

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Gangguan mental emosional adalah kondisi yang menandai perubahan emosi yang mengarah pada keadaan patologis, sering kali mempengaruhi fungsi individu dalam lingkup keluarga, pendidikan, dan menyebabkan kekhawatiran melalui konflik bawah sadar. Pada remaja, gejala gangguan mental emosional dapat mengganggu fungsi aktivitas sehari-hari, termasuk fungsi sosial, akademik, dan fisik. Gangguan ini dapat menyebabkan perubahan *mood* yang parah, mempengaruhi hubungan interpersonal, serta berpotensi menyebabkan konflik dengan keluarga dan teman. Selain itu, dampaknya juga terasa dalam penurunan prestasi akademik yang dapat berujung pada putus sekolah.¹ Gangguan emosi sering terjadi pada remaja, dan berdasarkan riset kesehatan dasar masalah mental emosional penduduk Indonesia usia >15 tahun yaitu 9,8%, prevalensi tertinggi terdapat di Provinsi Sulawesi Tengah yaitu sebanyak 19,8%, sedangkan prevalensi terendah terdapat di Provinsi Jambi sebanyak 3,8%.²

Indonesia menempati peringkat keempat sebagai pengguna *smartphone* terbesar di dunia dengan persentase mencapai 68%, juga memuncaki daftar sebagai negara dengan jumlah pemain *game online* terbanyak ketiga di dunia. Menurut laporan *We Are Social*, sebanyak 94,5% pengguna internet berusia 16-64 tahun di Indonesia memainkan *video game* per Januari 2022.³ Terkait dampak dari popularitas *game online*, Penelitian Darwis di tahun 2020 menunjukkan bahwa remaja Indonesia cenderung sangat menggemari *game online*, kadang hingga mengabaikan tugas-tugas penting. Hal ini berpotensi menyebabkan dampak negatif, termasuk aspek kesehatan, psikologis, akademik, sosial, dan keuangan.^{4,5} Prevalensi kecanduan *game online* di Indonesia terus meningkat, menempatkan negara ini di peringkat keenam di dunia dengan persentase 11,26% pada tahun 2017.⁶ Kecanduan *game online* juga seringkali menyebabkan penurunan fungsi

akademik, karena waktu yang seharusnya digunakan untuk belajar menjadi tercurah pada bermain game. Studi oleh Islam Pandu Utomo menegaskan bahwa meskipun *game online* dapat memberikan kepuasan dan mengurangi stres, dampak negatifnya juga signifikan. Dapat dilihat ketika remaja mengalami kekalahan akibat dari bermain *game online* membuat remaja bersikap marah, emosional, dan kadang benda di sekitar serta berteriak keras dan menimbulkan keresahan terhadap orang yang mendengarkan suara mereka. Dengan demikian *game online* sangat berdampak pada emosional remaja yang tidak terkendali dengan marah, kesal bersikap tidak baik, berkata kotor dan mudah emosi ketika bermain. Kebiasaan buruk nantinya dapat merusak karakter remaja sehingga memiliki emosional yang tidak stabil. Hal ini disebabkan oleh peningkatan neurotransmitter *dopamine* saat bermain game, yang menciptakan efek kesenangan dan dapat menyebabkan kecanduan.⁷

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Weinstein, menjelaskan bagaimana rangsangan dari *game online* mempengaruhi beberapa proses dalam otak, seperti sistem penghargaan otak (yang mengatur rasa senang atau kepuasan), pemrosesan informasi sensorik (seperti visual atau suara dalam game), dan refleksi diri (kemampuan untuk merenung atau berpikir tentang pengalaman yang baru saja terjadi). Selain itu, ada bukti yang menunjukkan bahwa bermain game dalam jangka panjang dapat mengubah cara otak bekerja, misalnya dengan meningkatkan aktivitas di bagian otak yang disebut striatum, yang terkait dengan durasi bermain gim dan hubungan dengan gangguan kecanduan *game online* atau *Internet Gaming Disorder (IGD)*.⁸

Dari tinjauan studi yang lebih mendalam, terungkap bahwa kecanduan *game online* berhubungan dengan perubahan struktural dan fungsional dalam otak. Perubahan ini meliputi volume materi abu-abu dan kepadatan materi putih di berbagai daerah otak yang mengatur fungsi kognitif, emosional, dan motorik. Ini menegaskan bahwa kecanduan *game online* tidak hanya memiliki dampak psikologis, tetapi juga dampak neuroanatomis jangka panjang.^{9,10}

Tingginya prevalensi kecanduan *game online* pada remaja, mendorong peneliti untuk melakukan penelitian lebih lanjut. Penelitian ini dilakukan karena minimnya penelitian yang telah dilakukan di daerah Jambi, terutama di SMPN 17 Kota Jambi, sehingga penting untuk mengetahui angka kejadian kecanduan *game online* dan angka kejadian di lingkungan pendidikan ini.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, rumusan masalah penelitian ini adalah, “Apakah terdapat hubungan antara kecanduan *game online* terhadap gangguan mental emosional pada anak usia sekolah di SMP N 17 Kota Jambi.”

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara kecanduan *game online* terhadap gangguan mental emosional.

1.3.2. Tujuan Khusus

1. Mengetahui karakteristik usia subjek penelitian.
2. Mengetahui karakteristik jenis kelamin subjek penelitian
3. Mengetahui angka kejadian kecanduan *game online* pada anak usia sekolah.
4. Mengetahui angka kejadian gangguan mental emosional pada anak usia sekolah.
5. Mengetahui hubungan antara kecanduan *game online* terhadap gangguan mental emosional pada anak usia sekolah

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Praktis

1. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat untuk penelitian selanjutnya serta menambah wawasan dan

pengetahuan mengenai hubungan antara kecanduan *game online* terhadap gangguan mental emosional di usia anak sekolah

2. Bagi Responden

Hasil penelitian ini diharapkan responden dapat memperoleh informasi dan pendidikan tentang risiko dan konsekuensi kecanduan *game online* terhadap kesehatan mental dan emosional.

3. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan edukasi terhadap anak yang mengalami kecanduan *game online* dapat mempengaruhi gangguan mental emosional.

1.4.2. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat menjadi acuan untuk penelitian berikutnya yang berkaitan dengan hubungan antara kecanduan *game online* terhadap gangguan mental emosional.