

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kesejahteraan telah melahirkan berbagai inovasi seperti perkembangan teknologi yang kini telah memasuki hampir setiap aspek kehidupan manusia. Masyarakat harus dapat menerima perkembangan teknologi yang merupakan salah satu bentuk inovasi guna menghadapi tantangan zaman yang terus maju. Adopsi inovasi adalah proses pengenalan ide-ide baru ke dalam salah satu dari lima fase difusi inovasi, yaitu implementasi. Manusia menggunakan inovasi ketika sudah memikirkan manfaat dari inovasi tersebut (Mulyono, 2008).

Perkembangan ilmu pengetahuan dari masa ke masa mengalami kemajuan menuju zaman yang ditandai dengan terciptanya teknologi-teknologi baru. Secara umum, pengertian kata teknologi terbatas pada hal-hal yang berwujud, seperti alat/mesin, atau pengetahuan atau hal-hal yang berhubungan dengan pengetahuan. Produk teknologi dirancang untuk memenuhi kebutuhan masyarakat akan pendidikan, ilmu pengetahuan, perawatan kesehatan, hiburan atau sistem yang dapat memecahkan setiap masalah yang ada (Astuti, 2014).

Salah satu kemajuan teknologi komputer yang paling pesat adalah perkembangan internet. Internet pada awalnya dibuat oleh militer Amerika Serikat, tetapi kemudian diperluas ke domain public (Gani, 2014). Internet digunakan tidak hanya untuk browsing situs jejaring sosial dan berkomunikasi, tetapi juga untuk bermain game (Karman, 2014). Game online merupakan sajian permainan yang

dibawakan melalui jaringan (LAN dan Internet) yang memanfaatkan media visual elektronik dengan cara berinteraksi dari satu orang ke orang lain agar mencapai tujuan dan menjalankan misi di dunia maya serta menyelesaikan dan mencetak poin terbanyak (Young, 2009).

Di Indonesia, game online menjadi browser ke-7 yang paling dibutuhkan setelah email, IM, mesin pencari online, dan blog. Jumlah pengguna game online saat ini telah meningkat menjadi lebih dari 6.000.000 pengguna (Young, 2009). Hasil survei yang dilaksanakan melalui APJII (Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia) pada bulan Februari 2022, mengungkapkan bahwa game online peringkat kedua dengan persentase 17,1%, yang merupakan tertinggi yaitu menonton film/video dengan pangsa 45,3% sebagai konten Internet hiburan. Data *Statista.com* menunjukkan peningkatan jumlah pemain game online sejak pandemi Covid-19 di Indonesia sebesar 24% dari 44,1 juta pada 2019 menjadi 54,7 juta pada 2020. Indonesia sendiri menempati peringkat ke-17 dunia dalam hal industri game, dan sebagai industri pertandingan terbesar di Asia Tenggara (Anggraeni, 2019).

Pelaku game disebut *gamers*, biasanya pada pemuda maupun pelajar yang menjadi lingkup pelaku trend dari game online, yaitu dimana para pemain game online selalu menjadikan perilaku sebagai poros perkembangan teknologi. Komunitas game online pasti mengikuti arus, agar game bisa di katakan telah terupdate. Sehingga perkembangan teknologi *game online* selalu diterapkan di masyarakat serta menciptakan aliran teknologi yang kuat (Fajri, 2012).

Keberadaan *game online* sebagai produk teknis dengan keunggulan tertentu sebagai hiburan bukanlah hal baru. Perkembangan game sejak awal terus

bermunculan, termasuk *Nintendo*, *Sega*, dan tren terbaru ini terutama di kalangan remaja, adalah game online yang dimainkan via Internet (Syahrani, 2015). *Game* berbasis *online* menawarkan fitur yang berbeda di internet dibandingkan dengan game biasa semacam video game untuk memungkinkan pemain sembari berinteraksi kepada pemain lain di jagat maya melalui ruang obrolan (Novrialdy, 2019).

Game online yang dirancang untuk mengaruhi seseorang yaitu membiarkan pemain terus menatap layar lebih lama atau disebut "*stickiness factor*". Dibalik perilaku gamers, ditemukan faktor internal dan eksternal, faktor internal merupakan faktor yang muncul pada manusia seperti rasa ingin tahu, sedangkan faktor eksternal seperti pengaruh teman sebaya (lingkungan teman bermain) dan keluarga (Schneider, 2017).

Tidak hanya untuk bersenang-senang, *game online* juga bisa memberikan keuntungan berupa uang dengan mengikuti kompetisi *e-sports* yang tertarik pada *game online* tersebut. *Game online* mampu membangun sikap kerjasama dan ketekunan untuk mencapai tujuan. Selain itu, *game online* dapat melatih bahasa Inggris seseorang (Ariantoro, 2016).

Bermain game online dalam waktu lama dapat berdampak negatif pada kehidupan pribadi, salah satunya adalah risiko gangguan permainan internet (Ariantoro, 2016). *Internet Gaming Disorder* (IGD) dapat mengganggu kehidupan sehari-hari melalui penggunaan game online yang sering dan berulang. Beberapa tahun terakhir, penyalahgunaan game online oleh remaja sering terjadi di Indonesia (Putri & Halimah, 2022).

Ada beberapa hal yang dapat menyebabkan *Internet Gaming Disorder*, yaitu disregulasi emosi, depresi, stres, resiliensi, kesepian, jenis permainan, dan kecemasan sosial (Adriani, 2020). Salah satu faktor yang dapat menyebabkan risiko *internet gaming disorder* (IGD) yaitu kecemasan social yaitu kondisi dimana seseorang takut melakukan sesuatu atau malu untuk tampil kepada orang lain (Greca & Lopez, 1998). Menurut Mattick dan Clark, gangguan kecemasan sosial adalah gangguan di mana seseorang merasa gelisah ketika berinteraksi dengan orang lain (Mattick & Clarke, 1998).

Agar mendapatkan gambaran yang jelas, peneliti melaksanakan studi pendahuluan melalui wawancara dan observasi terhadap tiga mahasiswa di Purwokerto yang bermain game online, pada tanggal 1 Desember 2022 dengan subjek berinisial J, A, dan I. Saat di observasi terlihat bahwa saat berbicara dengan teman, mata subjek masih tertuju pada layar ponsel tanpa melihat ke mata teman (tidak melihat ke lawan bicara), dapat dikatakan bahwa subjek memiliki kepribadian yang acuh tak acuh terhadap lingkungan. Berdasarkan hasil skrining kuesioner dengan menggunakan *google form*, menunjukkan bahwa dari 7 mahasiswa pemain game online terdapat 3 mahasiswa mempunyai taraf kecemasan sosial yang tinggi. Skrining kecemasan sosial ini di ambil menggunakan alat ukur berupa SPIN (*Social Phobia Inventory*) yang di adaptasi dari penelitian yang dilakukan oleh Connor tahun 2000 (Connor et al., 2000).

Kecemasan disebabkan adanya lika-liku kehidupan seseorang dalam bentuk perasaan yang tidak menyenangkan seperti ketegangan (kecemasan situasional) yang terwujud dalam kemampuan seseorang untuk memproses objek

pengalamannya. Kecemasan sebagai bentuk perasaan tidak menyenangkan yang dialami seseorang, ketakutan bukanlah sifat bawaan kepribadian (Cholilah et al., 2020).

Friedman dan Jacob (1997) melakukan eksperimen perseptual untuk mengukur kecemasan pada individu. Kecemasan adalah konsep yang memiliki dua aspek utama yaitu kecemasan dan emosi. Komponen emosional mengacu pada respons fisiologis dan tidak disengaja dari sistem saraf terhadap situasi dan peristiwa tertentu. Individu mungkin juga merasa tidak nyaman atau ada sesuatu yang salah, seperti ketegangan yang meningkat, detak jantung, tubuh berkeringat, tubuh gemetar, atau perasaan bahwa sesuatu sedang terjadi saat individu melakukan sesuatu yang negative (Friedman & Jacob, 1997).

Kecemasan sosial didefinisikan sebagai gangguan jiwa yang dirasakan oleh orang-orang sebagai reaksi kehadiran orang. Ini juga terkait dengan menjelaskan kecemasan komunikatif seperti ketakutan yang terkait hal-hal berkomunikasi dengan orang lain, serta orang yang memiliki kecemasan sosial suka menjauhi interaksi sosial sebanyak mungkin, katakanlah lebih jatang untuk berpartisipasi dalam percakapan, kurang lancar, dan mengalami tekanan mental yang parah (Soliha, 2015).

Berdasarkan konsep Greca & Lopez (1998), kecemasan sosial memiliki banyak segi termasuk ketakutan pada penilaian negatif, penolakan sosial, serta perasaan tertekan dalam situasi baru. Menurut Kaplan dan Sadock (1997), (dalam Lutfu & Maliya, 2008) menjelaskan bahwa ada tiga aspek kecemasan meliputi pengenalan sensasi fisiologis (palpitasi, badan berkeringat, dan lain-lain),

pengenalan sensasi psikologis (ketegangan atau terintimidasi), serta kesadaran akan sensasi kognitif seperti kebingungan terhadap suatu peristiwa atau orang.

Rapee et al (1988) mengajukan sejumlah faktor yang memapas pengalaman individu terhadap kecemasan sosial yaitu meliputi pola berpikir, fokus perhatian, dan penghindaran. Cara berpikir dalam situasi ini merupakan orang yang memiliki kecemasan sosial lebih susah untuk mengatur pikiran yang membuat tidak nyaman karena terpapar kecemasan. Dalam hal ini, fokus perhatiannya merupakan individu yang mengalami kesulitan memusatkan perhatian atau tidak mampu memperhatikan sekaligus mengalami kecemasan sosial. Orang cenderung menghindari situasi seperti yang membuat mereka tidak nyaman atau depresi.

Kecemasan sosial juga dipengaruhi oleh kepribadian. Kepribadian didefinisikan dengan berbagai cara makna dan pendekatan. Keanekaragaman makna ini pada dasarnya karena beberapa alasan faktor, termasuk faktor perbedaan landasan pengetahuan dan perspektif yang digunakan. Allport menjelaskan bahwa kepribadian adalah organisasi dinamika pribadi sebagai sistem psikofisik menentukan metode khusus di bawah penyesuaian terhadap lingkungan. Sigmund Freud, mendefinisikan kepribadian merupakan penggabungan antara *id*, *ego*, dan *superego*. Murray, mendefinisikan kepribadian adalah kontinuitas perilaku lahiriah dari lahir sampai mati (Abdul Mujib, 1999).

Salah satu pendekatan kepribadian melalui *trait* yaitu *Big Five Personality*. *Big five personality* telah dijelaskan menjadi dua model yaitu dikembangkan oleh Golberg dan model *big five personality* yang dirancang oleh Costa dan McCrae. Perbedaan pada kedua model ini ada pada faktor penamaan. Dua nama model ini

digunakan secara bergantian serta berasal dari perbedaan budaya penelitian. Goldberg merancang model *big five personality* pada budaya leksikal, sementara yang menurut Costa dan McCrae dirancang berdasarkan budaya penelitian kuesioner (Akhtar & Azwar, 2019).

Menurut Goldberg, tipe kepribadian terdiri dari *Extraversion* yaitu menunjukkan derajat aktivitas dan energi, *Agreeableness* yang menunjukkan sikap positif sikap terhadap orang lain, *Conscientiousness* yang menunjukkan kemampuan pengorganisasi dalam mencapai tujuan dan pengelolaan tugasnya, *Emotional stability* yang menunjukkan tingkat kestabilan emosi, dan *Intellect* yang menunjukkan keterbukaan intelektual (Gow et al., 2005). Sedangkan menurut Costa & McCrae (1997) kelima sifat kepribadian tersebut antara lain *Extraversion* yang terkait dengan level kenyamanan hubungan, seseorang kepribadian ekstrovert mudah bergaul, tegas,serta ramah. *Agreeableness* yang merupakan sifat yang dapat beradaptasi secara sosial karakter yang baik menunjukkan pribadi yang ramah. *Conscientiousness*. *Neuroticism* dapat dicirikan oleh kepemilikan emosi yang hal-hal negatif seperti kekhawatiran, dan cenderung emosional. *Openness* erat kaitannya dengan keterbukaan wawasan dan orisinalitas ide, menyukai informasi baru.

Ciri kepribadian dan gangguan kecemasan sosial sangat terkait, Gramstad (2013) telah mengulas bukti yang tersedia tentang bagaimana ciri-ciri kepribadian mungkin terkait dengan gangguan kecemasan sosial. Kesimpulan dari penelitian yang di lakukan oleh Gramstad (2013) mengungkapkan bahwa dengan kepribadian neurotisme yang tinggi, dan kepribadian ekstroversi yang rendah, merupakan ciri-

ciri kepribadian yang tidak teratur, yang dapat beresiko mengalami gangguan kecemasan sosial.

Ciri-ciri kepribadian yang bertindak sebagai faktor risiko gangguan kecemasan sosial dapat diatasi dengan memeriksa sifat-sifat kepribadian dan gangguan kecemasan sosial secara longitudinal (Brandes & Bienvenu, 2006). Ada beberapa studi longitudinal seperti itu karena studi ini lebih mahal dan sulit dilakukan. Krueger (1999) melakukan studi longitudinal tentang ciri-ciri kepribadian dan gangguan kecemasan pada sekelompok anak muda di Dunedin, Selandia Baru yaitu tentang pengaruh negatif awal yang tinggi (analog dengan neurotik) pada masa remaja akhir memprediksi timbulnya gangguan kecemasan pada dewasa muda.

Dua dimensi kepribadian yang tampaknya sangat relevan dengan gangguan kecemasan sosial adalah neurotisme dan ekstroversi. *Neurotisme* mengacu pada kecenderungan seseorang untuk mengalami emosi negatif dan kesulitan mengatasi stres. Orang dengan neurotisme tinggi lebih cenderung merasakan kecemasan, kesedihan, kemarahan, kesadaran diri, dan kerentanan sementara daripada orang dengan neurotisme rendah, yang dianggap relatif "pendiam". *Extraversion*, di sisi lain, mengacu pada jumlah dan intensitas emosi positif dan interpersonal seseorang. Orang yang sangat ekstrovert cenderung lebih hangat, lebih terbuka, tegas, lebih aktif, lebih mencari kesenangan, dan lebih cerdas secara emosional daripada orang yang lebih tertutup. Neurotisme dan ekstroversi cenderung terdistribusi secara normal dalam populasi, seperti tinggi badan dan kecerdasan. Neuroticism dan extraversion juga relatif independen satu sama lain. Seseorang mungkin tinggi

dalam Neuroticism dan Extraversion, tinggi dalam satu hal tetapi tidak dalam hal lainnya, atau rendah dalam keduanya (Brandes & Bienvenu, 2006).

Berdasarkan uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa. Kecemasan sosial merupakan bentuk gangguan jiwa yang dirasakan oleh orang-orang sebagai reaksi kehadiran orang. Ciri-ciri kepribadian yang menjadi faktor risiko gangguan kecemasan sosial, sehingga peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut hubungan ciri-ciri *big five personality* dengan kecemasan sosial pada mahasiswa yang bermain game online.

B. Rumusan Masalah

Dengan latar belakang yang telah disampaikan, maka dapat dicetuskan masalah sebagai berikut: "Pada mahasiswa yang bermain game online, apakah ada hubungan antara *big five personality* dan kecemasan sosial ?"

C. Tujuan Penelitian

Penelitian berguna ketika memiliki tujuan yang jelas. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan *big five personality* dan kecemasan sosial pada mahasiswa yang bermain game online.

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat baik secara teoritis maupun praktis.

1. Manfaat Teoretis

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi perkembangan ilmu psikologi khususnya psikologi klinis dan sosial terkait dengan kepribadian yang cemas secara sosial.

- b. Selain itu, penelitian ini dimaksudkan untuk memperluas pengetahuan kita tentang psikologi klinis dan dapat memberikan informasi kepada peneliti lain yang ingin melakukan penelitian dengan topik yang sama.

2. Manfaat Praktis

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperluas wawasan para peneliti psikologi dan menjadi acuan untuk mengurangi kecemasan sosial pada mahasiswa.
- b. Diharapkan dapat membantu mahasiswa untuk bermain game online dengan bijak, dan memahami sifat mereka akan membantu mengurangi kecemasan.
- c. Hasil penelitian ini juga memberikan informasi tentang faktor-faktor yang menurunkan kecemasan sosial pada mahasiswa.

E. Perbedaan Dengan Penelitian Sebelumnya

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan oleh Fathu et al (2020) yaitu terletak pada variabel bebas yaitu kecanduan game online dan variabel terikatnya yaitu *big five personality* sedangkan variabel bebas penelitian ini memakai *big five personality* dan kecemasan sosial sebagai variabel terikat. Persamaan dari penelitian ini yaitu sama-sama meneliti tentang pengguna game online.

Penelitian yang dilakukan oleh Sarira (2022) terdapat perbedaan dan kemiripan pada penelitian ini yaitu saling memakai variabel bebas yaitu kepribadian *big five*, perbedaan penelitian ini dengan penelitian Sarira (2022) menggunakan variabel terikat kecemasan berbicara, sedangkan penelitian ini menggunakan variabel terikat kecemasan sosial. Perbedaan selanjutnya terletak

pada orang yang diteliti yaitu pada mahasiswa sedangkan penelitian ini pada mahasiswa pengguna *game online*.

Selanjutnya pada penelitian dari Armela & Guspa (2021) meneliti tentang fenomena *nomophobia* yang berhubungan dengan *big five personality* sedangkan penelitian ini membahas tentang kecemasan sosial dengan *big five personality* pada mahasiswa pemain *game online*. Kecemasan sosial sebagai variabel terikat dan *big five personality* sebagai variabel bebas.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Arifah & Kusrohmaniah (2023), yang memiliki tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui peran *extraversion*, *emotional stability*, dan persepsi dukungan sosial terhadap kecemasan sosial pada mahasiswa, dengan menggunakan analisis regresi linier berganda. Sedangkan pada penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *big five personality* dengan kecemasan sosial pada mahasiswa pemain *game online*, dengan menggunakan analisis korelasi sederhana.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Kaplan (2015) pada 502 sarjana Universitas Midwestern yaitu tentang *Social Anxiety and the Big Five Personality Traits: The Interactive Relationship of Trust and Openness*. Perbedaan dengan penelitian ini yaitu terletak pada subjek penelitian. Subjek penelitian yang dilakukan oleh Kaplan (2015) yaitu pada sarjana Universitas Midwestern, sedangkan pada penelitian ini pada mahasiswa pemain *game online*.