

Bab 2.

Landasan Teori

Bab ini menguraikan teori-teori yang berkaitan dengan kecanduan gim daring, kesepian, penerimaan teman sebaya, remaja, serta kerangka berpikir dan hipotesis.

2.1. Kecanduan Gim Daring

2.1.1. Definisi Kecanduan

Kecanduan dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia dinyatakan sebagai kejangkitan pada suatu kegemaran (hingga lupa hal-hal yang lain). Dalam *Medical-Dictionary* kecanduan dikatakan sebagai ketergantungan yang menetap dan kompulsif pada suatu perilaku atau zat.

Menurut Dodes (dalam Yee, 2002) kecanduan terdiri dari *physical addiction*, yaitu kecanduan yang berhubungan dengan alkohol atau kokain, dan *non-physical addiction*, yaitu kecanduan yang tidak melibatkan alkohol maupun kokain, dengan demikian dapat dikatakan kecanduan gim daring termasuk dalam *non-physical addiction*. Hal ini sejalan dengan pendapat Peele (2007) yang menyatakan bahwa kecanduan saat ini memang tidak hanya terbatas pada obat-obatan maupun alkohol, namun seiring kemajuan zaman kecanduan juga dapat terjadi pada internet, televisi, dan tentunya kecanduan gim daring.

2.1.2. Definisi gim daring

Gim dalam jaringan/da.ring terdiri dari dua kata yaitu, gim yang artinya permainan, dan dalam jaringan/da.ring yang artinya terhubung dengan jaringan internet (Pusat Bahasa, 2011). Dapat dikatakan gim

dalam jaringan/da.ring adalah permainan video yang dapat dimainkan pada *browser* internet dan memerlukan koneksi internet untuk menjalankannya. Gim daring dikatakan pula sebagai permainan komputer yang memanfaatkan jaringan komputer (LAN atau Internet) sebagai medianya.

Meerkerk, Schoenmakers, Van de Mheen, dan Van Rooij (2008, dalam Marie-Brox, 2011) merangkum video gim menjadi tiga bagian besar sesuai dengan pasar gim daring saat ini.

1. Di luar jaringan (*offline*)

Gim jenis ini tidak memerlukan koneksi internet untuk memainkannya. Biasanya *programnya* di *install* di sebuah *Personal Computer* (PC) atau dimainkan di dalam console seperti Playstation, Nintendo Wii. Gim jenis ini biasanya dimainkan seorang diri, namun terdapat juga yang bersifat *multiplayer*, namun dimainkan dalam satu sistem. Contoh dari gim ini seperti Dragon Age Origins, GTA, The Sims.

2. *Casual Browser Games* (dalam jaringan / *online*)

Dalam memainkannya dibutuhkan browser internet (Mozilla, Chrome, Safari) dan tidak perlu meng-*install* ke *Personal Computer* (PC). Biasanya bersifat *single player* seperti solitaire dan *casual browser games* lainnya yang dapat dimainkan secara gratis di web tertentu misal di situs <http://game.telkomspeedy.com/> . Selain versi *single player*, saat ini versi *multiplayer* juga sudah mulai populer dimainkan lewat media jejaring sosial seperti Facebook. Contoh gim-gim yang terdapat pada aplikasi gim di

Facebook, seperti Farmville, The Sims Social, Pet Society, dan lainnya.

3. Multiplayer Online Game (dalam jaringan / *online*)

Merupakan versi gim daring paling populer dan paling banyak dimainkan saat ini. Dikenal pula dengan *Massively Multiplayer Online Game* (MMO) yaitu permainan yang melibatkan ribuan pemain yang berada dalam jaringan dalam waktu bersamaan. Dalam memainkan MMO dibutuhkan interaksi dengan karakter lain dalam permainan tersebut untuk menyelesaikan pencarian/penjelajahan dan misi agar dapat mencapai tingkat tertentu, mendapatkan item yang bagus, dan lain sebagainya. MMO sendiri memiliki banyak jenis, beberapa diantaranya yang populer seperti.

a. *Role Playing Games* (RPG)

Permainan yang para pemainnya memainkan peran tokoh-tokoh khayalan dan berkolaborasi untuk merajut sebuah cerita. Contoh dari genre permainan ini Ragnarok Online, The Lord of the Rings Online: Shadows of Angmar, Seal Online, Grand Chase, World of Warcraft.

b. *First Person Shooter (FPS)*

Jenis permainan tembak-menembak dengan tampilan pada layar pemain adalah sudut pandang tokoh karakter yang dimainkan. Biasanya permainan berupa penyelesaian misi bersama dengan tim. Contoh dari gim ini adalah Point Blank, Counter Strike Online, Special Force.

c. *Real Time Strategy (RTS)*

Jenis Permainan ini biasanya dalam *setting* peperangan dan memiliki ciri khas adanya pengaturan suatu unit atau pasukan untuk menyerang markas musuh. Contoh gimnya seperti Warcraft, Age of Empire, Starcraft. DotA. ("Pengenalan Jenis-Jenis Game Online," 2011)

Kategori jenis gim yang diikutsertakan dalam penelitian adalah tipe MMO dan *casual browser games* yang bersifat *multiplayer*. Hal ini karena, aspek penting dari gim yang bersifat dalam jaringan (*online*) yaitu memiliki banyak pemain yang terhubung dalam suatu jaringan internet.

2.1.3. Kecanduan Gim Daring

Istilah kecanduan gim daring sebenarnya merupakan kelanjutan dari konsep *Internet Addiction Disorder (IAD)* yang pertama kali diperkenalkan oleh seorang psikiater bernama Ivan Goldberg pada tahun 1995. Awalnya Goldberg hanya membuat istilah *internet addiction* ini sebagai *diagnostic joke*, namun ternyata banyak kolega dan peneliti yang

membaca essay tentang *internet addiction* ini melihatnya sebagai suatu fenomena yang serius dan perlu diteliti lebih lanjut.

Seiring dengan berjalannya waktu, konsep IAD mulai banyak diteliti oleh orang lain, salah satunya Kimberly Young. Young (1996) menggunakan kriteria diagnosis *pathological gambling* dari DSM IV untuk membedakan pengguna internet yang ketergantungan dan tidak ketergantungan. Pemilihan *pathological gambling*, selain karena belum ada diagnosis resmi saat itu tentang kecanduan internet, juga karena *pathological gambling* dilihat sebagai model yang sifatnya paling mirip dengan sifat patologis dari pengguna internet. Dengan menggunakan *pathological gambling* sebagai modelnya, kecanduan internet dapat didefinisikan sebagai gangguan impuls-kontrol yang tidak melibatkan suatu zat yang memabukan. Dari penelitiannya, Young menemukan bahwa pengguna internet yang kecanduan juga mengalami gangguan pada kehidupan akademis, relasi dengan keluarga, teman, serta pekerjaan. Hal ini sama seperti yang ditemukan pada orang-orang dengan *pathological gambling*, kecanduan alkohol, serta yang mengalami gangguan makan.

Konsep kecanduan internet yang ditemukan oleh Young (1996) dengan menggunakan diagnosis *pathological gambling* pun semakin banyak diteliti. Kebanyakan penelitian yang dilakukan menggunakan istilah kecanduan internet, padahal seharusnya penggunaan istilah kecanduan tidak pada medianya yaitu internet, melainkan aktivitas dengan media internet yang membuat kecanduan. Aktivitas bermain gim menjadi sorotan dibanding aktivitas lain yang menggunakan internet sebagai medianya seperti *chatting*, *downloading*, *social newtworking*,

mailing, serta *browsing*, karena dari semua aktivitas tersebut, Van Rooij (2011) menemukan bahwa kegiatan bermain gim daring memiliki hubungan yang paling kuat dengan penggunaan internet yang berlebihan atau kecanduan internet. Hal ini membuat konsep kecanduan terhadap video gim daring dapat dikategorikan sebagai subtype dari kecanduan internet.

Sebagai bagian dari kecanduan internet, kecanduan gim daring juga menggunakan kriteria diagnosis yang sama dengan kecanduan internet, yaitu *pathological gambling*. Griffiths (2005, dalam Griffiths, 2010) menyatakan bahwa kecanduan gim dapat dikatakan sebagai bentuk non finansial dari *pathological gambling*. Griffiths (2005, dalam Griffiths, 2010) kemudian membuat kriteria tersendiri untuk *behavior addiction* seperti kecanduan gim daring dengan mengadaptasi dari kriteria *pathological gambling* dalam DSM tersebut. Enam kriteria yang kemudian menjadi dimensi dari kecanduan gim daring adalah

- a. *Salience*. Hal ini terjadi ketika penggunaan gim daring menjadi aktivitas yang paling penting dalam kehidupan individu, mendominasi pikiran individu (preokupasi atau gangguan kognitif), perasaan (merasa sangat butuh), dan tingkah laku (kemunduran dalam perilaku sosial). Sebagai contoh saat seorang tidak sedang bermain gim daring, mereka akan terus memikirkannya.
- b. *Mood modification*. Keterlibatan yang tinggi saat bermain gim daring, dimana perasaan senang dan tenang (seperti menghilangkan stres) saat perilaku kecanduan itu muncul. Gim

daring digunakan sebagai alat *coping* atau melarikan diri dari permasalahan.

- c. *Tolerance*. Hal ini merupakan proses dimana terjadinya peningkatan jumlah aktivitas bermain gim daring untuk mendapatkan efek perubahan dari *mood*. Demi mencapai kepuasan, jumlah aktivitas bermain gim daring meningkat secara mencolok. Kepuasan yang diperoleh dalam bermain gim daring secara terus menerus dalam jumlah waktu yang sama akan menurun secara mencolok, dan untuk memperoleh pengaruh yang sama kuatnya seperti sebelumnya, maka secara berangsur-angsur harus meningkatkan jumlah pemakaian agar tidak terjadi toleransi, contohnya pemain tidak akan mendapatkan perasaan kegembiraan yang sama seperti jumlah waktu pertama bermain sebelum mencapai waktu yang lama.
- d. *Withdrawal symptoms*. Hal ini merupakan perasaan tidak menyenangkan yang terjadi karena aktivitas bermain gim daring dikurangi atau tidak dilanjutkan dan berpengaruh pada fisik seseorang. Efeknya antara lain secara fisik (seperti, pusing, insomnia) atau psikologisnya (misalnya, mudah marah atau *moodiness*).
- e. *Conflict*. Hal ini mengarah pada konflik yang terjadi antara pemain gim daring dengan lingkungan sekitarnya (konflik interpersonal), konflik dalam tugas lainnya (pekerjaan, tugas, kehidupan sosial, hobi) atau konflik yang terjadi dalam dirinya sendiri (konflik intrafisik atau merasa kurangnya kontrol) yang

diakibatkan karena terlalu banyak menghabiskan waktu bermain gim daring.

- f. *Relapse*. Hal ini merupakan dimana orang sebelum sembuh dari perilaku kecanduannya sudah mengulangi kembali kebiasaannya.

Kecanduan gim daring sebagaimana kecanduan internet juga menghasilkan dampak-dampak negatif. Konsekuensi dari individu yang kecanduan gim daring dapat cukup besar. Para pecandu rela melupakan waktu tidur, makan, dan kontak dengan manusia di kehidupan nyata untuk mendapatkan pengalaman bermain di dunia maya. Siswa yang kecanduan pada gim dan internet dilaporkan lebih mengutamakan aktivitas bermain daripada menjalin hubungan sosial yang nyata dengan teman (Phillips et al., 1995; Griffiths et al., 2004; Ng & Wiemer-Hastings, 2005, dalam Thomas & Martin, 2010).

2.1.4. Motivasi Bermain Gim Daring

Terdapat dua teori yang menjelaskan mengenai motivasi individu dalam bermain gim daring.

2.1.4.1. Tipe Bartle

Richard Bartle (1996, dalam Seay, 2006) membagi 4 tipe motivasi seseorang dalam bermain gim daring.

Tipe pertama, “*achievers*” adalah orang-orang yang didorong oleh tujuan utama dari permainan, menjadi yang terbaik, berada di peringkat pertama dan mengumpulkan poin terbanyak. Tipe “*achievers*” biasanya juga terlibat dalam kegiatan yang memfasilitasi tujuan utama mereka, misalnya bersosialisasi dengan pemain lain

untuk mendapatkan informasi agar strategi permainan mereka menjadi lebih efektif.

Tipe kedua, “*socializers*” adalah orang-orang yang tertarik dalam berinteraksi dengan orang lain di dunia maya. Permainan itu sendiri bagi mereka hanya sebagai kebutuhan sekunder, sebagai sarana untuk dapat mengenal orang lain, berhubungan dengan orang lain, belajar, serta berbagi. Terkadang mereka menggunakan karakter yang berbeda dari kehidupan nyata mereka. Mereka mempertahankan minat dalam hubungan interpersonal dan interaksi sosial diatas segalanya.

Tipe ketiga, “*explorers*” adalah orang-orang yang suka menjelajah dan menyelidiki dunia permainan. Termasuk pemetaan geografi dan mekanika gim.

Tipe keempat “*killers*” memiliki keinginan yang kuat untuk memaksakan diri pada pengalaman bermain orang lain. Biasanya ditandai dengan membunuh pemain lain untuk kepuasan mengetahui bahwa orang asli yang menjalankan karakter yang dibunuh tersebut merasa kecewa dengan apa yang sudah diperbuat oleh “*killers*” ini.

2.1.4.2. Tipe Yee

Berbeda dari Batrle, tipe dari Nicholas Yee (2002, dalam Seay, 2006) dinyatakan sebagai *motivational facet*. *Motivatonal facet* terdiri dari lima faktor yang menjadi motivasi seseorang bermain gim daring.

Faktor pertama adalah “*relationship*”, dijelaskan sebagai keinginan untuk mengembangkan hubungan yang bermakna dengan pemain lain. Pemain yang termotivasi karena faktor “*relationship*”

mendapatkan dan memberikan dukungan emosional dari teman-teman *online*-nya melalui gim.

Faktor kedua, "*immerse*", dijelaskan sebagai keinginan untuk menyembunyikan jati diri dalam dunia khayalan. "*Immerse*" biasanya melakukan *role-play* dan mencoba berbagai macam karakter saat bermain gim.

Faktor ketiga, "*grief*", dijelaskan sebagai keinginan untuk menggunakan pemain lain untuk keuntungan diri sendiri. Mereka membunuh, memohon, mengejek, menipu, dan mengganggu pemain lain baik secara terang-terangan, maupun dengan cara yang halus.

Faktor keempat, "*achievement*", dijelaskan sebagai keinginan untuk menjadi paling kuat dalam gim. Mereka berkonsentrasi penuh pada peningkatan pendapatan dan prestasi mereka dalam permainan dengan cara yang paling efektif.

Faktor kelima, "*leadership*", dijelaskan sebagai keinginan untuk menjadi yang paling berkuasa dalam gim. Mereka memiliki keinginan untuk memanajemen pemain lain.

2.1.5. Penyebab Kecanduan Gim Daring

Yee (2002) mengemukakan dua faktor yang mempengaruhi seseorang kecanduan gim daring, yaitu *Attraction Factor* (Faktor Atraksi) dan *Motivation Factor* (Faktor Motivasi). Ada tiga Faktor Atraksi utama dari gim daring yang mendorong penggunaan waktu dan keterikatan pribadi *terhadap* gim daring. Hal-hal tersebut adalah lingkaran *reward* yang terelaborasi di dalam gim daring, jaringan relasi pemain yang kian bertambah seiring gim daring dimainkan, dan lingkungan virtual yang membuat pemain tenggelam di dalamnya. Kemenarikan ketiga faktor

atraksi ini tidak sama antara satu pemain dengan pemain lainnya. Faktor Motivasi adalah tekanan-tekanan atau masalah-masalah dalam kehidupan nyata yang dapat menggunakan faktor atraksi sebagai jalan keluarnya. Masalah yang mungkin dihadapi misalnya masalah *self-esteem*, *self-image*, kurang mampu mengontrol hidup, merasa tidak berguna, tidak mampu membentuk atau mempertahankan relasi, serta berbagai tekanan lain dalam kehidupan nyata. Dalam faktor ini, hal-hal yang menjadi perbedaan antar diri pemain dapat mempengaruhi perbedaan derajat dalam kecanduan yang dialaminya (Yee, 2002).

Selain itu berbagai penelitian mulai banyak dilakukan untuk mengetahui penyebab dari kecanduan pada gim daring. Faktor internal dapat dilihat dari desain gim yang memang dirancang untuk membuat pemainnya terus bermain. Faktor ini disebut sebagai *stickiness*. Faktor-faktor lain di luar itu juga turut menjadi perhatian. Aspek sosial menurut Leung (2007, dalam Young, 2009) merupakan faktor utama dalam banyak kasus kecanduan gim, para pemain sering mengalami masalah dengan hubungan sosial dan merasa kesepian seolah mereka tidak pernah merasakan perasaan kebersamaan. Dalam kaitan dengan perkembangan remaja dimana fenomena ini banyak terjadi, *psychosocial well being* juga berkontribusi bagi terjadinya *pathological gaming* ini (Lemmens, Valkenburg, & Peter, 2010). Sejalan dengan Leung (2007, dalam Young 2009) dalam studi longitudinal yang dilakukan Seay dan Krauft (2007, dalam Lemmens, Valkenburg, & Peter, 2010) ditemukan bahwa kesepian sebagai salah satu bentuk spesifik *low psychosocial well being*, terbukti bertindak sebagai faktor yang berkontribusi bagi terjadinya *pathological*

gaming. Dengan demikian dapat terlihat keterkaitan antara kecanduan gim daring dengan variabel kesepian.

2.2. Kesepian

2.2.1. Definisi Kesepian

Weiss (dalam Baron & Byrne, 2005) menyatakan bahwa kesepian tidak disebabkan oleh kesendirian, namun disebabkan tidak terpenuhinya kebutuhan akan hubungan atau rangkaian hubungan yang pasti, atau karena tidak tersedianya hubungan yang dibutuhkan individu tersebut. Hal ini sejalan dengan pernyataan Peplau dan Perlman (1982, dalam Hughes, Waite, Hawkley, & Cacioppo, 2004) yang menyatakan bahwa perasaan kesepian tidak sama dengan kesendirian, melainkan melibatkan perasaan terisolasi, perasaan tidak terhubung, dan perasaan tidak tergabung (*belonging*). Perasaan ini mencerminkan perbedaan kesenjangan antara hubungan sosial yang individu inginkan dengan yang individu capai. Kesepian juga didefinisikan sebagai ekspresi perasaan negatif dari hilangnya suatu hubungan dan terjadi pada individu dari berbagai tahapan usia (De Jong Gierveld & Van Tilburg, 2006).

Batasan kesepian dapat dirumuskan berdasarkan pendekatan yang digunakan dalam memandang kesepian. Peplau dan Perlman (1982) mengemukakan tiga pendekatan teori yang digunakan dalam memandang kesepian, yaitu

a. Pendekatan *need for intimacy*

Menurut pendekatan ini, kebutuhan akan keintiman adalah suatu hal yang universal dan sudah menetap pada diri setiap manusia sepanjang hidupnya. Apabila kebutuhan keintiman

dengan orang lain tersebut tidak terpenuhi maka rasa kesepian tersebut dapat muncul.

b. Pendekatan *cognitive processes*

Pada pendekatan ini yang lebih ditekankan adalah persepsi dan evaluasi mengenai hubungan sosialnya. Dikatakan pula bahwa kesepian muncul sebagai akibat dari ketidakpuasan yang dirasakan seseorang mengenai hubungan sosialnya. Selain itu kesepian juga muncul ketika seseorang merasa terdapat kesenjangan antara pola hubungan sosial yang diinginkan dan hubungan sosial yang telah dicapai.

c. Pendekatan *social reinforcement*

Menurut pendekatan ini, hubungan sosial merupakan suatu bentuk dari *reinforcement*. Rasa kesepian dapat muncul apabila seseorang merasa kurang mendapatkan *social reinforcement* dan ia merasa hal tersebut sebagai kekurangan utamanya.

Ketiga pendekatan tersebut saling melengkapi satu sama lain dan berkaitan dengan hubungan sosial yang dimiliki setiap individu. Manusia sebagai makhluk sosial selalu mempunyai kebutuhan untuk dapat berinteraksi dan diterima oleh orang di sekelilingnya. Ketiga pendekatan tersebut secara umum mengatakan bahwa kesepian dapat terjadi apabila seseorang kurang memiliki hubungan sosial yang baik.

Berdasarkan definisi-definisi tersebut, dapat dikatakan bahwa kesepian tidak sama dengan kesendirian (*aloneness*) atau isolasi fisik, yang merupakan keadaan terpisah dari orang lain. Seseorang mungkin merasa bahagia saat sedang sendirian atau justru mengalami kesepian

saat berada di tengah-tengah keramaian. Seseorang dapat saja mengalami kesepian meskipun selalu terlihat dikelilingi oleh banyak individu dan memiliki pergaulan yang luas. Kesepian lebih menunjuk pada kualitas hubungan antar pribadi seseorang dari pada kuantitasnya. Selain itu kesepian merupakan suatu pengalaman subjektif dan bukan objektif.

2.2.2. Jenis Kesepian

Kesepian dapat dilihat melalui tiga jenis tipologi, yaitu berdasarkan fungsi dari kesepian, berdasarkan defisit dalam hubungan, dan berdasarkan perspektif waktu (De Jong-Gierveld & Raadschelders, 1982, dalam Hu, 2007). Tipologi pertama melihat kesepian berdasarkan fungsinya yaitu, ada yang positif dan negatif. Selain fungsi negatif yaitu berupa pengalaman yang tidak menyenangkan dan depresif, kesepian juga memiliki fungsi positif yaitu membantu manusia memiliki refleksi diri dan menyadari kekuatan diri (De Jong-Gierveld & Raadschelders, 1982, dalam Hu, 2007). Kesepian secara positif dapat menjadi alat konfrontasi diri dan sarana untuk perkembangan diri.

Tipologi kedua adalah melihat kesepian berdasarkan defisit dalam suatu hubungan. Menurut Weiss (dalam De Jong Gierveld & Van Tilburg, 2006) ada dua jenis kesepian, yaitu *social loneliness* dan *emotional loneliness*.

a. Emotional loneliness

Disebabkan tidak ada atau kurangnya kedekatan emosional dengan seseorang sehingga tidak dapat bergantung kepada siapapun. Dapat dikatakan pula tidak adanya hubungan intim atau keterikatan emosional yang dekat misalnya dengan pasangan atau sahabat.

b. Social loneliness

Tidak adanya kontak dengan kelompok yang lebih luas atau keterlibatan diri dengan jaringan sosial misalnya dengan teman, kolega, atau orang-orang di lingkungan sekitar.

Tipologi ketiga adalah melihat jenis kesepian berdasarkan waktu lamanya individu mengalami rasa kesepian tersebut. Menurut Beck dan Young (Dalam Hu, 2007) kesepian berdasarkan durasi waktunya, dapat dibedakan menjadi tiga jenis, yaitu

a. Kesepian Kronis (*Chronic Loneliness*)

Kesepian ini adalah perasaan kesepian yang terjadi sepanjang tahun di mana individu tidak dapat mengembangkan hubungan sosial yang memuaskan.

b. Kesepian Situasional (*Situational Loneliness*)

Adalah perasaan kesepian yang timbul setelah terjadinya suatu kejadian penting dalam kehidupan individu. Misalnya berakhirnya suatu perkawinan, kematian pasangan, dan lain-lain. kesepian ini dapat teratasi setelah selang waktu yang relatif singkat tersebut, individu dapat menerima perasaan kehilangan yang dialaminya.

c. Kesepian sementara (*Transient Loneliness*)

Merupakan perasaan kesepian yang paling umum dan paling singkat waktunya, mulai dari beberapa menit hingga jam dan hampir setiap orang pernah mengalaminya. Misalnya ketika seseorang sedang sendirian di rumahnya, mungkin ia akan merasa kesepian dan akan segera terobati ketika anggota keluarganya yang lain tiba di rumah.

Penelitian ini berfokus pada jenis kesepian berdasarkan defisit dalam hubungan, yaitu melihat kesepian pada remaja sebagai akibat dari tidak terpenuhinya kebutuhan untuk intim dengan teman-teman sebaya (diterima atau tidak oleh teman sebayanya). Hal ini sejalan dengan pernyataan Parkhurst dan Asher (1992, dalam Ernst & Cacioppo, 1999) bahwa faktor lain yang juga berkontribusi dalam terbentuknya perasaan kesepian adalah hubungan dengan teman sebaya pada anak. Menurut anak yang mengalami penolakan dari teman sebaya akan mengalami perasaan kesepian yang tinggi.

2.2.3. Penyebab Kesepian

Kesepian berhubungan dengan faktor dari individu itu sendiri, faktor situasi dan interaksi (Ernst & Cacioppo, 1999). Menurut Peplau dan Perlman (1982) individu dapat mengalami kesepian disebabkan oleh beberapa faktor, yaitu

1. Faktor Predisposisi

Merupakan faktor yang dapat meningkatkan resiko seseorang mengalami kesepian. Faktor ini meliputi karakteristik dari individu itu sendiri dan karakteristik situasi. Individu yang memiliki karakteristik pribadi yang pemalu, tertutup, atau kurangnya asertivitas pada individu lain dapat mudah mengalami kesepian. Individu yang pemalu mungkin tidak mengalami kesepian pada situasi yang telah dikenalnya seperti dengan teman-temannya, namun jika memasuki lingkungan yang baru dan membuat pertemanan dengan individu baru, dia akan merasakan kesepian.

Selain itu, kesepian bisa terjadi pada individu yang memiliki *self esteem* yang rendah. Untuk beberapa individu yang memiliki kemampuan sosial yang rendah pun dapat menjadi salah satu faktor timbulnya kesepian. Beberapa kondisi sosial juga dapat meningkatkan resiko seseorang mengalami kesepian, seperti perubahan kebutuhan sosial individu atau keinginan individu dalam kehidupan sosialnya. Pada situasi yang berbeda-beda, individu menyediakan waktunya untuk melakukan kontak sosial dan menjalin sebuah hubungan yang baru. Namun berbagai hambatan yang dialami individu seperti kurangnya waktu, uang, dan jarak dapat menghambat individu tersebut dalam melakukan kontak sosial dan menjalin hubungan yang baru sehingga dapat memungkinkan individu tersebut mengalami kesepian.

2. Faktor yang mempercepat timbulnya kesepian.

Kesepian dapat timbul karena kejadian-kejadian atau perubahan yang terjadi secara tiba-tiba dalam kehidupan individu tersebut. Perubahan yang terjadi dalam kehidupan individu ini terbagi menjadi dua tipe, yaitu perubahan dalam hubungan sosial individu dan perubahan pada kebutuhan sosial individu atau perubahan keinginan. Perubahan hubungan sosial itu seperti berpisah secara fisik dengan orang yang dicintai karena kematian, perceraian, berakhirnya

hubungan dengan teman. Selain itu, perubahan pada kebutuhan sosial atau perubahan keinginan individu dapat menyebabkan kesepian. Individu memiliki keinginan atau kebutuhan dalam kehidupan sosialnya, namun jika individu tidak dapat memenuhi kebutuhan dalam hubungan sosialnya, maka individu tersebut akan mengalami kesepian.

Berfokus pada remaja, Rice (2007) mengemukakan beberapa faktor yang dapat menyebabkan terjadinya kesepian pada remaja secara umum, yaitu

1. Perasaan pemisahan atau keterasingan dari orang tua.
2. Keluarga yang tidak rukun atau pecah (*broken*).
3. Kemampuan kognitif yang baru yang mengarah pada kesadaran diri.
4. Meningkatnya perasaan kebebasan yang menakutkan.
5. Pencarian identitas diri.
6. Perjuangan untuk mencapai tujuan bermakna.
7. Status kaum marginal remaja dalam masyarakat.
8. Individualisme yang kompetitif dan mengarah kepada perasaan gagal dan penolakan.
9. Harapan yang berlebihan akan popularitas.
10. Harga diri yang rendah, pesimis yang kuat berkaitan dengan disukai dan diterima atau tidak oleh orang lain.

11. Aspirasi pendidikan dan pekerjaan yang rendah, apatis dan tidak bertujuan yang mengarah pada lingkaran kegagalan dan menarik diri.

12. Sifat pemalu.

2.3. Penerimaan Teman Sebaya

2.3.1. Definisi Teman Sebaya

Teman sebaya (*peers*) menurut Hartup (dalam Santrock, 2003) dikatakan sebagai anak-anak atau remaja dengan tingkat usia atau tingkat kedewasaan yang sama. Sementara itu, Jacquette (1976, dalam Rubin, Bukowski, & Laursen, 2009) mendefinisikan *“conceptions of peer groups as homogenous communities or culture is largely a phenomenon of adolescence , and the idea that these groups are also pluralistic entities is an advanced notion.”* Teman sebaya memainkan peran yang krusial dalam perkembangan psikologis dan sosial dari kebanyakan remaja. Remaja biasanya lebih ketergantungan terhadap teman sebayanya dibanding saat mereka berusia lebih muda, karena ikatan mereka terhadap orang tua yang mulai merenggang seiring dengan semakin besar dan mandiri mereka.

2.3.2. Penerimaan Teman Sebaya

Penerimaan teman sebaya dalam *Encyclopedia of Children's Health* dinyatakan sebagai sejauh mana seorang anak atau remaja secara sosial diterima oleh teman sebayanya. Pada masa remaja, diterima oleh teman sebaya merupakan aspek penting. Remaja, khususnya bagi mereka yang berada pada tingkatan sekolah menengah banyak menghabiskan waktu mereka dengan teman sebayanya, hal ini

berdasarkan pada temuan Sullivan (dalam Santrock, 2003) bahwa remaja menghasilkan waktu rata-rata 103 menit per hari untuk interaksi yang berarti dengan teman sebaya dibandingkan dengan hanya 28 menit per hari dengan orang tua. Menurut Hurlock (2000, dalam Soliha, 2010) Apabila remaja merasa mereka tidak diterima oleh kelompok teman sebayanya, maka berbagai akibat negatif akan timbul. Mereka akan merasa kesepian, tidak aman, memiliki konsep diri yang negatif, kurang memiliki pengalaman belajar, sedih, kurang memiliki keterampilan sosial, hidup dalam ketidakpastian reaksi sosial dan melakukan penyesuaian sosial secara berlebihan.

Connell dan Wellborn mengatakan bahwa pengaruh kepemilikan teman terhadap kemampuan diri individu dapat timbul karena sentuhan emosi positif dari *significant others* dapat berdampak kepada kesehatan fungsi sosial, emosional, bahkan intelegensia. Bagi remaja, teman sebaya dapat berarti segalanya, mulai dari orang yang dapat dipercaya, tempat curahan hati, hingga tempat bergantung. Connell dan Wellborn mengatakan bahwa penerimaan dari teman sebaya merupakan kontribusi dari perasaan terkait/terhubung (*feeling of relatedness*) dan perasaan kebersamaan (*feeling of belongingness*) (dalam Santoso, 2008). *Relatedness* atau rasa terkait ini menurut Fromm (dalam Santoso, 2008) didefinisikan sebagai kebutuhan untuk bergabung dan menjadi bagian dari sesuatu, dijelaskan sebagai perasaan solidaritas terhadap seseorang atau sekelompok orang. Terdiri dari indikator *reciprocal of a mutually gratifying nature*, empati, pengertian, dan kemampuan melakukan komunikasi mendalam. Sementara *belongingness* digambarkan sebagai perasaan diterima dalam kelompok, rasa memiliki kepastian, keamanan,

dan *rootedness* yang dikontraskan dengan ketiadaan kecemasan karena kesendirian. Perasaan terkait dan kebersamaan inilah yang menjadi dua dimensi dari penerimaan teman sebaya yang digunakan dalam alat ukur penelitian ini.

2.3.3. Pengukuran Penerimaan Teman Sebaya

Penerimaan teman sebaya menurut Brown (2008) dapat diukur melalui dua metode, yaitu secara sosiometri dan *self report*. Metode sosiometri dilakukan dengan meminta teman-teman dari individu untuk melakukan penilaian seberapa diterimanya individu tersebut dalam lingkungan teman-temannya. Sementara metode *self report* adalah dengan menanyakan langsung pada subjek yang bersangkutan. Penelitian ini menggunakan metode *self report*, yaitu dengan menanyakan perasaan individu, sejauh mana dirinya diterima oleh teman-teman sebayanya.

2.3.4. Kondisi Remaja yang Diterima Teman Sebaya

Hurlock (1990) menyebutkan beberapa kondisi yang dinamakan sindroma penerimaan remaja dari teman sebayanya, yaitu

- a. Kesan pertama yang menyenangkan sebagai akibat dari penampilan yang menarik perhatian, sikap yang tenang, dan gembira.
- b. Reputasi sebagai seorang yang sportif dan menyenangkan.
- c. Penampilan diri yang sesuai dengan penampilan teman-teman sebaya.

- d. Perilaku sosial yang ditandai oleh kerja sama, tanggung jawab, panjang akal, kesenangan bersama orang-orang lain, bijaksana, dan sopan.
- e. Matang, terutama dalam hal pengendalian emosi serta kemauan untuk mengikuti peraturan.
- f. Sifat kepribadian yang menimbulkan penyesuaian sosial yang baik seperti jujur, setia, tidak mementingkan diri sendiri, dan ekstrasversi.
- g. Status sosial ekonomi yang sama atau sedikit di atas anggota lain dalam kelompoknya.
- h. Tempat tinggal yang saling berdekatan dengan kelompok teman sebaya.

2.3.5. Kesenangan dan Penerimaan Teman Sebaya

Keberadaan teman-teman sebaya merupakan aspek penting dalam kehidupan remaja (Santrock, 2003). Hal ini sejalan dengan temuan Sullivan (dalam Santrock, 2003) bahwa remaja menghasilkan waktu rata-rata 103 menit per hari untuk interaksi yang berarti dengan teman sebaya dibandingkan dengan hanya 28 menit per hari dengan orang tua. Remaja juga menyatakan bahwa mereka lebih mengandalkan teman daripada orang tua untuk memenuhi kebutuhan untuk kebersamaan, untuk meyakinkan harga diri, dan keakraban.

Dalam hubungannya dengan teman-teman sebaya, salah satu aspek penting yang dibutuhkan remaja adalah rasa diterima, yang terdiri dari komponen rasa terkait dan kebersamaan (Connell & Wellborn, dalam Santoso, 2008). Hurlock (2000, dalam Soliha, 2010) menyatakan apabila remaja merasa mereka tidak diterima oleh kelompok teman sebayanya,

maka berbagai akibat negatif akan timbul. Mereka akan merasa kesepian, tidak aman, memiliki konsep diri yang negatif, kurang memiliki pengalaman belajar, sedih, kurang memiliki keterampilan sosial, hidup dalam ketidakpastian reaksi sosial dan melakukan penyesuaian sosial secara berlebihan. Santrock (2003) juga menyatakan hal serupa bahwa penolakan atau tidak diperhatikan oleh teman sebaya dapat membuat remaja merasakan kesepian. Sejalan dengan Santrock, Bauminger dan Kasari (2000, dalam Lemmens, Valkenburg, & Peter, 2010) juga menyatakan bahwa kesepian merupakan kondisi emosi yang kompleks dan memiliki kaitan dengan teman sebaya. Dari pemaparan tersebut dapat terlihat keterkaitan antara kesepian sebagai suatu perasaan yang muncul akibat perasaan tidak diterima oleh teman sebaya pada remaja.

2.4. Remaja

Kata “remaja” berasal dari bahasa latin yaitu *adolescere* yang berarti *to grow* atau *to grow maturity* (Rice, 2007). Masa remaja adalah masa perkembangan transisi antara masa anak dan dewasa yang mencakup perubahan biologis, kognitif, dan sosial. Dalam kebanyakan budaya, remaja dimulai pada kira-kira usia 10-13 tahun dan berakhir kira-kira usia 18-22 tahun (Santrock, 2003). Banyak tokoh yang memberikan batasan usia remaja, seperti Gunarsa dan Gunarsa (2006) memberikan batasan antara 12-21, Hurlock (1990) memberikan batasan usia remaja berada pada rentang usia 13 tahun dan akan berakhir pada usia 18 tahun. Di Indonesia, label remaja biasanya diberikan pada individu yang memasuki Sekolah Menengah Pertama (SMP) dengan usia sekitar 12 tahun. Dalam penelitian ini batasan usia yang digunakan adalah dimulai dari 12 tahun dengan asumsi usia masuk anak SMP hingga batasan usia akhir remaja menurut Hurlock (1990) yakni 18 tahun.

Gunarsa dan Gunarsa (2006) menyatakan bahwa remaja merupakan masa peralihan antara masa anak dan dewasa dan memiliki catatan khas seperti

,

1. Mula – mula terlihat timbulnya perubahan jasmani, perubahan fisik yang demikian pesatnya dan jelas berbeda dibanding masa sebelumnya.
2. Perkembangan inteletknya lebih mengarah ke pemikiran tentang dirinya, refleksi diri.
3. Perubahan antara hubungan antara anak dan orang tua dan orang lain dalam lingkungan dekatnya.
4. Timbulnya perubahan dalam perilaku pengalaman dan kebutuhan seks.
5. Perubahan dalam harapan dan tuntutan orang terhadap remaja.
6. Banyaknya perubahan dalam waktu yang singkat menimbulkan masalah dalam penyesuaian dan usaha memadukannya.

Masa remaja menurut Gunarsa dan Gunarsa (2006) memiliki tugas penting untuk mampu bergaul. Hal ini memberikan implikasi bahwa remaja harus mulai menjalin relasi dengan orang – orang diluar rumahnya, dalam hal ini yang menjadi sorotan adalah teman sebayanya.

2.5. Kerangka Berpikir



Gambar 2.1. Bagan Kerangka Berpikir

Sumber: Diolah oleh Penulis

Fenomena mengenai kecanduan gim daring sudah banyak terjadi di masyarakat dunia, termasuk Indonesia, khususnya di Kota Jakarta. Fenomena ini ditemukan banyak terjadi di kalangan remaja (Wan, & Chiou, 2006). Remaja, khususnya bagi mereka yang berada pada tingkatan sekolah menengah banyak menghabiskan waktu mereka dengan teman sebayanya, hal ini berdasarkan pada temuan Sullivan (dalam Santrock, 2003) bahwa remaja menghasilkan waktu rata-rata 103 menit per hari untuk interaksi yang berarti dengan teman sebaya dibandingkan dengan hanya 28 menit per hari dengan orang tua. Dengan demikian dapat dikatakan pada tahapan perkembangan remaja, keberadaan teman sebaya merupakan sosok penting dan untuk dapat diterima dalam teman sebaya adalah salah satu tugas penting pada tahapan ini.

Apabila remaja tidak diterima oleh teman sebaya, salah satu akibatnya adalah munculnya rasa kesepian (Hurlock, 2000, dalam Soliha, 2010). Kesepian menurut Leung (2007, dalam Young, 2009) merupakan salah satu aspek sosial sebagai faktor utama dalam banyak kasus kecanduan gim. Hal ini semakin dikuatkan dengan beberapa temuan dalam penelitian yang menyatakan hubungan kecanduan gim daring dengan faktor kesepian (Nalwa & Anand, 2003; Engelberg & Sjöberg, 2004; Lemmens, Valkenburg, & Peter, 2010; Van Rooij,

2011). Kesenian merupakan suatu reaksi dari ketiadaan dengan jenis-jenis tertentu dari hubungan (Weiss, 1973, dalam Santrock, 2003).

Kesenian pada remaja merupakan suatu hal yang memang kerap terjadi dialami. Beberapa remaja merasa kesenian karena mereka memiliki kebutuhan yang kuat akan keintiman namun belum memiliki keterampilan sosial yang baik atau kematangan hubungan untuk memenuhi kebutuhan tersebut (Santrock, 2003). Perasaan kesenian ini diawali ketika seseorang merasa bahwa ia membutuhkan suatu pertemanan dan keakraban di sekelilingnya, tetapi pada kenyataannya ia merasa tidak mempunyai teman atau merasa kekurangan teman sehingga hal ini menyebabkan munculnya suatu perasaan ketidaknyamanan emosi. Asumsinya adalah untuk keluar dari perasaan ini, bermain gim daring bisa jadi pilihan individu sebagai sarana *coping* rasa kesenian yang dialaminya.

2.5.1. Hipotesis

Berdasarkan pemaparan pada bagian kerangka berpikir, maka hipotesis yang dibuat pada penelitian ini adalah

HA : Terdapat hubungan antara penerimaan teman sebaya dengan kecanduan gim daring melalui kesenian pada remaja.

HO : Tidak terdapat hubungan antara penerimaan teman sebaya dengan kecanduan gim daring melalui kesenian pada remaja.