Pengaruh Lingkungan Pergaulan : Studi Mendalam tentang Peran Teman Sebaya dalam Adiksi Game Online

Tiara Salma¹, Putri Nuraini², Siti Zahara At Thohiroh³, Minarsi Minarsi⁴
^{1,2,3,4} Bimbingan dan Konseling, Universitas Sriwijaya
e-mail: tiarasalma2305@gmail.com

Abstrak

Kecanduan game online semakin meningkat, terutama di kalangan remaja yang disebabkan oleh berbagai faktor. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh teman sebaya dalam adiksi game online. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Metode yang digunakan observasi, wawancara, dan studi dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar remaja bermain game online dipengaruhi oleh teman sebaya yang menimbulkan dampak seperti penurunan prestasi belajar atau masalah kesehatan baik secara fisik maupun psikis remaja tersebut.

Kata kunci: *Game Online, Adiksi, Teman Sebaya*

Abstract

Online game addiction is increasing, especially among adolescents, which is caused by various factors. This study aims to determine the influence of peers in online game addiction. This research uses a qualitative approach. The methods used were observation, interview, and documentation study. The results showed that most teenagers playing online games were influenced by peers which caused impacts such as decreased learning achievement or health problems both physically and psychologically for the teenager.

Keywords : *Online Games, Addiction, Peers*

PENDAHULUAN

Seiring berjalannya waktu, perkembangan dari segala aspek di kehidupan kita semakin maju. Aspek-aspek tersebut meliputi bidang sosial, budaya, ekonomi, seni, dan teknologi informasi dan komunikasi. Perkembangan teknologi merupakan perkembangan yang sangat pesat di zaman ini (Huda, 2020). Kemajuan teknologi di Indonesia saat ini sangatlah pesat. Salah satu hasil perkembangan teknologi yang paling terasa saat ini adalah kemajuan internet. Memperoleh informasi dari seluruh dunia sangat mudah untuk diakses dengan adanya internet. Tidak hanya untuk mendapatkan informasi saja, internet juga bisa menjadi salah satu pusat hiburan bagi penggunaannya (Rahyuni dkk., 2021).

Hasil survei oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) mencatat bahwa salah satu konten hiburan yang banyak dipilih oleh masyarakat Indonesia adalah game online. Game online dapat diakses oleh setiap kalangan mulai dari anak-anak, remaja, dewasa bahkan sampai orang tua. Game online memiliki banyak jenis permainan dari berbagai platform yang ada komputer pribadi, smartphone, dll. Dengan jenis game online Mobile Legends (ML), Arena of Valor (AoV), Clash of Clans (CoC), Fortnite, Dota 2, dan Player Unknown's Battlegrounds (PUBG) yang paling banyak dimainkan oleh berbagai kalangan (Siagian 2022).

Bagi anak/remaja yang suka bermain game online, bermain game online dapat memiliki efek negatif, termasuk dampak psikis, kesulitan konsentrasi, dan kesulitan bersosialisasi. Dampak sosialnya membuat anak-anak dan remaja menjadi tidak peduli dengan lingkungan mereka. Karena kurangnya waktu yang dihabiskan bersama teman dan keluarga, hubungan dengan mereka menjadi renggang. Pergaulan hanya terjadi dalam game online, sehingga mereka yang bermain game tersebut terisolasi dari temanteman dan lingkungan pergaulan nyata. Berhubungan dengan orang lain semakin sulit karena kurangnya interaksi sosial, menurut (fauziah, 2013) dalam

dalam (Okfiyandi, R. M., & Arisandy, D., 2022). Artinya, di era modern ini, banyak remaja lebih suka bermain game daripada bersosialisasi dengan orang lain.

Dapat dilihat dari data global, bahwa Indonesia berada di posisi ketiga sebagai negara dengan jumlah pemain game online (Gamer) terbanyak, yakni 94,5% dari total pengguna internet. Penelitian Gurusinga (2021) dalam F Pembronia N., dkk (2022) mengungkapkan bahwa masalah kecanduan game online cukup serius di kalangan remaja Indonesia, terutama pada kelompok usia 15-18 tahun, dengan persentase mencapai 77,5% untuk remaja laki-laki dan 22,5% untuk remaja perempuan.

Usia remaja merupakan usia yang paling sering atau rentan untuk ketergantungan/kecanduan game online daripada orang yang lebih dewasa. Hal ini dikarenakan beberapa alasan seperti emosi remaja yang masih labil dan impulsif, kurangnya kontrol diri, dan memiliki pikiran yang irasional. Tidak hanya itu, terdapat beberapa faktor lain yang mendukung remaja kecanduan game online, yakni pengaruh lingkungan yang mendorong aktivitas bermain game, motivasi internal individu untuk bermain game, serta kurangnya perhatian dan pengawasan dari orang tua yang membuat siswa mencari pelarian dalam dunia game (Dalimunthe, 2019 dalam F Mochamad dan M Yusienta 2024)

Menurut M.D. Griffiths (2009) dalam F Mochamad dan M Yusienta (2024), pecandu game online umumnya mengalami beberapa kondisi, yaitu: obsesi pada game, gangguan hubungan sosial, intensitas bermain yang tinggi, fluktuasi emosi saat bermain, kegelisahan saat tidak bermain, kecenderungan untuk kembali bermain berlebihan, dan dampak negatif pada kehidupan sehari-hari akibat game.

Berdasarkan hasil wawancara pada penelitian (Hadisaputra dkk., 2022) terhadap remaja di Sulawesi Selatan diketahui bahwa lingkungan pergaulan yang erat dengan game online menjadi pemicu utama remaja untuk mulai bermain. Tekanan untuk menyesuaikan diri dan diterima dalam kelompok mendorong remaja untuk mengikuti tren bermain game online yang marak di kalangan teman sebaya. Hal inilah yang menjadi pintu masuk remaja menjadi kecanduan terhadap game online, dikarenakan intimidasi dan belajar dari lingkungan pergaulannya.

Merujuk pada latar belakang di atas, peneliti merasa tertarik untuk melakukan studi mendalam mengenai kecanduan game online remaja yang dikaitkan dengan pengaruh lingkungan pergaulan dan peran teman sebaya. Hal ini dipertimbangkan karena melihat fenomena maraknya aktivitas "mabar" di kalangan remaja saat ini. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh lingkungan pergaulan dan peran teman sebaya berkontribusi pada perkembangan kecanduan game online pada remaja.

Lingkungan Pergaulan

Lingkungan merupakan sesuatu yang ada disekitar yang dapat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan remaja (I Arik H., dkk 2022) . Pergaulan adalah kontak langsung antara individu yang satu dengan individu yang lainnya (Abdulah Idi., 2011 dalam D Darminto., dkk 2020). Maka dapat disimpulkan bahwa Lingkungan pergaulan salah satu faktor kunci yang membentuk siapa diri seorang remaja. Dengan menciptakan lingkungan yang positif, kita dapat membantu remaja tumbuh menjadi individu yang sehat, bahagia, dan sukses.

Ada 3 (tiga) aspek lingkungan pergaulan remaja menurut Darnot, dan Hesti (2020) dalam H Ridwan., dkk (2022) : (1) Lingkungan keluarga. Keluarga adalah cerminan kecil dari masyarakat yang pertama kali dilihat oleh anak. Cara orang tua berinteraksi, kondisi ekonomi keluarga, dan suasana rumah sangat memengaruhi cara anak memandang dunia dan berinteraksi dengan orang lain ; (2) Lingkungan sekolah. Sekolah adalah tempat di mana kegiatan belajar mengajar berlangsung, namun juga merupakan lingkungan sosial yang kaya. Interaksi antara guru dan siswa, serta antar siswa sendiri, memberikan kesempatan bagi anak untuk belajar, tumbuh, dan mengembangkan keterampilan sosial ; (3) Lingkungan Masyarakat. Baik remaja yang tinggal bersama keluarga maupun yang tinggal mandiri, mereka tetap akan berinteraksi dengan masyarakat di sekitar mereka. Lingkungan sosial ini, dengan berbagai norma, nilai, dan interaksi sosialnya, akan membentuk cara remaja berpikir, berperilaku, dan memandang dunia. Hasil merupakan bagian utama artikel ilmiah, berisi : hasil bersih tanpa proses analisis data, hasil pengujian hipotesis. Hasil dapat disajikan dengan table atau grafik, untuk memperjelas hasil secara verbal.

Teman Sebaya

Teman sebaya berperan sangat penting di masa remaja. Banyak dari peneliti atau para ahli yang menjelaskan mengenai teman sebaya, dari beberapa peneliti dan para ahli memiliki pendapat yang tidak jauh berbeda tentang teman sebaya. Teman sebaya adalah kelompok orang yang memiliki kesamaan usianya, baik itu anak-anak, orang dewasa, orang tua, atau orang lanjut usia, serta mereka memiliki cara berpikir yang sama (Tri Destiana,2020). Teman sebaya atau rekan adalah anak atau remaja yang sama dalam usia dan kedewasaan. Teman sebaya, merupakan kumpulan orang yang memiliki minat dan pengalaman yang sama, berinteraksi satu sama lain, memiliki prinsip dan tujuan yang sama (Ana, 2020).

Terdapat 5 Faktor-faktor yang mempengaruhi teman sebaya, menurut (Conny R yang dikutip dari Afifah), adalah Kesamaan Umur, situasi, keakraban, ukuran kelompok, dan perkembangan kongnisi.

Menurut House yang dikutip dari Afifah, terdapat 5 aspek teman sebaya, yaitu dukungan emosional (Emotional Support), Dukungan Penghargaan (Appraisal Support), Dukungan Instrumental (Instrumental Support), Dukungan Informasi (Informational Support), Dukungan Jaringan Sosial.

Kecanduan Game Online

Menurut Trisnani & Wardani (2018), Kecanduan game online merupakan suatu aktivitas bermain game online yang dilakukan seseorang secara terus menerus untuk menghabiskan sebagian besar waktunya hingga sulit mengontrol dan mengendalikannya. Sejalan dengan itu, Hayadi, (2021) mengemukakan bahwa kecanduan game online adalah suatu kondisi di mana individu mengalami dorongan yang kuat dan terus-menerus untuk bermain game online, tanpa mampu mengendalikan diri meski tahu ada dampak buruknya. Perilaku ini ditandai dengan peningkatan frekuensi dan durasi bermain secara bertahap, hingga akhirnya sulit untuk berhenti.

Brown (dalam Pratiwi et al., 2019) mengemukakan aspek-aspek kecanduan game online ada enam, yaitu: salience yaitu menunjukkan perilaku yang selalu memikirkan dan melakukan permainan game, euphoria yaitu mendapatkan sensasi menyenangkan yang diperoleh dari bermain game, conflict merupakan pertselisihan yang muncul pada individu yang kecanduan game online baik baik dalam diri individu maupun dalam hubungan sosialnya., tolerance dalam konteks ini merujuk pada peningkatan frekuensi bermain game online secara bertahap dalam periode tertentu untuk mencapai tingkat kepuasan yang lebih tinggi. Withdrawal adalah gejala penarikan diri yang muncul ketika seseorang berhenti bermain game, ditandai dengan perasaan tidak enak. Relapse and reinstatement mengacu pada kecenderungan untuk kembali ke pola kecanduan sebelumnya, bahkan bisa lebih buruk, setelah periode berhenti.

Pratiwi et al., 2019 mengidentifikasi faktor internal dan eksternal yang berkontribusi pada kecanduan game online pada remaja. Faktor internal ini meliputi: 1) Dorongan kuat untuk menang dan mencapai level tertinggi dalam game; 2) Kebosanan remaja di rumah atau di sekolah; 3) Ketidakmampuan mengendalikan diri untuk berhenti bermain game 4) Pola perilaku yang tidak produktif. Sedangkan faktor eksternal adiksi game online pada remaja, meliputi: 1) Lingkungan pertemanan yang banyak bermain game online; 2) Kurangnya jaringan sosial membuat remaja ini merasa kesepian ; 3) Tekanan dari orang tua.

METODE

Studi ini dilakukan dengan jenis penelitian kualitatif . Metode penelitian kualitatif adalah penelitian yang bertujuan untuk memahami fenomena dengan subjek penelitiannya adalah perilaku, persepsi , motivasi, dan sebagainya secara holistic (Saryono dalam (Nasution, 2023). Penelitian ini dilakukan di Kabupaten Ogan Ilir, Sumatera Selatan. Dengan menggunakan tiga teknik pengumpulan data, yaitu observasi, wawancara, dan studi dokumentasi. Selanjutnya, data dianalisis melalui reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan. Adapun teknik sampling yang digunakan pada penelitian ini adalah dengan purposive sampling yakni peneliti secara sengaja memilih partisipan yang memiliki karakteristik tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kecanduan game online telah menjadi permasalahan sosial yang semakin mengkhawatirkan dan meluas di masyarakat. Fenomena ini begitu lazim kita temukan di lingkungan sekitar, terutama di kalangan remaja. Mereka sering kali menghabiskan waktu berjam-jam bahkan berhari-hari untuk bermain game online, baik secara individu maupun bersama teman-teman. Istilah "Mabar" (Main Bareng) pun semakin populer, menggambarkan kebiasaan berkumpulnya para remaja untuk bermain game secara bersama-sama.

Kecenderungan bermain game online dalam waktu yang lama membuat individu, terutama remaja, terjebak dalam siklus yang mengabaikan aspek-aspek penting dalam kehidupan. Aktivitas sehari-hari seperti makan, tidur, dan belajar sering kali terbengkalai demi melanjutkan permainan. Remaja yang bermain game online secara sosial, interaksi dengan keluarga dan teman pun menjadi semakin terbatas sehingga menyebabkan hubungan menjadi renggang (Lebho et al., 2020). Selain itu, kecanduan game online juga berdampak negatif pada prestasi akademik, ditandai dengan menurunnya motivasi sekolah, sering begadang, bolos sekolah, malas mengerjakan tugas, sering terlambat datang ke sekolah (Ismi, 2020). Secara psikologis, kecanduan game online dapat memicu berbagai masalah seperti peningkatan perilaku agresif dan ketidakstabilan emosi. Dalam jangka panjang, kecanduan game online juga dapat berdampak buruk pada kesehatan fisik dan pemborosan uang baik untuk internet maupun untuk peningkatan level kekuatan (Haqiqi & Muhith, 2020).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Nurjanah dan Sentosa (2022), terungkap beberapa faktor pendorong utama yang menyebabkan kecanduan game online pada remaja, antara lain kurangnya komunikasi yang efektif antara orang tua dan remaja. Ketika komunikasi terhambat, remaja cenderung mencari pelarian dan kepuasan dalam dunia virtual. Selain itu, kurangnya pengawasan orang tua juga menjadi celah bagi remaja untuk menghabiskan waktu berjam-jam bermain game tanpa batasan. Faktor lain yang tak kalah penting adalah variasi dan daya tarik game online yang terus berkembang. Fitur-fitur baru, grafis yang memukau, serta persaingan yang ketat membuat game online semakin menarik dan sulit untuk dilewatkan. Terakhir, tekanan dari teman sebaya dan keinginan untuk diakui dalam lingkungan pergaulan memainkan peran yang sangat signifikan dalam mendorong kecanduan game online pada remaja. Remaja seringkali merasa terdorong untuk mengikuti tren dan kebiasaan teman-temannya, termasuk dalam hal bermain game online.

Berdasarkan hasil wawancara mendalam yang telah dilakukan terhadap D (14) dan R (15), terungkap bahwa pengaruh teman sebaya menjadi faktor dominan dalam mendorong perilaku adiksi game online pada kedua remaja ini. Kedua responden secara eksplisit menyebutkan bahwa mereka pertama kali diperkenalkan dengan dunia game online oleh teman-teman mereka. Selain itu, melihat teman-teman yang lain asyik bermain game juga membuat mereka penasaran dan ingin mencoba. Rasa takut tidak diterima dari kelompok pergaulan menjadi alasan mengapa mereka mencoba untuk bermain game. Motivasi utama responden dalam melanjutkan aktivitas bermain game online didorong oleh dua faktor utama. Pertama, game online berfungsi sebagai sarana mengisi waktu luang. Remaja seringkali menggunakan game online sebagai bentuk hiburan dan relaksasi. Namun, faktor yang lebih dominan adalah pengaruh kuat dari teman sebaya. Ajakan teman sebaya berkontribusi signifikan terhadap peningkatan frekuensi bermain game online.

Hasil wawancara ini sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh R Nurina (2022) yang menyatakan bahwa konformitas teman sebaya dengan intensitas penggunaan game online pada remaja di Kota Samarinda memiliki hubungan yang tinggi kearah yang positif. Penelitian serupa juga dilakukan oleh Hazanah dan Suprpti (2024) yang menunjukkan adanya korelasi positif dan signifikan antara konformitas teman sebaya dengan kecanduan game online pada remaja. Hasil penelitian tersebut mengindikasikan bahwa semakin tinggi tingkat konformitas seorang remaja terhadap kelompok pertemanannya, semakin besar kemungkinan ia akan kecanduan game online. Sebaliknya, remaja yang memiliki tingkat konformitas yang rendah cenderung memiliki risiko kecanduan game online yang lebih rendah.

Temuan ini memperkuat hipotesis betapa kuatnya pengaruh sosial, terutama di kalangan remaja, dalam membentuk perilaku dan kebiasaan, termasuk dalam hal penggunaan teknologi.

Hasil penelitian ini menyoroti betapa rentannya remaja terhadap tekanan kelompok sebaya, yang dapat mendorong mereka untuk terlibat dalam perilaku adiktif seperti kecanduan game online.

SIMPULAN

Fenomena kecanduan game online yang marak terjadi pada remaja di lingkungan sekitar dipengaruhi oleh beragam faktor. Salah satu faktor utama adalah pengaruh dari teman sebaya. Lingkungan pergaulan memiliki pengaruh yang sangat signifikan dalam membentuk perilaku dan kebiasaan remaja. Remaja seringkali terdorong untuk mengikuti tren dan kebiasaan teman-temannya, termasuk dalam hal bermain game online. Ajakan dan dorongan dari teman sebaya untuk bersama-sama bermain game dapat menciptakan rasa ingin tahu dan keasyikan yang tinggi, sehingga memicu kecenderungan untuk terus bermain. Meskipun beberapa remaja telah menyadari dampak negatif dari kecanduan game online, seperti penurunan prestasi belajar atau masalah kesehatan baik secara fisik maupun psikis, mereka tetap bermain karena adanya tuntutan dari lingkungan pergaulan

DAFTAR PUSTAKA

- Afifah, B. E. A. (2022). *Pengaruh Teman Sebaya (Peer Group) Terhadap Perilaku Menyimpang Siswa Kelas Vii Dan Viii Smp Negeri 5 Ngawi*.
- Ana, M. (2022). *Peran Teman Sebaya (Peer) Dalam Pembentukan Kepribadian Siswa Kelas Vi Di Sekolah Dasar Negeri 21 Lebong*.
Universitas Islam Negeri Fatmawati Sukarno Bengkulu.
- Desiani, T. (2020). Pengaruh Pergaulan Teman Sebaya Terhadap Pembentukan Karakter Siswa Kelas Viii Mts Negeri 3 Kabupaten Tangerang. *JM2PI : Jurnal Mediakarya Mahasiswa Pendidikan Islam*, 1(1). <http://e-journal.stit-islamic-village.ac.id/index.php/JM2PI>
- Dongoran, D., & Boiliu, F. M. (2020). Pergaulan Teman Sebaya Dalam Pembentukan Konsep Diri Siswa. *Jurnal Educatio FKIP UNMA*, 6(2), 381–388. <https://doi.org/10.31949/educatio.v6i2.560>
- Fajar, M., muda, Y., Psikologi, M., & Psikologi, F. (2024a). Kecanduan Game Online pada Remaja. In *Journal of Education Research* (Vol. 5, Issue 3).
- Fembi, P. N., Nelista, Y., Vianitati, P., Fakultas, D., Kesehatan, I.-I., Nusa, U., & Abstrak, N. (2022). Kecanduan Bermain Game Online Smartphone Dengan Kualitas Tidur Siswa-Siswi di SMPK Hwerbura Watublapi Kabupaten Sikka. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 8(15), 679–688. <https://doi.org/10.5281/zenodo.7124153>
- Hadisaputra, H., Nur, A.A., & Sulfiana, S. (2022). Fenomena Kecanduan Game Online di Kalangan Remaja Pedesaan (Studi Kasus Dua Desa di Sulawesi Selatan). *Iedu Cendikia: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 2(02), 391-402. <https://doi.org/10.47709/educendikia.v2i02.1690>
- Hanafi, R., Handoko, T., & Adiyani, R. (2022). Analisis Faktor Motivasi Lingkungan Keluarga Dan Lingkungan Pergaulan Yang Mempengaruhi Minat Mahasiswa Dalam Berwirausaha (Studi Kasus Pada Mahasiswa FEB UTP Surakarta). *Jurnal Ganeshwara*, 3(1).
- Haqiqi, A. N., & Muhith, A. (2020). Efek Negatif Bermain Game Online “Free Fire Battlegrounds” Terhadap Akhlak Remaja Di Desa Ambulu Kabupaten Jember. *Solidarity: Journal of Social Studies*. <http://solidarity.iain-jember.ac.id>
- Hasanah, U., & Malia Rahma Hidayati, B. (2021). Intensitas Penggunaan Media Sosial Instagram Terhadap Body Image. *IDEA: Jurnal Psikologi*, 5(2), 115–131. <https://doi.org/10.32492/idea.v5i2.5205>
- Hayadi, N. B. (2021). Perilaku Menyimpang Remaja Yang Kecanduan Game Online Di Rt 49 Kelurahan Sidodadi. *EJournal Sosiatri-Sosiologi*, 2021(1), 30–41.
- Hazanah, F., Elita, Y., & Suprapti, A. (2024). Hubungan Antara Konformitas Teman Sebaya Dan Pola Asuh Otoriter Dengan Kecanduan Game Online Pada Siswa Smk Kota Bengkulu. *Onsilia Jurnal Ilmiah BK*, 7(1). https://ejournal.unib.ac.id/index.php/j_consilia
- Ilata, A. H., Santie, Y. D. A., E.T Salem, V., Hidayat, M. F., & Mesra, R. (2022). Lingkungan Pergaulan Remaja Di Smp Negeri 13 Halmahera Barat. *Jurnal Paradigma : Journal of Sociology Research and Education*, 3(2), 110–116. <https://doi.org/10.53682/jpjsre.v3i2.4995>

- Ismi, N. (2020). Dampak Game online terhadap Perilaku Siswa di Lingkungan SMA Negeri 1 Bayang. In *Journal of Civic Education* (Vol. 3, Issue 1).
- Lebho, M. A., Dinah, M., Lerik, C., Pasifikus, R., Wijaya, C., & Littik, S. K. A. (2020). Perilaku Kecanduan Game Online Ditinjau dari Kesepian dan Kebutuhan Berafiliasi pada Remaja. In *Journal of Health and Behavioral Science* (Vol. 2, Issue 2).
- Nasution, A. F. (2023). *METODE PENELITIAN KUALITATID*. CV Harfa Creative : Bandung
- Nurjannah, N., & Santosa, B. (2022). Perilaku kecanduan game online pada remaja di Jorong Sungai Cubadak Kabupaten Agam. *Orien: Cakrawala Ilmiah Mahasiswa*, 1(3), 257–266. <https://doi.org/10.30998/ocim.v1i3.6292>
- Pratiwi, E. Y. R., Rochmania, D. D., Asmarani, R., & Edi, M. B. (2019). *POSITIF NEGATIF GAME ONLINE*.
- Rahma, N. (2022). Hubungan Konformitas Teman Sebaya Dengan Intensitas Bermain Game Online Mobile Legends. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 10(2), 281–293. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo>
- Trisnani, R. P., & Wardani, S. Y. (2018). *Stop Kecanduan Game Online Mulai Sekarang Mengenal Dampak Ketergantungan pada Game Online serta cara mengurangnya*. www.kwu.unipma.ac.id