

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA DAN KERANGKA TEORI**

#### **A. TINJAUAN PUSTAKA**

##### **1. Konsep Remaja**

###### **a. Pengertian Remaja**

Remaja atau istilah lainnya adolescence berasal dari kata *adolescere* yang berarti “tumbuh menjadi dewasa”. Istilah ini mempunyai arti yang lebih luas, mencangkup kematangan mental, emosional, sosial dan fisik. Masa remaja dimulai dari 12 tahun sampai 21 tahun (Hardiningsih, 2020).

Remaja adalah suatu masa dimana suatu individu berkembang dari saat pertama kali menunjukkan tanda seksual sekunder (pubertas) sampai saat mencapai kematangan seksual (Gusmão, 2021).

Remaja merupakan seseorang individu yang baru beranjak selangkah lebih dewasa dan baru mengenal mana yang benar dan mana yang salah, mengenal lawan jenis, memahami peran dalam dunia sosial, menerima jati diri dan mampu mengembangkan seluruh potensi yang ada dalam diri individu (Hardiningsih, 2020).

Berdasarkan penjelasan di atas, maka dapat disimpulkan remaja adalah anak muda yang berusia 12-21 tahun. Masa ini dianggap sebagai masa krisis, karena ketika kepribadiannya sedang terbentuk, kepemimpinannya belum hadir. Pada masa ini remaja membutuhkan bimbingan orang tuanya.

b. Tahap Masa Remaja

Menurut Fauziyah, menyebutkan masa remaja menurut perkembangannya dibagi menjadi 3 tahap yaitu :

1) Masa Remaja Awal (12-15 tahun)

Pada masa remaja awal individu mulai meninggalkan perilaku anak dan mencoba berkembang menjadi individu yang unik daripada mengandalkan orang tua. Fokus tahap ini adalah menerima bentuk fisik dan ketergantungan yang kuat pada teman sebaya. Dalam kasus ini, beri dia waktu untuk mencoba gaya hidup yang berbeda dan tentukan perilaku, nilai, dan sifat yang paling cocok untuknya.

2) Remaja Pertengahan (16-18 tahun)

Pada masa remaja pertengahan ditandai dengan berkembangnya kemampuan berpikir baru, sehingga mulai terlihat perubahan minat dan peran (menjadi orang dewasa yang mandiri). Pada titik inilah remaja mulai mengembangkan kematangan perilaku dan membuat keputusan dini terkait dengan tujuan yang diinginkan.

3) Masa Remaja Akhir (19-21 tahun)

Ciri khas dari tahapan ini adalah persiapan terakhir untuk memasuki peran dewasa. Pada masa ini remaja berusaha menetapkan tujuan, sehingga perwujudan kemandirian dan jati diri sangat menonjol, dan pemikiran menjadi lebih logis. Keinginan yang kuat untuk menjadi dewasa dan diterima oleh sekelompok orang.

c. Ciri-ciri Remaja

Masa remaja mempunyai ciri-ciri tertentu yang membedakannya dengan periode sebelum dan sesudahnya. Sebagaimana Hardiningsih memaparkan ciri-ciri masa remaja, yaitu:

1) Masa remaja sebagai periode yang penting.

Masa remaja dikatakan periode yang penting karena akibatnya yang langsung terhadap sikap dan perilaku. Masa remaja juga menjadi penting karena pada periode remaja, baik akibat langsung maupun akibat jangka panjang tetap penting. Ada periode yang penting karena akibat fisik dan adalah lagi karena akibat psikologis.

2) Masa remaja sebagai periode peralihan.

Pada periode peralihan, apa yang terjadi sebelumnya akan meninggalkan bekasnya pada apa yang terjadi sekarang dan yang akan datang. Dalam setiap periode peralihan, status individu tidaklah jelas dan terdapat keraguan akan peran yang harus dilakukan. Pada masa ini, remaja bukan lagi seorang anak-anak dan juga bukan orang dewasa. Status remaja yang tidak jelas ini juga menguntungkan karena status memberi waktu kepadanya untuk mencoba gaya hidup yang berbeda dan menentukan pola perilaku, nilai, dan sifat yang paling sesuai bagi dirinya.

3) Masa remaja sebagai periode perubahan.

Tingkat perubahan dalam sikap dan perilaku selama masa remaja sejajar dengan tingkat perubahan fisik. Selama masa awal remaja, ketika perubahan fisik terjadi dengan pesat, perubahan perilaku dan

sikap juga berlangsung pesat. Kalau perubahan fisik menurun maka perubahan sikap dan perilaku menurun juga.

4) Masa remaja sebagai masa mencari identitas.

Pada tahun-tahun awal masa remaja, penyesuaian diri dengan kelompok masih penting bagi anak laki-laki dan perempuan. Lambat laun mereka mulai mendambakan identitas diri dan tidak puas dengan menjadi sama dengan teman-teman dalam segala hal, seperti sebelumnya.

5) Masa remaja sebagai usia yang menimbulkan ketakutan.

Banyak anggapan populer tentang remaja yang mempunyai arti yang bernilai, dan sayangnya banyak diantaranya yang bersifat negatif. Anggapan stereotip budaya bahwa remaja adalah anak-anak yang tidak rapih, yang tidak dapat dipercaya dan cenderung merusak dan berperilaku merusak, menyebabkan orang dewasa yang harus membimbing dan mengawasi kehidupan remaja muda takut bertanggung jawab dan bersikap tidak simpatik terhadap perilaku remaja yang normal.

6) Masa remaja sebagai masa yang tidak realistik.

Remaja cenderung memandang kehidupan melalui kaca berwarna merah jambu. Remaja melihat dirinya sendiri dan orang lain sebagaimana yang remaja inginkan dan bukan sebagaimana adanya, terlebih dalam hal cita-cita. Cita-cita yang tidak realistik ini, tidak hanya bagi dirinya sendiri tetapi juga bagi keluarga dan teman-temannya, menyebabkan meningginya emosi yang

merupakan ciri dari awal masa remaja. Semakin tidak realistik cita-cita remaja semakin remaja menjadi marah. Remaja akan sakit hati dan kecewa apabila orang lain mengecewakannya atau kalau remaja tidak berhasil mencapai tujuan yang ditetapkannya sendiri.

7) Masa remaja sebagai ambang masa dewasa.

Dengan semakin mendekatnya usia kematangan yang sah, para remaja semakin menjadi gelisah untuk meninggalkan stereotip belasan tahun dan untuk memberikan kesan bahwa mereka sudah hampir dewasa. Berpakaian dan bertindak seperti orang dewasa tentu belumlah cukup. Oleh karena itu, remaja mulai memusatkan diri pada perilaku yang dihubungkan dengan status dewasa, yaitu merokok, minum minuman keras, menggunakan obat-obatan, dan terlibat dalam perbuatan seks. Mereka menganggap bahwa perilaku ini akan memberikan citra yang mereka inginkan.

8) Masa remaja sebagai usia bermasalah.

Masa remaja sering menjadi masalah yang sulit diatasi baik oleh anak laki-laki maupun perempuan. Terdapat dua alasan bagi kesulitan itu. Pertama, sepanjang masa kanak-kanak, masalah anak-anak sebagian diselesaikan oleh orang tua dan guru-guru, sehingga kebanyakan remaja tidak berpengalaman dalam mengatasi masalah. Kedua, karena para remaja merasa diri mandiri, sehingga remaja ingin mengatasi masalahnya sendiri, menolak bantuan orang tua dan guru-guru. Karena

ketidakmampuan remaja untuk mengatasi sendiri masalahnya menurut cara yang remaja yakini, banyak remaja akhirnya menemukan bahwa penyelesaiannya tidak selalu sesuai dengan harapan remaja.

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri masa remaja adalah sebagai periode yang penting, peralihan, perubahan, usia bermasalah, masa mencari identitas diri, menimbulkan ketakutan, tidak realistik dan sebagai ambang masa dewasa.

d. Perkembangan Remaja

1) Perkembangan Fisik

Perkembangan fisik adalah tubuh remaja mulai beralih dari tubuh kanak-kanak menjadi tubuh orang dewasa, pada masa remaja pertumbuhan fisik yang cepat disertai dengan banyak perubahan, termasuk dalam perubahan organ seksual sehingga tercapai kematangan dan perkembangan seksual primer dan sekunder. Pertumbuhan remaja yang meningkat cepat dan mencapai puncak kecepatan. Pada fase remaja awal (12-15 tahun) di karakteristik seks sekunder yang mulai tampak, seperti penonjolan payudara pada remaja perempuan, pembesaran testis pada remaja laki-laki, pertumbuhan rambut ketiak, atau rambut pubis. Karakteristik seks sekunder ini tercapai dengan baik pada tahap remaja pertengahan (usia 15-18 tahun), dan pada tahap remaja akhir (18-21 tahun)

struktur dan pertumbuhan reproduktif hampir komplit dan remaja telah matang secara fisik.

## 2) Perkembangan Kognitif

Perkembangan kognitif dimulai dari usia 12 tahun, proses pertumbuhan otak telah mencapai kesempurnaan. Pada masa ini, sistem syaraf yang memproses informasi berkembang secara cepat dan dapat terjadi perorganisasi lingkaran syaraf, *lobe frontal* yang berfungsi sebagai kegiatan kognitif tingkat tinggi, yaitu kemampuan merumuskan perencanaan strategis atau mengambil keputusan. *Lobe frontal* ini terus berkembang sampai usia 20 tahun atau lebih. Perkembangan *lobe frontal* ini sangat berpengaruh pada kemampuan intelektual remaja tersebut.

## 3) Perkembangan Emosi

Perkembangan emosi sangat berhubungan dengan perkembangan hormon, yang dapat ditandai dengan emosi yang sangat labil. Remaja yang masih belum mengendalikan emosi yang dirasakannya dengan sepenuhnya (Gusmão, 2021).

## 4) Perkembangan Sosial

*Social cognition* atau perkembangan sosial berkembang pada masa remaja. *Social Cognition* yaitu kemampuan untuk memahami orang lain. Remaja dapat memahami orang lain sebagai individu yang unik, yang baik menyangkut sifat-sifat pribadi, nilai-nilai maupun perasaanya. Pemahaman ini mendorong remaja untuk menjalin

hubungan sosial yang lebih akrab dengan lingkungan, terutama teman sebaya.

## 2. Konsep *Game Online*

### a. Pengertian *Game Online*

*Game online* adalah permainan yang dapat diakses oleh banyak pemain, dimana perangkat-perangkat yang digunakan pemain dihubungkan oleh internet. *Game online* merupakan aplikasi permainan berupa petualangan, pengaturan strategi, simulasi dan bermain peran yang memiliki aturan main dan tingkatan tertentu. *Game online* dapat dimainkan di komputer, *smartphone*, atau konsol *video game*. Bermain *game online* membuat pemain merasa senang karena kepuasan secara psikologis. Kepuasan yang diperoleh dari bermain *game* tersebut akan membuat pemain semakin menjadi tertarik untuk memainkannya (Situmorang, 2021).

*Game online* yang sedang ramai dimainkan oleh para remaja saat ini adalah jenis *game multiplayer* yang bisa dimainkan oleh lebih dari satu pemain, para pemain bisa membentuk timnya sendiri sesuai dengan kemauan dan selanjutnya bisa mengikuti kompetisi bersama. Hal ini merupakan salah satu faktor yang menyebabkan seseorang kecanduan bermain *game online* karena bersifat menghibur dan menarik. Selain itu, bermain *game* bisa menghilangkan rasa bosan maupun penat yang mereka alami selama sehari melakukan aktivitas yang menguras energi.

b. Jenis *Game Online*

Menurut Sagara, *game online* memiliki beberapa jenis game, untuk lebih jelasnya jenis *game online* yang sering dimainkan, yaitu:

1) MMORPG (*Massively Multiplayer Online Role Play Gaming*)

Adalah jenis permainan yang jika dimainkan semakin lama pemain bermain maka pemain tersebut semakin kuat. Contoh jenis permainan ini adalah *Ghensin Impact, Final Fantasy, Guild Wars*.

2) MMORTS (*Massively Multiplayer Online Real Time Strategy*)

Adalah jenis permainan seperti menyusun bangunan atau benteng untuk berperang dan bertahan dari serangan musuhnya. Contoh permainan ini *Age of Empires, Rise of Nation, War of Legend, Clash of Clans*.

3) MMOFPS (*Massively Multiplayer Online First-Person Shooter*)

Adalah jenis game yang mengandung banyak kekerasan karena jenis permainan ini lebih banyak memegang senjata didalam permainannya seperti *handgun, pedang, dan senjata tajam* lainnya untuk membunuh lawan, seperti *Counter Strike, Point Blank, Free fire, PUBG*.

4) MOBA (*Multiplayer Online Battle Arena*)

Merupakan sebuah *game multiplayer online* yang bertema pertarungan didalam arena. Contoh, *Dota 2, Mobile Legends, Chaos Online*.

c. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Bermain *Game Online*

Menurut Gusmão terdapat faktor internal dan eksternal yang menyebabkan bermain *game online* :

1) Faktor Internal :

- a) Keinginan remaja yang ingin mengetahui hal baru.
- b) Kurangnya melakukan aktivitas lain.
- c) Rasa bosan, stress.
- d) Tidak dapat mengatur waktu.
- e) Kurangnya *self-control*.

2) Faktor Eksternal :

- a) Lingkungan.
- b) Kurang perhatian dari orangtua.
- c) Bermain game sepuasnya.
- d) Melarikan diri dari sebuah masalah.

d. Kecanduan Bermain *Game Online*

Kecanduan *game online* adalah perilaku yang merugikan, berbahaya bahkan dapat digolongkan ke dalam gangguan mental sehingga perlu dihindari. Individu yang mengalami kecanduan *game online* ditandai dengan perilaku selalu memikirkan game, mengabaikan pekerjaan, kehilangan kontrol diri, sehingga intensitas dan durasi bermain game semakin banyak (Khairiah, 2019).

Seseorang dikatakan kecanduan permainan internet jika seseorang menghabiskan waktu lebih 14 jam per minggu. Betapa besar dampak jangka panjang dari kegiatan yang menghabiskan waktu luang lebih dari 30 jam perminggu, yaitu pada perkembangan aspek pendidikan, kesehatan dan sosial remaja (Faridah, 2020).

e. Indikator Kecanduan Bermain *Game Online*

Menurut Suplig mengemukakan bahwa terdapat empat komponen indikator yang menunjukkan seseorang kecanduan *game online*, yakni:

1) *Withdrawal symptoms* (Gejala dari pembatasan)

Adalah perasaan yang tidak menyenangkan karena penggunaan *game online* dikurangi atau tidak dilanjutkan. Gejala ini akan berpengaruh pada fisik pemain. Perasaan dan efek antara perasaan dan fisik akan timbul, seperti pusing dan insomnia. Gejala ini juga berpengaruh pada psikologisnya, misalnya mudah marah atau *moodiness*.

2) *Tolerance* (Toleransi)

Merupakan proses di mana terjadinya peningkatan jumlah penggunaan *game online* untuk mendapatkan efek perubahan dari *mood*. Kepuasan yang diperoleh dalam menggunakan *game online* akan menurun apabila digunakan secara terus menerus dalam jumlah waktu yang sama. Pemain tidak akan mendapatkan perasaan kegembiraan yang sama seperti jumlah waktu pertama bermain sebelum mencapai waktu yang lama.

3) *Salience*

Merupakan ciri khas pecandu *game online* yang akan selalu berpikir tentang bermain *game online* sepanjang hari dan disibukkan oleh *game online*.

4) *Conflict*

Merupakan suatu permasalahan yang timbul karena bermain *game online* secara berlebihan, misalnya bertengkar dengan orang lain karena bermain *game* yang secara berlebihan dan seseorang yang mengalami kecanduan *game online* akan membawah dampak negatif untuk kehidupannya.

5) *Mood Modification*

Merupakan pengalaman subjektif dimana seseorang memiliki ikatan pada *game online*, seperti bermain *game* dengan tujuan untuk melarikan diri dari sebuah masalah dan yang merasahkan bahwa *game online* membuat merasa nyaman dan bahagia.

6) *Relapse*

Kecenderungan untuk bermain *game online* kembali setelah lama tidak bermain.

7) *Problem*

Mengabaikan kegiatan lainnya sehingga menimbulkan masalah.

f. Dampak Kecanduan *Game Online*

Menurut Hapiyansyah, adiksi *game online* berdampak negatif dan berbahaya bagi remaja. Dampak tersebut dalam aspek psikologis, hubungan sosial, akademis, kesehatan dan keuangan. Ditinjau dari obyek kajian artikel tentang pengaruh negatif yang ditimbulkan *game*

*online* pada aspek fisik, psikologis, akademik, hubungan sosial, keuangan sebagai berikut :

1) Dampak Fisik

Dampak negatif dalam bermain *game online* ini adalah terpapar cahaya radiasi komputer dapat merusak saraf mata dan otak.

Kesehatan jantung menurun akibat bergadang bermain *game online*. Ginjal dan lambung juga terpengaruh akibat terlalu banyak duduk, kurang minum, lupa makan karena keasyikan bermain *game online*. Mudah lelah ketika melakukan aktivitas fisik, kesehatan tubuh menurun akibat kurang olahraga, dan dapat menyebabkan kematian.

2) Dampak Psikologis

Kecanduan menyebabkan remaja bermain *game online* tanpa mengingat waktu, tidak patuh terhadap orang tua, cuek dengan keberadaan sekitar, amarah yang tidak terkendali dan susah bersosialisasi. Dampak negatif kecanduan *online game* mengarah pada masalah mental emosional dan bisa menyebabkan distorsi waktu, hiperaktif, kurang fokus, adanya kekerasan, emosi negatif, dan perilaku agresif.

3) Dampak Akademik

Adiksi *game online* berdampak negatif pada motivasi belajar yang menurun, dan menjadi kurang disiplin terhadap waktu, serta tidak mempedulikan lingkungan disekitar. Anak yang sudah kecanduan *game online* akan menurunkan motivasi

belajarnya sehingga menyebabkan penurunan prestasi belajarnya.

#### 4) Dampak Hubungan Sosial

Ketika remaja kecanduan bermain *game online* maka remaja akan mengalami penurunan interaksi sosial. Indikator interaksi sosial yang paling berpengaruh yaitu akomodasi, artinya jika intensitas bermain *game online* pada remaja tinggi akan membuat remaja mengalami kesulitan untuk menyesuaikan diri di kehidupannya. Remaja yang mengalami adiksi online game mengalami penyesuaian sosial yang buruk. Adiksi ini berdampak pada hubungan sosial remaja.

#### 5) Dampak Keuangan

Dampak adiksi *online game* adalah perilaku konsumtif ketika siswa tidak dapat menggunakan uang dan hanya dihabiskan untuk bermain *game online*. Remaja yang kecanduan *game online* akan menghabiskan uangnya hanya untuk membeli atribut-atribut yang ada di *game online* dan apabila keuangan mereka sudah habis, yang ditakutkan mereka akan menghalalkan segala cara untuk tetap dapat bermain *online game*.

#### g. Skala Pengukuran Tingkat Kecanduan *Game Online*

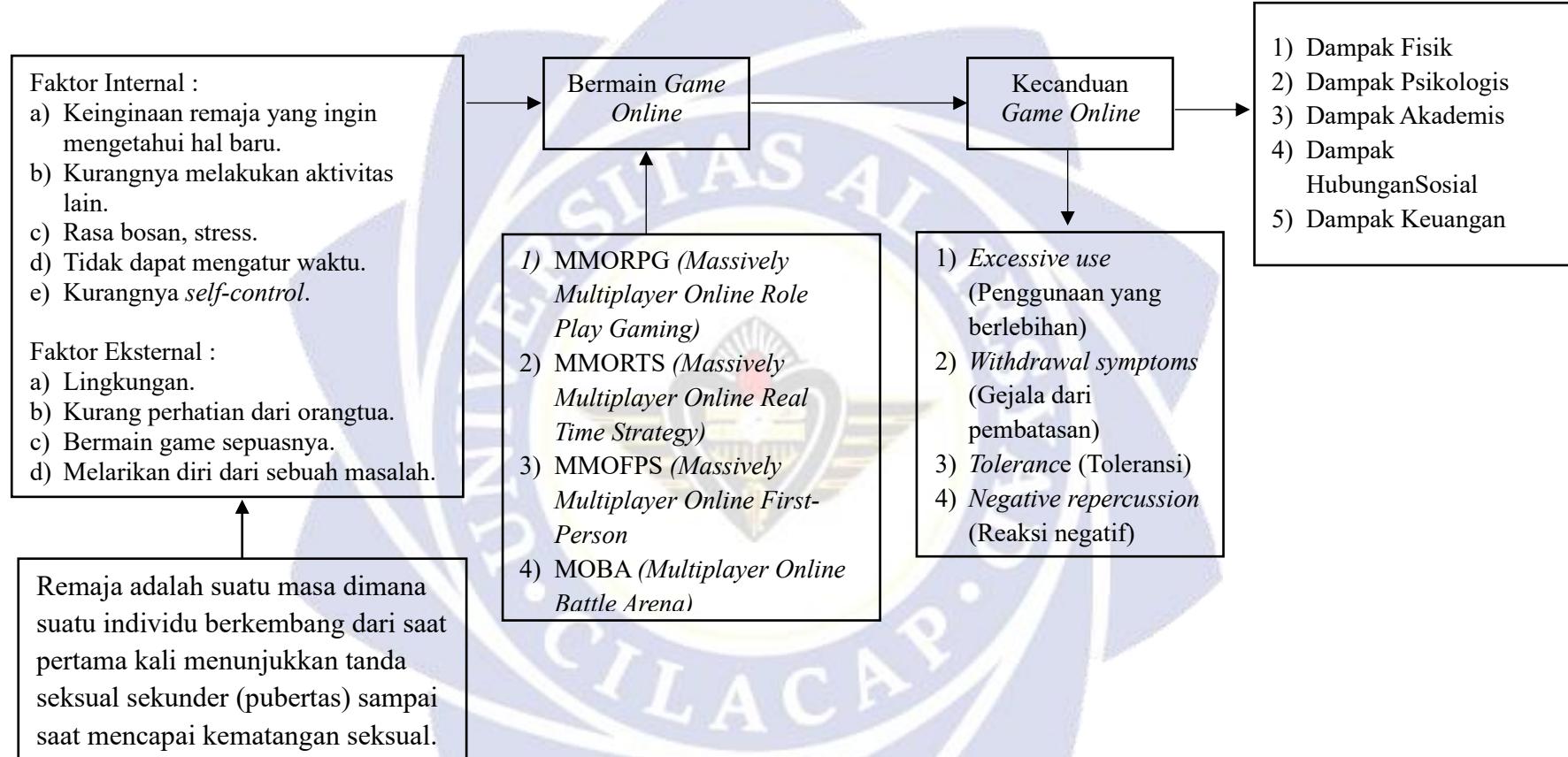
Kuesioner yang digunakan untuk menentukan kecanduan pada pemain *game online* adalah Game Addiction Scale for Adolescent (GASA) yang merupakan alat ukur yang dikembangkan oleh Lemmens.

Kuesioner ini mengukur tentang tujuh dimensi kecanduan yaitu :

*salience, tolerance, mood modification, relapse, withdrawal, conflict, dan problems.* Kuesioner ini terdiri dari 21 item pertanyaan yang harus dijawab menggunakan skala likert (Alfiya, 2023).



## B. KERANGKA TEORI



Bagan 2. 1 Kerangka Teori

Sumber (Gusmão, 2021; Suplig, 2017; Sagara dan Masykur, 2018; Hapiyansyah, 2023)