

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Mengingat populeritas *game online* saat ini yang sedang naik daun membuat lebih dari 30% pengguna komputer, tablet dan 70% di *smartphone* bermain *game online*.¹ Bermain *game online* tentu dapat menjadi suatu hiburan tersendiri akan tetapi penggunaan yang berlebihan dapat mengarah ke suatu kecanduan yang dapat mengganggu kesehatan mental seseorang.² Pada tahun 2018, Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mengumumkan bahwa kecanduan bermain *game* diidentifikasi sebagai suatu gangguan mental baru. *International Classification of Diseases (ICD-11)* dan *American Psychiatric Association (APA)* menyebutkan gangguan mental tersebut sebagai *Internet Gaming Disorder (IGD)* yang diperkirakan memiliki prevalensi setinggi 8,5% secara global.³

Halnya IGD, beragam bentuk perilaku adiktif atau kecanduan lainnya dapat menyebabkan beragam masalah kesehatan mental seperti depresi, ansietas dan stress.⁴ Menurut Organisasi Kesehatan Dunia, kelompok penderita depresi pada 2015 diperkirakan 4,4% dan ansietas 3,6%. Depresi lebih sering terjadi pada perempuan (5,1%) dibandingkan laki-laki (3,6%). Sedangkan ansietas lebih sering terjadi pada wanita (4,6%) dibandingkan dengan pria (2,6%).⁵

Global Burden of Disease Study 2013 (GBD 2013) menyatakan gangguan mental dapat menyebabkan disabilitas atau *years of life lost to disability (YLD)* setinggi 21,2%. Depresi dan ansietas berada di peringkat kedua dan kesembilan penyebab YLD.⁶ Sedangkan menurut data Riskesdas tahun 2013, prevalensi depresi dan ansietas mencapai sekitar 14 juta orang atau 6% dari jumlah penduduk Indonesia.⁷

Beberapa penelitian menunjukkan adanya hubungan kecanduan bermain *game online* dengan masalah kesehatan mental seperti depresi,

ansietas dan stress. Penelitian oleh Gentile dkk tahun 2009 menunjukkan prevalensi IGD di Amerika yang sebesar 8% memiliki hubungan dengan depresi, ansietas, fobia sosial, dan kinerja sekolah yang rendah.⁸ Sedangkan Porter dkk tahun 2010 di Australia melakukan penelitian dengan total 1945 peserta survei *online* diperoleh hasil IGD (n = 156; 8%) yang mempunyai faktor risiko; *game* jenis *role-play*, waktu serta frekuensi bermain *game*.⁹

Penelitian di Korea oleh Park dkk tahun 2011 menunjukkan prevalensi IGD sebesar 4% dan hasil penelitian tersebut terkait dengan peningkatan prevalensi gangguan depresi, kecemasan, fobia dan stress.¹⁰ Penelitian Kim dkk di Korea pada tahun 2014 yang menggunakan teknik *random sampling* memperoleh total sampel 3041 (Pria n = 1.824, Wanita n = 1.217) berusia 20 hingga 49 tahun. Terdapat 419 (13,8%) responden memenuhi kriteria IGD dan memiliki masalah kesehatan mental; somatisasi, *obsession-compulsion*, *interpersonal sensitivity*, depresi, kecemasan, *hostility*, *phobic anxiety*, paranoid, dan psikotisme (p <0,001).¹¹

Penelitian di Cina oleh Wang dkk tahun 2013 memberi hasil 94% bermain *video game online* hingga kecanduan. Faktor risiko kecanduan *game* secara signifikan lebih tinggi di laki-laki, akademis buruk, *game online* multi-pemain (*multiplayer*), waktu yang dihabiskan untuk bermain *game* per minggu, jumlah uang dihabiskan untuk bermain *game*, ketidakharmonisan keluarga, dan teman komunitas.¹² Penelitian di Macao oleh Wu dkk tahun 2018 lalu, menunjukkan data dari 468 sampel IGD, terdapat depresi dan ansietas kategori sedang hingga berat sebesar 25% dan 45% secara berturut-turut (Nilai *p-value* 0,02, OR 1,1, 95% CI 1,0 - 1,2) yang secara signifikan terkait dengan IGD.¹³

Penelitian di New York oleh Augusta dkk tahun 2016 lalu, menunjukkan 8,7% terdiagnosa IGD memiliki hubungan dengan depresi, stres, dan kecemasan.¹⁴ Studi di Norway pada tahun 2013 oleh Brunborg dkk menunjukkan kecanduan *video game* terkait dengan depresi (*p-value* <0,05).¹⁵ Penelitian di Amerika tahun 2016 oleh Andreassen dkk dengan *p-value* <0,001 menunjukkan hubungan signifikan antar ADHD, OCD, dan depresi dengan IGD.¹⁶ Penelitian Wei dkk tahun 2012 menunjukkan korelasi positif antara

durasi bermain *game online* dengan depresi dan ansietas.¹⁷ Hal ini didukung penelitian Wang dkk tahun 2014 dengan waktu rata-rata permainan yang lebih lama per minggu, frekuensi yang lebih lama dan sering.¹⁸

Hasil statistik oleh Statista yang menyatakan secara global terdapat sekitar 1.82 milyar pada 2014, dengan jumlah pemain di Asia Pasifik sekitar 1.2 milyar pada 2018.¹⁹ Terdapat angka setinggi 36% pemain *game (gamers)* di Indonesia berusia 10-20 tahun, 47% berusia 21-35 tahun dan 17% berusia 36-50 tahun.²⁰ Data tersebut dapat memungkinkan adanya kelompok mengalami adiksi *game online*. Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan mengingat tingginya angka masalah kesehatan mental di Indonesia seperti depresi, ansietas, dan stress dengan menemukan salah satu penyebabnya seperti adiksi *game online* diharap dapat menurunkan angka masalah tersebut. Penelitian ini dapat membantu edukasi, menambah pengetahuan dan wawasan dalam menurunkan prevalensi masalah tersebut terutama pada orang dewasa muda yang bermain *game online* berusia 18-35 tahun.

1.2 Rumusan Masalah

Industri dan perkembangan dunia *game* saat ini sedang melaju pesat, semakin banyak orang gemar dan ikut bermain *game* dengan alasan tertentu. Akan tetapi, perilaku adiktif terhadap suatu hal seperti bermain *game online* secara berlebihan menimbulkan dampak negatif. Termasuk gangguan kesehatan mental contohnya depresi, kecemasan, stres. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara adiksi *game online* dengan kesehatan mental. Gangguan kesehatan mental sendiri merupakan salah satu masalah dengan prevalensi cukup tinggi di Indonesia terutama pada orang dewasa, maka dengan mengetahui salah satu penyebabnya diharapkan dapat menurunkan angka masalah tersebut. Oleh karena itu, adanya penelitian ini untuk melihat hubungan antara adiksi *game online* dengan kesehatan mental pada orang dewasa muda berusia 18-35 tahun.

1.3 Pertanyaan Penelitian

Apakah terdapat hubungan antara adiksi *game online* dengan kesehatan mental pada orang dewasa muda berusia 18-35 tahun.

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

1.4.1.1 Mengetahui hubungan adiksi *game online* dengan kesehatan mental

1.4.2 Tujuan Khusus

1.4.2.1 Mengetahui gambaran demografis responden adiksi *game online*

1.4.2.2 Mengetahui hubungan jenis *game* dengan kesehatan mental

1.4.2.3 Mengetahui hubungan Gejala *Internet Gaming Disorder* dengan kesehatan mental

1.4.2.4 Mengetahui hubungan Durasi bermain *game online* dengan kesehatan mental

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat akademik

1.5.1.1 Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan pengetahuan penulis mengenai hubungan antara adiksi *game online* dengan kesehatan mental.

1.5.1.2 Penelitian ini diharapkan dapat membantu pemberian edukasi mengenai hubungan antara adiksi *game online* dengan kesehatan mental.

1.5.1.3 Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kerjasama antara mahasiswa dan dosen dalam melakukan penelitian.

1.5.2 Manfaat praktis

Penelitian ini dapat menjadi masukan atau informasi bagi seluruh kalangan masyarakat mengenai hubungan antara adiksi *game online* dengan kesehatan mental. Seperti dengan mengetahui bahwa perilaku adiktif pemain *game online* yang justru dapat membuat suatu penyakit yang disebut IGD, diharapkan ke depannya adanya edukasi mengenai *time-management* dalam bermain *game*, atau *developer* atau *publisher game* itu sendiri dapat membuat suatu batasan dan peringatan waktu dalam *game* tersebut. Penelitian ini juga diharapkan dapat meningkatkan kemampuan dan minat serta kerjasama antara mahasiswa dan dosen dalam melakukan publikasi.