. Hal ini dapat terjadi karena *game center* yang banyak dan mudah dijangkau sehingga kebanyakan yang ditemui di tempat *game center* adalah remaja laki-laki dengan baju seragam sekolah. Siswa di SMP Negeri 8 Makassar ada beberapa yang melanggar peraturan sekolah dengan bermain *game online*. Akibatnya dari siswa tidak mengerjakan tugas karena keasyikan bermain, sering terlambat masuk sekolah, menghabiskan uang SPP dan membolos sekolah. Dari uraian masalah diatas peneliti ingin menganalisis “Hubungan Kebiasaan Bermain *Game Online* Dengan Tingkat Stress Pada Remaja di SMP Negeri 8 Makassar”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan dapat dibuat rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu, adakah hubungan kebiasaan bermain *game online* dengan tingkat stress pada remaja di SMP Negeri 8 Makassar?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui kebiasaan bermain *game online* dengan tingkat stress pada remaja di SMP Negeri 8 Makassar.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui tingkat stres yang dialami remaja di SMP Negeri 8 Makassar.
- b. Untuk mengetahui kebiasaan Game Online di SMP Negeri 8 Makassar
- c. Untuk mengetahui hubungan kebiasaan bermain game online dengan tingkat stress pada remaja di SMP Negeri 8 Makassar.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan bermanfaat

untuk bidang ilmu keperawatan khususnya ilmu keperawatan jiwa serta komunitas yang dapat memberikan wacana tentang kebiasaan game serta pengaruhnya dengan stres yang dialami dalam kehidupan remaja.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang hubungan kebiasaan bermain game online dengan tingkat stress dan dapat dijadikan evaluasi oleh masyarakat khususnya yang mengalihkan stress nya dengan cara bermain game online.

b. Bagi Petugas Kesehatan

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada petugas kesehatan untuk melakukan sosialisasi dan penyuluhan mengenai tingkat stress dengan kebiasaan bermain game online.

c. Bagi Peneliti

Peneliti dapat mengetahui hubungan

kebiasaan bermain game online dengan tingkat stress pada remaja. Penelitian juga dapat dijadikan sebagai sarana dalam menerapkan ilmu dan teori yang di dapat dibangku kuliah.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, peneliti dapat melakukan penelitian hubungan kebiasaan bermain game online dengan tingkat stress pada remaja.