

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Hasil Penelitian Terdahulu

Berdasarkan review jurnal yang dilakukan oleh peneliti, sejauh ini belum ada penelitian tentang strategi koping pada mahasiswa yang bermain *game online* di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto. Tetapi ada beberapa penelitian terdahulu yang mirip dengan penelitian ini :

Menurut penelitian Lestariantio (2014) menunjukkan bahwa terdapat Hubungan Antara *Internet Addiction* Dan Tingkat Stress Dengan Kejadian Insomnia Pada Mahasiswa Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto. Menurut penelitian Oktavianti (2017) menunjukkan bahwa ada hubungan frekuensi bermain *game online* dengan kemampuan interaksi sosial pada remaja di Kecamatan Bobotsari Kabupaten Purbalingga dan menurut penelitian Pranitika, Rulita & Mabruri (2014) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara *emotion focused coping* dengan *game online addiction* pada remaja di *game centre* bagian Semarang Barat dan Selatan.

Menurut penelitian Wei, Cheng dan Tai (2018) menunjukkan bahwa masalah yang berfokus dan mengatasi emosi-fokus pada penilaian awal tidak secara signifikan terkait dengan risiko kecanduan internet, depresi

yang signifikan, dan bunuh diri pada penilaian tindak lanjut dan menurut penelitian Tonioni (2018) menunjukkan bahwa Pasien IA (*internet addiction*) yang menggunakan Internet untuk *game online* menunjukkan sikap yang lebih besar terhadap pencarian hal baru dan kecenderungan yang lebih rendah untuk menggunakan dukungan sosio-emosional dan gangguan-diri dibandingkan dengan pasien yang menggunakan Internet untuk jejaring sosial.

Tabel 2.1 Matriks Keaslian Penelitian

No	Judul Penelitian	Desain Metodologi & Hasil Penelitian	Persamaan	Perbedaan
1	Hubungan Antara <i>Internet Addiction</i> Dan Tingkat Stress Dengan Kejadian Insomnia pada Mahasiswa Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto (Lestarianto, 2014)	Desain Metodologi : Penelitian ini menggunakan desain <i>deskriptif analitik</i>, dengan pendekatan <i>cross sectional</i>. Sampel memenuhi kriteria inklusi penelitian sebanyak 48. Hasil penelitian : Hasil dari penelitian ini adalah 72,9% responden mengalami <i>internet addiction</i>. 58,3% responden mengalami stres ringan, 27,1% responden mengalami stres sedang, 14,6% responden mengalami stres berat. 41,7% responden mengalami insomnia ringan, 52,1% responden mengalami insomnia sedang, 6,2% responden mengalami insomnia berat.	Menggunakan salah satu dari tema <i>internet addiction</i> sebagai salah satu variabel.	Terletak pada desain penelitian yaitu penelitian deskriptif dan variabel independen yang digunakan pada penelitian saya adalah strategi koping.

No	Judul Penelitian	Desain Metodologi & Hasil Penelitian	Persamaan	Perbedaan
		Terdapat Hubungan Antara <i>Internet Addiction</i> Dan Tingkat Stress Dengan Kejadian Insomnia Pada Mahasiswa Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto.		
2	Hubungan frekuensi bermain <i>game online</i> terhadap kemampuan interaksi sosial pada remaja di kecamatan bobotsari kabupaten purbalingga. (Oktavianti, 2017)	Metode Penelitian : Survey analitik korelasional dengan pendekatan <i>cross sectional</i>. Populasi adalah remaja di Kecamatan Bobotsari Kabupaten Purbalingga. Teknik sampling yang digunakan dalam adalah <i>purposive sampling</i> sebanyak 83 responden. Analisis yang digunakan uji statistik <i>chi square</i>. Hasil penelitian : Pada penelitian ini didapatkan hasil frekuensi bermain <i>game online</i> responden sebagian besar pada kategori sedang sebanyak 57 responden (68,7%) dan kemampuan interaksi sosial responden sebagian besar kategori kurang baik sebanyak 55 responden (66,3%). Uji <i>chi square</i> diperoleh p value ($0,005 < 0,005$) H_a	Menggunakan tema <i>Game Online</i> sebagai salah satu variabel.	Terletak pada desain penelitian yaitu penelitian deskriptif dan variabel independen yang digunakan pada penelitian saya adalah strategi koping.

No	Judul Penelitian	Desain Metodologi & Hasil Penelitian	Persamaan	Perbedaan
		diterima, artinya ada hubungan frekuensi bermain <i>game online</i> dengan kemampuan interaksi sosial pada remaja di Kecamatan Bobotsari Kabupaten Purbalingga.		
3	Hubungan Emotion Focused Coping dengan Game Online Addcition pada Remaja di Game Centre Bagian Semarang Barat dan Selatan (Pranitika, Rulita & Mabruri, 2014)	Metode penelitian : Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelasional. Populasi penelitian adalah remaja yang bermain game online di <i>game centre</i> bagian Semarang Barat dan Selatan, dengan sampel berjumlah 100 orang. Teknik sampling menggunakan <i>incidental sampling</i>. Teknik analisis data yang digunakan adalah korelasi Product Momet. Hasil Penelitian : Hasil diperoleh nilai $r = -0,206$ dengan $p = 0,040$ dimana $p < 0,05$. Hasil dalam penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara <i>emotion focused coping</i> dengan <i>game online addiction</i> pada remaja di game centre bagian Semarang Barat dan Selatan. <i>Emotion focused coping</i> pada subyek pada kriteria rendah, yaitu sebesar	Terletak pada variabel penelitian, yaitu strategi coping dan <i>Game Online</i> .	Terletak pada desain penelitian yaitu penelitian deskriptif dan variabel independen yang digunakan pada penelitian saya adalah strategi coping.

No	Judul Penelitian	Desain Metodologi & Hasil Penelitian	Persamaan	Perbedaan
		51%. <i>Game online addiction</i> pada subyek berada pada kriteria tinggi, yaitu sebesar 60%.		
4	Predicting Effects of Psychological, Inflexibility/Experiential Avoidance and Stress, Coping Strategies for Internet Addiction, Significant Depression, and Suicidality in College Students: A Prospective Study (Wei-Po Chou, Cheng-Fang Yen dan Tai-Ling Liu 2018)	Metode penelitian : Sebanyak 500 mahasiswa berpartisipasi dalam penelitian ini. Satu tahun kemudian, 324 peserta diundang untuk menyelesaikan Skala Kecanduan <i>Internet Chen, Beck Depression Inventory-II</i>. Hasil penelitian : Hasil menunjukkan bahwa PI / EA pada penilaian awal meningkatkan risiko kecanduan internet. Mengatasi kurang efektif pada penilaian awal juga meningkatkan risiko kecanduan internet. Masalah yang berfokus dan mengatasi emosi-fokus pada penilaian awal tidak secara signifikan terkait dengan risiko kecanduan internet, depresi yang signifikan, dan bunuh diri pada penilaian tindak lanjut.	Membahas strategi coping pada salah satu jenis <i>internet addiction</i> . sampel adalah mahasiswa.	Terletak pada desain penelitian yaitu penelitian deskriptif dan variabel independen yang digunakan pada penelitian saya adalah strategi koping

No	Judul Penelitian	Desain Metodologi & Hasil Penelitian	Persamaan	Perbedaan
5	Socio-emotional ability, temperament and coping strategies associated with different use of Internet in Internet addiction (Tonioni, 2018)	Metode Penelitian : Dua puluh lima pasien IA dan dua puluh enam subjek yang cocok dan sehat diuji pada IA, temperamen, strategi coping, alexithymia dan dimensi attachment. Peserta melaporkan Internet yang lazim gunakan (pornografi online, jejaring sosial, game online). Hasil Penelitian : Pasien IA yang menggunakan Internet untuk <i>game online</i> menunjukkan sikap yang lebih besar terhadap pencarian hal baru dan kecenderungan yang lebih rendah untuk menggunakan dukungan sosio-emosional dan gangguan-diri dibandingkan dengan pasien yang menggunakan Internet untuk jejaring sosial. Apalagi mereka menunjukkan level yang lebih rendah penerimaan daripada pasien yang menggunakan Internet untuk pornografi.	Membahas strategi coping pada <i>game online</i> .	Terletak pada variabel khusus pada frekuensi bermain <i>game online</i> .

B. Strategi Koping

1. Pengertian

Lazarus dan Folkman (1984, dalam Hendriani, 2018) mendefinisikan koping sebagai upaya individu mengelola kognisi dan perilaku secara konstan, untuk mengatasi berbagai tuntutan atau menghadapi berbagai kondisi baik internal maupun eksternal yang berubah. Menurut Steward, dkk. (1998, dalam Huang, 2009), koping merupakan komponen dari karakteristik personal seseorang untuk mengelola penyesuaian psikologis yang dibutuhkan terhadap stimulus dalam hidup. Taylor (2012) mendefinisikan koping sebagai pikiran dan perilaku yang digunakan untuk mengelola tuntutan internal dan eksternal dari situasi yang menekan.

Strategi koping didefinisikan oleh Chouhan dan Vyas (2006, dalam Huang, 2009) sebagai proses yang dilalui individu saat berusaha untuk mengelola tuntutan yang mendatangkan tekanan. Strategi koping adalah strategi yang digunakan individu untuk melakukan penyesuaian antara sumber-sumber yang dimilikinya dengan tuntutan yang dibebankan lingkungan kepadanya (Hendriani, 2018).

2. Jenis – Jenis Strategi Koping

Lazarus dan Folkman (1984) juga secara umum membagi strategi koping menjadi dua macam yakni:

1) Strategi koping berfokus pada masalah.

Strategi koping berfokus pada masalah adalah suatu tindakan yang diarahkan kepada pemecahan masalah. Individu akan cenderung menggunakan perilaku ini bila dirinya menilai masalah yang dihadapinya masih dapat dikontrol dan dapat diselesaikan. Perilaku koping yang berpusat pada masalah cenderung dilakukan jika individu merasa bahwa sesuatu yang konstruktif dapat dilakukan terhadap situasi tersebut atau ia yakin bahwa sumberdaya yang dimiliki dapat mengubah situasi. Yang termasuk strategi koping berfokus pada masalah adalah:

- a. *Planful problem solving* yaitu bereaksi dengan melakukan usaha-usaha tertentu yang bertujuan untuk mengubah keadaan, diikuti pendekatan analitis dalam menyelesaikan masalah.
- b. *Confrontative coping* yaitu bereaksi untuk mengubah keadaan yang dapat menggambarkan tingkat risiko yang harus diambil.

- c. *Seeking social support* yaitu bereaksi dengan mencari dukungan dari pihak luar, baik berupa informasi, bantuan nyata, maupun dukungan emosional.

Carver, Scheier dan Weintraub (1989) menyebutkan aspek-aspek strategi koping dalam *problem-focused coping* antara lain:

- a. Keaktifan diri, suatu tindakan untuk mencoba menghilangkan atau mengelabui penyebab stres atau memperbaiki akibatnya dengan cara langsung.
- b. Perencanaan, memikirkan tentang bagaimana mengatasi penyebab stres antara lain dengan membuat strategi untuk bertindak, memikirkan tentang langkah upaya yang perlu diambil dalam menangani suatu masalah.
- c. Penekanan kegiatan bersaing, individu dapat menekan keterlibatan dalam kegiatan bersaing atau dapat menekan pengolahan saluran bersaing informasi, dalam rangka untuk lebih berkonsentrasi penuh pada tantangan dan berusaha menghindari untuk hal yang membuat terganggu oleh peristiwa lain, bahkan membiarkan hal-hal lain terjadi, jika perlu, untuk menghadapi stressor.
- d. Kontrol diri, individu membatasi keterlibatannya dalam aktivitas kompetisi atau persaingan dan tidak bertindak terburu-buru.

- e. Dukungan sosial instrumental, yaitu mencari dukungan sosial seperti nasihat, bantuan atau informasi.

2) Strategi koping berfokus pada emosi.

Strategi koping berfokus pada emosi adalah melakukan usaha-usaha yang bertujuan untuk memodifikasi fungsi emosi tanpa melakukan usaha mengubah stressor secara langsung. Perilaku koping yang berpusat pada emosi cenderung dilakukan bila individu merasa tidak dapat mengubah situasi yang menekan dan hanya dapat menerima situasi tersebut karena sumberdaya yang dimiliki tidak mampu mengatasi situasi tersebut. Yang termasuk strategi koping berfokus pada emosi adalah:

- a. *Positive reappraisal* (memberi penilaian positif) adalah bereaksi dengan menciptakan makna positif yang bertujuan untuk mengembangkan diri termasuk melibatkan diri dalam hal-hal yang religius.
- b. *Accepting responsibility* (penekanan pada tanggung jawab) yaitu bereaksi dengan menumbuhkan kesadaran akan peran diri dalam permasalahan yang dihadapi, dan berusaha mendudukan segala sesuatu sebagaimana mestinya.

- c. *Self controlling* (pengendalian diri) yaitu bereaksi dengan melakukan regulasi baik dalam perasaan maupun tindakan.
- d. *Distancing* (menjaga jarak) agar tidak terbelenggu oleh permasalahan.
- e. *Escape avoidance* (menghindarkan diri) yaitu menghindar dari masalah yang dihadapi.

Carver, Scheier dan Weintraub (1989) menyebutkan aspek-aspek strategi koping dalam *emotion-focused coping* antara lain:

- a. Dukungan sosial emosional, yaitu mencari dukungan sosial melalui dukungan moral, simpati atau pengertian.
- b. Interpretasi positif, artinya menafsirkan transaksi stres dalam hal positif harus memimpin orang itu untuk melanjutkan secara aktif pada masalah terfokus di tindakan penanggulangan.
- c. Penerimaan, sesuatu yang penuh dengan stres dan keadaan yang memaksanya untuk mengatasi masalah tersebut.
- d. Penolakan, respon yang kadang-kadang muncul dalam penilaian utama. Hal penolakan ini sering dinyatakan bahwa penolakan berguna, meminimalkan tekanan dan dengan demikian memfasilitasi coping atau bisa dikatakan

bahwa penolakan hanya menciptakan masalah tambahan kecuali stressor menguntungkan dapat diabaikan.

- e. Religiusitas, sikap individu dalam menenangkan dan menyelesaikan masalah secara keagamaan.

Jenis-jenis Strategi Koping. Menurut Stuart dan Sundeen (1991) terdapat dua jenis mekanisme koping yang dilakukan individu yaitu koping yang berpusat pada masalah (*problem focused form of coping mechanism/direct action*) dan koping yang berpusat pada emosi (*emotion focused of coping/palliatif form*).

Yang termasuk mekanisme koping yang berpusat pada masalah adalah:

1. Konfrontasi adalah usaha-usaha untuk mengubah keadaan atau menyelesaikan masalah secara agresif dengan menggambarkan tingkat kemarahan serta pengambilan resiko.
2. Isolasi yaitu individu berusaha menarik diri dari lingkungan atau tidak mau tahu dengan masalah yang dihadapi.
3. Kompromi yaitu mengubah keadaan secara hati-hati, meminta bantuan kepada keluarga dekat dan teman sebaya atau bekerja sama dengan mereka.

Sedangkan mekanisme koping yang berpusat pada emosi adalah sebagai berikut:

1. Denial yaitu menolak masalah dengan mengatakan hal tersebut tidak terjadi pada dirinya.

2. Rasionalisasi yaitu menggunakan alasan yang dapat diterima oleh akal dan diterima oleh orang lain untuk menutupi ketidakmampuan dirinya. Dengan rasionalisasi kita tidak hanya dapat membenarkan apa yang kita lakukan, tetapi juga merasa sudah selayaknya berbuat demikian secara adil.
3. Kompensasi yaitu menunjukkan tingkah laku untuk menutupi ketidakmampuan dengan menonjolkan sifat yang baik, karena frustrasi dalam suatu bidang maka dicari kepuasan secara berlebihan dalam bidang lain. Kompensasi timbul karena adanya perasaan kurang mampu.
4. Represi yaitu dengan melupakan masa-masa yang tidak menyenangkan dari ingatannya dan hanya mengingat waktu-waktu yang menyenangkan.
5. Sublimasi yaitu mengekspresikan atau menyalurkan perasaan, bakat atau kemampuan dengan sikap positif.
6. Identifikasi yaitu meniru cara berfikir, ide dan tingkah laku orang lain.
7. Regresi yaitu sikap seseorang yang kembali ke masa lalu atau bersikap seperti anak kecil.
8. Proyeksi yaitu menyalahkan orang lain atas kesulitannya sendiri atau melampiaskan kesalahannya kepada orang lain
9. Konversi yaitu mentransfer reaksi psikologi ke gejala fisik.

10. Displacement yaitu reaksi emosi terhadap seseorang kemudian diarahkan kepada seseorang lain.

3. Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Strategi Koping

Menurut Mu'tadin (2002) cara individu menangani situasi yang mengandung tekanan ditentukan oleh sumber daya individu yang meliputi kesehatan fisik/energi, keterampilan memecahkan masalah, keyakinan atau pandangan positif, keterampilan sosial dan dukungan sosial dan materi.

a. Kesehatan fisik

Kesehatan merupakan hal yang penting, karena selama dalam usaha mengatasi stres individu dituntut untuk mengerahkan tenaga yang cukup besar.

b. Keterampilan memecahkan masalah

Keterampilan ini meliputi kemampuan untuk mencari informasi, menganalisa situasi, mengidentifikasi masalah dengan tujuan untuk menghasilkan alternatif tindakan, kemudian mempertimbangkan alternatif tersebut sehubungan dengan hasil yang ingin dicapai, dan pada akhirnya melaksanakan rencana dengan melakukan suatu tindakan yang tepat.

c. Keyakinan atau pandangan positif

Keyakinan menjadi sumber daya psikologis yang sangat penting, seperti keyakinan akan nasib (*eksternal locus of control*) yang

mengerahkan individu pada penilaian ketidakberdayaan (*helplessness*) yang akan menurunkan kemampuan strategi koping tipe : *problem-solving focused coping*.

d. Keterampilan sosial

Keterampilan ini meliputi kemampuan untuk berkomunikasi dan bertindak laku dengan cara-cara yang sesuai dengan nilai-nilai sosial yang berlaku di masyarakat.

e. Dukungan sosial

Dukungan ini meliputi dukungan pemenuhan kebutuhan informasi dan emosional pada diri individu yang diberikan oleh orang tua, anggota keluarga lain, saudara, teman, dan lingkungan masyarakat sekitarnya.

f. Materi

Dukungan ini meliputi sumber daya berupa uang, barang-barang atau layanan yang biasanya dapat dibeli.

C. Game Online

1. Pengertian

Yee (2006) mengungkapkan bahwa kecanduan *game online* secara umum merupakan perilaku seseorang yang ingin terus bermain *game online* yang menghabiskan banyak waktu serta dimungkinkan individu yang bersangkutan tidak mampu mengontrol atau mengendalikannya.

Menurut pendapat Samuel (2010) *game online* adalah permainan dengan jaringan, dimana interaksi antara satu orang dengan yang lainnya untuk mencapai tujuan, melaksanakan misi, dan meraih nilai tertinggi dalam dunia virtual.

Game online, kata yang sering digunakan untuk merepresentasikan sebuah permainan digital yang sedang marak di zaman yang modern ini. *Game online* ini banyak dijumpai di kehidupan sehari-hari. Walaupun beberapa orang berpikir bahwa *game online* identik dengan komputer, *game* tidak hanya beroperasi di komputer. *Game* dapat berupa konsol, handheld, bahkan *game* juga ada di telepon genggam. *Game online* berguna untuk *refreshing* atau menghilangkan rasa jenuh si pemain baik itu dari kegiatan sehari-hari (kerja, belajar, dan faktor lainnya) maupun sekadar mengisi waktu luang.

2. Sejarah dan Perkembangan *Game Online*

Perkembangan *game online* sendiri tidak lepas juga dari perkembangan teknologi komputer dan jaringan komputer itu sendiri. Freeman (2008) mengemukakan bermain *game online* adalah jenis permainan komputer yang memanfaatkan jaringan komputer. Meledaknya *game online* sendiri merupakan cerminan dari pesatnya jaringan komputer yang dahulunya berskala kecil (*small local network*) sampai menjadi internet dan terus berkembang sampai sekarang. *Games Online* saat ini tidaklah sama seperti ketika *games online*

diperkenalkan untuk pertama kalinya. Pada saat muncul pertama kalinya tahun 1960, komputer hanya bisa dipakai untuk 2 orang saja untuk bermain *games*. Lalu munculah computer dengan kemampuan *time-sharing* sehingga pemain yang bisa memainkan *game* tersebut bisa lebih banyak dan tidak harus berada di suatu ruangan yang sama (*Multiplayer Games*).

Kemudian pada tahun 1970 ketika muncul jaringan computer berbasis paket (*packet based computer networking*), jaringan computer tidak hanya sebatas LAN saja tetapi sudah mencakup WAN dan menjadi Internet. *Game online* pertama kali muncul kebanyakan adalah *game-game* simulasi perang ataupun pesawat yang dipakai untuk kepentingan militer yang akhirnya dilepas lalu dikomersialkan, *game-game* ini kemudian menginspirasi *game-game* yang lain muncul dan berkembang.

Menurut Ligagame Indonesia (*ligagames.com*), *game online* muncul di Indonesia pada tahun 2001, dimulai dengan masuknya *Nexia Online*. *Game online* yang beredar di Indonesia sendiri cukup beragam, mulai dari yang bergenre action, sport, maupun RPG (*role-playing game*). Tercatat lebih dari 20 judul *game online* yang beredar di Indonesia. Ini menandakan betapa besarnya antusiasme para gamer di Indonesia dan juga besarnya pangsa pasar games di Indonesia.

3. Aspek-aspek kecanduan *Game Online*

Lemmens dkk (2009) menyebutkan bahwa ada tujuh aspek kecanduan *game online* yaitu:

a. *Salience*

Bermain *game online* menjadi aktivitas yang paling penting dalam kehidupan individu dan mendominasi pikiran, perasaan (selalu merasa ingin melakukannya), dan perilaku (melakukan secara berlebihan).

b. *Tolerance*

Sebuah proses dimana aktivitas individu dalam bermain *game online* semakin meningkat, sehingga secara bertahap waktu yang dihabiskan untuk bermain *game online* bertambah jumlahnya.

c. *Mood modification*

Mengacu pada pengalaman subjektif sebagai hasil dari keterikatan dengan bermain *game online*, misalnya penenangan diri (*tranquillizing*) atau relaksasi terkait pelarian diri (*escapism*).

d. *Withdrawal*

Perasaan yang tidak menyenangkan dan dampak fisik yang terjadi ketika berhenti atau mengurangi aktivitas bermain *game online*. Aspek ini lebih banyak terdiri dari murung (*moodiness*) dan lekas marah (*irritability*).

e. *Relapse*

Aktivitas bermain *game online* yang berlebihan cenderung mendorong individu untuk secara cepat kembali mengulangi perilaku bermain *game online* setelah tidak melakukannya dalam jangka waktu tertentu atau masa kontrol.

f. *Conflict*

Konflik yang terjadi merujuk pada konflik interpersonal yang dihasilkan dari aktivitas bermain *game online* secara berlebihan. Konflik dapat terjadi diantara pemain dan orang-orang disekitarnya. Konflik dapat meliputi argumen dan penolakan serta berbohong dan curang.

g. *Problems*

Masalah terjadi disebabkan oleh aktivitas bermain *game online* secara berlebihan sehingga mendorong tergesernya aktivitas lain seperti sekolah, bekerja, dan bersosialisasi. Masalah dapat terjadi pada individu pemain *game online*, seperti gangguan intrafiksi dan kehilangan kontrol.

4. Faktor –faktor yang mempengaruhi kecanduan *Game Online*

Immanuel (2009) mengatakan, beberapa faktor yang mempengaruhi seseorang bermain *game online* dapat dilihat dari dalam (internal) dan luar individu tersebut (eksternal) menyebabkan adiksi remaja terhadap *game online*.

a. Faktor internal

1) Keinginan

Keinginan yang kuat dari diri remaja untuk memperoleh nilai yang tinggi dalam *game online*, karena *game online* dirancang sedemikian rupa agar gamer semakin penasaran dan semakin ingin memperoleh nilai yang lebih tinggi.

2) Bosan

Rasa bosan yang dirasakan remaja ketika berada di rumah atau di sekolah, ketidakmampuan mengatur prioritas untuk mengerjakan aktivitas penting lainnya juga menjadi penyebab timbulnya adiksi terhadap *game online*.

3) Kontrol diri

Kurangnya kontrol diri dalam diri remaja, sehingga remaja kurang mengantisipasi dampak negatif yang timbul dari bermain *game online* secara berlebihan.

b. Faktor eksternal

1) Lingkungan

Lingkungan yang kurang terkontrol karena melihat teman-temannya yang lain banyak yang bermain *game online*.

2) Hubungan Sosial

Kurang memiliki kompetensi sosial yang baik sehingga remaja memilih alternatif bermain *game online* sebagai aktivitas yang menyenangkan.

3) Harapan

Harapan orang tua yang melambung terhadap anaknya untuk mengikuti berbagai kegiatan seperti kursus-kursus atau les-les, sehingga kebutuhan primer anak, seperti kebersamaan, bermain dengan keluarga menjadi terlupakan.

5. Frekuensi Bermain Game Online

Frekuensi bermain *game online* dikatakan tidak pernah jika kurang dari 2 jam, kadang-kadang 2-4 jam, sering jika 4-6 jam, selalu jika lebih dari 6 jam (Panjaitan, 2014).

6. Dampak Bermain Game Online

Dampak bermain *Game online* diyakini memberikan pengaruh negatif kepada para pemainnya. Hal ini terutama karena sebagian besar *game* yang adiktif dan biasanya tentang kekerasan pertempuran dan berkelahi.

a. Dampak Positif Menurut Anhar (2010)

Beberapa dampak positif bermain *game online* adalah sebagai berikut:

- 1) Membantu perkembangan koordinasi tangan-mata, motorik, dan kemampuan spasial.
- 2) Meningkatkan kemampuan membuat analisa, keputusan yang cepat, dan berpikir secara mendalam.

- b. Dampak Negatif Menurut Anhar (2010), dampak negatif dari *game online* ini timbul karena, umumnya 89% dari *game* mengandung beberapa konten kekerasan.
- c. Menurut pendapat Dharma (2011) dampak negatif *game online* adalah sebagai berikut:
 - 1) Lebih banyak menghabiskan waktu bermain *game online*.
 - 2) Konsentrasi belajar terganggu karena pikiran cenderung mengarah pada permainan yang ada di dalam *game online*.
 - 3) Tertidur di sekolah.
 - 4) Sering melalaikan tugas dan tanggungjawab.
 - 5) Nilai di sekolah menurun.
 - 6) Berbohong soal berapa lama waktu yang sudah dihabiskan untuk bermain *game online*.
 - 7) Lebih memilih bermain *game* dari pada bermain dengan teman.
 - 8) Menjauhkan diri dari kelompok sosialnya (klub atau kegiatan ekstrakurikuler).
 - 9) Merasa cemas dan mudah marah jika tidak bermain *game online*.

D. Mahasiswa

1. Pengertian

Mahasiswa adalah seseorang yang sedang dalam proses menimba ilmu ataupun belajar dan terdaftar sedang menjalani pendidikan pada salah satu bentuk perguruan tinggi yang terdiri dari akademik, politeknik, sekolah tinggi, institut dan universitas (Hartaji, 2012).

Seorang mahasiswa dikategorikan pada tahap perkembangan yang usianya 18 sampai 25 tahun. Tahap ini dapat digolongkan pada masa remaja akhir sampai masa dewasa awal dan dilihat dari segi perkembangan, tugas perkembangan pada usia mahasiswa ini ialah pematangan pendirian hidup (Yusuf, 2012).

2. Tugas dan Kewajiban Mahasiswa

Menurut Siallagan (2011), mahasiswa sebagai masyarakat kampus mempunyai tugas utama yaitu belajar seperti membuat tugas, membaca buku, buat makalah, presentasi, diskusi, hadir ke seminar, dan kegiatan-kegiatan lainnya yang bercorak kekampusan. Di samping tugas utama, ada tugas lain yang lebih berat dan lebih menyentuh terhadap makna mahasiswa itu sendiri, yaitu sebagai agen perubahan dan pengontrol sosial masyarakat. Tugas inilah yang dapat menjadikan dirinya sebagai harapan bangsa, yaitu menjadi orang yang setia mencari solusi berbagai problem yang sedang mereka hadapi.

3. Peran Mahasiswa

Menurut Siallagan (2011), ada tiga peranan penting dan mendasar bagi mahasiswa yaitu intelektual, moral, sosial.

a. Peran intelektual

Mahasiswa sebagai orang yang intelek, jenius, dan jeli harus bisa menjalankan hidupnya secara proporsional, sebagai seorang mahasiswa, anak, serta harapan masyarakat.

b. Peran moral

Mahasiswa sebagai seorang yang hidup di kampus yang dikenal bebas berekspresi, beraksi, berdiskusi, berspekulasi dan berorasi, harus bisa menunjukkan perilaku yang bermoral dalam setiap tindak tanduknya tanpa terkontaminasi dan terpengaruh oleh kondisi lingkungan.

c. Peran sosial

Mahasiswa sebagai seorang yang membawa perubahan harus selalu bersinergi, berpikir kritis dan bertindak konkret yang terbingkai dengan kerelaan dan keikhlasan untuk menjadi pelopor, penyampai aspirasi dan pelayan masyarakat.

4. Tumbuh Kembang Remaja Umur Mahasiswa

a. Pengertian

Remaja merupakan masa peralihan antara masa kanak – kanak dan masa dewasa, yang dimulai pada saat terjadinya kematangan seksual yaitu antara usia 11 atau 12 tahun sampai dengan 20 tahun yaitu menjelang masa dewasa muda (Soetjiningsih, 2004).

Berdasarkan tahapan perkembangan individu dari masa bayi hingga masa tua akhir menurut Erickson, masa remaja dibagi menjadi tiga tahapan yakni masa remaja awal, masa remaja pertengahan, dan masa remaja akhir. Adapun kriteria usia masa remaja awal pada perempuan yaitu 13-15 tahun dan pada laki-laki yaitu 15-17 tahun. Kriteria usia masa remaja pertengahan pada perempuan yaitu 15-18 tahun dan pada laki-laki yaitu 17-19 tahun. Sedangkan kriteria masa remaja akhir pada perempuan yaitu 18-21 tahun dan pada laki-laki 19-21 tahun (Thalib, 2010).

b. Tugas Perkembangan Remaja

Kay (dalam Jahja, 2012) mengemukakan tugas-tugas perkembangan remaja adalah sebagai berikut:

- 1) Menerima fisiknya sendiri berikut keragaman kualitasnya.
- 2) Mencapai kemandirian emosional dari orang tua atau figur-figur yang mempunyai otoritas.

- 3) Mengembangkan keterampilan komunikasi interpersonal dan belajar bergaul dengan teman sebaya atau orang lain, baik secara individual maupun kelompok.
- 4) Menemukan manusia model yang dijadikan identitasnya.
- 5) Menerima dirinya sendiri dan memiliki kepercayaan terhadap kemampuannya sendiri.
- 6) Memperkuat self-control (kemampuan mengendalikan diri) atas dasar skala nilai, prinsip-prinsip, atau falsafah hidup.
- 7) Mampu meninggalkan reaksi dan penyesuaian diri (sikap/perilaku) kekanak-kanakan.

c. Perkembangan Psikis Masa Remaja

Widyastuti dkk (2009) menjelaskan tentang perubahan kejiwaan pada masa remaja. Perubahan-perubahan yang berkaitan dengan kejiwaan pada remaja adalah:

1) Perubahan emosi.

Perubahan tersebut berupa kondisi:

- a. Sensitif atau peka misalnya mudah menangis, cemas, frustrasi, dan sebaliknya bisa tertawa tanpa alasan yang jelas. Utamanya sering terjadi pada remaja putri, lebih-lebih sebelum menstruasi.
- b. Mudah bereaksi bahkan agresif terhadap gangguan atau rangsangan luar yang mempengaruhinya. Itulah sebabnya

mudah terjadi perkelahian. Suka mencari perhatian dan bertindak tanpa berpikir terlebih dahulu.

- c. Ada kecenderungan tidak patuh pada orang tua, dan lebih senang pergi bersama dengan temannya daripada tinggal di rumah.

2) Perkembangan intelegensia.

Pada perkembangan ini menyebabkan remaja:

- a. Cenderung mengembangkan cara berpikir abstrak, suka memberikan kritik.
- b. Cenderung ingin mengetahui hal-hal baru, sehingga muncul perilaku ingin mencoba-coba.

d. Perkembangan Emosi Masa Remaja

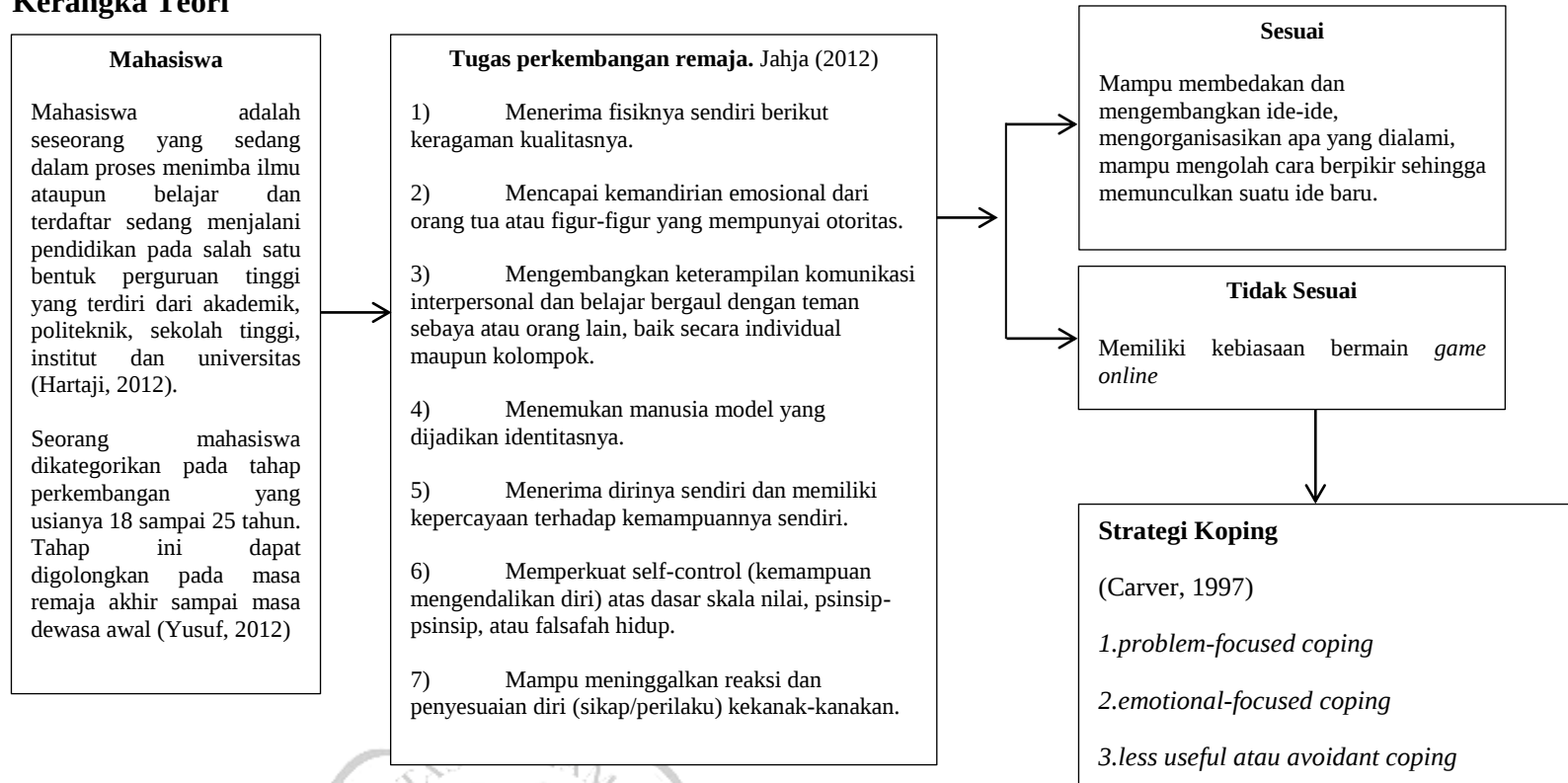
Ali & Ansori (2006) perkembangan emosi seseorang pada umumnya tampak jelas pada perubahan tingkah lakunya. Perkembangan emosi remaja juga demikian halnya. Kualitas atau fluktuasi gejala yang tampak dalam tingkah laku itu sangat tergantung pada tingkat fluktuasi emosi yang ada pada individu tersebut. Dalam kehidupan sehari-hari beberapa tingkah laku emosional, misalnya agresif, rasa takut yang berlebihan, sikap apatis, dan tingkah laku menyakiti diri, seperti melukai diri sendiri dan memukul-mukul kepala sendiri.

e. Perkembangan Kognitif Pada Remaja

Perkembangan kognitif adalah perubahan kemampuan mental seperti belajar, memori, menalar, berpikir, dan bahasa (Jahja, 2012).

Menurut Piaget (dalam Santrock, 2001; dalam Jahja, 2012), seorang remaja termotivasi untuk memahami dunia karena perilaku adaptasi secara biologis mereka. Dalam pandangan Piaget, remaja secara aktif membangun dunia kognitif mereka, di mana informasi yang didapatkan tidak langsung diterima begitu saja ke dalam skema kognitif mereka. Remaja telah mampu membedakan antara hal-hal atau ide-ide yang lebih penting dibanding ide lainnya, lalu remaja juga mengembangkan ide-ide ini. Seorang remaja tidak saja mengorganisasikan apa yang dialami dan diamati, tetapi remaja mampu mengolah cara berpikir mereka sehingga memunculkan suatu ide baru.

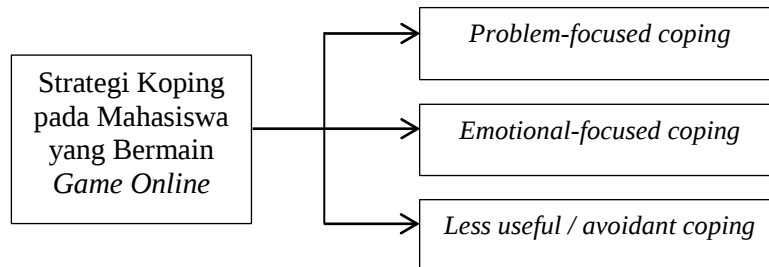
E. Kerangka Teori



Sumber : Carver (1997), Hartaji (2012), Yusuf (2012), Jahja (2012), Widyastuti (2009) dan Ali & Ansori (2006)

Gambar 1 Kerangka Teori

F. Kerangka Konsep



Gambar 2 Kerangka Konsep

