

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Stres adalah reaksi tubuh dan pikiran terhadap ancaman, tantangan, atau permintaan yang dirasakan, baik secara fisik atau emosional, yang mengganggu individu (WHO, 2019).⁽¹⁾

Dalam masa remaja, banyak masalah-masalah yang dapat menyebabkan terjadinya stres, seperti konflik dengan orang tua, teman sebaya, harapan orang tua yang terlalu tinggi, sulitnya berinteraksi di lingkungan tempat tinggal, orang tua sibuk dengan pekerjaan masing-masing, masalah akademik, dan lain-lain.

Manifestasi dari stres dalam remaja dapat berupa seperti kecemasan, depresi, gangguan makan, kecanduan obat-obatan dan alkohol, dan penyakit fisik⁽¹⁾. Stres tumbuh selama masa remaja, dan mekanisme koping harus sama kuatnya dengan hambatan yang dihadapi.⁽²⁾

Game online menjadi salah satu pilihan para remaja untuk menghilangkan stres yang sedang dialami. Menurut temuan penelitian Suralaga et al, (2023) responden menyatakan bahwa tujuan mereka bermain game online adalah untuk menghilangkan stres, dan beberapa responden menyatakan bahwa mereka merasa lebih ceria ketika bermain.⁽³⁾

Dalam beberapa tahun terakhir, penggunaan Internet di Indonesia telah meningkat secara signifikan, yang berdampak langsung pada meningkatnya juga pemain game online. Menurut laporan dari Marketeers dan firma riset

MarkPlus Insight, terdapat 62 juta pengguna internet pada tahun 2012. Namun, pada tahun 2013 atau dalam tempo waktu satu tahun, jumlah pemakai internet meningkat 22% menjadi 74,5 juta. ⁽⁴⁾

Kemajuan industri game online pun meningkat, dan Indonesia menjadi target pemasaran game-game online yang ada. Ini dikarenakan banyaknya pengguna gadget elektronik yang bermain game pada perangkat-perangkat tersebut.

Indonesia merupakan salah satu target besar industri game di dunia. Khususnya game mobile atau game yang dimainkan di perangkat mobile, tablet, atau konsol. Menurut sebuah survei yang dilakukan oleh penyaji data yang berspesialisasi dalam memahami tren internet dan media sosial, 'We Are Social', data menyimpulkan bahwa Indonesia memiliki jumlah pengguna video game tertinggi ketiga di dunia. Laporan ini menyatakan sebanyak 94,5% pemakai internet berusia antara 16-64 tahun di Indonesia bermain video game pada Januari 2022. ⁽⁵⁾

Sementara itu, Filipina memimpin dengan 96,4% pengguna internet yang bermain video game. Thailand menempati posisi kedua dengan persentase 94,7%. Vietnam berada di peringkat keempat karena 93,4% pengguna internetnya berpartisipasi dalam aktivitas video game. India dan Taiwan menyusul dengan persentase masing-masing 92% dan 91,6%. We are Social menemukan bahwa 83,6% pengguna internet berusia antara 16 sampai 64 tahun bermain video game di perangkat apa pun. 68,1% pengguna internet bermain video game di ponsel mereka.

Oleh karena itu, melalui karya tulis ilmiah yang berjudul “Hubungan Keadaan Stres dengan Kompensasi Lamanya Bermain Game online pada Remaja di Gereja GBI Senayan City” akan membahas lebih lanjut terkait hubungan tingkat stres dengan kompensasi lamanya bermain game online, hal ini tentunya menarik perhatian peneliti untuk mendalaminya.

1.2 Rumusan Masalah

Stres terus dialami oleh banyak individu remaja. Akibat dari stres yang dialami pada masa remaja, mereka mencari solusi yaitu salah-satunya adalah dengan bermain game online. Dengan demikian, peneliti terdorong untuk mempelajari lebih lanjut mengenai keterikatan antara lamanya waktu dalam bermain game online dengan tingkat stres yang dialami pada remaja.

1.3 Pertanyaan Penelitian

Apakah terdapat hubungan antara tingkat stres dengan jumlah waktu yang dihabiskan untuk bermain game pada remaja yang beribadah di Gereja GBI Senayan City?

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan tingkat stres yang dialami para remaja di Gereja GBI Senayan City dengan durasi waktu yang mereka gunakan dalam bermain game online.

1.4.2 Tujuan Khusus

- Mengetahui berapa lama waktu yang dihabiskan oleh remaja di Gereja GBI Senayan City untuk bermain game online.
- Mengetahui gambaran tingkat stres remaja di Gereja GBI Senayan City.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Akademik

- Mengambil andil dalam meluaskan data baru pada bidang penelitian medis mengenai tingkat stres yang dialami remaja di Gereja GBI Senayan City.
- Sebagai titik pijakan sehingga dapat mengembangkan lebih lanjut penelitian yang serupa.
- Memberikan kontribusi penambahan pengetahuan dan informasi bagi para pembaca.

1.5.2 Manfaat Praktik

- Memberikan informasi kepada para remaja yang menderita situasi stres mengenai tingkat stres.
- Membagi informasi kepada remaja yang sedang menderita stres.