

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

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

Kemajuan ilmiah dan teknologi yang pesat pada periode globalisasi saat ini telah menghasilkan mesin-mesin canggih dan barang-barang teknologi tinggi. Orang-orang di berbagai bidang, seperti pendidikan, kesehatan, dan bahkan hiburan, dapat memperoleh manfaat dan kenyamanan dari barang-barang tersebut.

Salah satu produk teknologi yang dapat memberikan kesenangan dan kepuasan bagi pelanggan adalah game online. Kelompok pemain menggunakan koneksi internet untuk memainkan permainan ini. Selain itu, para gamer di seluruh dunia maupun di daerah setempat menyukai permainan ini.<sup>1</sup>

Remaja dalam situasi ini akan ingin bermain game sepanjang waktu dan pada akhirnya mengembangkan kecanduan terhadapnya. Remaja yang kecanduan game online akan menghabiskan terlalu banyak waktu untuk bermain game dan menjadi terlalu sibuk untuk melakukan hal-hal lain.

Dampak-dampak ini pada akhirnya dapat memengaruhi karakteristik unik remaja. Karena kecanduan mereka terhadap permainan video, remaja yang kecanduan mungkin akan menggunakan segala cara yang diperlukan untuk terus bermain, seperti mencuri, bolos sekolah, atau mengabaikan tugas-tugas mereka.

---

<sup>1</sup> Andrew Rollings dan Ernest Adams, 'Pengertian Game Online', *Id.Wikipedia.Org*, 2006.

Karena kelalaian mereka dalam kehidupan sosial, kesehatan, dan pendidikan, orang tua menjadi cemas tentang anak-anak mereka sebagai akibatnya.

Karena mereka tertarik dan terlarut dalam dunia permainan, remaja yang sudah kecanduan akan mengabaikan lingkungan sekitarnya, termasuk diri mereka sendiri, keluarga, dan orang lain. Seiring perkembangan permainan, para pemain akan terpengaruh. Akibatnya, para pemain menjadi lebih terikat pada permainan dan bahkan dapat mengembangkan kecanduan terhadapnya. Peningkatan permainan dengan tema yang beragam telah lama dikaitkan dengan dampak negatif pada kepribadian remaja.

Bermain game dapat menyebabkan perubahan perilaku pada remaja, termasuk perilaku yang tidak terkendali, agresif, dan kurangnya kesadaran terhadap lingkungan sekitar. Game elektronik yang mengandung konten kekerasan dapat berdampak negatif pada anak-anak dan remaja. Dampak negatif tersebut secara perlahan meresap ke dalam pikiran pelaku pembunuhan daripada langsung terlihat. Salah satu gangguan kesehatan mental yang dapat berkembang pada mereka yang kecanduan game online adalah depresi.

Kecanduan bermain game online dapat menjadi penyebab depresi atau faktor risiko untuk depresi. Orang yang depresi sering kali kehilangan harapan akan masa depan. Orang dapat melarikan diri dengan bermain game, yang memungkinkan mereka melupakan tugas-tugas dan penderitaan dalam hidup. Kemungkinan mengembangkan kecanduan bermain game online juga dapat dipengaruhi oleh penyebab mendasar dari depresi. Kecanduan bermain game

online dapat membuat orang merasa sendirian dan terputus dari komunitas dan keluarganya.

Semakin banyak waktu yang dihabiskan seseorang untuk bermain game, semakin merasa sendirian mereka. Mereka menjadi lebih rentan terhadap depresi dan gangguan mental lainnya. Game online seperti PUBG, Mobile Legends, dan Free Fire, yang kini sangat populer dan diminati oleh berbagai kalangan masyarakat, mungkin memiliki dampak terhadap kesehatan mental.

Permainan video telah melampaui permainan lain dan hiburan ramah anak untuk menjadi salah satu jenis hiburan paling populer di dunia. Fenomena ini terjadi karena para gamer memiliki banyak pilihan, menghadapi dilema moral, berinteraksi dengan pemain lain, dan menyelesaikan berbagai masalah yang sering terjadi dalam kehidupan nyata. Hal ini membuat mereka selalu penasaran dengan hal-hal baru. Mengingat tren sosial saat ini dalam permainan daring dan dampaknya, kemajuan teknologi—terutama di bidang permainan daring—telah membawa sejumlah perubahan yang cepat.

Dengan terlibat dalam permainan tersebut, ada beberapa aspek yang dapat terpengaruh, salah satunya adalah terjadi kesalahpahaman dalam berinteraksi dengan sekitar karena keterlibatan penuh dalam permainan membuat seseorang terasa seperti hidup di dunia mereka sendiri, yang menyebabkan mereka menjadi lebih tertutup dan acuh terhadap lingkungan sosial. Game online memiliki dampak yang signifikan pada psikis seseorang, terutama dalam hal emosionalnya.

Emosi adalah kondisi psikologis yang timbul akibat pengalaman yang merangsang, biasanya berasal dari sumber luar. Menurut para ahli, bermain game

online terlalu banyak dapat mengganggu aktivitas sehat yang seharusnya dilakukan anak-anak saat mereka tumbuh kembang.

Selain memiliki waktu yang lebih sedikit untuk berinteraksi dengan teman sekelasnya, remaja menjadi kurang termotivasi untuk belajar. Paparan jangka panjang terhadap kondisi ini diyakini dapat menyebabkan anak-anak kehilangan minat dalam interaksi sosial, menjadi acuh tak acuh terhadap lingkungannya, dan bahkan mengembangkan kepribadian asosial, yang membuat anak tersebut sulit beradaptasi dengan lingkungan sosialnya.

Game online lebih populer dimainkan oleh siswa yang berkelamin laki-laki atau pria. Waktu yang dihabiskan oleh siswa itu dalam bermain game sangatlah panjang, dengan rata-rata durasi yang digunakan saat tidak ada pembelajaran setiap hari. Ini disebabkan oleh kelangsungan permainan yang memaksa pemainnya untuk terus ingin bermain. Alhasil, mereka telah menjadi sangat tergantung pada permainan online. Ada berbagai konsekuensi yang muncul akibat kecanduan bermain game online ini, termasuk efek pada hubungan sosial, kesehatan mental, dan fisik.

Mengenai masalah ini, remaja akan terus menginginkan untuk bermain game secara terus-menerus, hingga akhirnya menjadi kecanduan dengan permainan tersebut. Seorang remaja yang senang bermain game telah mengalami perubahan menjadi remaja yang memiliki perilaku kompulsif, agresif, dan tidak peduli terhadap kegiatan dan lingkungan di sekitarnya. Depresi dapat menjadi salah satu masalah mental yang timbul pada individu yang kecanduan bermain game online. Ketergantungan pada permainan daring bisa menjadi faktor risiko

terjadinya depresi, namun juga bisa menjadi hasil dari kecanduan pada permainan daring. Kecanduan bermain game online memiliki banyak konsekuensi yang beragam, baik dari segi hubungan sosial, kesehatan mental, maupun fisik.

Kecanduan bermain game online oleh remaja dapat menyebabkan masalah kesehatan mental dan emosional. Oleh karena itu, peneliti ingin meneliti tingkat ketergantungan siswa SMP Negeri 7 Banjarmasin terhadap game online. Penelitian ini berjudul “Pengaruh Game Online terhadap Kesehatan Mental Siswa SMP Negeri 7 Banjarmasin.” Siswa yang sering bermain game online bersama teman sekelasnya di waktu luang menjadi subjek penelitian ini. Penelitian ini diklasifikasikan sebagai penelitian deskriptif kuantitatif.

## **B. Fokus masalah**

Fokus masalah pada penelitian ini adalah Apakah terdapat pengaruh game online terhadap kesehatan mental siswa SMPN 7 Banjarmasin?

## **C. Tujuan penelitian**

Tujuan dari penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh kecanduan game online terhadap kesehatan mental siswa SMPN 7 Banjarmasin.

## **D. Asumsi**

1. Asumsi

- b. Kesehatan mental sangat penting bagi setiap manusia.
- c. Kesehatan mental seseorang bisa mengalami gangguan.
- d. Game online merupakan salah satu faktor yang dapat mengganggu kesehatan mental seseorang.

### **E. Hipotesis Penelitian**

#### 2. Hipotesis Penelitian

- a. Ho: Tidak terdapat pengaruh kecanduan game online terhadap kesehatan mental siswa SMPN 7 Banjarmasin.
- b. Ha: Terdapat pengaruh kecanduan game online terhadap kesehatan mental siswa SMPN 7 Banjarmasin.

### **F. Signifikansi Penelitian**

#### 1. Manfaat secara teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan teoritis yang signifikan serta memperkaya Khazanah keilmuan di bidang Bimbingan dan Penyuluhan Islam, khususnya terkait dampak permainan daring terhadap kesehatan mental remaja.

#### 1. Manfaat secara praktis

Hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan oleh:

- a. Bagi mereka yang melakukan penelitian secara mandiri, hal ini dapat menjadi tambahan informasi yang dapat meningkatkan pemahaman mereka mengenai berbagai fenomena yang terjadi dalam konteks bimbingan dan penyuluhan dalam Islam.

- b. Bagi para guru pembimbing, temuan dari penelitian ini dapat menjadi pertimbangan untuk meningkatkan kualitas kerja mereka dengan lebih profesional.
- c. Bagi Departemen Bimbingan dan Penyuluhan Islam, temuan penelitian ini dapat berfungsi sebagai sumber informasi mengenai masalah kesehatan mental pada remaja yang terkait dengan game online.
- d. Bagi menentukan kebijakan terkait dengan peningkatan keprofesionalan dan kepekaan didikan remaja bagi orangtua, hasil penelitian ini yang dilakukan di SMPN 7 Banjarmasin dapat digunakan sebagai sumber informasi.
- e. Bagi peneliti selanjutnya, hasil studi ini dapat digunakan sebagai acuan jika ingin melakukan penelitian tentang masalah kesehatan mental.

## **G. Definisi Operasional**

### **1. Kecanduan game online**

Kondisi dimana seseorang bermain game secara berlebihan sehingga menimbulkan gangguan pada kesehatan mental. Penderita kecanduan ini cenderung lebih memprioritaskan bermain game dibandingkan dengan memenuhi kebutuhan penting lainnya dalam kehidupan sehari-hari. Mereka yang mengalami kecanduan biasanya akan merasa sedih, gelisah, atau tidak nyaman ketika tidak dapat bermain game.

Sebaliknya, saat bermain mereka merasa bahagia dan seringkali mengabaikan tanggung jawab seperti pekerjaan, Pendidikan, maupun hubungan sosial. Kecanduan ini ditandai dengan durasi bermain yang melebihi tiga jam sehari atau bahkan hampir sepanjang waktu.<sup>2</sup>

## 2. Kesehatan mental

Kondisi ketika seseorang mengalami gangguan yang berbeda dari kondisi psikologis pada umumnya. Menurut Santrock, faktor penyebab gangguan psikosis umumnya dibagi menjadi dua, yaitu aspek fisik dan mental. Faktor-faktor tersebut bisa meliputi aspek genetik, kecenderungan terhadap obesitas yang berkaitan dengan dengan psikosis, gangguan bipolar, depresi, skizofrenia, serta temperamen yang terlalu sensitif atau respons tubuh terhadap cedera. Dalam penelitian ini, penulis mendefinisikan kesehatan mental sebagai keadaan psikologis individu yang dipengaruhi oleh penggunaan gadget secara berlebihan, khususnya karena terlalu lama bermain game. Hal ini dapat menyebabkan individu menjadi tidak peka terhadap lingkungan sekitar, merasa kelelahan, kehilangan energi untuk berinteraksi, serta mengalami kesulitan dalam berkonsentrasi.<sup>3</sup>

---

<sup>2</sup> L. Mais, F. R., Rompas, S., & Gannika, 'Kecanduan Game Online Dengan Insomnia Pada Remaja.', *Jurnal Keperawatan*, 8.2 (2020), pp. 18–27 (pp. 18–27) <<https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/jkp/article/view/32318>>.

<sup>3</sup> Arie Surya Gutama Adisty wismani putri, Budhi Wibhawa," Kesehatan Mental Masyarakat Indonesia (Pengetahuan Dan Keterbukaan Masyarakat Terhadap Gangguan Kesehatan Mental)", *Jurnal Prosiding Ks Riset Dan Pkm*, 2.2 <<http://jurnal.unpad.ac.id/prosiding/article/view/13535>>.

### 3. SMP Negeri 7 Banjarmasin

SMP negeri 7 Banjarmasin merupakan salah satu sekolah menengah pertamanegeri terkemuka di Kota Banjarmasin. Sekolah ini berdiri pada tanggal 28 Januari 1967 dan berlokasi di Jl. Veteran Km 4,5 RT 29/30 No. 99, Kelurahan Sungai Bilu, Kecamatan Banjarmasin Timur, Kalimantan Selatan. Dengan akreditasi A, SMPN 7 Banjarmasin menerapkan Kurikulum Merdeka yang mendorong pembelajaran aktif, kreatif, dan berpusat pada murid.

Saat ini, sekolah dipimpin oleh Bapak Aminsyah, M.Pd dan memiliki sekitar 680 siswa yang terbagi dalam 21 rombongan belajar. Fasilitas yang tersedia meliputi ruang kelas multimedia, laboratorium IPA, komputer, laboratorium bahasa, perpustakaan, musholla, aula, kantin, UKS, serta lapangan olahraga.

SMPN 7 Banjarmasin aktif membina karakter siswa melalui berbagai kegiatan ekstrakurikuler seperti Pramuka, Paskibra, PMR, pencak silat, drum band, futsal, basket, dan seni tari. Sekolah ini juga berkomitmen pada program lingkungan melalui Adiwiyata dan kegiatan sosial seperti bank sampah dan pesantren ramadhan. Setiap tahunnya, SMPN 7 Banjarmasin membuka Penerimaan Peserta Didik Baru (PPDB) melalui jalur domisili, afirmasi, prestasi, dan mutasi. Dengan dukungan tenaga pendidik yang profesional dan lingkungan belajar yang nyaman, SMPN 7 Banjarmasin siap mencetak generasi yang berprestasi, berakhlak, dan peduli lingkungan.

Adapun yang termasuk dalam penelitian ini adalah kelas 8 (delapan) yang berjumlah 255 orang.

## H. Penelitian Terdahulu

1. Skripsi oleh Besty Sri Kurniawati, Mahasiswa Universitas Islam Sultan Agung Fakultas Kedokteran tahun 2023 yang berjudul : “*Pengaruh kecanduan game online terhadap Derajat Gangguan Mental Emosional Pada Anak Usia sekolah*”. Penelitian ini memberikan fokus gambaran kepada penulis tentang bagaimana mengetahui pengaruh kecanduan game online terhadap derajat gangguan mental emosional pada anak usia sekolah.
2. Skripsi oleh A’la Nur Royan, Mahasiswa Universitas Islam Negeri Suska Riau Jurusan Bimbingan Konseling Islam Tahun 2022 yang berjudul: “Pengaruh dari bermain game online terhadap mental emosional Pada remaja di desa buluh rampai kecamatan seberida kabupaten Indragiri hulu provinsi riau”. Penelitian ini memberikan fokus gambaran kepada penulis tentang bagaimana mengetahui pengaruh bermain game online terhadap mental emosional pada remaja di desa buluh rampai kecamatan seberida kabupaten Indragiri hulu provinsi riau.
3. Skripsi oleh Rahmi, Mahasiswa Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh Jurusan Pengembangan Masyarakat Islam Tahun 2021

yang berjudul : “Fenomena Kecanduan Game Online di Kalangan Remaja Desa Pesisir Kecamatan Kuala Pesisir Kabupaten Nagan Raya”. Penelitian ini memberikan fokus Gambaran kepada penulis tentang bagaimana mengetahui pengaruh kecanduan game online terhadap pembentukan perilaku remaja.

### **I. Sistematika penulisan**

untuk mendapatkan pembahasan yang teratur, penulisan perlu menjadikan sistemis. Sehingga, penyusunan sistematika penulisan diperlukan agar memudahkan pemahaman. Sistematika penulisan tersebut terdiri dari:

**Bab I.** Pendahuluan Bagian ini mencakup masalah umum bahasan, termasuk latar belakang, perumusan suatu masalah, suatu tujuan, dengan signifikansi penelitian, definisi hal operasional, serta sistematika terhadap penulisan.

**Bab II** ini berisi tentang konsep-konsep teoritis yang menjadi dasar penelitian. Pada bagian ini akan dibahas mengenai kerangka konseptual yang mencakup pengertian game online, berbagai jenis game online, kecanduan game online disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk konsep kesehatan mental. Terdapat faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kecanduan game online, dan dampaknya terhadap kesehatan mental juga signifikan.

**Bab III** yaitu membahas tentang metode penelitian yang mencakup berbagai jenis dan pendekatan yang diterapkan dalam proses penyelidikan.

Lokasi dan waktu penelitian, asal data, Teknik pengumpulan informasi, pengecekan validitas data, dan teknik analisis data.

**Bab IV** yang memuat hasil dan pembahasan dari data yang diperoleh. Data yang diperoleh kemudian dipaparkan dan dikaitkan dengan teori yang digunakan.

**Bab V** yang memuat penutup berupa kesimpulan dan saran. Pada bagian ini terdapat kesimpulan yang diperoleh dari keseluruhan hasil penelitian beserta saran dari penulis untuk penelitian berikutnya yang relevan dengan penelitian ini.