

**HUBUNGAN ANTARA KONTROL DIRI DENGAN
KECANDUAN GAME ONLINE**

S k r i p s i

**Untuk memenuhi sebagian persyaratan
dalam mencapai derajat S-1 Psikologi**



O l e h :

BAGAS PRAYOGA
F 100 040 055

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2009

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia dalam hidupnya tidak terlepas dari permainan. Manusia selalu bermain mulai dari kanak-kanak sampai dewasa hingga menjadi tua. Permainan merupakan model situasi kehidupan nyata yang permasalahannya disajikan secara sederhana. Partisipan akan terlibat dalam permainan tanpa perlu memikirkan segala hambatan yang umumnya muncul dalam tindakan dan pengambilan keputusan nyata. Fungsi dasar permainan adalah meningkatkan intensitas pengalaman manusia dengan cara yang relatif aman, tetapi tetap memberikan ketegangan dan kesenangan.

Menurut Sutton-Smith (1991), dengan bermain manusia dapat menemukan dirinya berada di depan permasalahan yang dapat ditemukan dalam kehidupan sehari-hari tetapi yang telah disederhanakan sehingga dapat diatasi dalam waktu dan ruang yang tersedia. Dengan bermain, maka seseorang akan menemukan hal-hal yang baru. Hal-hal yang baru tersebut membuat manusia bisa saling bermain, berdialog, bahkan saling adu strategi dan bertempur yaitu suatu aktivitas yang sangat alami dan sangat dekat dengan kehidupan manusia.

Hal yang baru tersebut adalah bernama "*Game*", yaitu suatu media virtual yang mewadahi penggunanya untuk bermain dan adu strategi untuk dapat memecahkan suatu persoalan dan memenangkan tantangan yang disajikan di dalamnya. Secara teknis permainan ini dapat dinikmati dengan menggunakan komputer, televisi bahkan di ponsel (Koran Tempo, 2002)

Setiadi (2001) Jenis permainan sebelum berubah menjadi bentuknya yang modern seperti saat ini, amatlah sederhana. Seiring dengan perkembangan teknologi, lama-kelamaan bentuk permainan menjadi lebih kompleks dan mutakhir. Sejalan dengan membanjirnya para penggemar game ini, teknologi piranti lunak untuk permainan ini pun berkembang kian pesat. Alan (2002) Dari sekedar *video game* berbasis PC atau TV yang dimainkan sendiri atau secara bersama (*multiplayer*) di sebuah medium yang sama, kini mulai bergerak menuju permainan yang terhubung secara online. Artinya, seorang pemain (*player*) akan bisa adu strategi dan keterampilan dengan sejumlah pemain lain yang berada di belahan dunia yang lain.

Berdasarkan hasil pengamatan peneliti pengguna *game online* sendiri bukan hanya dari kalangan anak-anak saja, namun ada juga dari kalangan remaja hingga orang dewasa sekalipun. Cukup banyak yang berpartisipasi dalam pertandingan *game online* yang pernah diadakan sebelumnya. Selain untuk mencari para pemenang juga sebagai tujuan mencari kawan ataupun silaturahmi bagi para pecinta *game online*.

Berbagai keragaman dan kemudahan yang di tawarkan di dalam game tersebut menjadikan mereka tahan berlama-lama di depan computer dan taraf pemakaiannya menjadi semakin meningkat. Peningkatan bermain dan pemakaian *game online* secara intensif ini menimbulkan berbagai permasalahan yang dikalangan para ahli psikologi dikenal sebagai kecanduan *game online* (Soetjipto, 2001)

Para pakar psikologi Amerika, secara resmi menyatakan kekhawatiran mereka terhadap efek yang ditimbulkan dari kebiasaan sejumlah orang yang sangat gemar bermain *game online* harus segera diatasi karena bisa mengakibatkan penyakit kejiwaan yang cukup parah (Tadris, 2007)

Kebiasaan bermain *game* juga membuat mereka terasing dari lingkungannya. Bermain *game* umumnya dilakukan sendirian, dan itu dilakukan dalam waktu yang cukup lama. Semakin kecanduan terhadap *game*, semakin sedikit pula waktu yang tersedia untuk berkomunikasi dengan teman-teman seusianya. Poerwodarminto (2005) kecanduan (*addiction*) adalah kejangkitan suatu kegemaran (hingga lupa akan hal-hal lain). Dari sisi ini jelas sekali terbayang dampak negatif yang ditimbulkan oleh *game* tersebut. Mereka akan kehilangan kemampuan untuk bersosialisasi dengan masyarakat.

Menurut psikolog Amerika Serikat Ian Danforth menegaskan, frekuensi bermain yang terlalu sering akan mengacaukan kehidupan sehari-hari. Masalah ini bisa menjadi sesuatu yang mengkhawatirkan jika tidak ada kontrol diri untuk bisa membatasi dari *game onlinetersebut*.

Kontrol diri adalah unsur yang penting untuk dapat terlepas dari kecanduan tersebut. Melawan keinginan untuk bermain dan mengurangi secara bertahap frekuensi bermain *game online*. Barbara (Rahmawati, 2007) berpendapat bahwa kontrol diri merupakan kemampuan individu untuk mengendalikan impuls-impuls dan merupakan perasaan individu bahwa mereka dapat mengendalikan peristiwa disekitarnya. Para ahli berpendapat bahwa kontrol diri dapat digunakan sebagai suatu intervensi yang bersifat preventif selain dapat mereduksi efek-efek psikologis yang negatif dari stresor-stresor lingkungan.

Remaja dengan kontrol diri tinggi sangat memperhatikan cara-cara yang tepat untuk berperilaku dalam situasi yang bervariasi. Ia cenderung untuk mengubah perilakunya sesuai dengan permintaan situasi sosial yang kemudian dapat mengatur kesan yang dibuat. Perilakunya lebih *responsive* terhadap petunjuk situasional, lebih fleksibel,

berusaha untuk memperlancar interaksi sosial, bersikap hangat dan terbuka sehingga individu bisa mengontrol dirinya ketika bermain *game online* dengan baik.

Mark Griffiths (Tadris, 2007) mengungkapkan bahwa *game* dapat membuat orang lebih bermotivasi. Beberapa individu yang gemar bermain *game* dalam beberapa segi lebih memberi kepuasan psikologis dari pada *game* yang model lama, untuk memainkannya perlu keterampilan lebih kompleks. Kecekatan lebih tinggi, serta menampilkan masalah yang lebih relevan secara social dan gambar yang lebih realistis. Dari sini maka jelaslah bahwa seseorang yang gemar bermain *game online* akan mendapatkan kepuasan psikologis dimana remaja terdorong untuk menuntaskan dan memenangkan permainan yang ada di *game online* tersebut.

Hanya saja, fakta menunjukkan bahwa kebanyakan *game* dirancang dengan mengeksploitasi sejumlah watak yang ada pada diri manusia, yaitu masalah kekerasan. Jika meninjau tempat-tempat *game* komputer, akan mendapati bahwa *game-game* yang ditawarkan ternyata di dominasi oleh jenis permainan perkelahian dan pembunuhan. Dan ini akan membuat kontrol diri individu menjadi lemah. Kontrol diri yang lemah ini selain merusak orang juga merusak diri si pelaku sendiri. Dalam diri yang bersangkutan tidak ada suatu proses pengolahan diri dengan cara mencoba mengontrol dirinya. Manusia yang tidak bisa menahan dirinya atau kalah oleh dorongan-dorongan yang ada pada dirinya, bukan manusia dewasa (www.Travian.com)

Kontrol diri pada satu individu dengan individu lain tidaklah sama. Ada individu yang memiliki kontrol diri yang tinggi dan ada juga individu yang memiliki kontrol diri rendah. Remaja yang mempunyai kontrol diri yang rendah akan mengalami kesulitan dalam mengatur dan mengarahkan perilakunya, sedangkan remaja yang memiliki kontrol

diri yang baik cenderung dapat mengurangi keterlibatannya dalam perbuatan kecanduan *game online*, tetapi pada kenyataannya remaja yang kontrol dirinya baik belum tentu dapat mengatasi keterlibatannya dalam kecanduan *game online*.

Berdasarkan latar belakang diatas penulis merumuskan masalah penelitian yaitu “Apakah ada hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan *game online*?” Sehubungan dengan pertanyaan tersebut, maka penulis tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul “ **Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Kecanduan *Game online***“

B. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk :

1. Mengetahui ada tidaknya hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan *game online*.
2. Mengetahui seberapa besar peran kontrol diri terhadap kecanduan *game online*.
3. Mengetahui tingkat kontrol diri dan tingkat kecanduan *game online*.

C. Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini adalah :

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi sumbangan bagi pengembangan ilmu psikologi, terutama psikologi kepribadian.

2. Manfaat praktis

Secara praktis penelitian ini diharapkan dapat menyumbang bagi pengembangan ilmu pengetahuan psikologi dan bermanfaat bagi :

Bagi subjek penelitian diharapkan dapat mengontrol dirinya ketika bermain *game online* tidak harus menjadikan seseorang untuk kecanduan. Kecanduan *game online* dapat dikurangi dengan meningkatkan kontrol diri atau melakukan aktivitas yang lebih bermanfaat, dan dapat dijadikan bahan pertimbangan dalam memilih *game* yang lebih bersifat edukatif.