

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

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

Menurut James (Purwanto dan Mulyono, 2006) emosi adalah keadaan jiwa yang menampakkan diri dengan sesuatu perubahan yang jelas pada tubuh. Seseorang kadang masih dapat mengontrol keadaan dirinya sehingga emosi yang dialami tidak tercetus keluar. Namun ada kalanya juga seseorang tidak dapat mengontrol keadaan dirinya sehingga emosi yang dialami tercetus keluar dengan disertai perubahan atau tanda-tanda kejasmanian yang dapat dilihat secara nyata. Sebagai contoh, ketika seseorang diliputi emosi marah, wajahnya memerah, napasnya menjadi sesak, otot-otot tangannya akan menegang, dan energi tubuhnya memuncak. Orang yang mengalami ketakutan mukanya menjadi pucat, jantungnya berdebar-debar, jadi adanya perubahan-perubahan kejasmanian sebagai rangkaian dari emosi yang dialami oleh individu yang bersangkutan (Walgito, 2007).

Kecerdasan emosi sangat dibutuhkan dalam berhubungan dengan orang lain. Orang dengan kecerdasan emosi yang tinggi akan peka terhadap perubahan-perubahan yang terjadi disekitarnya dan mampu melakukan penyesuaian terhadap perubahan yang terjadi. Sehingga orang dengan kecerdasan emosi tinggi akan lebih mudah menerima perubahan dari lingkungan dan juga mudah diterima oleh lingkungan. Sedangkan orang dengan kecerdasan emosi rendah kurang peka terhadap lingkungan disekitarnya dan akan menghadapi banyak kesulitan ketika

berhubungan dengan orang lain karena kurang mampu melakukan penyesuaian terhadap perubahan. Orang dengan kecerdasan emosi rendah ini juga akan sulit diterima oleh orang-orang sekitar karena sikapnya yang kurang peduli terhadap orang lain. Seringkali individu tidak mampu menangani masalah-masalah emosional secara memuaskan dikarenakan tidak mampu memahami perasaan diri sendiri dan perasaan orang lain, sehingga berakibat sering terjadi kesalahpahaman dan konflik antar pribadi (Dio, 2003).

Steiner (1997) menjelaskan pengertian kecerdasan emosional adalah suatu kemampuan yang dapat mengerti emosi diri sendiri dan orang lain, serta mengetahui bagaimana emosi diri sendiri terekspresikan untuk meningkatkan maksimal etis sebagai kekuatan pribadi. Dalam konteks pekerjaan, kecerdasan emosi adalah kemampuan untuk mengetahui yang orang lain rasakan, termasuk cara tepat untuk menangani masalah. Hasil survei besar-besaran Goleman (2001) terhadap orang tua dan guru di Amerika yang menunjukkan bahwa anak-anak generasi sekarang lebih sering mengalami masalah emosi daripada generasi terdahulu. Secara pukul rata, anak-anak sekarang tumbuh dalam kesepian, pemurung, kurang menghargai sopan santun, depresi, lebih mudah marah dan sulit diatur, lebih gugup dan cenderung cemas, lebih meledak-ledak (impulsif dan agresif).

Perkembangan manusia menurut Monks (1999) pada dasarnya terdiri dari perkembangan motorik, perkembangan sosial, perkembangan emosi / psikologis, dan perkembangan kognisi. Dimana keempat macam perkembangan tersebut harus berkembang secara seimbang dan proporsional. Hal ini sangat diperlukan

untuk mendukung seorang individu mengembangkan pola kepribadiannya secara sehat (Marin, 2008). Mengingat saat ini semakin banyak masalah yang harus dihadapi individu, dapat berakibat buruk terhadap keseimbangan keempat perkembangan tersebut. Media-media saat ini sering memberitakan kasus-kasus kenakalan remaja hingga tindak kejahatan yang dilakukan para remaja seperti bolos sekolah, merokok, seks bebas, perkelahian, tawuran, pemerkosaan, pembunuhan, bunuh diri, dan sebagainya. Orang-orang yang dikuasai dorongan hati yang kurang memiliki kendali diri, mengalami kekurangmampuan dalam pengendalian moral (Hurlock, 2000).

Thomas Acbenbach, psikolog University of Vermont (dalam Goleman, 2001) menyatakan bahwa penurunan kecerdasan emosi remaja dalam masa sekarang ini dapat dilihat dari semakin bertambahnya jumlah remaja yang terlibat dalam penyalahgunaan obat bius, kriminalitas, dan kekerasan. Di samping itu tingkat remaja yang mengalami depresi semakin hari juga semakin bertambah jumlahnya, diantaranya mereka banyak yang mengalami masalah makan, kejadian kehamilan tak diinginkan, kenakalan dan putus sekolah.

Hasil dari beberapa survei diketahui bahwa kemerosotan emosi remaja tampak dalam semakin parahnya masalah spesifik seperti berikut (Goleman, 2000):

- a. Menarik diri dari pergaulan, lebih suka menyendiri, bersikap sembunyi-sembunyi, sering terlihat murung, kurang bersemangat, merasa tidak bahagia, dan terlampau bergantung.

- b. Cemas dan depresi, menyendiri, sering takut dan cemas, ingin sempurna, merasa tidak dicintai, mudah gugup dan sedih. Diperkirakan 20% dari populasi dunia menderita kecemasan (Gail dalam Widosari 2010) dan sebanyak 47,7% remaja sering merasa cemas (Haryadi, dalam Widosari 2010).
- c. Memiliki masalah dalam hal perhatian dan berpikir, tidak mampu memusatkan perhatian dan duduk tenang, sering melamun, bertindak tanpa berpikir, bersikap terlalu tegang untuk berkonsentrasi.
- d. Nakal dan agresif: bergaul dengan anak-anak yang bermasalah, bohong atau menipu, sering bertengkar, bersikap kasar pada orang lain, menuntut perhatian, meruak milik orang lain, membandel di sekolah dan di rumah, keras kepala dan suasana hati yang sering berubah-ubah. Pada tahun 2006 kasus kenakalan remaja memiliki presentase 53,52% paling tinggi dibanding kasus-kasus kejahatan lainnya. Masalah yang muncul di kalangan remaja bukan hanya dirasakan oleh kalangan remaja sendiri, tetapi juga oleh orang tua dan orang lain di sekitarnya (Hasman, 2009).

Sedangkan remaja dengan kecerdasan emosi (EQ) menurut Hasman (2009) mempunyai sifat-sifat diantaranya lebih pintar menangani emosinya dan lebih stabil emosinya, lebih dapat berkonsentrasi, lebih tegas dan bertanggung jawab, lebih dapat memahami orang lain, lebih terampil menyelesaikan konflik, dan lebih dapat berinteraksi dengan orang lain.

Beberapa hal yang menjadi dasar kecerdasan emosi menurut Patton (1998) adalah pertama-tama mengetahui diri sendiri dari-dalam-ke luar dan kemudian

menyadari kebutuhan-kebutuhan, aspirasi-aspirasi, dan sudut pandang orang lain. Sehingga sebenarnya banyak hal mudah yang dapat dilakukan remaja untuk meningkatkan kecerdasan emosi, misalnya dengan tersenyum kepada orang lain, bersikap proaktif, mengingat nama orang lain supaya orang lain senang, bersimpati, berempati, memberikan pujian dan penghargaan, menaruh minat kepada orang lain, mendengarkan orang lain ketika diajak bicara, dan lain-lain.

Menurut Suharsono (2003) terdapat beberapa keuntungan kecerdasan emosional, yang pertama menjadi alat untuk membantu pengendalian diri, sehingga remaja tidak terjerumus ke dalam tindakan-tindakan yang dapat merugikan dirinya sendiri maupun orang lain. Kedua, kecerdasan emosional bisa diimplementasikan sebagai cara yang sangat baik untuk memasarkan atau membesarkan ide, gagasan, konsep atau bahkan produk. Ketiga, kecerdasan emosional adalah modal penting untuk mengembangkan bakat yang dimiliki, utamanya bakat kepemimpinan dalam bidang apapun. Karena setiap model kepemimpinan sesungguhnya membutuhkan visi, misi, konsep, program dan yang tak kalah pentingnya adalah dukungan dan partisipasi anggota. Apalagi pada masa remaja banyak kegiatan dan organisasi yang bisa diikuti.

WHO mendefinisikan remaja sebagai individu yang berkembang dari saat pertama kali ia menunjukkan tanda-tanda seksual sekundernya sampai saat ia mencapai kematangan seksual, individu mengalami perkembangan psikologik dan pola identifikasi dari anak-anak menjadi dewasa, dan terjadi peralihan dari ketergantungan sosial-ekonomi yang penuh kepada keadaan yang relatif lebih mandiri (Sarwono, 2001). G.S. Hall (dalam Sarwono, 2001) berpendapat bahwa

masa remaja merupakan masa topan-badai (*strum und drang*), yang mencerminkan kebudayaan modern yang penuh gejolak akibat pertentangan nilai-nilai yang menunjuk kira-kira usia 12 sampai 25 tahun. Selain itu, batasan usia remaja menurut WHO yaitu antara usia 10 sampai 20 tahun yang dibagi menjadi 2 yaitu remaja awal antara usia 10 sampai 14 tahun dan remaja akhir antara usia 15 sampai 20 tahun. Konflik-konflik dalam diri remaja seringkali menimbulkan masalah pada remaja (Sarwono, 2001). Pergolakan emosi yang terjadi pada remaja tidak terlepas dari bermacam pengaruh, seperti lingkungan tempat tinggal, keluarga, sekolah dan teman-teman sebaya serta aktivitas-aktivitas yang dilakukannya dalam kehidupan sehari-hari. Masa remaja yang identik dengan lingkungan sosial tempat berinteraksi, membuat mereka dituntut untuk dapat menyesuaikan diri secara efektif.

Perkembangan teknologi yang sangat pesat di era modern ini, menyebabkan banyak penemuan di bidang teknologi yang memudahkan aktifitas manusia dalam berkomunikasi dan mencari media hiburan yang tidak terbatas jarak, ruang, dan waktu. Salah satu media hiburan internet yang sedang *trend* saat ini adalah *game online*. Media permainan *video game* dengan menggunakan koneksi internet ini sangat berpengaruh terhadap pikiran manusia, yang diserap melalui dua panca indera yakni mata dan telinga. Seiring mewabahnya demam *online*, para *vendor game* mulai mengembangkan teknologi permainannya. Piranti *game* yang semula berbasis *personal computer* dan televisi yang dimainkan sendiri atau secara bersamaan menggunakan sistem jaringan, kini bisa dinikmati oleh jutaan pemain di seluruh penjuru dunia yang terhubung secara *online*.

Fasilitas yang ditawarkan oleh *game online* seperti variasi permainan, kemudahan bermain, serta *level* yang bisa terus meningkat (Hartoko, 2010).

Menurut Feldman & Elliot (dalam Papalia, 2009), pada saat remaja berhubungan dengan lingkungannya, remaja banyak dihadapkan pada hal-hal yang penuh resiko dan godaan. Hal tersebut lebih banyak terjadi dan lebih kompleks pada remaja dewasa ini daripada sebelumnya. Terdapat sebagian remaja yang dapat bertahan dengan lingkungan yang penuh bahaya dan godaan. Masa remaja merupakan suatu periode yang unik dan selalu menarik untuk dikaji, karena remaja merupakan masa transisi dari kanak-kanak ke dewasa. Pada masa inilah timbul berbagai kemungkinan bagi seseorang mengalami perubahan-perubahan, baik perubahan fisik, sikap, perilaku maupun emosinya. Seperti diketahui dalam masa remaja, remaja memiliki kecenderungan untuk mengikuti *trend* dan mudah terpengaruh oleh lingkungan (Nissa, 2003). Semakin menjamurnya warung-warung internet dengan fasilitas *game online* dan pengaruh dari teman-teman mereka yang pernah mencoba bermain *game online*, akan membuat mereka semakin tertarik untuk bermain *game online*.

Menurut Yee (Ariadne, 2001) disebutkan sebanyak 64,45% remaja laki-laki dan 47,85% remaja perempuan usia 12- 22 tahun yang bermain *game online* menyatakan bahwa mereka menganggap diri mereka kecanduan terhadap *game online*; sebanyak 25,3% remaja laki-laki dan 19,25% remaja perempuan usia 12-22 tahun yang bermain *game online* mencoba untuk berhenti bermain namun tidak berhasil. Ketergantungan *game online* yang dialami pada masa remaja, dapat mempengaruhi aspek sosial remaja dalam menjalani kehidupan sehari-hari, karena

banyaknya waktu yang dihabiskan di dunia maya mengakibatkan remaja kurang berinteraksi dengan orang lain dalam dunia nyata. Hal ini tentunya mempengaruhi kegiatan sosial yang biasa dilakukan oleh kebanyakan orang lain.

Menurut Steinkuehler (*Journal of Computer-Mediated Communication*, 2006), penggunaan media *game* telah menyebabkan penurunan dalam keterlibatan sipil dan sosial. Selain itu, media *game* juga sebagai pengganti keterlibatan langsung dalam dunia sosial kontemporer. *Game online* membantu interaksi secara *online*, membantu melengkapi dan menyediakan dunia baru dan ide-ide. Namun, manfaat sosial yang diperoleh setidaknya hanya dalam jangka pendek, karena *game online* sebagai “tempat ketiga” lebih khas bagi orang-orang yang pemalu, fanatik, megah (ingin selalu terlihat menonjol), dan lain-lain yang memilih untuk mengisolasi diri dari orang lain.

Perkembangan teknologi juga membuat beberapa remaja kehilangan minat dalam belajar dan tidak peduli dengan teman-teman sekitarnya. Bila remaja sudah bermain *game online*, maka remaja yang pada awalnya giat belajar, tak jarang menjadi remaja yang pemalas, agresif dan kebiasaan berbicara tanpa kendali, bahkan mencaci, tentu saja berdampak negatif bagi perkembangan mental remaja. Remaja menjadi kehilangan kepedulian terhadap teman-temannya dan lingkungan sekitarnya, bahkan menjadi lebih mudah menyakiti teman-teman seusia ataupun si adik yang lebih kecil (Musbikin, 2009).

Menurut Xu (*European Journal of Information System*, 2012), individu bermain *game online* sebagai keinginan untuk menjadi bagian dalam permainan dan melayani kebutuhan sosial individu yang tidak diperoleh dalam kehidupan



nyata. Individu yang lebih melibatkan diri dalam dunia *game online* tanpa disadari akan semakin mengembangkan rasa malu, ketergantungan, depresi, agresi, rendah diri, rendah kontrol diri, dan narsisme.

Berdasarkan informasi awal yang diperoleh peneliti dari guru Bimbingan dan Konseling SMP Angkasa Lanud Adi Soemarmo Bapak Drs. Widodo, BS didapatkan data bahwa terdapat sebagian siswa SMP Angkasa Lanud Adi Soemarmo yang bersikap kurang sopan kepada guru dan kurang fokus pada saat jam pelajaran berlangsung. Selain itu, juga terdapat sebagian siswa yang kurang pandai mengatur waktu mereka, sehingga sekitar 70% siswa menghabiskan waktu luang untuk bermain game, menonton TV dan membaca komik setelah pulang sekolah. Bapak Widodo BS juga memberi informasi bahwa terdapat pula kasus-kasus siswa yang membohongi orang tuanya dengan meminta sejumlah uang untuk membayar iuran kebersihan di sekolah tetapi setelah ditindak lanjuti mereka menggunakannya untuk membeli koin *game online*. Selain itu, menurut Ibu Sri Sayekti. W, S.Pd selaku guru Bimbingan dan Konseling SMP Negeri 2 Kartasura diketahui bahwa setelah dilakukan wawancara terhadap para siswa yang membolos sekolah rata-rata dikarenakan bermain *game online*.

Didasari permasalahan di atas maka timbul pertanyaan “Apakah terdapat hubungan antara intensitas bermain *game online* dengan kecerdasan emosi?”. Berdasarkan rumusan masalah tersebut maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian ini. Adapun judul penelitian ini adalah “Hubungan Intensitas Bermain *Game online* dengan Kecerdasan Emosi”.

## **B. Tujuan Penelitian**

Tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Mengetahui hubungan antara intensitas bermain *game online* dengan kecerdasan emosi.
2. Mengetahui peran variabel intensitas bermain *game online* terhadap variabel kecerdasan emosi.
3. Mengetahui tingkat kecerdasan emosi.
4. Mengetahui tingkat intensitas bermain *game online*.

## **C. Manfaat Penelitian**

1. Bagi subjek

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan informasi dan sumbangan ilmu pengetahuan dalam bidang psikologi, khususnya dalam bidang sosial yang berkaitan dengan hubungan antara intensitas bermain *game online* dengan kecerdasan emosi.

2. Bagi masyarakat umum

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan informasi pada masyarakat, utamanya para orang tua yang memiliki anak remaja untuk mendidik dan melakukan pengawasan agar anak memiliki sikap yang positif dan tidak mudah terpengaruh orang lain untuk berperilaku negatif dalam memanfaatkan fasilitas internet terutama *game online*.

3. Bagi ilmu pengetahuan

Untuk memperluas cakrawala pengembangan ilmu pengetahuan pada umumnya, serta psikologi perkembangan remaja dan psikologi industri dan organisasi pada khususnya mengenai pengaruh *game online* terhadap kecerdasan emosi.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan, perbandingan dan menambah wacana keilmuan untuk mengembangkan, memperdalam dan memperkaya khasanah teoritis mengenai pengaruh intensitas bermain *game online* terhadap kecerdasan emosi.