

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Perkembangan teknologi dan informasi yang semakin pesat memberikan kemudahan dan manfaat bagi masyarakat di era modern ini. Salah satu perkembangan teknologi yang semakin pesat adalah internet. Penggunaan internet tersebut tidak hanya memiliki fitur untuk mencari informasi, tetapi juga untuk berkomunikasi antar sesama pengguna tanpa harus bertemu secara langsung, bahkan saat ini internet memiliki fitur untuk hiburan yaitu, *Game online* (Astuti, 2018).

*Game online* merupakan permainan berbasis komputer yang dimainkan melalui internet termasuk PC (*Personal Computer*), *console*, dan *wireless game* (OECD, 2015:9). *Game online* merupakan aplikasi permainan yang berupa pengaturan strategi, petualangan, dan bermain peran serta memiliki aturan main dan tingkatan tertentu. Jenis-jenis game online dapat dikategorikan menjadi tiga jenis yaitu *Massively Multiplayer Online Role Playing Game (MMORPG)*, *Massively Multiplayer Online Real Time Strategy (MMORTS)*, *Massively Multiplayer Online First Person Shooter (MMOFPS)* (Ramadhani, 2019).

Indonesia termasuk dalam salah satu negara dengan tujuan pemasaran game online terbesar di dunia. Berdasarkan data statistik Kementerian Komunikasi dan Informasi, jumlah aktivitas pengguna internet untuk keperluan bermain game, mengunduh video game, ataupun komputer game pada tahun 2018 sebanyak 44,10%. Penggunaan internet terbesar berada pada Pulau Jawa dengan angka mencapai 55.7% dari total pengguna internet Indonesia. Pengguna internet terbesar adalah pada wilayah *urban* atau perkotaan yaitu sebanyak 74,1% pada tahun 2018. (Mubarok, 2018)

Pengguna *game online* sangat populer dikalangan masyarakat luas dari orang dewasa, pekerja, mahasiswa dan pelajar. Namun, kebanyakan pemain *game online* di usia remaja atau pelajar. Hal tersebut berawal saat mereka melihat teman sebayanya yang mulai banyak beralih memainkan *game online* daripada permainan tradisional, sehingga mereka mulai bermain *game online* untuk dapat bergaul dengan teman sebayanya (Eskasasnanda, 2017). Menurut Allen (2013), Kalangan remaja merupakan pengguna *games online* yang berjumlah cukup besar. Sebanyak 56% pelajar Amerika

menyatakan bahwa pernah bermain *games online*. Sedangkan menurut Menkominfo dalam konferensi Pers IDBYTE ESPORTS 2020, menyebutkan bahwa kurang lebih 40 juta orang Indonesia bermain game online. Diantara pengguna internet Indonesia, sebanyak 67% laki-laki dan 59% perempuan ternyata bermain game online dan di Jawa tengah mencapai 55.7% dari total pengguna internet Indonesia. (Rudiantara, 2018).

Faktor yang mempengaruhi seseorang bermain *game online* adalah keinginan yang kuat untuk memperoleh nilai tinggi dalam *game online*, melarikan diri dari masalah yang terjadi di dunia nyata dan rasa bosan yang dirasakan saat sendirian (Masya, 2019). *Game online* menjadi hal yang penting bagi para pemain atau penikmat game, karena tiada hari tanpa bermain game online. Munculnya berbagai macam permainan *game online*. Para pemain game online pada umumnya belum mengetahui secara spesifik dampak dari permainan *game online* tersebut. Disisi yang lain, para *gammer* hanya memahami dari permainan *game online* hanya untuk sekedar hiburan dan menghilangkan kebosanan serta kejenuhan dari kegiatan dan aktivitas rutin yang dilakukan (Irawan, 2021).

Menurut Young (2017), Faktor keinginan seseorang bermain *game online* karena permainan jenis *game online* berkaitan dengan bentuk kompetisi dengan yang lain, komunikasi sosial secara online, sistem tugas, reward, dan umpan balik pada game ini, membuat para game aktif memainkan game tersebut dan Permainan game online sebagian disebabkan oleh dimensi sosial, yang mana menghilangkan stereotype pemain mengenai rasa kesepian yang dialaminya, ketidakmampuan bersosial bagi pemain yang kecanduan. Hal ini menunjukkan seberapa besar tingkat pengguna game online di Indonesia. Badan. Seperti penelitian yang dilakukan oleh Rondo (2019) di salah satu sekolah di Sulawesi utara, ditemukan data gambaran kecanduan game online bahwa dari 78 responden siswa terdapat 60 responden yang mengalami kecanduan *game online* tidak terkontrol.

Ghuman & Griffiths (2014) menjelaskan ada masalah yang timbul dari aktivitas bermain *game online* yang berlebihan, di antaranya kurang peduli terhadap kegiatan sosial, kehilangan kontrol atas waktu, menurunnya prestasi akademik, relasi sosial, finansial, kesehatan, dan fungsi kehidupan lain yang penting. Bahaya utama yang ditimbulkan akibat kecanduan *game online* adalah biaya yang tidak sedikit. Remaja yang belum memiliki penghasilan sendiri dapat melakukan kebohongan (kepada orang tuanya) serta melakukan berbagai cara termasuk pencurian agar dapat memainkan *game online*. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Chen et al. (2015) yang menemukan

bahwa mayoritas kejahatan *game online* ialah pencurian (73,7%) dan penipuan (20,2%). Penelitian ini juga menemukan bahwa usia pelaku kejahatan akibat *game online* adalah masa usia sekolah.

Fenomena *game online* menyebabkan remaja menjadi kecanduan sampai waktu untuk istirahat/ tidur dipakai untuk bermain *game online* akibatnya, muncul masalah baru yaitu kualitas tidur. Apabila kualitas tidur menjadi buruk maka dampak lanjutnya akan menimbulkan stress dan pada ujungnya depresi. (Lam, 2014). Seperti penelitian yang dilakukan Irawan (2021), fenomena kecanduan *game online* yang terjadi di SMA Negeri 1 Kuaro, Kab. Paser, Provinsi Kalimantan Timur. Seperti yang diketahui sebanyak 54% peserta didik yang sudah menenal *game online*. Berdasarkan hasil wawancara dengan bapak/ibu guru banyak peserta didik yang tidur larut malam karena bermain *game online*. Karena hal tersebut banyak peserta didik yang bangun siang akibat efek dari bermain *game online* sampai larut malam.

Perlu diperhatikan bahwa *game* mempengaruhi kualitas tidur, karena bermain *game* biasanya merupakan aktivitas pada malam hari. Bermain *game* pada malam hari mengorbankan waktu tidur. Waktu tidur yang kurang, siklus tidur-bangun yang terhambat, dan gangguan tidur umum terjadi pada anak muda dan remaja, dan penyebabnya bervariasi (Hale et. al., 2015). Menurut penelitian, anak yang tidak memiliki waktu istirahat yang cukup, dapat menyebabkan mereka menjadi hiperaktif, tidak konsentrasi belajar, dan memiliki masalah pada perilaku di sekolah Usia 12-18 tahun. Menjelang remaja, kebutuhan tidur yang sehat adalah 8-9 jam. Studi menunjukkan bahwa remaja yang kurang tidur, lebih rentan terkena depresi, tidak fokus dan punya nilai sekolah yang buruk Usia 18-40 tahun, Orang Dewasa membutuhkan waktu tidur 7 - 8 jam setiap hari (Kemenkes, 2021).

Kualitas tidur adalah suatu keadaan tidur yang dijalani seorang individu menghasilkan kesegaran dan kebugaran pada saat bangun. namun aktivitas otak tetap memainkan peran yang luar biasa dalam mengatur fungsi pencernaan, aktivitas jantung dan pembuluh darah, serta fungsi kekebalan dalam memberikan energy dan dalam proses kognitif, termasuk dalam penyimpanan, pernyataan, dan pembacaan informasi yang disimpan dalam otak, serta perolehan informasi saat terjaga (Ariani, 2013). Seperti pada penelitian yang telah dilakukan oleh, Reza (2021) yang berjudul Gambaran Kualitas Tidur Pengguna *Game Online* diSTIKES Muhammadiyah Klaten menunjukkan hasil dimana ditemui dari 126 mahasiswa pengguna *game online* diStikes

Muhammadiyah Klaten ditemukan sebanyak 52% mahasiswa mendapat kualitas tidur yang buruk akibat bermain game pada malam hari.

Kualitas tidur yang buruk dapat mempengaruhi muka pucat, mata lelah, pikiran tidak konsentrasi saat belajar di sekolah yang bisa mengakibatkan prestasi belajar berkurang dan dapat berpengaruh pada kemampuan metabolisme tubuh tidak dapat bekerja dengan baik, mudah tersinggung, kelelahan, depresi, (Khusunal, 2017). Hal ini dibuktikan dengan hasil penelitian Lisa (2018) di Universitas Sumatera Utara yang kualitas tidur pada mahasiswa dalam kategori buruk sebanyak 49 mahasiswa (50,5%).

Dari hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di Desa Tambong Wetan, khususnya pemain game online yg aktif. Sebagian mengatakan rela tidur terlambat dan begadang demi bermain game bersama bersama ketika jam 8 sampai jam 10 dan dilanjut memainkan game kesukaannya sebelum tidur, ada 4 orang yang mengatakan mereka bermain game online sudah lama semenjak game online ada dan sampai sekarang mereka terbiasa bermain game online karena terlalu seringnya bermain game online sampai-sampai mereka merasa seperti Rutinitas. Juga ada 3 orang merasa terbiasa dan susah untuk melepaskan dari bermain game online karena bagi mereka seperti kebiasaan sehari-hari.

## B. Rumusan Masalah

Menurut data statistik Kementerian Komunikasi dan Informasi, jumlah pengguna internet untuk bermain game, mengunduh video game, ataupun komputer game pada tahun 2018 sebanyak 44,10% dari total pengguna internet di Indonesia sebanyak 186 juta pengguna. Pengguna terbesar berada pada Pulau Jawa dengan angka mencapai 55.7% dari total pengguna di Indonesia.

Berdasarkan rumusan masalah yang telah diuraikan diatas, Maka pertanyaan peneliti adalah “ Bagaimana gambaran kualitas tidur pada komunitas pengguna *game online* di Desa Tambong Wetan Kabupaten Klaten ?”

## C. Tujuan

### 1. Tujuan Umum

Mengetahui gambaran kualitas tidur pada pengguna *game online* dilingkungan Desa Tambong Wetan Kabupaten Klaten.

### 2. Tujuan Khusus

Mengetahui gambaran kualitas tidur pada pengguna *game online* yang meliputi:

- a. Mengidentifikasi gambaran karakteristik responden seperti usia, jenis kelamin, pendidikan dan lain-lain.
- b. Mengidentifikasi gambaran kualitas tidur pada pengguna *game online* di Desa Tambong Wetan Kabupaten Klaten.

#### D. Manfaat Penelitian

##### 1. Manfaat Teoritis

Karya Tulis Ilmiah ini diharapkan dapat menambah informasi bagi pembaca mengenai pentingnya kualitas tidur pada pengguna *game online*.

##### 2. Manfaat Praktis Studi kasus ini, diharapkan memberikan manfaat bagi :

###### a. Bagi Remaja

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi tentang gambaran kualitas tidur pada pengguna *game online* dilingkungan desa Tambong wetan Kabupaten Klaten

###### b. Bagi Keluarga

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan dan wawasan yang lebih luas, khususnya bagi para orang tua untuk mengawasi anaknya.

###### c. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai informasi juga sebagai sumber referensi tambahan yang berhubungan dengan *game online*

###### d. Bagi Pelayanan Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada pelayanan keperawatan dan bisa digunakan sebagai referensi untuk melakukan tindakan keperawatan seperti pemberian edukasi tentang pentingnya tidur.

###### e. Bagi Penulis

Penelitian ini menjadi pengalaman yang sangat berharga dan sangat berguna bagi peneliti dalam melakukan penelitian ilmiah. Penelitian ini menjadi kesadaran peneliti untuk memperhatikan kualitas tidur pengguna *game online* dan mengembangkan penelitian sebelumnya.

## E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian penelitian

No	Judul Dan Tahun Penelitian	Metode	Hasil	Perbedaan Penelitian
1	Hubungan Adiksi <i>Game Online</i> dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa di Lingkungan Universitas Sumatera Utara (2018)	Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif korelasi	Berdasarkan hasil penelitian hubungan adiksi game online dengan kualitas tidur pada mahasiswa di lingkungan USU karakteristik mahasiswa mayoritas berjenis laki-laki sebanyak 51 mahasiswa (52,6%), mayoritas mahasiswa tinggal sendiri atau kos sebanyak 64 mahasiswa (66%). Mayoritas mahasiswa adiksi game online dalam kategori sedang sebanyak 65 mahasiswa (67%). Mayoritas kualitas tidur pada mahasiswa dalam kategori buruk sebanyak 49 mahasiswa (50,5%).	Jenis penelitian deskriptif kuantitatif Sampling: Total sampling kuesioner: pittsburg PQSI analisa data: Distribusi frekuensi
2	Kebiasaan bermain <i>game online</i> dengan kualitas tidur remaja pada kelas XI di SMKN 1 Seruyan Tengah.	Jenis penelitian yang akan dilakukan dalam penelitian ini adalah deskriptif.	Kebiasaan bermain game online pada remaja kelas XI di SMKN 1 Seruyan Tengah menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki kategori selalu bermain game online. Kualitas tidur remaja pada kelas XI di SMKN 1 Seruyan Tengah menunjukkan bahwa sebagian besar responden masuk dalam kategori buruk.	Pendekatan: <i>Cross sectional</i> Jenis penelitian: deskriptif Sampling: Total sampling kuesioner: kualitas tidur pittsburg PQSI analisis data: Distribusi frekuensi
3	Gambaran kualitas tidur pengguna game	Jenis penelitian yang akan		Pendekatan: <i>Cross sectional</i> Jenis penelitian:

---

online diSTIKES Muhammadiyah klaten	dilakukan dalam penelitian ini adalah deskriptif.	deskriptif Sampling: Total sampling kuesioner: kualitas tidur pittsburg PQSI analisis data: Distribusi frekuensi
--	---	--

---

