

## **BAB 1**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 latar belakang**

Arus globalisasi saat ini semakin luas dan berkembang dengan cepat, tidak terkecuali di dunia maya, dunia internet, dunia yang luas tak terbatas. Perkembangan dunia maya yang sangat pesat saat ini mengakibatkan banyak game-game yang bersifat network atau game yang dimainkan bersama orang lain di seluruh dunia di tempat yang terpisah. Biasa orang mengenal game ini dengan sebutan “game online”. Pengguna game online ini semakin bertambahnya jumlah tempat bermain game dan juga semakin ramainya orang bermain game online. ([www.cekricek.co.id](http://www.cekricek.co.id) diakses 3 Desember 2013)

Game online adalah jenis permainan komputer yang memanfaatkan jaringan komputer (LAN atau internet) sebagai media. Game merupakan tambahan layanan dari perusahaan penyedia jasa online, atau dapat diakses langsung melalui sistem dari perusahaan yang menyediakan permainan tersebut. Menurut Rollings dan Adams (2006: 770).

Game online begitu populer di berbagai kalangan, salah satunya populer di antara anak sekolah. Anak usia sekolah memasuki perkembangan baru tentang bermain dan permainan anak dimensi baru yang merefleksikan tingkat perkembangan anak yang baru. Bermain tidak hanya meningkatkan keterampilan fisik tetapi kemampuan intelektual, fantasi anak dan menumbuhkan rasa ingin menang dalam permainan (Wong, 2009).

Di Indonesia penggemar *game online* mencapai 6 juta orang yang kebanyakan adalah usia remaja atau sekitar 40% yang 1 dan 32 ternyata memberikan dampak negatif pada mereka sebanyak 64,45% remaja laki-laki dan 47,85%

remaja perempuan, yang berusia 12-22 tahun yang bermain *game online* menyatakan mereka kecanduan terhadap *game online* (Putro,2012).

Pada usia 7-16 tahun itu adalah puncak usia seseorang yang gemar bermain *game online*, pada usia 7-16 tahun tersebut mulai tertarik pada media internet khususnya pada permainan *game online* (Rika,2015).

*Game online* mempunyai kecenderungan membuat para pemainnya keasyikan bermain *game* sampai melupakan waktu (Trismarinda, 2007). Melihat bahwa sebagian besar *game online* hampir selalu berdampak negatif baik secara sosial, psikis, dan fisik sehingga menyebabkan munculnya kecanduan bermain *game online* (Soleman, 2009).

Pencandu *game online* akan bermain *game* selama berjam-jam dan melalaikan tugasnya yang lain, umumnya pecandu *game* bermain *game online* lebih dari 8-10 jam sehari dan paling sedikit 30 jam perminggu, apabila mereka dilarang untuk bermain *game online* mereka akan gelisah (Asri, 2012). Ketika seseorang mengalami kecanduan atau ketergantungan suatu zat maupun aktivitas, dalam hal ini penggunaan *game online*, maka orang itu akan membutuhkan waktu lebih banyak untuk bermain *game* agar mendapat kepuasan yang sama seperti sebelumnya. Karena kepuasan yang diperoleh dalam bermain *game online* secara terus menerus dalam jumlah waktu yang sama akan menurun secara drastis, maka secara berangsur-angsur pemain akan meningkatkan jumlah waktunya untuk bermain *game online*. Saat aktivitas bermain *game online* ini dikurangi ataupun dihentikan, seseorang yang mengalami kecanduan *game online*, akan berpengaruh secara fisik maupun psikologis, seperti pusing, insomnia, mudah marah dan cemas (Griffiths, 2005).

Menurut Rab (2007) menyatakan kekhawatiran terhadap adanya dampak negatif yang di timbulkan dari kebiasaan sejumlah anak usia sekolah yang

gemar bermain game elektronik. Salah satu dampak dari permainan ini adalah perubahan terhadap pola tidur.

Umumnya jaringan yang digunakan untuk bermain adalah internet. Dimana seorang pemain akan sangat sulit untuk lepas dari permainannya. Pemain akan mengorbankan waktu untuk hobby yang lain, mengorbankan waktu untuk tidur, belajar ataupun bekerja dan waktu untuk keluarga. Selain itu game online juga dapat mengakibatkan pola tidur yang tidak teratur (Aji C Z. 2012)

Di masa sekarang para remaja sangat banyak yang memainkan game online bahkan ada yang sampai bergadang cuma untuk bermain game online dan sering kali menyebabkan insomnia contohnya pola tidurnya terganggu. Istirahat dan tidur merupakan kebutuhan dasar yang dibutuhkan oleh semua orang. Setiap orang memerlukan istirahat dan tidur yang cukup untuk dapat berfungsi secara optimal (Haryati, 2013)

Tidur merupakan kondisi tidak sadar dimana individu dapat dibangunkan oleh stimulus atau sensoris yang sesuai atau juga dapat dikatakan sebagai keadaan tidak sadarkan diri yang relatif. Tidur bukan hanya keadaan penuh ketenangan tanpa kegiatan, tetapi lebih merupakan suatu urutan siklus yang berulang. Tidur mempunyai ciri adanya aktivitas yang minim, memiliki kesadaran yang bervariasi, terdapat perubahan proses fisiologi, dan terjadi penurunan respons terhadap rangsangan dari luar (Alimul, 2012).

Faktor-faktor yang mempengaruhi pola tidur dapat menunjukkan adanya kemampuan individu untuk tidur dan memperoleh jumlah istirahat istirahat sesuai dengan kebutuhannya (Firman, 2012)

Pada zaman sekarang ini pola tidur remaja sangat dipengaruhi oleh teknologi internet. Mereka rela berjam-jam hanya ada didepan komputer ataupun telepon selulernya. Internet menjadi suatu kegemaran tersendiri bagi remaja

dalam mencari informasi terbaru dan menjalin hubungan dengan orang lain di beda tempat (Rahayuning, 2009)

Badan pusat statistik (BPS) bekerjasama dengan asosiasi penyelenggara jasa internet indonesia (APJII) mencatat angka pertumbuhan pengguna internet di indonesia hingga akhir tahun 2013 mencapai 71,19 juta orang, meningkat pada tahun 2014 mencapai 83,7 juta orang. Peningkatan ini tidak hanya di topang oleh peningkatan jumlah pemakai komputer yang tersambung ke internet, tetapi terutama dipicu oleh peningkatan jumlah pemakai telepon seluler yang mengadopsi teknologi 3G (Rahayuning, 2009).

Penelitian Nigtyas (2012), menunjukkan bahwa pengguna internet telah sedikit berdampak negatif pada pola tidur dan kesejahteraan. Partisipasi dalam kegiatan online dapat memberikan manfaat sosial dan psikologis, mencatat bahwa orang muda yang tumbuh dengan internet menggunakan aktivitas online sebagai bentuk penting dari interaksi sosial.

Menurut pantoro (2012), menjelaskan persahabatan sosial menjadi motif terkuat untuk pengguna internet dan studi baru-baru ini mengkonfirmasi bahwa orang-orang muda dan orang dewasa sama-sama menggunakan internet untuk bermain game online dan juga menemukan persahabatan dan cinta.

Dampak negatif dari internet pun tak kalah banyak dibandingkan dengan dampak positifnya, menurut jurnal yang membahas mengenai adiksi bermain game online pada anak usia sekolah di warung internet penyedia game online di daerah jatinangor sumedang bahwa sekitar 62% dari 72 responden mengalami adiksi terhadap bermain game online tersebut. Responden lebih mengarah pada adiksi yang berkriteria salience, keteria ini berarti bahwa bermain game menjadi aktivitas paling penting dalam hidup seseorang dan

mendominasi pikiran (keasyikan), perasaan (ngidam), dan perilaku (penggunaan yang berlebihan).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan tanggal 10 januari 2018, didapatkan siswa-siswi SMPN-5 Banjarmasin pada tahun 2018 yang terdiri dari kelas 8E sebanyak 37 siswa-siswi, terdapat 34 siswa-siswi yang gemar bermain game online, 3 siswa-siswi tidak suka bermain game, dari 34 siswa-siswi SMPN-5 Banjarmasin mengatakan bahwa mereka pola tidurnya berubah sebanyak 16 siswa-siswi dan 18 siswa-siswi mengatakan tidak mengalami perubahan jam tidurnya.

Dari uraian di atas peneliti tertarik untuk mengangkat judul “Hubungan bermain *game online* terhadap pola tidur di SMPN-5 Banjarmasin”.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas dapat di rumuskan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan bermain *game online* terhadap pola tidur di SMPN-5 Banjarmasin”.

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan bermain *game online* terhadap pola tidur di SMPN-5 Banjarmasin.

### **1.3.2 Tujuan khusus**

1.3.2.1 Mengidentifikasi bermain *game online* siswa-siswi di SMPN-5 Banjarmasin.

1.3.2.2 Mengidentifikasi pola tidur saat bermain *game online* siswa-siswi SMPN-5 Banjarmasin.

1.3.2.3 Menganalisis hubungan bermain *game online* dengan pola tidur siswa-siswi SMPN-5 Banjarmasin.

#### **1.4 Manfaat Penelitian**

##### 1.4.1 Bagi Akademis

Sebagai bahan masukan yang dapat dijadikan sumber dalam menambahkan khasanah ilmu keperawatan dan penerapannya dalam aspek ilmu kesehatan.

##### 1.4.2 Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan informasi tentang pentingnya hubungan antara game online terhadap pola tidur.

##### 1.4.3 Bagi Peneliti

Sebagai bahan masukan yang dapat dijadikan perbandingan dan menambah wacana pemikiran untuk mengembangkan, memperdalam mengenai hubungan antara game online terhadap pola tidur.

#### **1.5 Penelitian Terkait**

1.5.1 Hasil penelitian dari dhita novellia sindhi (2013) menunjukkan bahwa penelitian ini didapatkan p value untuk variabel frekuensi game online 0,000 ( $p < 0,05$ ), variabel pemenuhan kebutuhan tidur 0,000 ( $p < 0,05$ ), dan nilai  $r = -0,607$  sehingga terdapat hubungan antara frekuensi bermain game online dengan pemenuhan kebutuhan tidur pada usia remaja.

1.5.2 Hasil penelitian emi Diarti (2017) membuktikan bahwa 28 responden (84,8%) mengalami kecanduan pengguna internet sangat berat dan 19 responden (57,6%) mengalami gangguan tidur buruk.

1.5.3 Hasil penelitian rini trias ambarsari (2012) dengan judul “Hubungan lama permainan game online dengan pola tidur” hasil penelitian menunjukan 22 responden (32,4%) dengan bermain pendek, 27 responden (39,7%) bermain waktu sedang, dan 19 responden (27,9%) bermain dengan waktu yang lama. Hasil penelitian pola tidur yang 43

responden (63,2%) memiliki perubahan pola tidur, sedangkan 25 responden (36,8%) tidak mengalami perubahan pola tidur.