

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Mahasiswa yang diagung-agungkan sebagai *Agent of Change* serta tombak penerus bangsa ini, begitu banyak disorot oleh masyarakat. Banyak karya-karya ilmiah serta produk-produk mahasiswa yang muncul di media massa baik media elektronik ataupun media cetak. Semuanya menampilkan keunggulan dari setiap bidang mereka sendiri-sendiri, dimana di setiap karya para mahasiswa tersebut terdapat jerih payah dari pemikiran, kerja keras, serta harapan mereka untuk kehidupan di masa depan yang lebih baik, sehingga label *Agent of Change* yang tersemat di almamater setiap mahasiswa bukan hanya sekadar istilah, namun memang terbukti benar adanya di dalam kehidupan bangsa. Pemikiran kritis mahasiswa dan sikap cepat tanggap mahasiswa terhadap segala apa yang terjadi di dalam kehidupan berbangsa dan bernegara saat ini memang sangat diperlukan sebagai tolak ukur pemerintah di dalam menjalankan roda pemerintahan. Dari hal tersebut, idealnya mahasiswa merupakan sosok yang bisa bertanggungjawab atas dirinya sendiri, terutama dalam hal akademik yang paling mendasar.

Karya ilmiah serta produk-produk yang muncul adalah buah dari kegiatan akademik mahasiswa yang dilakukan setiap hari, tentu dengan manajemen yang baik terhadap setiap kegiatan yang dilakukan. Munculnya teknologi seperti *gadget* sangat membantu kegiatan akademik mahasiswa, misalnya saja mencari literatur atau referensi untuk belajar tidak harus keliling mencari di perpustakaan atau toko

buku. Melalui *gadget* tersebut para mahasiswa sudah bisa mendapatkan referensi apa yang dicari, sehingga menjadi sesuatu yang digandrungi mahasiswa untuk dimiliki karena kelebihan-kelebihan *gadget* tersebut. Selain itu, *gadget* juga menawarkan sarana hiburan seperti internet, *game*, dan media sosial, untuk menambah daya tarik penggunaannya.

Dari ketiga sarana hiburan tadi muncul berbagai fenomena di masyarakat, yang paling disenangi oleh masyarakat termasuk mahasiswa adalah *game*. *Game* tersebut biasanya berbentuk *video game* yang bisa digunakan secara *online* ataupun *offline*. Saat ini di kalangan anak-anak sampai dewasa yang lebih dikenal, cenderung kepada *game-game* yang bisa dimainkan secara *online*, sebagai contoh *Mobile Legend*<sup>®</sup>, *Clash of Clan*<sup>®</sup>, dan *Player Unknown's Battle Grounds*<sup>®</sup> (PUBG). Karena semakin canggih dan beragamnya jenis *gadget* yang muncul setiap tahunnya, kemudian semakin baiknya kualitas jaringan internet yang dihadirkan oleh setiap *provider*, membuat penikmat *game online* menjadi seperti di atas angin. Termasuk para mahasiswa yang seharusnya menggunakan *gadget* untuk memperdalam bidang pembelajarannya masing-masing, malah terlena oleh perkembangan teknologi tersebut.

Adanya fenomena tentang banyaknya pengguna internet di Indonesia yang telah mencapai 100 juta orang di tahun 2012 dan sekitar tiga perempatnya diduduki oleh para pemain *game online* (Hussain & Griffiths, 2012). Tiga perempat dari jumlah itu tadi sebagian besar meliputi anak dan remaja (68%) kemudian sisanya adalah orang dewasa (32%). Dari kelompok anak dan remaja, 25% adalah anak balita, 55% anak usia sekolah, dan 20% usia remaja; 52% anak

laki-laki dan 48% anak perempuan. Sebanyak 25% anak laki-laki dan 19% anak perempuan yang terlibat dalam *game online* mengalami adiksi (Syaifudin dalam Reza dkk., 2016). Hal tersebut menandakan bahwa video *game* yang menggunakan internet atau *game online* berpotensi menjadi suatu hal yang adiktif.

Kemudian ada beberapa kasus terkait perilaku adiksi *game online*. Dilansir dari Surya.co.id (Sudarmawan, 2014) bahwa ada dua siswa SMP yang menjadi residivis pencurian dikarenakan mereka kecanduan bermain *game online*. “Kalau sudah kecanduan, setiap hari bisa jadi semua waktu kami habiskan untuk main *game online*. Jadi kami mencuri untuk ongkos main *game online* itu”, pungkas salah satu dari dua tersangka di dalam pemberitaan tersebut. Demi mendapatkan uang untuk dipergunakan bermain *game online*, dua siswa yang masih bersekolah di SMP nekat melakukan tindak kriminal.

Satu lagi kasus yang terjadi karena perilaku maladaptif tersebut. Kali ini melibatkan seorang laki-laki dewasa. Seperti yang dimuat oleh Sripoku.com (Della, 2017) bahwa seorang laki-laki berumur 22 tahun nekat menggelapkan sepeda motor milik temannya agar bisa mendapatkan uang untuk bermain *game online* dengan maksud supaya karakter *game*-nya lebih kuat (*full equip*). Kejadian tersebut terjadi di kota Palembang. “Itu motor kawan main warnet. Saat main *game*, aku pura-pura pinjam motor mau pulang mandi di rumah. Tapi, saat di jalan kepikiran mau jual motornya di daerah Naskah. Uangnya aku *belike handphone* dan sisanya buat main *games*”, ungkap pelaku.

Kemudian walau belum sampai seperti dua kasus di atas, penulis mendapatkan data bahwa adiksi *game online* sudah mulai berimbas di kalangan mahasiswa. Salah satunya terjadi di Samarinda, diberitakan bahwa ada mahasiswa yang nekat bermain *game online* hingga pukul 4 pagi di kampusnya meskipun sudah diberi instruksi oleh rektor tentang larangan bermain *game* tersebut (Hendro, dalam Rizki, 2017). *Game* yang dimainkan oleh mahasiswa dari Universitas Mulawarman tersebut adalah Pokemon GO yang beberapa waktu lalu *booming* di kalangan anak-anak hingga dewasa.

Kasus yang lain terjadi di Semarang, ada mahasiswa yang hampir mengalami *drop out* dari universitas tempatnya berkuliah karena adiksi bermain *game online* ketika mengerjakan tugas akhir. Mahasiswa tersebut berasal dari Solo (Yulianto, dalam Rizki, 2017). Menurut pernyataan penjaga warnet *game online* di Jalan Singosari, Semarang, pengunjung warnetnya rata-rata berasal dari kalangan pelajar dan mahasiswa, dan waktu yang dihabiskan untuk bermain *game online* tersebut rata-rata 12 – 24 jam lebih.

Pada penelitian Islamiati (Rizki, 2017) mahasiswa yang mengalami adiksi bermain *game online* menunjukkan tingkat prokrastinasi yang tinggi. Alhasil, saat *deadline* tugas sudah di depan mata, mereka memilih mengerjakan tugas tersebut secara asal-asalan atau membolos agar tidak terkena sanksi. Apabila sudah seperti itu, tentu saja akan merugikan banyak hal di dalam kehidupan mahasiswa terutama proses perkuliahannya.

Adiksi adalah suatu kegiatan atau penggunaan substansi secara berulang, dimana biasanya sulit untuk diakhiri dan pada akhirnya menimbulkan dampak negatif (Reza, M. dkk., 2016). Perilaku adiktif dahulu hanya terbatas untuk korban penyalahguna obat atau alkohol. Pada data di atas disebutkan bahwa sebagian dari pemain *game online* mengalami adiksi dalam bermain *game online*. Adiksi *game online* merupakan perilaku ketergantungan, penggunaan problematis, penggunaan secara impulsif dan berlebihan dari suatu *game online* (Khang dkk., 2013).

Ada tujuh karakteristik adiksi *game online*, yaitu *salience*, *tolerance*, *mood modification*, *withdrawal*, *relapse*, *conflict*, dan *problem*. *Salience* adalah kondisi dimana aktivitas bermain *game online* menjadi kebutuhan paling penting. *Tolerance* adalah proses meningkatnya intensitas dalam bermain *game online*. *Mood modification* adalah perasaan tenang yang dipengaruhi oleh aktivitas bermain *game online*. *Withdrawal* adalah gejala psikologis yang terjadi ketika aktivitas bermain *game online* dikurangi atau dihentikan. *Relapse* adalah ketika pelaku kembali bermain *game online*, pelaku belum sepenuhnya lepas dari perilaku adiksinya. *Conflict* adalah konflik interpersonal ataupun intrapersonal terkait aktivitas bermain *game online*. *Problems* adalah permasalahan yang terjadi pada individu karena aktivitas bermain *game online* yang berlebihan (Griffiths dalam Lemmens, Valkenburg & Peter, 2009).

Pada adiksi *game online* terdapat faktor-faktor yang menjadi pemicu munculnya perilaku tersebut. Ada dua faktor menurut Masya dan Candra (2016), yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internalnya meliputi keinginan yang kuat dari dalam diri untuk mendapatkan nilai tertinggi di dalam *game online*;

perasaan bosan yang dirasa saat berada di rumah atau di luar rumah; ketidakmampuan manajemen prioritas untuk mengerjakan aktivitas yang lain; lemahnya kontrol di dalam diri. Kemudian faktor eksternalnya meliputi lingkungan yang kurang terkontrol; kurang adanya hubungan sosial yang baik; kurangnya pemenuhan kebutuhan primer dalam diri, sebagai contoh pudarnya kebersamaan atau kualitas yang kurang ketika berkumpul dengan keluarga.

Salah satu faktor internal yang mempengaruhi adiksi *game online* pada mahasiswa adalah ketidakmampuan manajemen prioritas untuk mengerjakan aktivitas yang lain. Faktor tersebut erat kaitannya dengan suatu istilah di dalam proses psikologi manusia, yaitu regulasi diri atau *self regulation*. Definisi dari regulasi diri menurut Zimmerman dan Schunk (Hendrianur, 2015) adalah kemampuan untuk mengendalikan perilaku sendiri, dimana individu yang bersangkutan melakukan aktivasi pemikiran, perilaku, dan perasaan secara terus-menerus sebagai usaha agar mampu mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Ketika individu mampu meregulasi dirinya dalam melakukan kegiatan sehari-hari termasuk dalam bermain *game*, maka individu tidak akan sampai mengalami adiksi terhadap *game online*. Hal tersebut dikarenakan individu tersebut mampu mengaktivasi pemikiran, perilaku, dan perasaannya secara teratur agar kegiatannya dalam bermain *game online* tidak menjadi penghambat untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan sebelumnya.

Keterkaitan antara regulasi diri dengan perilaku adiksi *game online* pernah diteliti oleh Rizki (2017) dari Universitas Airlangga Surabaya. Dalam penelitian tersebut, Rizki (2017) menyimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan

pada regulasi diri terhadap kecanduan permainan daring (dalam jaringan) pada mahasiswa. Subyek penelitiannya saat itu adalah 124 mahasiswa yang terdiri dari 98 mahasiswa laki-laki dan 26 mahasiswa perempuan.

Faktor lain yang tergolong faktor eksternal yang mempengaruhi adiksi game online adalah lingkungan yang kurang terkontrol karena melihat teman-teman lain banyak yang bermain *game online*. Faktor tersebut erat kaitannya dengan istilah dalam sosial kognitif manusia, yaitu konformitas. Pengertian konformitas adalah kecenderungan untuk mengubah keyakinan atau perilaku diri agar sesuai dengan perilaku orang lain (Cialdini & Goldstein, dalam Rachmawati, 2013). Ketika individu memiliki kelompok atau teman-teman yang juga bermain *game online*, menyebabkan individu tersebut memiliki kecenderungan untuk merubah keyakinan atau perilaku dirinya agar sesuai dengan perilaku kelompok atau teman-temannya tersebut, sampai akhirnya individu tersebut ikut bermain *game online* dan lambat laun kegiatan tersebut menjadi suatu kebiasaan hingga menjadi adiksi terhadap *game online*.

Peneliti terdahulu yang pernah meneliti keterkaitan antara konformitas dengan adiksi *game online* dilakukan oleh Andriani, Sulistiyawati & Puruhita (2013) dari Universitas Gunadarma, Depok, Jawa Barat. Dalam penelitian tersebut Andriani dkk. (2013) menyimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara kecenderungan kecanduan *game online* dengan konformitas terhadap kelompok *game online* pada remaja. Subyek penelitiannya saat itu adalah remaja laki-laki dan perempuan sebanyak 67 orang, berusia 11 – 21 tahun, yang

tingkat pendidikannya antara SMP hingga Perguruan Tinggi, belum menikah, diduga memiliki tendensi adiksi *game online*, serta berdomisili di Bekasi.

Berdasarkan penjabaran beberapa hal di atas, penulis menangkap suatu permasalahan yaitu mahasiswa yang seharusnya mampu mengelola dirinya untuk memperoleh intisari dari proses perkuliahan, ternyata malah terlena dengan sesuatu yang dihadirkan oleh teknologi sehingga mengesampingkan hakikat mereka sebagai seorang mahasiswa. *Game* merupakan salah satu sarana untuk hiburan, dan sebagai mahasiswa seharusnya mampu menyikapi hal-hal tersebut dengan bijak. Penulis ingin meneliti apakah memang ada hubungannya antara regulasi diri dan konformitas dengan adiksi *game online* yang terjadi pada mahasiswa, sehingga dari penelitian tersebut, dapat dijadikan sebagai pembanding atau bahkan untuk membantu penelitian di masa yang akan datang.

### **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka penulis merumuskan permasalahan penelitian ini menjadi:

Apakah terdapat hubungan antara Regulasi Diri dan Konformitas dengan Adiksi *Game Online* pada Mahasiswa?

### **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan uraian masalah yang tertulis pada bagian latar belakang masalah, serta mengacu pada rumusan masalah, maka penulis melakukan penelitian ini dengan tujuan untuk mengetahui hubungan antara regulasi diri dan konformitas dengan adiksi *game online* pada mahasiswa.

## **D. Manfaat Hasil Penelitian**

### **1. Manfaat teoritis**

- a. Memperkaya wawasan tentang perilaku maladaptif khususnya adiksi *game online*
- b. Memberi sumbangan ilmu pengetahuan untuk kajian bidang psikologi di Indonesia tentang hubungan antara regulasi diri dan konformitas dengan adiksi *game online* pada mahasiswa
- c. Memperkuat studi terkait variabel regulasi diri dan konformitas sebagai konstruksya serta penelitian yang menggunakan variabel adiksi *game online* pada mahasiswa sebagai konteksnya

### **2. Manfaat praktis**

- a. Hasil penelitian ini dapat dipergunakan sebagai informasi bagi mahasiswa tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan adiksi *game online*, sehingga diharapkan mahasiswa mampu mengelola diri serta melakukan tindakan preventif sebagai suatu cara agar tidak mengalami problematika perilaku dalam bermain *game online*
- b. Penelitian ini dapat memberi informasi bagi para pendidik, yaitu pihak universitas ataupun orang tua, tentang regulasi diri dan konformitas sehingga dapat digunakan untuk membantu mahasiswa agar dapat mengoptimalkan potensinya dalam berproses di dunia akademik, terutama pada mahasiswa yang mengalami adiksi dalam bermain *game online*