

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Perkembangan teknologi digital telah membawa perubahan besar dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk industri hiburan dan permainan. Salah satu fenomena yang berkembang pesat adalah game online, yang semakin populer seiring dengan kemajuan internet dan perangkat mobile yang semakin canggih. Game online tidak hanya menjadi bentuk hiburan, tetapi juga bagian dari gaya hidup serta industri kompetitif e-sports (Suryana et al., 2022).

Berdasarkan survei yang dilakukan oleh APJII (Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia) dari 18 Desember 2023 hingga 19 Januari 2024 dengan 8.720 responden di 38 provinsi, terungkap bahwa preferensi game online bervariasi di berbagai kelompok usia. Hasil survei menunjukkan bahwa 78,74% responden memilih *Mobile Legend* sebagai game online yang paling sering dimainkan. Game bergenis MOBA (*Multiplayer Online Battle Arena*) ini menarik perhatian karena fitur-fitur unggulannya, seperti grafis yang memukau, kontrol yang intuitif, serta sistem matchmaking yang cepat. Selain itu, pembaruan rutin dengan hero dan fitur baru serta komunitas besar yang aktif turut mendukung popularitasnya. Kemudahan akses menjadi faktor utama yang membuat *Mobile Legend* digemari, karena dapat dimainkan di ponsel kapan saja dan di mana saja. Selain sebagai hiburan, *Mobile Legend* juga membuka peluang bagi pemain untuk berkarier di dunia e-sports, dengan adanya turnamen besar seperti M3 World Championship 2021 yang menawarkan hadiah hingga

USD 800.000 atau setara Rp11,4 miliar (Rachman et al., 2023). Bahkan *Mobile Legend* telah diakui sebagai cabang olahraga resmi yang dipertandingkan di SEA Games dan Asian Games (Suryana et al., 2022).

Game online saat ini sangat digemari oleh remaja, dengan jumlah pengguna mencapai 100 juta pada tahun 2020, di mana 60 juta di antaranya merupakan pemain *Mobile Legend* (tek.id, 2018). Aksesibilitas yang tinggi, interaksi sosial yang ditawarkan, serta sifat kompetitif yang menantang menjadikan game ini sangat menarik bagi mereka. Selain itu, tren komunitas dan media sosial turut berperan dalam meningkatkan minat remaja untuk bermain *Mobile Legend*. Namun, di balik popularitasnya, penggunaan game online yang berlebihan dapat menimbulkan berbagai dampak negatif, khususnya dalam aspek psikologis dan sosial. Permasalahan yang sering dikaitkan dengan penggunaan game online secara berlebihan adalah kecanduan game, yang dapat menyebabkan gangguan akademik, penurunan tingkat stres, serta masalah kesehatan mental, seperti stres (Utami & Hodikoh, 2020). Indonesia bahkan menempati peringkat keenam di dunia dalam hal prevalensi kecanduan game online, dengan angka mencapai 112,6% (Novrialdy, 2019).

Dampak yang sering muncul akibat kecanduan game online adalah stres digital, yaitu tekanan psikologis akibat paparan teknologi digital yang berlebihan atau tidak seimbang. Stres ini dapat dipicu oleh berbagai faktor, seperti tekanan untuk terus bermain, gangguan terhadap aktivitas harian, dan masalah dalam hubungan sosial (Silviana, 2022). Studi oleh Kusuma Hati et al. (2021) menemukan bahwa remaja yang bermain game online selama 21–30 jam per minggu memiliki tingkat stres yang sangat tinggi, terutama di Desa Kentong, Kecamatan Cepu. Penelitian lain oleh Silviana (2022) menunjukkan

adanya hubungan signifikan antara kecanduan game online dan tingkat stres pada remaja di Kota Palopo. Sebaliknya, penelitian oleh Herman & Setiawati (2022) di Kota Medan justru mengungkapkan bahwa bermain game online dapat mengurangi tingkat stres, terutama sebagai bentuk pelarian dari tekanan akademik dan sosial.

Hubungan antara game online dan stres dapat dilihat dalam beberapa aspek. Intensitas bermain yang tinggi sering kali menimbulkan tekanan untuk menang, yang pada akhirnya berujung pada stres dan frustrasi ketika mengalami kekalahan. Selain itu, interaksi dengan komunitas yang toxic dapat meningkatkan tekanan sosial dan emosional, sementara ketergantungan pada game berpotensi mengganggu kehidupan nyata, seperti menimbulkan konflik dalam keluarga atau menurunkan prestasi akademik. Oleh karena itu, penting bagi remaja untuk menemukan keseimbangan dalam penggunaan game online dengan mengelola waktu bermain, meningkatkan literasi digital, serta menerapkan strategi pengelolaan emosi agar dampak negatifnya dapat diminimalkan.

Perbedaan temuan dari berbagai penelitian menunjukkan bahwa hubungan antara intensitas bermain game online dan tingkat stres remaja masih belum memiliki kesimpulan yang seragam. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi lebih lanjut hubungan antara kecanduan bermain game online *Mobile Legend* dengan tingkat stres pada remaja di SMPN 9 Kota Cirebon. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan yang lebih jelas mengenai dampak game online terhadap stres remaja serta berkontribusi dalam merumuskan strategi pengelolaan stres remaja yang lebih relevan dengan kebiasaan dan minat mereka.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dari latar belakang diatas, guna mengarahkan kepada terlaksananya penelitian. Adapun rumusan masalah dari penelitian ini yaitu :
“Apakah Terdapat Hubungan antara Kecanduan bermain Game online *Mobile Legend* Dengan Tingkat Stres pada Remaja di SMPN 9 Kota Cirebon.?”.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk menganalisis hubungan kecanduan bermain game online *mobile legend* dengan tingkat stres pada Remaja di SMPN 9 Kota Cirebon.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi kecanduan bermain game online *mobile legend* pada Remaja di SMPN 9 Kota Cirebon.
2. Mengidentifikasi tingkat stres pada Remaja di SMPN 9 Kota Cirebon.
3. Menganalisis hubungan kecanduan bermain game online *mobile legend* dengan tingkat stres pada Remaja di SMPN 9 Kota Cirebon.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu keperawatan, khususnya dalam bidang keperawatan komunitas dan kesehatan mental. Dengan mengeksplorasi hubungan antara kecanduan bermain game online *Mobile Legend* dengan tingkat stres pada remaja, penelitian ini dapat memperkaya literatur keperawatan terkait faktor-faktor psikososial yang memengaruhi kesejahteraan mental remaja.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai dampak kecanduan bermain game online mobile legend dengan tingkat stres, serta membantu anak usia remaja dalam mengurangi risiko kecanduan melalui peningkatan kualitas hidup.

2. Bagi Pelajar

Penelitian ini dapat menjadi panduan untuk memahami pengaruh kecanduan bermain game online dengan tingkat stres mereka, sehingga pelajar dapat lebih bijak dalam mengatur waktu bermain dan mengelola stres. Selain itu, hasil penelitian ini dapat dijadikan rujukan untuk meningkatkan kesadaran akan pentingnya keseimbangan antara aktivitas hiburan dan tanggung jawab akademik.

3. Bagi Kampus

Penelitian ini menambah literatur ilmiah tentang dampak game online dengan tingkat remaja, sehingga menjadi referensi bagi akademisi, mahasiswa, atau praktisi lainnya.

1.5 Keaslian Penelitian

Adapun penelitian yang berkaitan dengan penulisan judul Hubungan Kecanduan Bermain Game online *Mobile legend* Dengan Tingkat Stres Remaja di SMPN 9 Kota Cirebon, yaitu:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Syarifah Masthura, Budi Satria, Maulina Maulina pada tahun 2025 dengan judul “ Hubungan Tingkat Stres Dengan Durasi Waktu Bermain Game Online Pada Remaja Di Sekolah Menengah Atas Kota Banda Aceh. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat stres dengan durasi waktu bermain game online pada remaja SMA.

Penelitian kuantitatif ini menggunakan desain korelasional dengan pendekatan cross-sectional study. Sampel sebanyak 160 siswa dipilih melalui proportional sampling, dan data dikumpulkan menggunakan kuesioner Perceived Stress Scale (PSS-10), lalu dianalisis dengan uji Chi-Square. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 68,4% responden mengalami stres sedang, sementara 60,5% bermain game secara berlebihan. Hubungan tersebut menunjukkan bahwa tingkat stres bisa mempengaruhi durasi bermain gim online.

Persamaan penelitian ini dengan penelitian di SMPN 9 kota Cirebon terletak pada keduanya menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Kedua penelitian ini juga memakai instrumen Perceived Stress Scale (PSS-10) dalam mengukur tingkat stres serta menganalisis data menggunakan uji Chi-Square. Selain itu, subjek penelitian pada kedua studi ini adalah remaja, dengan fokus utama pada hubungan antara bermain game online dan tingkat stres.

Namun, terdapat beberapa aspek yang membedakan kedua penelitian ini. Penelitian Syarifah Masthura mengkaji hubungan antara tingkat stres dan durasi bermain game online pada remaja SMA, sedangkan penelitian ini meneliti hubungan kecanduan game Mobile Legend dengan tingkat stres pada remaja SMP. Teknik pengambilan sampel juga berbeda, di mana penelitian Syarifah menggunakan proportional sampling, sementara penelitian ini menerapkan stratified random sampling. Selain itu, lokasi penelitian berbeda, dengan penelitian Syarifah dilakukan di Kota Banda Aceh, sedangkan penelitian ini berlangsung di Kota Cirebon. Perbedaan lainnya terletak pada pendekatan yang digunakan, di mana penelitian

Syarifah menggunakan cross-sectional study, sementara penelitian ini menggunakan pendekatan korelasional.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Andi Silfiana pada tahun 2022 dengan judul “Hubungan Kecanduan Game Online Dengan Tingkat Stres Pada Remaja Di Kelurahan Purangi Kecamatan Sendana Kota Palopo” bertujuan menganalisis hubungan antara kecanduan game online dengan tingkat stres pada remaja. Teknik pengambilan sampel menggunakan random sampling, sampel terdiri dari 61 remaja berusia 13-15 tahun yang dipilih secara acak dari populasi sebanyak 159 remaja di Kelurahan Purangi. Data diperoleh melalui kuesioner yang mengukur kecanduan game online dan tingkat stres. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 90,2% responden mengalami kecanduan game online, di mana 57,4% di antaranya memiliki tingkat stres berat. Analisis statistik menggunakan Fisher’s Exact Test menunjukkan hubungan signifikan antara kecanduan game online dan tingkat stres ($p = 0,033$, $\alpha = 0,05$). Penelitian ini menyimpulkan bahwa kecanduan game online berdampak pada peningkatan stres pada remaja.

Pesamaan penelitian ini dengan penelitian di SMPN 9 Kota Cirebon terletak pada pendekatan kuantitatif korelasional yang digunakan untuk menganalisis hubungan bermain game online dengan tingkat stres. Keduanya menggunakan kuesioner sebagai alat pengumpulan data dan berfokus pada remaja sebagai responden.

Meskipun memiliki kesamaan dalam fokus dan tujuan, kedua penelitian ini memiliki perbedaan dalam beberapa aspek. Penelitian Andi Silfiana menggunakan Fisher’s Exact Test sebagai metode analisis statistik, sedangkan penelitian di SMPN 9 Kota Cirebon menggunakan uji Chi

Square. Teknik pengambilan sampel juga berbeda, di mana Andi Silfiana menggunakan random sampling, sedangkan penelitian di SMPN 9 Kota Cirebon menggunakan stratified random sampling. Selain itu, instrumen pengukuran tingkat stres yang digunakan berbeda, penelitian Andi Silfiana menggunakan kuesioner yang dirancang untuk tujuan penelitian tersebut, sedangkan penelitian di SMPN 9 Kota Cirebon menggunakan instrumen PSS-10 (Perceived Stres Scale). Lokasi penelitian juga berbeda, di mana penelitian Andi Silfiana dilakukan di Kelurahan Purangi, Palopo, sementara penelitian lainnya dilakukan di SMPN 9 Kota Cirebon.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Windha Ellyana Kusuma Hati, Anjar Nurrohmah, dan Norman Wijaya Gati pada tahun 2021 berjudul “Gambaran Tingkat Stres pada Remaja yang Bermain Game Online di Desa Kentong Kecamatan Cepu.” bertujuan menggambarkan tingkat stres pada remaja yang bermain game online. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan teknik pengambilan data menggunakan total sampling, sampel terdiri dari 64 responden remaja di Desa Kentong. Instrumen yang digunakan adalah Depression, Anxiety, and Stress Scales 42 (DASS-42). Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas remaja mengalami tingkat stres sedang (21,9%), dengan stres ringan lebih umum terjadi pada remaja laki-laki usia 13-15 tahun (20,3%), sementara stres sangat berat ditemukan pada remaja yang bermain game selama 21-30 jam per minggu (12,5%). Faktor-faktor seperti tekanan akademik, pola asuh, dan durasi bermain game memengaruhi tingkat stres. Penelitian ini menyimpulkan bahwa sebagian besar remaja yang bermain game online mengalami tingkat stres sedang

hingga berat, terutama jika durasi bermain lebih lama atau menghadapi tekanan lingkungan.

Persamaan penelitian ini dengan penelitian di SMPN 9 Kota Cirebon adalah Keduanya sama-sama berfokus pada analisis tingkat stres pada remaja yang bermain game online dan kedua penelitian ini juga melibatkan remaja sebagai subjek penelitian dan membahas durasi bermain game online sebagai salah satu variabel yang dikaitkan dengan tingkat stres.

Perbedaan antara kedua penelitian ini terletak pada metode penelitian dan analisis yang digunakan. Penelitian Windha Ellyana Kusuma Hati menggunakan metode deskriptif untuk menggambarkan tingkat stres pada remaja, sementara penelitian di SMPN 9 Kota Cirebon menggunakan pendekatan deskriptif korelasional untuk menganalisis hubungan antara intensitas bermain game online dan tingkat stres. Selain itu, teknik pengambilan sampel berbeda, di mana penelitian Windha Ellyana menggunakan sampel 64 responden dari Desa Kentong, Kecamatan Cepu, sedangkan penelitian di SMPN 9 Kota Cirebon menggunakan teknik stratified random sampling pada seluruh siswa di sekolah tersebut. Faktor-faktor yang memengaruhi stres, seperti tekanan akademik dan pola pengasuhan, hanya dibahas pada penelitian Windha Ellyana, sementara penelitian di SMPN 9 Kota Cirebon fokus pada Kecanduan bermain Mobile Legends sebagai variabel utama.

4. Penelitian yang dilakukan oleh Octa Reni Setiawati dan Sulis Setyowati pada tahun 2021 dengan judul “Kecanduan Game Online dengan Stres Akademik pada Siswa SMP” bertujuan menganalisis hubungan antara kecanduan game online dan stres akademik. Penelitian ini melibatkan 500

siswa SMP di Bandar Lampung, yang dipilih menggunakan teknik accidental sampling, sampel terdiri dari 500 siswa dari populasi sebanyak 25.237 siswa. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner kecanduan game online (GAS) dan kuesioner stres akademik berbasis skala likert. Analisis statistik menggunakan uji Spearman. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan signifikan namun lemah antara kecanduan game online dan stres akademik, dengan koefisien korelasi sebesar 0,174. Mayoritas responden (64,6%) tergolong dalam kategori kecanduan ringan, dan sebagian besar siswa (72,4%) memiliki tingkat stres akademik normal. Penelitian ini menyimpulkan bahwa semakin tinggi kecanduan game online, semakin tinggi tingkat stres akademik siswa.

Pesamaan penelitian ini dengan penelitian di SMPN 9 Kota Cirebon adalah keduanya merupakan penelitian kuantitatif yang menggunakan pendekatan korelasional untuk menganalisis hubungan antara aktivitas bermain game online dan tingkat stres dan keduanya menggunakan Instrumen GAS-21

Perbedaannya terletak pada fokus penelitian, di mana penelitian Octa menyoroti kecanduan game online dan stres akademik, sedangkan penelitian di SMPN 9 lebih menitikberatkan pada kecanduan bermain game Mobile Legends dan tingkat stres secara umum. Teknik sampling juga berbeda, dengan penelitian Octa menggunakan accidental sampling pada 500 siswa, sedangkan penelitian di SMPN 9 menggunakan stratified random sampling pada 90 siswa.