

## **BAB I**

### **PENGANTAR**

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

Dewasa awal merupakan suatu periode dalam rentang usia yang merupakan puncak dari perkembangan individu, dimana rentang usia ini merupakan rentang terpanjang dalam kehidupan manusia. Menurut Hurlock (1996), dewasa awal adalah masa yang berkisar pada usia 18 sampai 40 tahun. Sedangkan menurut Santrock (1995), usia dewasa awal ialah rentang usia yang berada pada rentang 18 sampai 25 tahun yang ditandai dengan keaktifan individu terhadap kegiatan yang berhubungan dengan eksperimen dan eksplorasi. Berbeda dengan Erikson (dalam Monks, F. J, dkk 2001), yang menyatakan bahwa rentang usia 20-30 tahun adalah masa dewasa awal. Masa dewasa awal ini ialah masa transisi individu dari remaja, namun memiliki tugas perkembangan dan tanggung jawab yang lebih besar dari tahap perkembangan sebelumnya. Menurut Berry dkk., (2002) perkembangan pada usia dewasa merupakan perkembangan usia yang memiliki tantangan luar biasa yang terjadi selama rentang kehidupan dan berbeda sesuai perkembangan zaman. Hal ini terjadi karena di masa dewasa awal manusia baru mengalami berbagai permasalahan dan persoalan dalam hidup yang menjadikan individu ada dalam situasi yang sulit dan tertekan (Nazri dkk., 2016).

Banyaknya masalah serta persoalan yang dihadapi pada masa dewasa awal membuat individu tergugah untuk mencari berbagai hiburan, salah satunya mengakses internet hal ini sejalan dengan kemajuan teknologi yang

kerap kita rasakan saat ini. Penggunaan internet masyarakat saat ini sangat meningkat pesat karena kondisi kehidupan yang sudah modern. Adapun konten hiburan yang saat ini masyarakat akses seperti *Game online*, TV, Radio dan *Video Online*, (Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia, APJII, 2022, 2023). *Game online* merupakan produk teknologi yang sangat digemari saat ini. *Game online* bersifat *seductive* dan mudah diakses melalui jaringan internet. *Game online* adalah fasilitas hiburan yang dapat memunculkan efek kesenangan, dapat mengusir rasa lelah, dapat mengisi waktu luang, dan sebagai fasilitas untuk *refreshing* setelah menyelesaikan berbagai aktivitas (Kurniawan, 2017). Selain itu adapula pendapat lain dari Choi dan Kim (2004) mengatakan bahwa bermain *game* dapat membuat seseorang merasakan efek kesenangan, merasa berprestasi, adanya hubungan sosial, dan keahlian mendalam untuk *gamer online* (pemain *game*) tetapi jika terlalu berlebihan dapat mempengaruhi beberapa aspek kehidupan. Seperti pada pendapat diatas apabila seorang pemain *game* bermain secara berlebihan dan tidak dapat mengontrol frekuensi bermain serta dirinya sendiri, maka akan menyebabkan kecanduan atau adiksi dalam dirinya.

Saat ini banyak isu-isu sosial yang mengangkat *Game online* sebagai topik utamanya karena sifatnya yang *seductive* atau menggairahkan membuat individu yang memainkannya berada dalam kondisi adiksi. Lemmens dkk., (2009) menggunakan istilah “kecanduan game” sebagai gambaran fenomena penggunaan *game* secara berlebihan dengan gejala seperti *salience* (memikirkan *game online* sepanjang hari dan menjadikannya aktivitas yang penting), *Tolerance* (waktu yang digunakan untuk bermain *game online* meningkat terus-menerus), *mood modification* (memainkan game agar merasa

rileks dan lari dari masalah di kehidupan nyata), *withdrawal* (emosi atau efek pada fisik yang tidak normal yang terjadi saat permainan dihentikan, mudah marah dan gejala gemetar), *relapse* (cenderung kembali ke pola permainan sebelumnya yang berlebihan ketika porsi bermain dikurangi), *conflict* (adanya konflik dengan pemain lain), *problems* (mengabaikan kegiatan sehari-hari seperti sekolah, bekerja dan juga sosial. Ketika seseorang memiliki empat tanda dari tujuh kriteria ini, maka individu tersebut menunjukkan adanya gejala atau pertanda bahwa pemain mengalami kecanduan *game online*. Selanjutnya, menurut Weinstein (dalam Nurazmi 2018), umumnya kondisi adiksi ini banyak dialami oleh remaja dan disusul oleh usia dewasa awal, dimana menurut data APJII (2022) mencatat peningkatan pengguna internet yang didominasi usia remaja dan diikuti oleh usia dewasa awal.

Menurut hasil survey Newzoo (2022) yang merupakan perusahaan berbasis data industri *game* dan *e-sports*, menyatakan bahwa mayoritas pemain *game* didominasi oleh usia muda yang menunjukkan 36% pemain *game metaverse* adalah berusia 21-35 tahun. Selain itu ditemukan data dalam penelitian terdahulu yang dilakukan Tattakuna (2016), yang meneliti tentang respon mahasiswa atas keberadaan *Game online* di Yogyakarta menunjukkan bahwa kebanyakan pemain *game online* ada pada rentang usia dewasa awal yang masih berstatus sebagai mahasiswa berusia 19-25 tahun. Pada penelitian tersebut diketahui bahwa subjek penelitian menghabiskan waktu 5 sampai 15 jam perharinya.

Saputra (2020), mengatakan bahwa *game online* bisa menghasilkan dampak yang positif maupun negatif. Dampak positif nya ialah dapat meningkatkan sistem motorik individu sehingga mereka lebih berkonsentrasi

dalam permainan. Sedangkan dampak negatifnya adalah mudahnya melupakan dan mengabaikan skala prioritas aktivitasnya sehari-hari, serta menimbulkan rasa malas dan kecanduan. Pada usia dewasa awal, kondisi adiksi tentunya dapat menghasilkan dampak yang tidak baik karena apabila seseorang berada pada kondisi kecanduan *game online*, maka orang itu akan melakukan segala cara untuk dapat terus memainkan *game online* dimana hal ini membuat individu lupa waktu dan kehilangan pekerjaan sehingga ia rentan mengalami depresi, serta hubungan sosial dengan orang di sekitarnya juga memburuk. Hal ini tidak sesuai atau bahkan sejalan dengan tugas perkembangan yang harus dilalui oleh individu pada usia dewasa awal yang seharusnya dapat bertanggung jawab dengan kehidupannya untuk memenuhi kebutuhan sehingga dapat mempersiapkan kehidupan masa depannya dengan baik.

Kondisi adiksi *Game online* yang dialami oleh individu dapat dipengaruhi beberapa faktor. Menurut Yee (2006) faktor yang dapat mempengaruhi kecanduan *game online* antara lain *achievement*, keinginan untuk mendapatkan kekuatan dalam permainan yang didapatkan dengan mencapai tujuan. *relationship*, yaitu keinginan untuk bersosialisasi serta membuat sebuah hubungan dengan orang asing dengan dasar dukungan dari orang lain mengenai masalah serta isu yang ada pada di kehidupan nyata. *manipulation*, yaitu keinginan untuk membuat pemain lainnya menjadi objek dengan memanipulasinya untuk kepuasan diri. *immersion*, yaitu keinginan untuk mencari tahu apa yang tidak diketahui oleh pemain lainnya dan *escapism*, pemain menghindari, pergi serta menghindari diri dari masalah dan stress pada kehidupan dunia nyata sehingga memilih untuk selalu bermain *game*.

Sejalan dengan beberapa faktor diatas, Lemmens dkk., (2009) beranggapan bahwa individu yang bermain *game online* agar terhindar atau terlepas dari kenyataan hidupnya (*escapism*). Dimana individu yang ingin melepaskan kehidupan nyatanya dengan bermain *game online* dengan menghabiskan banyak waktu, sehingga terjadi kecanduan ini di identifikasikan sebagai individu yang memiliki ketidakpuasan dalam hidupnya atau bisa dikatakan memiliki kepuasan hidup yang rendah. Kepuasan hidup yang rendah adalah salah satu permasalahan yang seringkali dihadapi oleh dewasa awal, dimana dalam hasil penelitian yang dilakukan Stone dkk, (dalam Luhmann, 2017) dalam penelitiannya di Amerika Serikat menemukan bahwa seiring bertambahnya usia, kepuasan hidup individu terjadi penurunan selama masa dewasa awal. Kepuasan hidup yang rendah ini yang akhirnya menjadi dasar individu mencari hiburan atau pelarian pada *game online*. Kepuasan hidup yang rendah ini yang akhirnya menjadi dasar individu mencari hiburan atau pelarian pada *game online*.

Kepuasan hidup merupakan salah satu dari komponen *Subjective Well-Being* dimana dapat diartikan sebagai penilaian individu atas kehidupannya, secara positif maupun negatif (Diener, 2000). Oladipo dkk, (2013) menjelaskan bahwa kepuasan hidup ialah keadaan sejahtera, keadaan senang yang berasal dari terpenuhinya harapan serta kebutuhan pada individu. Secara luas, kepuasan hidup didefinisikan sebagai evaluasi secara umum kehidupan dan setiap aspek yang spesifik dalam kehidupan seseorang, seperti kepuasan pada keluarga, teman, komunitas dan kepuasan kepada diri sendiri (Huebner, 1991). Diener dan Ryan (2008) menambahkan bahwa kesejahteraan yang tinggi dan kepuasan hidup secara signifikan meningkatkan kehidupan seperti

dalam bidang Kesehatan, pekerjaan dan pendapatan, hubungan sosial serta tunjangan sosial. Hal ini berkaitan dengan berbagai pengetahuan nyata individu dalam kehidupannya, di sekolah dan universitas, pekerjaan serta di dalam keluarga. Dimana jika secara global kualitas hidup individu meningkat, maka kepuasan hidup pun akan juga meningkat (Peterson dkk., 2005). Diener dan Biswar (Ulfah & Mulyana, 2014) memberi simpulan bahwa tingkat kepuasan hidup bisa diperhatikan dari tingginya penilaian yang dibuktikan oleh seseorang pada kelima komponen kepuasan hidup, diantaranya adalah bercita-cita untuk memperbaiki kehidupan, kepuasan terhadap kehidupan pada saat ini, kepuasan hidup pada masa lampau, kepuasan pada kehidupan di masa yang akan datang dan penilaian seseorang pada kehidupannya.

Pada penelitian terdahulu mengenai topik Kondisi Adiksi *Game online* dan Kepuasan Hidup pernah dilakukan (Zulfa, 2018) menunjukkan hasil bahwa tidak terdapat signifikansi hubungan antara kepuasan hidup dengan adiksi *game online* dalam lingkup remaja sehingga hipotesis yang diajukan pada penelitian tersebut yaitu adanya hubungan negative antara kepuasan hidup dengan adiksi *game online* sesuai dengan hasil penelitian. Hasil yang sama ditemukan dalam penelitian Festl dkk. (2013) menunjukkan hasil bahwa tidak adanya hubungan atau menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara kepuasan hidup dan penggunaan game yang bermasalah.

Penelitian lainnya didapatkan dalam penelitian yang dilakukan Festl dkk., (2013) menemukan bahwa penggunaan video game yang berlebihan tidak hanya dikaitkan dengan skor kecemasan dan depresi yang lebih tinggi, tetapi juga bahwa skor ini terkait dengan skor yang lebih rendah untuk kepuasan hidup secara keseluruhan dibandingkan dengan orang dewasa yang sehat.

Shahnaz dan Karim (2014) menunjukkan hasil dimana tidak ada hubungan antara berbagai aspek penggunaan internet yang berlebihan dan kepuasan hidup. Selanjutnya dalam penelitian Sarda et al. (2016) juga mendapatkan hasil yang sama dimana dalam rangka memeriksa validitas skala *Internet Gaming Disorder* dengan Kepuasan Hidup yang menunjukkan adanya hubungan negatif antara skala *Internet Gaming Disorder* dengan kepuasan hidup.

Hasil berbeda ditemukan oleh Saputra, (2020) menunjukkan bahwa didapatkan nilai ( $r = -0,234$   $p < 0,05$ ) dari hasil uji korelasi dengan nilai ( $p = 0,003 < 0,05$ ), yang artinya semakin tinggi tingkat kecanduan pada *game online* maka semakin rendah kepuasan hidup generasi millennial atau adanya hubungan walaupun tidak signifikan dari kedua variable tersebut.

Berdasarkan ketidak-konsistenan hasil penelitian yang telah dilakukan terdahulu, peneliti memiliki ketertarikan untuk melaksanakan penelitian guna menguji kaitan antara Adiksi *Game online* dengan Kepuasan Hidup. Hal ini mengingat hasil penelitian sebelumnya dominan menunjukkan hasil negatif menunjukkan hasil bahwa kedua variabel tidak memiliki hubungan, selain itu populasi yang digunakan oleh penelitian sebelumnya umumnya dilakukan pada usia remaja bukan pada usia dewasa awal. Peneliti mengajukan penelitian berjudul “Hubungan antara Kepuasan Hidup Dan Adiksi *Game online* pada individu Dewasa Awal”, dengan harapan bahwa hasil dari penelitian ini nantinya bisa menjadi acuan serta sumbangan ilmu untuk penelitian selanjutnya teristimewa di Indonesia.

## B. Rumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan latar belakang diatas yang telah dijabarkan, oleh sebab itu rumusan masalah yang diajukan pada penelitian ini adalah apakah adanya hubungan antara kepuasan hidup dan adiksi *game online* pada individu dewasa awal?

## C. Tujuan dan Manfaat

Penelitian ini dilaksanakan dengan tujuan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara kepuasan hidup terhadap adiksi *game online* dan dewasa awal. Adapun pada penelitian ini dua manfaat yang dibagi menjadi manfaat secara teoritis dan secara praktis.

1. Manfaat secara teoritis, diharapkan bahwa hasil penelitian ini mampu memberi dan menambah wawasan serta pengetahuan dalam bidang psikologi. Hasil dari penelitian ini diharapkan mampu dipergunakan menjadi acuan baru untuk pembaharuan penelitian di kemudian hari yang berkaitan dengan subjek serta situasi yang berbeda mengenai hubungan antara kepuasan hidup dan adiksi *game online*.
2. Manfaat secara praktis, diharapkan bahwa penelitian ini mampu memberikan pemahaman bagi masyarakat luas mengenai topik kepuasan hidup dan adiksi *game online* yang terjadi pada usia dewasa awal dimana nantinya data hasil penelitian dapat menjadi informasi baru yang dapat diperhatikan lebih lagi mengenai faktor lain adiksi *game online* dan kepuasan hidup pada dewasa awal khususnya penelitian sejenis di Indonesia.

#### D. Perbedaan dengan Penelitian Sebelumnya

Penelitian sebelumnya dilakukan oleh (Saputra, 2020) berjudul “Hubungan Antara Kecanduan *Game online* terhadap Kepuasan Hidup Generasi Millennial”. Penelitian tersebut menggunakan 155 orang sebagai jumlah partisipan, dimana jumlah ini didapat memakai teknik *non-probability sampling* yaitu dengan teknik *convenient sampling*. Pada penelitian yang akan peneliti lakukan teknik pengambilan data berbeda digunakan, yaitu dengan *purposive sampling*.

Penelitian yang dilakukan Aruming Damayanti (Zulfa, 2018) berjudul Hubungan Antara Kepuasan Hidup dengan Adiksi *Game online* pada Remaja”. Pada penelitian ini, subjek sebagai sampel adalah remaja sebanyak 70 orang dengan kategori usia 18-21 tahun. Metode yang digunakan dalam pengumpulan data adalah *Multidimensional Student’s Life Satisfaction Scale* dan *Game online Addiction Scale*. Pada penelitian ini sama-sama memakai analisis data *product moment* dari pearson. Namun skala kepuasan hidup yang digunakan tidak sama, dimana penelitian yang akan dilakukan penulis menggunakan *Satisfaction With Life Scale (SWLS)* yang tentunya digunakan pada sampel yang berbeda pula yaitu untuk usia dewasa awal.

Penelitian yang dilakukan oleh Yazici, Zuhtiye & Kumcagiz, H (2021) berjudul “*The Relationship between problematic online game usage, depression, and life satisfaction among university students*”. Tujuan penelitian ini adalah mengungkap hubungan antara penggunaan *game online* yang bermasalah, tingkat depresi dan kepuasan hidup mahasiswa. Subjek yang terlibat di penelitian ini adalah 401 mahasiswa Ondokuz Mayıs University yang

bermain *game online*. Pada penelitian ini teknik pengumpulan data yang digunakan adalah “*Problematic Online Game Use Scale*” untuk masalah penggunaan *Game online* dan “*Contentment with Life Assessment Scale*” untuk kepuasan hidup. Dalam penelitian ini digunakan analisis data satu arah ANOVA karena menggunakan tiga variabel. Hasil antara kedua variable menunjukkan terdapat hubungan negatif antara penggunaan *game online* bermasalah dengan kepuasan hidup  $p < .01$  ( $r = .18$ ;  $p < .01$ ). Maka perbedaan dengan penelitian tersebut adalah, penulis menggunakan skala pengumpulan data berbeda yaitu dengan menggunakan model skala Likert yang akan disusun berdasar dari aspek Variabel Adiksi *Game online* yaitu sebagai berikut:

- 1). *Compulsive*, 2). *Withdrawal*, 3). *Tolerance*, 4). *Interpersonal/Health*.