

## **BAB II**

### **LANDASAN TEORI**

#### **A. Perilaku Toxic**

##### **1. Pengertian Perilaku Toxic**

Perilaku toxic dapat diartikan sebagai perilaku yang sengaja merusak kesenangan atau jalannya pertandingan dalam game kompetitif.<sup>1</sup> Toxic merujuk pada perilaku beracun dan tidak sehat yang membuat seseorang merasa direndahkan, diserang, tidak didukung, tidak dicintai, dimanfaatkan, atau diperlakukan dengan buruk. Konsep perilaku toxic umumnya berlaku dalam berbagai jenis hubungan, seperti pertemanan, keluarga, lingkungan kantor, tetangga, dan hubungan sosial lainnya.<sup>2</sup> Menurut Dr. Lillian Glass, seorang ahli komunikasi dan psikologi asal California, hubungan toxic adalah hubungan yang ditandai dengan konflik, persaingan, ketidakharmonisan, kurangnya dukungan, dan usaha salah satu pihak untuk melemahkan pihak lainnya.<sup>3</sup> Teemu Saarinen menambahkan bahwa perilaku toxic di lingkungan game memiliki dampak negatif, tidak hanya mengurangi kenikmatan bermain game online, tetapi juga menyebabkan frustrasi dan bahkan bisa membuat seseorang meninggalkan permainan tersebut secara permanen.<sup>4</sup>

Kesimpulannya, perilaku toxic adalah perilaku yang merugikan dan menyulitkan orang lain secara emosional atau psikologis. Perilaku ini seringkali mengekspresikan ketidakpuasan, ketidaksetujuan, atau kemarahan dengan cara yang tidak sehat dan merugikan orang di sekitarnya. Perilaku toxic dapat muncul dalam berbagai bentuk, termasuk komunikasi verbal dan non-verbal, seperti

---

<sup>1</sup> Maulizin, E. I. (2021). Pengaruh Pesan Toxic Dalam Game Online Terhadap Perilaku Bullying Pada Komunitas Sekawan Esport di Yogyakarta (Doctoral dissertation, Universitas Mercu Buana Yogyakarta).

<sup>2</sup> Dr.Lillian Glass”Toxic People : 10 Ways Of Dealing With People Who Make Your Life Miserable”,(1995).

<sup>3</sup> Ibid

<sup>4</sup> Teemu Saarinen.”Toxic Behavior In Online Games”,(Repostory Univesity Of Oulu.2017), hlm.41

penggunaan kata-kata kasar, penghinaan, bullying, menyalahkan orang lain, manipulasi emosional, atau menciptakan lingkungan sosial yang beracun.

## 2. Bentuk-Bentuk Perilaku Toxic

Menurut Teemu Saarinen, perilaku toxic di lingkungan game dapat muncul dalam berbagai bentuk, antara lain:<sup>5</sup>

- a. *Harassment/Flaming*: Mengirim pesan yang menyinggung dan menyerang pemain lain, seperti menggunakan kata-kata kasar melalui chat atau *voice chat*. Contoh: "bego!", "noob!"
- b. *Griefing*: Pemaksaan kehendak dan keserakahan dalam bermain, seperti bermain sembarangan dan mengabaikan komposisi serta kekompakan tim.
- c. *Cheating*: Menggunakan aplikasi ilegal yang melanggar aturan untuk mendapatkan keuntungan tidak adil atas pemain lain. Contoh: penggunaan *cheat engine*.
- d. *Rage Quit*: Keluar dari pertandingan secara sengaja saat permainan sedang berlangsung.

## 3. Aspek-Aspek Perilaku Toxic

Menurut Kwak, terdapat beberapa aspek yang memicu munculnya perilaku toxic, yaitu:<sup>6</sup>

- a. *Elemen Kompetitif*: Dalam berbagai game online yang bersifat kompetitif, fokus utama adalah pada kemenangan, yang dapat membuat pengalaman bermain menjadi kurang menyenangkan jika hasilnya tidak sesuai harapan.
- b. *Anonimitas*: Penggunaan nama samaran dalam *game* dan anggapan bahwa kita tidak akan bertemu dengan pemain lain dapat menyebabkan kita merasa bahwa perkataan dan tindakan kita dalam game tidak akan berakibat apa-apa.

---

<sup>5</sup> Ibid

<sup>6</sup> H. Kwak and S. Han. "So Many Bad Guys, So Little Time": Understanding Toxic Behavior and Reaction in Team Competition Games,(2015)

- c. *Counterfactual Thinking*: Ketika seorang pemain mengalami kejadian yang tidak diinginkan, mereka cenderung mencari cara alternatif untuk menjelaskan situasi tersebut, sering kali dengan menyalahkan orang lain.

#### 4. Indikasi Perilaku Toxic

Menurut Cantopher, terdapat beberapa indikator yang dapat membantu menentukan apakah seseorang bersifat toxic atau tidak, yaitu:<sup>7</sup>

- a. *Boundary Invaders* (Penjajah Batas): Individu yang selalu berusaha mendominasi segala hal, sering menentang dan tidak pernah membalas kebaikan yang diterima dari orang lain, bahkan melupakannya.
- b. *Abusers* (Pelaku Kekerasan): Orang yang suka mempermainkan perasaan korban melalui hinaan dan menggunakan kekuatan atau popularitasnya untuk mendapatkan apa yang diinginkannya.
- c. *Manipulators* (Perekayasa): Individu yang suka merekayasa situasi demi keuntungan pribadi dan menciptakan dampak negatif bagi pemain game online lainnya.
- d. *Bullies* (Penggangu): Seseorang yang suka menghina orang lain untuk meningkatkan popularitas dirinya di depan umum, lebih agresif, dan menganggap kekejaman sebagai hal yang positif. Mereka memiliki pandangan bahwa pemenang adalah yang kuat, sementara yang kalah adalah pecundang.
- e. *Narcissists* (Narsis): Individu yang mencintai dirinya sendiri secara berlebihan, menganggap hidup orang lain menyedihkan, dan membenci orang yang tidak memenuhi harapannya. Mereka akan sangat marah, dendam, atau bahkan melukai orang tersebut jika tidak sesuai dengan harapannya.
- f. *Psychopaths* (Psikopat): Orang yang tidak memiliki hati nurani, kurang empati, dan tidak merasakan dampak dari perbuatan mereka terhadap orang lain.

---

<sup>7</sup> Dr.Chantoper”Toxic People Dealing with Dysfunctional Relationships” (2017).

- g. *Doubters* (Peragu): Individu yang selalu meragukan orang lain dan merasa hanya dirinya yang paling pantas. Mereka menyesuaikan diri ketika tidak bersama lawan bicaranya, namun merasa tertekan oleh ketidakpastian sikap lawan bicaranya saat bersama, dan selalu menganggap ada orang yang lebih baik dari lawan bicaranya.
- h. *Jokers* (Pelawak): Orang yang pandai membuat lelucon atau candaan, tetapi cenderung kejam karena tujuannya adalah untuk mempermalukan orang lain, bukan untuk membuat orang lain tertawa bersama.

## 5. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Toxic

Menurut Glass, seseorang bisa menjadi toxic karena beberapa faktor berikut:<sup>8</sup>

- a. Kecemburuan: Kebencian yang mendalam dapat muncul dari rasa cemburu ketika seseorang merasa bahwa orang lain mendapatkan sesuatu yang lebih baik dari dirinya. Mereka sering kali berpikir bahwa orang lain tidak layak untuk mendapatkan hal tersebut.
- b. Kebencian Terhadap Kesuksesan Orang Lain: Ini mirip dengan kecemburuan sebelumnya, tetapi lebih spesifik terhadap kebencian ketika seseorang melihat orang lain mencapai kesuksesan, baik di bidang akademis maupun non-akademis.
- c. Kebencian Terhadap Kecantikan atau Ketampanan: Individu ini merasa benci terhadap seseorang yang dianggap memiliki penampilan lebih menarik dibandingkan dirinya. Mereka merasa harus menjadi yang paling rupawan dan tidak ingin ada yang menyaingi mereka.
- d. Kebencian Terhadap Kegagalan Orang Lain: Pribadi ini membenci orang lain ketika mereka mengalami kegagalan, seringkali menganggap bahwa orang tersebut tidak mampu dan akan selalu gagal dalam hal-hal yang positif.
- e. Kebencian Terhadap Seseorang Karena Mereka Mengenalnya: Individu beracun ini merendahkan orang lain dan enggan mengenal mereka, karena

---

<sup>8</sup> Dr.Lilian Glass”Toxic People : 10 Ways Of Dealing With People Who Make Your Life Miserable”,(1995).

mereka hanya mau berhubungan dengan orang yang memberi keuntungan bagi mereka.

## **B. Kontrol Diri**

### **1. Pengertian Kontrol Diri**

Kontrol diri adalah kemampuan bawar seseorang untuk mengarahkan, mengendalikan, dan mengatur dirinya guna mencapai hasil yang positif dan bermanfaat.<sup>9</sup> Ini mencakup pengendalian perilaku, yang berarti mempertimbangkan tindakan sebelum diambil, dengan tujuan mengevaluasi dan menentukan tindakan yang tepat. Semakin intens pengendalian perilaku, semakin tinggi kontrol diri seseorang.<sup>10</sup> Dalam konteks penelitian ini, kontrol diri merujuk pada kemampuan seseorang untuk mengatur dirinya saat bermain game online. Menurut Chaplin, kontrol diri adalah kemampuan individu untuk membimbing perilakunya sendiri atau menekan dorongan impulsif.<sup>11</sup> Goldfried dan Merbaum juga menjelaskan bahwa kontrol diri mencakup kemampuan individu dalam mengatur dan mengontrol perilaku serta mengelola emosi dan dorongan internal.

Kesimpulannya Kontrol diri merupakan kemampuan dasar yang dimiliki seseorang untuk mengarahkan, mengendalikan, dan mengatur dirinya sendiri guna mencapai hasil yang positif dan bermanfaat. Ini mencakup aspek pengendalian perilaku, yaitu kemampuan untuk mempertimbangkan dan mengevaluasi tindakan sebelum diambil, sehingga dapat menentukan tindakan yang tepat. Tingkat kontrol diri seseorang akan semakin tinggi seiring dengan semakin intensnya pengendalian perilaku. Dalam konteks bermain *game online*, kontrol diri merujuk pada kemampuan individu untuk mengatur perilaku, emosi, dan dorongan internalnya. Berdasarkan pandangan Chaplin, kontrol diri melibatkan kemampuan untuk membimbing perilaku sendiri dan menekan dorongan impulsif. Selain itu,

---

<sup>9</sup> Gufron, M. Nur & Risnawati S. Rini. 2009. Teori-Teori Psikologi. Yogyakarta: Arruzz Media. Hlm. 21.

<sup>10</sup> Agung Rian Asmoro, dkk, "Kematangan Emosi, Kontrol Diri, dan Perilaku Agresi Pada Anggota Korps Brigade Mobil Dalam Menangani Huru Hara", Jurnal Psikologi Teori dan Terapan, Vol. 9., No. 1, 2018, hlm. 42

<sup>11</sup> Chaplin, J.P. (2011). Kamus Lengkap Psikologi. Jakarta; Rajagrafindo Persada

menurut Goldfried dan Merbaum, kontrol diri juga mencakup kemampuan untuk mengelola emosi dan dorongan internal, serta mengontrol perilaku secara keseluruhan.<sup>12</sup>

## 2. Aspek-Aspek Kontrol Diri

Menurut Ghufron dan Risnawati, terdapat tiga aspek utama dalam kontrol diri, yaitu:<sup>13</sup>

### a. Kontrol Perilaku (*Behavior Control*)

Kontrol perilaku mengacu pada kesiapan individu untuk menghadapi situasi yang tidak menyenangkan dengan mengubah atau menyesuaikan keadaan tersebut. Aspek ini terdiri dari dua komponen: kemampuan untuk mengatur pelaksanaan (*regulated administration*) dan kemampuan untuk memodifikasi stimulus (*stimulus modifiability*). Kemampuan mengatur pelaksanaan berkaitan dengan kapasitas individu untuk menentukan pengendalian situasi, apakah melalui upaya pribadi atau mengikuti aturan eksternal. Sementara itu, kemampuan mengatur stimulus melibatkan cara menghadapi stimulus yang tidak diinginkan, seperti mencegah, menghindari, atau mengurangi intensitasnya dengan menempatkan batas waktu antara stimulus dan mengelolanya.

### b. Kontrol Kognitif (*Cognitive Control*)

Kontrol kognitif adalah kemampuan individu untuk mengelola informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai, atau menghubungkannya dengan kerangka kognitif untuk adaptasi psikologis atau pengurangan stres. Aspek ini mencakup dua komponen: memperoleh informasi (*information gain*) dan melakukan penilaian (*appraisal*). Dengan memperoleh informasi, individu dapat lebih baik mengantisipasi keadaan dan melakukan penilaian berarti menafsirkan situasi atau peristiwa dengan memfokuskan pada aspek positif secara subjektif.

---

<sup>12</sup> Goldfried, M. R., & Merbaum, M. (1973). *Behavior change through self-control techniques*. Holt, Rinehart and Winston.

<sup>13</sup> Ghufron, M. Nur & Risnawati S. Rini. 2009. *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Arruzz Media. Hlm. 29.

c. Kontrol Keputusan (*Decisional Control*)

Kontrol keputusan adalah kemampuan seseorang untuk membuat pilihan atau tindakan berdasarkan keyakinan atau persetujuannya. Aspek ini berfungsi ketika individu memiliki kesempatan dan kebebasan untuk memilih dari berbagai opsi tindakan yang tersedia.

### 3. Jenis-Jenis Kontrol Diri

Menurut Block dan Block yang dikutip dalam jurnal Gretty, kontrol diri dapat dibagi menjadi tiga jenis:<sup>14</sup>

a. *Over Control*

Ini adalah kondisi di mana individu memiliki kontrol diri yang terlalu tinggi, sehingga dia cenderung menahan diri secara berlebihan dalam merespons stimulus atau rangsangan.

b. *Under Control*

Ini adalah kondisi di mana kontrol diri individu rendah, mengakibatkan kecenderungan untuk bereaksi secara impulsif dan merespons rangsangan tanpa pertimbangan matang atau perhatian terhadap konsekuensi dari tindakan tersebut.

c. *Appropriate Control*

Ini merujuk pada tingkat kontrol diri yang moderat dan tepat, di mana individu mampu mengatur impuls atau tanggapan dengan baik dan sesuai dengan situasi yang dihadapi.

Dari hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa kemampuan kontrol diri seseorang dapat dikategorikan dalam tiga tingkatan. Individu dengan kontrol diri yang baik dapat menghadapi situasi dengan bijaksana, disebut sebagai *Over Control*. Individu dengan kontrol diri yang rendah cenderung bertindak impulsif tanpa mempertimbangkan konsekuensi, dikenal sebagai *Under Control*. Sedangkan individu yang dapat mengendalikan dirinya dengan tepat dan memiliki rencana tindakan yang matang disebut sebagai *Appropriate Control*.

---

<sup>14</sup> Tiyara Ennsyah, Skripsi. "Tingkat Kontrol Diri Siswa Di SMP Negeri 4 Kota Jambi"(Jambi, Universitas Jambi, 2021), hlm. 14

#### 4. Fungsi Kontrol Diri

Menurut Mesina dan Messina yang dikutip dalam jurnal Gretty, pengendalian diri memiliki beberapa fungsi utama, yaitu:<sup>15</sup>

- a. Memfokuskan perhatian pada diri sendiri dan menghindari terlalu banyak memikirkan orang lain.
- b. Mengurangi keinginan untuk mengontrol orang lain sesuai dengan keinginan pribadi.
- c. Membatasi perilaku negatif dan berusaha untuk bertindak dengan lebih positif.
- d. Membantu individu mencapai keseimbangan dalam memenuhi berbagai kebutuhan mereka.

Dari poin-poin tersebut, dapat disimpulkan bahwa kontrol diri memiliki dampak positif bagi individu. Fungsi-fungsi kontrol diri ini membantu dalam mengatur respons terhadap stimulus dan mengajarkan individu untuk lebih berhati-hati dalam bertindak

### C. Game Online

#### 1. Pengertian Game Online

*Game online* adalah jenis permainan digital yang dimainkan melalui komputer atau *smartphone* dengan koneksi internet.<sup>16</sup> Dalam konteks penelitian ini, *game online* merujuk pada permainan yang dimainkan di *smartphone* dengan akses data internet. Menurut Wiguna & Herdiyanto (2018), *game online* adalah permainan berbasis *elektronik visual* yang memanfaatkan jaringan internet. Berbeda dari jenis permainan lainnya, *game online* memungkinkan pemain untuk

---

<sup>15</sup> Gretty C. Runtukahu, dkk. "Hubungan kontrol diri dengan perilaku merokok kalanganremaja pada pada Smk 1 Bitung". *Jurnal eBiomedic*, Vol 3., No 1., 2015. Hlm. 85

<sup>16</sup> Andri indi Abriani, dkk, "Perilaku komunikasi pengguna game online mobile legends", <http://ojs.uho.ac.id/index.php/KOMUNIKASI/article/view/5080>, Vol. 3., No., 2018

berinteraksi tidak hanya dengan pemain di sekitarnya tetapi juga dengan pemain dari lokasi yang jauh.<sup>17</sup>

## 2. Tipe-Tipe Game Online

Berikut adalah beberapa jenis *game online* yang sering dimainkan oleh remaja:

- a. *First Person Shooter (FPS)*: Game ini memberikan perspektif dari sudut pandang orang pertama, sehingga pemain merasa seolah-olah mereka berada di dalam game tersebut. Biasanya, game FPS bertemakan peperangan dengan senjata militer. Di Indonesia, jenis game ini sering disebut sebagai game tembak-menembak.
- b. *Real-Time Strategy (RTS)*: Dalam game ini, fokus utama adalah pada strategi permainan. Pemain biasanya mengendalikan banyak karakter sekaligus untuk mencapai tujuan tertentu.
- c. *Cross-Platform Online Game*: Game ini dapat dimainkan secara online menggunakan berbagai perangkat keras, misalnya game seperti *Need for Speed: Underground* yang bisa dimainkan dari PC maupun konsol game dengan koneksi internet.
- d. *Browser Games*: Game yang dimainkan langsung melalui *browser* seperti *Firefox*, *Opera*, atau *Internet Explorer*. Game ini memerlukan browser yang mendukung teknologi seperti *JavaScript*, *PHP*, atau *Flash*.
- e. *Massive Multiplayer Online Games (MMOG)*: Game ini memungkinkan pemain berinteraksi dalam dunia virtual yang sangat luas dengan lebih dari 100 pemain secara bersamaan, menciptakan pengalaman yang mirip dengan dunia nyata.

---

<sup>17</sup> Wiguna, G. Y., & Herdiyanto, Y. K. (2018). Coping pada Remaja yang Kecanduan Bermain Game Online. *Jurnal Psikologi Udayana*, 5(2)

#### **D. Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Perilaku *Toxic* Pemain *Game Online* Di *Wifi Area* Telkom Ngadiluwih**

Dalam dunia *game online*, perilaku *toxic* telah menjadi masalah yang meresahkan. Penelitian oleh Shores menunjukkan bahwa pemain yang sering bermain dalam mode kompetitif (*ranked mode*) lebih cenderung menunjukkan perilaku *toxic* dibandingkan dengan mereka yang bermain dalam mode *non-kompetitif* (*classic mode*).<sup>18</sup> Selain itu, penelitian oleh Martens mengungkapkan bahwa perilaku *toxic* sering terjadi setelah peristiwa "*kill*" dalam permainan, di mana pemain yang terkena "*kill*" cenderung menyalahkan tim mereka atas hasil buruk tersebut.<sup>19</sup>

Mattinen dan Macey berpendapat bahwa perilaku *toxic* dalam *game* MOBA mungkin disebabkan oleh kematangan mental yang belum berkembang pada pemain muda. Pemain berusia muda seringkali kurang memiliki kontrol diri, bereaksi secara agresif terhadap makian, dan cenderung meniru perilaku penuh kebencian dan provokasi dari lingkungan sekitar mereka.<sup>20</sup>

Goleman menjelaskan bahwa kontrol diri adalah kemampuan seseorang untuk mengatur dan menahan emosi secara efektif, sehingga dapat menghindari impuls negatif. Dengan kontrol diri yang baik, seseorang dapat mengelola emosinya dengan bijaksana dan menghindari tindakan yang tidak diinginkan.<sup>21</sup>

Moyer Susetyo mengemukakan bahwa perilaku negatif seseorang seringkali berhubungan dengan seberapa baik mereka mengontrol amarah. Amarah adalah bentuk ekspresi emosi yang sangat kuat dan membara. Individu dengan kontrol diri rendah terhadap amarah cenderung lebih mudah menunjukkan perilaku negatif dalam menanggapi situasi tertentu.

---

<sup>18</sup> Shores, K. B., He, Y., Swanenburg, K. L., Kraut, R., & Riedl, J. (2014). The identification of deviance and its impact on retention in a multiplayer game. Proceedings of the 17th ACM conference on computer Journal of Computer-Mediated Communication (2022), Vol. 27, No. 6 11

<sup>19</sup> Märtens, M., Shen, S., Iosup, A., & Kuipers, F, Toxicity Detection in Multiplayer Online Games. In 2015 International Workshop on Network and Systems Support for Games (NetGames) IEEE, . (2015).

<sup>20</sup> T. Mattinen and J. Macey. 2018. Toxic Behaviour and Age in the Online Game Dota 2. In MindTrek '18 Proceedings of Academic MindTrek Conference (Tampere). New York: ACM Press

<sup>21</sup> Goleman, D. (1998). Working with Emotional Intelligence. London: Bloomsbury.

Berdasarkan teori-teori tersebut, terlihat adanya hubungan antara variabel bebas, yaitu perilaku *toxic*, dengan variabel terikat, yaitu kontrol diri, pada pemain *game online*, yang dapat digambarkan dalam paradigma riset berikut:



Gambar 2.1; paradigma riset

## E. Hipotesis

Hipotesis hubungan antara kontrol diri dan perilaku *toxic* pada pemain *game online*:

- a. Hipotesis alternatif ( $H_a$ ): ada hubungan negatif antara kontrol diri dengan perilaku *toxic* pada pemain *game online*.
- b. Hipotesis nol ( $H_0$ ): tidak ada hubungan negatif antara tingkat kontrol diri dengan perilaku *toxic* pada pemain *game online*.

