

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Dalam kata pengantar *Emerging Adulthood: The Winding Road from the Late Teens through the Twenties*, Selama tahun 90-an, Arnett mewawancarai lebih dari 200 orang berusia 18-29 tahun di kawasan Columbia, Missouri dan di San Fransisco ditambah lagi hampir 100 orang yang diwawancarai oleh asistennya. Dari wawancara ini, Arnett menemukan bahwa istilah “remaja akhir” tidak cocok dengan umur *group* tersebut karena kelompok ini jauh lebih dewasa, pengertian (*insightful*) dan tidak terlalu bergantung pada orangtua daripada remaja. Namun istilah “dewasa awal” pun juga tidak cocok, karena sebutan tersebut mengimplikasikan masa hidup yang lebih stabil daripada yang sedang dialami oleh kelompok umur tersebut. Arnett merasa bahwa “dewasa awal” tidak berentang dari umur 18 sampai umur 40 tahun, karena itu Arnett menyimpulkan bahwa orang berumur 18-25 tahun, bukanlah remaja maupun dewasa awal, namun sesuatu di tengah-tengah, Arnett mengusulkan untuk mengistilahkan masa ini, sebagai *emerging adulthood*. *Emerging adult* adalah seseorang yang berumur 18-25 tahun dan dianggap sudah melewati masa remaja, namun belum diwajibkan untuk melakukan tanggung jawab orang dewasa sepenuhnya. Pada umur ini, individu sudah dianggap dewasa secara hukum dan lepas dari masa remaja namun belum diwajibkan untuk menanggung tanggung jawab dari masa dewasa.

Dewasa ini, *game* semakin maju dan tidak terbatas pada satu ruangan saja. Para pemain dapat terkoneksi dengan menggunakan internet antar pemain lain, tanpa batasan wilayah. Baik bersama teman atau sendirian untuk

melawan komputer maupun melawan pemain lain. Adapun perangkat yang bisa dipakai berupa *game console* (PS3, PS4, XBOX one), *personal computer*, *laptop* ataupun *handphone android*.

Website venturebeat yang dimuat pada tahun 2011, membedakan *casual gamer* dengan *core gamer*. Data yang didapatkan (N=365), *casual gamer* merupakan seseorang yang menghabiskan waktu sekitar 11 jam setiap minggunya untuk bermain *game*, sedangkan *core gamer* menghabiskan waktu sekitar 20 jam, setiap minggunya untuk bermain *game*. Pada penelitian ini, peneliti tidak membedakan antara *casual gamer* dengan *core gamer*, sehingga *gamer* dalam penelitian ini merupakan seseorang yang menghabiskan minimal 11 jam setiap minggunya untuk bermain *game* (rata-rata 1,5 jam per harinya). Data dari Duggan (2015) pada *website pewinternet*, banyak orang bermain *game* namun hanya sekitar 15% dari jumlah orang tersebut, yang mengidentifikasi dirinya, sebagai *gamer*. Hal yang sama juga dikemukakan oleh penelitian milik Paassen (2016) di mana istilah *gamer* adalah identitas sosial dan wanita jarang mengakui diri, sebagai *gamer*, karena istilah tersebut sering dikaitkan dengan pria. *Gamer* dalam penelitian ini, adalah seseorang yang menghabiskan minimal 11 jam setiap minggunya untuk bermain *game*, dan tanpa mempedulikan, apakah para pemain mengakui dirinya sebagai seorang *gamer* atau tidak.

Adams & Rolling (2007) mengatakan *game online*, merupakan permainan yang dapat diakses oleh banyak pemain, di mana mesin-mesin yang digunakan pemain dihubungkan oleh suatu jaringan. Ayu (2016) mengatakan bahwa *game online* yang awalnya hanya diperuntukkan untuk anak-anak dan remaja, sekarang juga dimainkan oleh orang dewasa. Ditambah dengan kemajuan teknologi yang semakin berkembang, *game* tidak hanya dimainkan di komputer, tetapi sudah bisa dimainkan di *smartphone*. Dengan begitu

seseorang menjadi lebih mudah dalam memainkan *game online*, di manapun, kapanpun orang bisa memainkannya. Memainkan *game online*, apalagi *game smartphone* saat ini sangat digandrungi, ada banyak *game online smartphone* mulai dari genre strategi seperti *Clash of Clans*, *Castle Clash*, hingga *game* bergenre *RPG*, seperti *Epic Seven*, *Azure Lane*, *Final Fantasy Brave Exvius* atau bahkan yang tidak dimasukkan dalam *google playstore* seperti *Fate Grand Order* dan *Girls Frontline*. Ada juga *Multiplayer Online Battle Arena* (MOBA) di mana salah satu *gamenya*, *Mobile Legends* memiliki 170 juta pemain di seluruh dunia dan 50 juta pemainnya berasal dari Indonesia (liputan6, 2018), dan *Battle Royale* seperti *Player Unknown's Battleground* dan *Free Fire*. Banyaknya variasi *game* yang ada membuat orang menjadi ingin terus memainkannya. Vanri dan Hasbiyalloh (2011) menyatakan bahwa *game online* mengalami perkembangan dari segi cara bermain dan konsep/genre. *Game online* tidak lagi hanya sekadar *game* dengan jaringan internet, namun sudah memungkinkan bagi penggunanya untuk saling berinteraksi satu sama lain menggunakan sistem *server* dan *client*. Hal ini memberikan ruang bagi pemain untuk saling berinteraksi dalam sebuah permainan. Sekarang ini *voice chat* sudah menjadi hal yang normal saat bermain. *Game online* menurut Kim dkk (Masyita, 2016: 19) adalah *game* atau permainan di mana banyak orang yang dapat bermain pada waktu yang sama dengan melalui jaringan komunikasi *online*. Winn dan Fisher (dalam Masyita, 2016) mengatakan *multiplayer online game* merupakan pengembangan dari *game* yang dimainkan satu orang, dalam bagian yang besar, menggunakan bentuk yang sama dan metode yang sama, serta melibatkan konsep umum yang sama, seperti semua *game* lain perbedaannya adalah bahwa untuk *multiplayer game* dapat dimainkan oleh banyak orang dalam waktu yang sama.

Menurut Averill (1973), kontrol diri merupakan variabel psikologis yang sederhana, karena di dalamnya tercakup tiga konsep yang berbeda tentang kemampuan mengontrol diri yaitu kemampuan individu untuk memodifikasi perilaku, kemampuan individu dalam mengelola informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi serta kemampuan individu untuk memilih suatu tindakan berdasarkan suatu yang diyakininya. Menurut Averill, (dalam Nur Gufron & Rini Risnawati, 2011) kontrol diri terdiri dari 3 aspek, yaitu: *Behavioral control* yang merupakan kesiapan tersedianya suatu respon yang dapat secara langsung mempengaruhi atau memodifikasi suatu keadaan yang tidak menyenangkan. *Cognitive control* merupakan kemampuan individu dalam mengolah informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai atau menghubungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis atau untuk mengurangi tekanan. *Decisional control* merupakan kemampuan seseorang untuk memilih suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujuinya.

Tidak seperti permainan di komputer, *game mobile* dapat dimainkan hanya dengan membuka *smartphone* di saku atau tas lalu mengaktifkan aplikasi *game* tersebut. Kemudahan ini menjadikan kontrol diri lebih diperlukan agar pemuda-pemudi tidak keterusan bermain setiap kali ada kesempatan. Argumen ini didukung oleh Pratama (2017) yang mengatakan bahwa mudah dan murah biaya untuk bisa mengakses *game online* merupakan salah satu faktor yang dapat menyebabkan pemain menjadi candu, terlebih saat ini kehadiran *smartphone* sudah bisa dijadikan modal untuk mengakses *game online* kapanpun dan di manapun. Dalam penelitiannya, Andini (2019) dalam penelitiannya menyebutkan bahwa fenomena yang terjadi di Tanjung Pinang adalah banyaknya mahasiswa yang

bermain *mobile legends* baik di rumah, di kampus dan kedai-kedai kopi apalagi yang menyediakan wifi gratis. Grusser (sitat dalam Wood, 2008, dalam Indahningrum, 2013) menemukan bahwa remaja dan *emerging adult* lebih memiliki kecenderungan untuk kecanduan *video game*. Seperti hal tersebut menunjukkan bahwa adanya penyimpangan perilaku yang ditampakkan oleh *gamer*, termasuk di dalamnya adalah *mobile gaming*. Segala penyimpangan yang terjadi diakibatkan oleh beberapa faktor, di antaranya adalah krisis identitas dalam dirinya dan kontrol diri yang lemah (Unayah, 2015: 137).

Tangney, Baumeister, dan Boone (2004: 315) menemukan bahwa individu dengan kontrol diri tinggi lebih teratur, serta memiliki nilai akademis, kemampuan interpersonal dan relasi interpersonal yang lebih baik, ketimbang dengan individu yang memiliki kontrol diri rendah. Goldfried dan Merbaum (dalam Gufon, 2010) mendefinisikan kontrol diri, sebagai suatu kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu ke arah konsekuensi positif. Goldfried menambahkan kontrol diri yang lemah pada individu mengarahkan dirinya pada konsekuensi negatif yang akan merugikan dirinya dan orang lain seperti kasus Mhary Mundoc Idanan warga Filipina berumur 23 tahun yang terkapar di rumah sakit, karena ketagihan *game Mobile Legends* (<https://health.detik.com/berita-detikhealth/d-4059619/viral-kisah-wanita-mengaku-kena-stroke-karena-kecanduan-mobile-legends>). Dailymail.co.uk pada tahun 2012 memberitakan seorang remaja dari Taiwan yang berumur 18 tahun meninggal, setelah bermain *game Diablo III* selama 40 jam tanpa makan, kasus serupa terjadi kembali dialami oleh seorang pemuda yang meninggal di kursinya dengan tangan masih dalam posisi di atas *keyboard*. Di tahun 2011, masih di artikel yang sama, menyatakan bahwa ada seorang

pemuda berusia 20 tahun yang meninggal, karena sebuah gumpalan darah setelah menghabiskan 12 jam bermain Xbox. Sorous, Hancock, dan Bohns (2015) dalam jurnal *self-control in casual games* menemukan bahwa ada korelasi negatif antara kontrol diri dengan banyaknya pembelian dalam aplikasi (*in-app purchase*), di mana individu dengan kontrol diri rendah akan membeli lebih banyak *extra moves* atau *item* ketimbang individu yang memiliki kontrol diri tinggi.

Terlalu banyak bermain *game*, karena kurangnya kontrol diri dapat menyebabkan banyak hal negatif, seperti masalah psikologis (depresi, kepercayaan diri yang rendah), kesehatan (sakit mata, jadwal tidur yang terganggu), finansial dan sosial (<http://www.techaddiction.ca/addiction-to-video-games.html>). Permasalahan psikologis biasanya menyebabkan *stress* yang berujung pada lingkaran setan, karena bermain *game* untuk menghilangkan *stress* tersebut. Hasil penelitian Gaol (2012), mengenai kecanduan *game online* terhadap prestasi akademik mahasiswa fakultas teknik Universitas Indonesia, adalah ada hubungan negatif yang bermakna antara kecanduan *game online* dengan prestasi akademik mahasiswa yang berarti semakin tinggi tingkat kecanduan mahasiswa terhadap *game online*, maka semakin rendah prestasi akademiknya. Pratama (2017) sendiri mendapatkan hasil penelitian bahwa ada 47,17% mahasiswa angkatan 2013 yang terindikasi kecanduan bermain *game online* pada *smartphone* dan terdapat korelasi negatif lemah antara kecanduan bermain *game online* pada *smartphone*, terhadap prestasi akademik mahasiswa angkatan 2013 Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. Andini (2019) menyimpulkan dalam penelitiannya bahwa dampak dari bermain *game online Mobile Legends* dalam waktu berlebihan membuat seseorang malas beraktifitas dan begadang demi bisa memainkan game tersebut. Boros dan berbohong soal uang kiriman

dari orang tua untuk membeli *item* dalam *game* ataupun berkata kotor, kasar dan memukul meja di kedai-kedai kopi. Hal yang sama juga ditemukan oleh Ismail (2016) dalam penelitiannya yang meneliti tentang prestasi akademik mahasiswa yang bermain *game DOTA 2* dimana mahasiswa yang bermain terlalu banyak, boros dan sering begadang untuk bermain *game*.

Berdasarkan penjelasan di atas, peneliti hendak meneliti tentang gambaran kontrol diri *emerging adult* dalam bermain *game mobile*, sehingga diharapkan penelitian ini memberikan gambaran yang utuh tentang para pemain *game mobile* yang *online* melakukan kegemarannya dan tugas-tugasnya dalam kehidupan sehari-harinya.

1.2 Batasan Masalah

Penelitian ini membatasi masalah penelitian mengenai kontrol diri pada *emerging adult* hanya pada tingkat pemahaman. Penelitian ini berfokus pada variabel kontrol diri menurut Averill (1973), kontrol diri merupakan variabel psikologis yang sederhana, karena di dalamnya tercakup tiga konsep yang berbeda tentang kemampuan mengontrol diri, yaitu kemampuan individu untuk memodifikasi perilaku, kemampuan individu dalam mengelola informasi yang tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi serta kemampuan individu untuk memilih suatu tindakan berdasarkan suatu yang diyakininya.

Menurut data dari Duggan (2015) pada website *pewinternet*, banyak orang bermain *game*, namun hanya sekitar 15% dari jumlah orang tersebut yang mengidentifikasi dirinya sebagai *gamer*. *Gamer* dalam penelitian ini adalah seseorang yang menghabiskan minimal 11 jam setiap minggunya untuk bermain *game*.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif deskriptif pada individu yang berada dalam tahapan *emerging adult* dengan rentangan umur 18-25 (Arnett, 2014) dan bermain *mobile game* minimal 11 jam per minggu.

1.3 Rumusan Masalah

Rumusan masalah untuk penelitian ini adalah “bagaimana gambaran kontrol diri terhadap *game mobile* pada *emerging adult* di Surabaya?”

1.4 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran secara kuantitatif deskriptif mengenai kontrol diri pada *mobile gamers emerging adult*.

1.5 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat teoritis dan praktis, sebagai berikut:

1.5.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberi masukan bagi disiplin ilmu psikologi klinis, terutama pada teori kontrol diri. Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk mengembangkan wawasan mengenai kontrol diri sehingga *emerging adult* dapat mengontrol diri secara mandiri dalam bermain *game mobile*.

1.5.2 Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan bagi:

1. Bagi *emerging adult* yang *mobile gamers*

Diharapkan memperkuat kontrol dirinya karena seperti hasil penelitian Tangney, Baumeister dan Boone, individu yang memiliki kontrol diri lebih tinggi memiliki hasil yang lebih baik, seperti: prestasi akademik yang lebih baik, lebih teratur dan memiliki hubungan yang lebih baik dengan orang lain.

2. Bagi Orangtua

Diharapkan mengingatkan *emerging adult* yang bermain *game* agar tidak berlebihan serta memberi perhatian dan waktu untuk berkomunikasi agar *emerging adult* terbuka mengenai dirinya.

3. Bagi partisipan/informan

Memberi gambaran kontrol diri pada *mobile gamer emerging adult* supaya lebih bijak ketika bermain *mobile game*.