

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Negara Indonesia termasuk negara terbesar dengan padat populasi pengguna terbanyak internet di dunia. Menurut APJII pada tahun 2022 terdapat 210,026,769 juta jiwa masyarakat Indonesia yang terhubung dengan jaringan internet dari total populasi penduduk Indonesia sebanyak 272,682,600 juta jiwa yaitu sebesar 77,02% dan 2 sebanyak 89,15% aktivitas yang dilakukan pengguna dengan mengakses layanan media sosial seperti Facebook 68,36% dan Youtube 63,02%, adapun media chatting online memiliki persentase sebesar 73,86% dan layanan yang sering diakses seperti Whatsapp 98,07% dan Facebook Messenger 47,12% dan lain-lain (APJII, 2022). Survei yang dilakukan oleh APJII (2022) menjabarkan karakteristik pengguna layanan internet di Indonesia berdasarkan pekerjaan, pengguna internet di Indonesia yang bersatus sebagai pelajar dan mahasiswa memiliki persentase paling tinggi yaitu sebesar 99,26% dari total pengguna layanan internet di Indonesia.

Perkembangan teknologi berdampak kepada lingkungan sosial masyarakat sehingga masyarakat tidak bisa menolak akan keberadaan teknologi tersebut. Internet merupakan salahsatu efek dari berkembangnya teknologi di masyarakat. Keberadaan internet membantu masyarakat untuk hidup jadi lebih mudah, praktis dan efisien tetapi selai itu memberikan efek

negative juga terhadap peradaban manusia. Salahsatu dampak dari perkembangan internet adalah pola asuh yang diterapkan oleh orangtua. Kebanyakan orangtua memberikan akses internet kepada anaknya secara bebas tanpa memandang umur, kebutuhan, dan kegunaan yang tepat. Hal ini terjadi karena orangtua tidak mengetahui edukasi yang tepat tentang internet. (Karlina 2020)

Sebagai contoh yang sedang marak dilingkungan sekitar, dikarenakan mengalami kenaikan penggunaan internet yang luar biasa yaitu *game online*. *Game online* ialah permainan yang dapat dilakukan oleh beberapa orang dalam waktu yang sama tetapi ditempat yang berbeda menggunakan alat komunikasi yang terhubung dengan jaringan internet (Adams, 2013). Penggunaan internet sangatlah mudah apalagi bagi anak usia remaja yang sudah melek akan teknologi. *Game online* sangat mudah diakses melalui *link platform*, contohnya seperti *PC*, *Handphone*, alat khusus *game* dan *smartphone* lainnya (Kiraly, Nagygyörgy, Griffiths, & Demetrovics, 2014). Penggunaan *game online* telah mendapat perhatian dari masyarakat luas.

Dampak positif pada penggunaan *game online* yaitu sebagai kesenangan dan hiburan ketika seseorang mengalami stres atau lelah dalam bekerja, hal yang dilakukan biasanya mengurangi perasaan tersebut dengan bermain *game online*. Kenyataan yang dijumpai pada masyarakat akhir-akhir ini adalah penggunaan internet yang semakin meraja lela dan berlebihan digunakan seseorang sebagai tempat melarikan diri dari kehidupan (Hussain & Griffiths, 2009). Anak yang mengalami kecanduan *game online* diusia remaja,

akan mengalami ketidak tertarikan terhadap aktivitas lain, karena waktunya hanya fokus untuk bermain *game online*. Kebanyakan anak akan merasa tidak tenang ketika tidak bermain *game online* (Jannah, Mudjiran, & Nirwana, 2015), perolehan nilai yang semakin menurun, sulitnya hubungan sosial teman sebaya dan gangguan kesehatan. Contoh kasus yang dapat menjadi kajian yaitu terdapat seseorang yang berasal dari Taiwan, nekat bermain *game online* selama 40 jam tanpa henti sehingga dampak yang dialami harus kehilangan nyawa (Rania, 2018). Contoh lain berada di negara Indonesia terdapat anak usia sekolah yang mengalami gangguan mental diakrenakan termasuk golongan kecanduan *game online*, sebanyak 10 anak tersebut harus mendapatkan perlakuan khusus berupa terapi di RSUD Banyumas, (Aziz, 2018).

Smart. (2010) menjelaskan mengenai ciri-ciri anak usia remaja yang mengalami kecanduan *game online* yaitu: (a) fokusnya teralihkan, karena pikirannya hanya tertaut pada misi yang ada di *game online*. (b) waktu yang digunakan untuk bermain *game online* yaitu lebih dari 14 jam per minggu dengan *type game* yang sama sepanjang waktu. (c) merasa butuh waktu yang kurang banyak untuk bermain *game online* sehingga mendapatkan kepuasan yang diinginkan. (d) merasa stres, depresi dan tidak dapat menahan emosi ketika aktivitas bermain *game online* dikurangi bahkan terpaksa dihentikan. (e) melakukan perilaku yang buruk dengan berbohong kepada orang tua bahkan keluarga atau konselor dengan menyembunyikan seberapa jauh dirinya terhubung dalam penggunaan *game online* tersebut. (f) *game online*

merupakan tempat tujuan untuk melarikan diri dari kehidupan nyata atau menghindari masalah.

Sesuai dengan hasil wawancara pada guru Bimbingan Konseling di SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta menjelaskan bahwa di sekolah tersebut terdapat permasalahan terkait kecanduan *game online* masuk dalam kategori tinggi, hal ini dibuktikan dengan kurangnya fokus belajar siswa saat di kelas yang menyebabkan prestasi belajar menurun. Selain itu juga, kurangnya interaksi sosial antar siswa saat di lingkungan sekolah. Berkaitan dengan permasalahan kecanduan *game online* ini, maka guru Bimbingan Konseling yang ada di sekolah memiliki peran penting dan dibutuhkan untuk mengatasi masalah siswa. Guru BK perlu memberikan layanan Bimbingan dan Konseling dalam mereduksi kecanduan *game online* ini. Namun pelaksanaan layanan BK di SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta dalam mereduksi kecanduan *game online* ini masih belum maksimal. Dikarenakan selama ini guru BK hanya berfokus memberikan layanan bagi siswa yang memiliki permasalahan seperti perilaku tawuran dan membolos ketika jam masuk kelas berlangsung.

Guru Bimbingan Konseling memiliki usaha yang dapat dilakukan dalam mereduksi kecanduan *game online* ini yaitu dengan melakukan layanan konseling kelompok menggunakan teknik *self management*. Penelitian dari Amin (dalam Febrian, 2022) teknik *self management* memiliki tujuan yang mengedepankan upaya konseli memiliki kontrol diri dan fokus dalam situasi yang mampu menghambat perilaku yang akan dirubah. Tujuan selanjutnya

yaitu mencegah permasalahan yang ada karena seseorang akan bertanggungjawab pada dirinya sendiri untuk mencegah adanya konflik. Sejalan dengan pernyataan diata, Faiqotul Isnaini dan Taufiq (2008) pada penelitiannya yang mencantumkan Cormier menyebutkan bahwa penggunaan *self management* dalam layanan konseling dapat meningkatkan kontrol diri pada seseorang dengan melakukan perubahan tingkah laku, sehingga seseorang akan berani berdiri sendiri tidak ketergantungan dengan orang lain. Sehingga teknik ini cocok digunakan untuk mereduksi kecanduan *game online* pada peserta didik.

Berdasarkan masalah yang terjadi, peneliti berusaha melaksanakan penelitian mengenai “Keefektifan layanan Konseling Kelompok teknik *Self management* Mereduksi Kecanduan Bermain *Game online* di SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta” dengan adanya penelitian ini diharapkan peneliti mampu mencari dan menemukan solusi terkait kecanduan bermain *game online* pada siswa di SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta.

## **B. Identifikasi Masalah**

Sesuai dengan uraian pada latar belakang, maka peneliti mengidentifikasi masalah, yaitu:

1. Kurangnya fokus belajar siswa saat di kelas yang menyebabkan prestasi belajar menurun
2. Kurangnya interaksi social antar siswa saat di lingkungan sekolah
3. Remaja yang kecanduan bermain *game online* cenderung kurang tertarik terhadap kegiatan lain

### C. Batasan Masalah

Sesuai dengan identifikasi masalah yang disebutkan, maka batasan masalah dalam penelitian ini hanya membatasi pada permasalahan yang berkaitan dengan kecanduan *game online* yang dialami oleh siswa seperti, prestasi belajar yang menurun, kurangnya interaksi sosial antar siswa.

### D. Rumusan Masalah

Sesuai dengan batasan masalah yang telah dibuat, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu:

1. Bagaimana deskripsi kecanduan *game online* di SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta?
2. Apakah konseling kelompok teknik *self-management* efektif untuk mereduksi kecanduan *game online*?

### E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah tersebut, maka tujuan penelitian ini yaitu:

1. Untuk mengetahui deskripsi kecanduan *game online* di SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta
2. Untuk mengetahui konseling kelompok teknik *self-management* efektif atau tidaknya mereduksi kecanduan *game online*

### F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini memiliki manfaat yaitu:

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan mampu meningkatkan pemikiran siswa, informasi tambahan dan pengetahuan yang lengkap mengenai layanan konseling kelompok

yang digunakan untuk mereduksi kecanduan *game online* terhadap siswa sehingga bisa dijadikan bahan perencanaan dan evaluasi bagi pihak-pihak terkait, supaya hasil belajar yang didapatkan siswa dari proses belajar mampu berjalan dengan apik dan lebih optimal.

## 2. Manfaat Praktis

### a. Bagi Siswa

Digunakan oleh siswa sebagai bacaan untuk mengetahui seberapa besarnya pengaruh atau dampak setelah kecanduan bermain *game online* sehingga para siswa dapat berfikir untuk menjadikan pembelajaran yang lebih optimal.

### b. Bagi Pendidik (Guru)

Sebagai bahan untuk guru dalam melaksanakan dan menambah kualitas pada kegiatan pembelajaran agar para siswa lebih optimal dalam mencapai hasil belajar.

### c. Bagi Peneliti Lainnya

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya, dengan adanya hasil penelitian ini mampu membantu untuk menemukan solusi yang tepat dari kecanduan bermain *game online*.