

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pada era modern ini salah satu perkembangan yang sangat pesat adalah teknologi. Setiap individu selalu mengejar perkembangan teknologi agar tidak tertinggal dengan individu lainnya. Kemajuan dengan teknologi juga menjadi keharusan bagi setiap individu, karena ilmu pengetahuan yang semakin berkembang dan maju di masa sekarang ini. Dari aspek terkecil seperti rumah hingga terbesar di kelas negara, penyempurnaan internet untuk menjalankan aktivitas sehari-hari mutlak diperlukan. Survei APJII menunjukkan terdapat 175,4 juta pengguna Internet di Indonesia pada Januari 2020. Jumlah pengguna Internet di Indonesia meningkat setiap tahun, yaitu 25 juta atau 17% per tahun pada 2019 dan 2020.¹

Pengguna internet pada era milenial ini cenderung condong pada kegiatan di media sosial seperti Facebook, Instagram, Twitter dan media sosial lain. Dalam hal ini masyarakat sangatlah di permudah dalam berkomunikasi maupun ber interaksi secara online. Internet juga telah membantu bukan hanya dikalangan masyarakat tapi juga dikalangan akademik, seperti mempermudah mahasiswa dalam mencari hal yang dibutuhkan terkait kegiatan akademik maupun non akademik. Selain mencari informasi dan berkomunikasi melalui media sosial, adanya internet juga dapat dimanfaatkan sebagai salah satu sarana hiburan seperti bermain *game online* ataupun hanya sebatas menonton sebuah acara maupun film.

Semakin canggihnya *tehnoligi* sekarang ini membuat mahasiswa semakin mudah dalam melakukan berbagai kegiatan dalam kesehariannya seperti mencari data, referensi tugas, *chatting* dan bahkan hanya untuk bermain game saja. Semakin berkembangnya jenis-jenis permainan dan didukung juga dengan perkembangan *smartphone* yang semakin hari

¹ Fifin Dwi Purwaningtyas, Ressay Mardiyanti “*Gambaran Subjective Well Being pada Individu Ditinjau dari Intensitas Bermain Game Online*” jurnal Psikologi Vol, 10 No,1 Maret 2021

semakin canggih membuat mahasiswa yang bermain *game online* semakin ter hanyut dalam suatu permainan.

Pada zaman melenial ini remaja cenderung lebih banyak menghabiskan waktunya untuk menggugurkan internet seperti chatting, melihat berita atau bahkan bermain *game online*. *Game online* sendiri merupakan suatu permainan yang dimainkan dengan menggunakan koneksi jaringan internet.² Bagi sebagian anak menghabiskan waktu mereka bermain *game online* merupakan hal yang menarik dan menyenangkan, karena mereka tidak perlu banyak mengeluarkan tenaga untuk memainkannya. Tentunya hal tersebut banyak berdampak dalam kehidupannya.

Game Online sendiri pada dasarnya berfungsi untuk mengusir kejenuhan atau sekedar melakukan refreasing setelah melaksanakan beberapa kesibukan dan aktifitas. Adapun survei yang dilakukan Aditia dalam jurnalnya yang berjudul *Psychological Well Being* pada Remaja yang Kecanduan Bermain *Game Online* di Surabaya, yang dilakukan pada remaja pada rentang usia 14-20 tahun. Didapati 58,3% subjek bermain *game online* dengan durasi kurang dari 5 jam dalam kurun waktu satu hari dan 91,7% subjek memilih *game online* yang bergenre *MMORPG (Massively Multiplayer Online Role Playing Game)*.³

Bedasarkan data di atas diketahui bahwa kebanyakan pemain *Game Online* adalah remaja. Terdapat beberapa penelitian yang mengungkapkan faktor penyebab remaja bermain *game online*, salah satunya penelitian yang dilakukan Seay di *Pennsylvaynia* dengan metode kuantitatif menjelaskan bahwa salah satu faktor utama yang menyebabkan

² Drajat Edy Kurniawan, "Pengaruh Intensitas Bermain Game Online terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Yogyakarta" Jurnal Konseling, Vol.3, No.1, 2017

³ Aditiya Cristianti, "Psychological Well Being pada Remaja yang Kecanduan Bermain Game Online di Surabaya" (jurnal ilmiah mahasiswa Universitas Surabaya, Vol 5, No 1: 2016)

remaja bermain *Game Online* adalah keinginan untuk mengembangkan hubungan yang bermakna dengan pemain lain.⁴

Di era sekarang ini *game online* sendiri tidak hanya sebagai hiburan semata melainkan juga bisa menjadi suatu ajang untuk mendapatkan uang semisal ada permainan yang menghasilkan koin dan bisa ditukarkan dengan beberapa voucher belanja ataupun barang. *Game online* sendiri sekarang juga bisa di jadikan salah satu pekerjaan seperti menjadi *proplayer* pemain bisa dikatakan menjadi *proplyer* apabila orang tersebut sudah meraba pada dunia eSport (*electronic sport*) adalah jenis olahraga yang menggunakan peralatan elektronik,⁵ ESport sendiri merupakan industri yang bersifat profesional dimana para *gamer* menjadikan bermain *game* sebagai suatu profesi atau pekerjaan bahkan *game online* seperti Mobile Legend dan PUBG juga sudah masuk dalam SEA Game dan banyak sekali kompetisi yang ada di Indonesia tidak hanya Mobile Legend saja masih banyak sekali *game-game*.

Selain faktor-faktor penyebab bermain *Game Online* dapat memberikan dampak positif dan negatif. Menurut Tridhonanto dalam bukunya menjelaskan bahwa dampak positif bermain *game online* yaitu dapat mengaktifkan system motoric, dengan koordinasi yang tepat oleh informasi yang diterima oleh mata kemudian diteruskan ke otak untuk diproses dan diperintahkan oleh tangan untuk menekan tombol tertentu. Sedang dampak negatif yang diberikan adalah remaja tidak memiliki skala prioritas dalam menjalani aktivitas sehari-hari, akibatnya remaja menjadi malas belajar yang disebabkan kelelahan setelah bermain *game online* bahkan dapat menjadikan kecanduan.⁶ Dengan adanya dampak tersebut ini dapat berkaitan dengan *Psychological well being* pada remaja.

⁴ Ibit

⁵ www.kompas.com (22 juni 2022)

⁶ Tridhonanto, A (2011). *Optimalkan Potensi Anak dengan Game*. Jakarta: Elex Media Komputindo. Hal. 23-30

Psychological Well-Being merupakan unsur penting yang harus di tumbuhkan pada individu agar dapat menguatkan keterikatan secara penuh dalam menghadapi sebuah tanggung jawab dan mengembangkan potensi yang ada pada diri individu.⁷ *Psychological Well Being* menurut Ryff, merupakan suatu bentuk kemampuan seseorang untuk menerima diri serta menghargai dirinya secara positif, memiliki relasi yang positif dengan orang di sekitarnya, memiliki kemampuan untuk menghadapi tekanan dalam lingkungannya, memiliki kemandirian dalam hidupnya, sehingga seseorang dapat mengembangkan potensi yang ada pada dirinya sehingga dapat mencapai tujuan hidup yang diinginkan.⁸

Menurut Ingrid E. Wells, *Psychological Well-Being* dipengaruhi oleh pengalaman subjektif individu dengan berbagai aspek fungsi fisik, mental, dan sosial. Kesejahteraan adalah totalitas hasil dari keseimbangan harapan dan pencapaian di berbagai bidang seperti sosial, pekerjaan, keluarga, kondisi medis dan ekonomi dalam diri seseorang.⁹

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Cerdak, terkait dengan *Psychological Well Being and Internet Addiction among-University Students* yang hasilnya menunjukkan bahwa siswa dengan tingkat kecanduan internet yang tinggi maka cenderung rendah kesejahteraan Psikologisnya.¹⁰ Dalam penelitian yang dilakukan oleh Cerdak mendukung bahwa intensitas akan mempengaruhi *Psychological Well Being* pada remaja.

Peneliti juga melakukan wawancara kepada beberapa mahasiswa IAIN kediri bahwa mereka memandang bahwa, game online bukanlah suatu hal yang buruk banyak hal positif yang dihasilkan dari bermain *game online* seperti melepas stres dikala banyaknya

⁷ Suryani Hardjo “*Bagaimana Psychological Well Being pada Remaja? Sebuah Analisis Berkaitan Dengan Faktor Meaning In Life*” Jurnal Diversita No.6

⁸ Aditya, “*Studi Deskriptif: Psychological Well Being pada Remaja yang Kecanduan Bermain Game Online di Surabaya*” Jurnal Ilmiah Vol.5, No.1, 2016

⁹ Ingrid E. Wells, *Psychological Well-Being* (New York: Nova Science Publisher, 2010), 87.

¹⁰ Cardak, M. “*Psychological well being and internet addiction among university students*” The Turkish Journal of Educational Technology. Volume 12, Issue 3. 2013

permasalahan, memudahkan mereka dalam berinteraksi dengan orang-orang yang sama-sama memainkan game online dan lain sebagainya.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Fifin Dwi Purwaningtyas terkait *Subjectiv well-being* pada Individu Ditinjau dari Intensitas Bermain *Game Online* yang dilakukan pada 81 subjek menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan positif antara *subjectiv well-being* dengan intensitas bermain *game online*.¹¹ Pada penelitian yang dilakukan oleh Fifin dapat diartikan bahwa intensitas bermain *game online* tidak hanya memiliki efek negatif tetapi juga memiliki efek positif pada beberapa hal seperti merasa senang dan puas saat bermain *game online*

Adapun survei yang peneliti lakukan secara online pada tanggal 22 sampai tanggal 25 januari dengan menggunakan *google form*, di dapati bahwa dari 50 mahasiswa yang mengisi form yang peneliti sebar terdapat 92% mahasiswa yang menyatakan dirinya bermain *game online*. *Game online* yang dimainkan sangat lah beragam mulai dari game Hago, *PUBG*, *MOBA (Multiplayer Online Battle Arena)*, jenis game ini sangatlah tren dan sering dimainkan dikalangan mahasiswa.

Sedangkan lama bermain game online mahasiswa dalam sehari dua sampai lima jam,. Lebih dari 31% mahasiswa fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Kediri menghabiskan waktu lebih dari 5 jam dalam sehari untuk bermain game online, dan 51.1% nya mereka bermain kurang dari 2 jam dalam sehari. Sedangkan dalam kurun waktu satu minggu 51,1% mahasiswa mengatakan bahwa dirinya bermain *game online* secara full dalam artian setiap hari. Ini membuktikan bahwa kebanyakan mahasiswa menjadikan *game online* sebagai sarana untuk mengisi waktu luangnya, mengisi hari libur maupun

¹¹ Fifin Dwi Purwaningtyas, Ressa Mardiyanti "Gambaran Subjective Well Being pada Individu Ditinjau dari Intensitas Bermain Game Online" jurnal Psikologi Vol, 10 No,1 Maret 2021

kegiatan-kegiatan keseharian mereka, atau bahkan hanya bermain disaat mereka bosan, dan berkumpul dengan teman-teman mereka untuk sekedar bermain game online bersama.

Hasil survei tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Kediri memiliki tingkat intensitas bermain *game online* yang tinggi ini bisa di dapati dari data diatas yang menyakan berapa lama waktu mereka bermain *game online* dan berapa sering mereka bermain *game online* dalam kurun waktu satu minggu. Hal ini menjadikan alasan peneliti memilih topik mengenai Intensitas Bermain *Game Online* terhadap *Psychological Well Being* pada Masiswa fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN.

B. Rumusan masalah

Dengan paparan konteks penelitian diatas, maka fokus penelitian ini adalah:

1. Bagaimana hubungan Intensitas bermain *game online* dengan *Psychological well-being* pada masiswa fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Angkatan 2016 dan 2017?

C. Tujuan Penelitian

Dengan fokus penelitian diatas, maka penelitian ini bertujuan:

1. Untuk mengetahui hubungan Intensitas bermain *game online* dengan *Psychological well-being* pada mahasiswa fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN kediri.

D. Kegunaan Penelitian

1. Secara teoritis
 - a) Bagi peneliti sendiri, penelitian ini dapat memberikan informasi tambahan di bidang Psikologi tentang intensitas bermain game online terhadap *Psychological well-being*.
 - b) Penelitian ini bertujuan untuk dapat memberikan informasi tentang Intensitas bermain game online terhadap *Psychological well-being*.

- c) Penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi referensi atau membantu peneliti lain dalam melakukan penelitian, khususnya penelitian yang bertujuan untuk mengetahui intensitas bermain game online dalam *Psychological well-being*.

2. Kegunaan Secara Praktis

Diharapkan dapat memberikan manfaat bagi masyarakat dan pembaca, harapan penelitian ini dapat memberikan wawasan tentang Intensitas bermain *Game Online* pada *Psychological well-being*.

E. Hipotesis Penelitian

Hipotesis penelitian adalah anggapan tentang sesuatu yang dijadikan dasar berpikir dan melakukan penelitian.¹² Dalam penelitian “Hubungan Intensitas bermain *Game Online* dengan *Psychological Well-Being* pada Mahasiswa IAIN Kediri”, Hipotesis yang diajukan oleh peneliti ini adalah terdapat dua variabel yaitu, variabel intensitas dapat diukur dengan menggunakan skala intensitas, sedangkan variabel *psychological well-being* dapat diukur dengan menggunakan skala *psychological well-being*. Berdasarkan permasalahan diatas peneliti menggunakan hipotesis sebagai berikut

Ha: Ada hubungan intensitas bermain *game online* dengan *Psychological well-being* mahasiswa fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Kediri

Ho: Tidak ada hubungan intensitas bermain *game online*, dengan *Psychological well-being* mahasiswa fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Kediri..

F. Penegasan Istilah

Penegasan istilah dalam bentuk operasional. Definisi oprasional adalah definisi yang diberikan pada perubahan yang diamati, diberi makna atau signifikansi. Penelitian ini menggunakan definisi operasional variable sebagai berikut:

¹² Tim penyusun buku pedoman karya tulis ilmiah, *Pedoman Karya Ilmiah* (Kediri: STAIN Kediri, 2012) 71.

1. *Psychological well-being* adalah bentuk realisasi diri individu berdasarkan dimensi-dimensi *psychological well-being*, yaitu penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, identitas, otonomi, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi..
2. Intensitas Bermain *Game Online* intensitas bermain *game online* adalah derajat atau tingginya minat individu terhadap permainan melalui akses internet (permainan virtual) online.

G. Telaah Pustaka

Tinjauan pustaka adalah rangkuman tentang berapa banyak penelitian, buku, atau karangan yang telah dilakukan dan terkait dengan masalah atau topik yang diteliti.¹³

1. Jurnal psikologi Erdo Primada Akhmad Fadhillah “Hubungan antara *Psychological Well-Being* dan *Happiness* pada Remaja di Pondok Pesantren”¹⁴

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tinggkat kesejahteraan psikologis dan happiness remaja yang tinggal di pondok pesantren, penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan proses pengambilan data menggunakan kuisioner. Tehnik analisis data menggunakan korelasi product moment, hasil dari penelitian ini, didapati ada hubungan yang sangat signifikan antara variable *Psychological Well-Being* dengan *Happiness* pada remaja di pondok pesantren, hal ini di sebabkan semakin tinggi tingkat *Psychological Well-Being* maka semakin tinggi pula happinessnya. Dalam peneltiian ini juga disebutkan bahwa tingkat kebahagiaan makin tinggi seiring bertambahnya usia.

Dalam penelitian ini terdapat kesamaan, menggunakan metode yang sama yaitu kuatitatif korelasional dengan metode pengambilan data menggunakan kuisioner,

¹³ Tim penyusun buku pedoman karya tulis ilmiah, *Pedoman Karya Ilmiah* (Kediri: STAIN Kediri, 2012), 62.

¹⁴ Erdo Primada Akhmad Fadhillah, “*Hubungan antara Psychological Well-Being dan Happiness pada Remaja di Pondok Pesantren*” *Jurnal Psikologi*, Vol 9, No 1, 2016

kemudian juga menggunakan analisis data yang sama. Perbedaannya dalam penelitian ini terdapat pada subjek yang merupakan remaja dengan rentang usia 15-17 tahun.

2. Jurnal Psikologis Aditia Christianti “ Studi Deskriptif: *Psychological Well-Being* pada Remaja yang Kecanduan Bermain *Game Online* di Surabaya”.¹⁵

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mendapat gambaran tentang *Psychological Well-Being* remaja yang kecanduan *game online*. Metode yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif dengan pengambilan data menggunakan angket. Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah remaja dengan rentang usia 14-20 tahun dengan tehnik pengambilan data insidental sampling. Dari penelitian ini didapati bahwa sebagian besar subjek memiliki kesejahteraan psikologis yang baik secara keseluruhan maupun peraspek-aspeknya kecuali pada aspek penerimaan diri. Kemudian pada tingkat kecanduan *game online* secara garis besar subjek tergolong tinggi. Alasan subjek bermain *game online* adalah untuk hiburan dan upaya untuk mengatasi tekanan terhadap tuntutan prestasi.

Adapun persamaan dalam penelitian ini yaitu pada jenis penelitian yang menggunakan jenis penelitian kuantitatif, kemudian pada subjek yang merupakan remaja dan bermain *game online*. Kemudian untuk perbedaannya yaitu dalam penelitian ini subjek memiliki tingkat kecanduan game yang tinggi.

3. Jurnal Psikologis Erlis Manita “Hubungan Stres dan Kesejahteraan (*Well-being*) dengan Moderasi Kebersyukuran”¹⁶

Pada penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *stress* dan kesejahteraan dengan moderasi kebersyukuran pada dewasa muda di Aceh. Dalam

¹⁵ Aditia Christianti “*Studi Deskriptif: Psychological Well-Being pada Remaja yang Kecanduan Bermain Game Online di Surabaya*” Jurnal ilmiah, Vol 5, No 1, 2016

¹⁶ Erlis Manita, “*Hubungan Stres dan Kesejahteraan (Well-being) dengan Moderasi Kebersyukuran*” Jurnal Psikologi, Vol 5, No 2, 2019

penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jumlah responden 349, dengan jumlah laki-laki 85 dan perempuan 254 dengan rentang usia 20 sampai 40. Pengambilan sampel sendiri menggunakan metode *nonprobability* sampling dengan teknik incidental sampling. Pada penelitian ini teknik analisis data menggunakan *moderated regression analysis* hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara stress dan kesejahteraan dengan moderasi kebersyukuran. Bahwa individu bersyukur memiliki focus terhadap hal-hal yang disyukuri, yang berdampak pada tingkat *stress* dan meningkatnya kesejahteraan Psikologis.

Dalam penelitian ini memiliki kesamaan yaitu menggunakan metode kuantitatif dengan metode pengambilan data yang sama yaitu menggunakan angket. Adapun perbedaan dalam penelitian ini terdapat pada teknik pengumpulan data serta analisis datanya.

4. Jurnal Psikologi Maulida Aprilia Salmah “*Psychological Well-Being* pada Remaja yang Tinggal di Panti Asuhan”.¹⁷

Dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *psychological well-being* remaja yang tinggal di panti asuhan. Pendekatan yang digunakan adalah pendekatan kualitatif. Proses pengambilan datanya menggunakan wawancara. Sedangkan dalam pengujian datanya menggunakan metode triangulasi kemudian menggunakan teknik Analisa model interaktif dari Miles dan Huberman. Sehingga hasil yang diperolehnya yaitu didapati keempat subjek mereka sudah dapat menerima kenyataan bahwa mereka harus tinggal di panti asuhan. Subjek sudah mampu menyadari bahwasanya mereka sudah dapat mengelolah kelebihan maupun kekurangan yang mereka miliki, memiliki kemampuan mengurus dan mengatur prilakunya serta

¹⁷ Maulida Aprilia Salmah, “*Psychological Well-Being* pada Remaja yang Tinggal di Panti Asuhan”, *Jurnal Mahasiswa Psikologi* (2019).

mampu menyadari potensi yang dimilikinya, walaupun dua subjek baru sekedar mampu mengolah potensinya hanya untuk kesenangannya sendiri. Dalam dimensi hubungan baik terhadap orang lain diketahui terdapat ada satu subjek belum mampu memiliki dimensi tersebut kemudian empat subjek lainnya sudah mampu memiliki hubungan baik terhadap orang lain ini ditandai dengan bagaimana cara mereka mengelolah panti. Keempat subjek dapat merasakan adanya suatu perubahan positif pada mereka selama tinggal di panti , serta sudah memiliki arah dan tujuan untuk kedepannya.

Dalam penelitian ini metode pengambilan datanya sama, yakni kualitatif. Subjek penelitiannya sama-sama menggunakan remaja serta tujuan penelitian ini juga sama yaitu meneliti tentang *psychological well-being* remaja. Tetapi perbedaannya penelitian ini dilakukan pada remaja dengan ibunya.

5. Jurnal Bimbingan Konseling Susi Fitri, Meithy Intan Rukia Luawo, dan Ranchia Noor “Gambaran Kesejahteraan Psikologis pada Remaja Laki-Laki di SMA Negeri Se-Dki Jakarta”.¹⁸

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Sisi Fitri, dkk kesejahteraan psikologi pada remaja laki-laki di SMA Negri DKI Jakarta. Menggunakan metode deskriptif kuantitatif. Subjek penelitian ini yaitu siwa laki-laki pada SMA Negri di DKI Jakartayang di ambil sampel 15% dari jumlah populasi,dengan menggunakan tehnik multistage random sampling. Dari hasil dalam penelitian ini menunjukkan bahwa *psychological well being* pada remaja laki-laki di SMA Negri DKI Jakarta cukup baik, jika dilihat dari setiap dimensi-dimensi,persentase tertinggi ada pada dimensi penerimaan diri. Sedangkan kalau dilihat perkelas tingkatan kesejahteraan psikologi remaja laki-laki di kelas XII memiliki persentase yang tinggi.

¹⁸ Susi Fitri et.al., “Gambaran Kesejahteraan Psikologis pada Remaja Laki-Laki di SMA Negeri Se-Dki Jakarta”, *Jurnal Bimbingan Konseling* (2017).

Meskipun ada beberapa perbedaan akan tetapi tujuan dalam penelitian yang dilakukan oleh Sisi fitria dkk memiliki kesamaan yaitu untuk mengetahui suatu gambaran tentang kesejatraan psikologi remaja.