

Pemain Game Online: Studi Tanggungjawab dan Penyelesaian Tugas Sehari-hari.

Nur amalia hamida
6410046@student.uin-malang.ac.id,

Mazaya Conita Widaputri
mazaya.conita@gmail.com

Marisatia Risma
marisarisma23@gmail.com

Fathul Bari
ary.albar@gmail.com

Nesi Wulandari
nesiwulandari97@gmail.com

Desy Miftakhul Khoir
miftakhuldesy@gmail.com

Zulfa Selda
zulfaselda600@gmail.com

Dina Rahmawati
dinarahmawati2704@gmail.com

Abstract

This study aims to look at and analyze the phenomena behind playing online games on responsibility in carrying out personal obligations of players in everyday life. The data in this study were taken with interview techniques and observations and then analyzed using qualitative methods with a grounded theory approach using the theory of responsibility and self-management. Subjects were obtained by using a purposive sampling technique which is an online game player in the early adult stage amount to four people. The result of this study indicate that playing online games can trigger various obstacles in carrying out daily obligations on some subjects, and has no effect on daily obligations on other subjects.

Keyword: *Game online, responsibility, self manajemen*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk melihat dan menganalisa fenomena dibalik bermain *game online* pada responsibilitas dalam menjalankan kewajiban-kewajiban pribadi pemain dalam keseharian. Data dalam penelitian ini diambil dengan teknik wawancara dan observasi kemudian dianalisis menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan *grounded theory* menggunakan teori responsibilitas dan manajemen diri. Subjek diperoleh dengan menggunakan teknik *purposive sampling* yang merupakan pemain *game online* pada tahap usia dewasa awal sebanyak empat orang. Temuan yang didapatkan menunjukkan bahwa sebagian game online dapat memicu berbagai hambatan dalam menjalankan kewajiban sehari-hari pada sebagian subjek, dan tidak berpengaruh apapun pada kewajiban sehari-hari pada subjek lainnya.

Kata Kunci: *Game online, responsibilitas, manajemen diri*

Psikoislamika: Jurnal Psikologi dan Psikologi Islam (JPPI) Volume 16. Nomor 2. Tahun 2019.
Copyright © 2019. Pusat Penelitian dan Layanan Psikologi.

PENDAHULUAN

Seiring perkembangan zaman, teknologi telah menyentuh berbagai sisi kehidupan. Perkembangan teknologi tersebut telah menyebar luas dan digunakan oleh berbagai lapisan masyarakat sebagai sarana yang memudahkannya. Selain itu, teknologi juga menyajikan beragam fitur hiburan menarik yang dapat membuat seseorang terlepas dari kepenatan rutinitas hariannya. Sarana hiburan dalam *smartphone* dapat diakses oleh siapapun yang berkesempatan menggunakan

internet. Salah satu media hiburan yang banyak digunakan adalah *game online*. *Game online* sendiri merupakan jenis permainan audio virtual yang menggunakan jaringan sebagai penghubung interaksi antara satu orang dengan yang lainnya dalam permainan yang bertujuan melaksanakan misi, dan meraih nilai tertinggi (Young & de Abreu, 2010). Awal mula perkembangan *game online* di Indonesia dimulai pada tahun 1990, kemudian setelah itu semakin banyak *game*

online yang digemari masyarakat, seperti *Dota Online*, *Antartika Online*, *Counter Strike*, *Mobile Legend*, *Hago*, dan lain sebagainya. Dilansir dari laman web bigfishgames.com, 65% orang yang memiliki komputer menggunakannya untuk bermain *game*. Dan 48% dari pengguna tersebut menggunakan komputernya secara eksklusif untuk bermain *game*. Sedangkan di Indonesia, 54.68% dari total jumlah penduduknya merupakan pengguna internet aktif dan setidaknya 30.5% dari jumlah tersebut adalah pengguna *game online* (“Kementerian Komunikasi dan Informatika,” 2017). Hal tersebut membuat Indonesia menduduki peringkat ke-16 pengguna *game online* terbanyak di dunia (“The Indonesian Gamer | 2017,” 2017).

Maraknya penggunaan *game online* membawa dampak positif dan negatif dalam kehidupan sehari-hari. Akmarina (2017) menyatakan beberapa dampak positif dari *game online* antara lain untuk memudahkan orangtua dalam mengawasi pergaulan anak, meningkatkan kemampuan berpikir, meningkatkan kemampuan merespon reflek, dan meningkatkan kemampuan berpikir kreatif. Sementara Powers (2013) berpendapat bahwa menjadi penting untuk mengetahui pentingnya dan besarnya dampak dari perilaku tersebut terhadap perkembangan manusia. Perkembangan yang dimaksud dalam konteks ini mencakup aktivitas yang mempengaruhi kemampuan kognitif. Aktivitas tersebut dapat berupa aktivitas yang bermakna yang menyenangkan, menarik dan memotivasi. Seperti yang dipaparkan Heathcote, Brown, & Mewhort (dalam Powers dkk., 2013) bahwa proses kognitif dikendalikan oleh apa yang dikerjakan oleh tangan kita sehari-hari, dengan pemrosesan informasi diperlukan oleh aktivitas yang diperkuat oleh seberapa lama aktivitas tersebut dilakukan. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Azizi (2017) ditemukan bahwa bermain video game aksi berhubungan dengan meningkatnya berbagai aspek dalam perhatian visual.

Video game aksi juga telah dijadikan salah satu metode pelatihan kognitif behavioral.

Pengguna *game online* kebanyakan mulai memainkan *game online* di usia remaja. Hal tersebut berawal saat mereka melihat teman sebayanya yang mulai banyak beralih memainkan *game online* daripada permainan tradisional, sehingga mereka mulai bermain *game online* untuk dapat bergaul dengan teman sebayanya (Eskasasnanda, 2017). Bermain *game online* tersebut mulai menetap saat remaja merasa ia mendapat banyak teman melalui *game* yang ia mainkan dan timbulnya rasa bangga saat ia dapat menyelesaikan misi. Namun pada remaja ditemukan beberapa dampak dari terlalu intensnya bermain *game* seperti halusinasi dan kelelahan secara fisik dan kognitif yang berujung melemahnya performa akademis di sekolah (Eskasasnanda, 2017). Hal tersebut memperlihatkan bahwa intensitas bermain *game online* yang berlebih dapat menghambat kegiatan sehari-hari karena terjadinya kelelahan secara fisik.

Disamping itu, dampak negatif dari *game online* adalah menyita banyak waktu yang seharusnya digunakan untuk menyelesaikan pekerjaan dan tanggung jawab seseorang. Lebih lanjut Kurniawan (2017) mengemukakan bahwa semakin tinggi intensitas mahasiswa dalam bermain *game online* maka semakin tinggi pula kecenderungan mahasiswa untuk berperilaku prokrastinasi akademik. Perilaku penundaan terhadap tanggungjawab erat hubungannya dengan responsibilitas seseorang. Responsibilitas (*responsibility*) berasal dari kata “*respons*” dan menjadi “*responsib*”, oleh karena itu definisinya tidak bisa dipisahkan dan merupakan satu kesatuan. Stephen (dalam McGrath & Whitty, 2018) mengemukakan definisi turunan dari *responsibility* yaitu sebuah kewajiban untuk menjalankan tugas dengan memuaskan. Dalam konteks individual, manusia bertanggung jawab atas pribadinya sendiri dan kepada Tuhan sebagai penciptanya. Kesadaran manusia secara mendalam terhadap dirinya sendiri

akan memperkuat intensitas tanggung jawab manusia tersebut. Dengan adanya kecenderungan prokastinasi akademik yang berarti mempengaruhi responsibilitas pemain *game online*, peneliti ingin melihat bagaimana reponsibilitas pemain *game online* dalam kaitannya dengan kegiatan dan pekerjaan sehari-hari.

Pola perilaku pemain game online dapat menggambarkan bagaimana manajemen diri pemain *game online* dalam kesehariannya. Manajemen diri merupakan hal yang harus dimiliki oleh setiap diri atau individu. Manajemen diri merupakan pengendalian diri terhadap pikiran, ucapan, dan perbuatan yang dilakukan, sehingga mendorong pada penghindaran diri terhadap hal-hal yang tidak baik dan peningkatan perbuatan yang baik dan benar. Prijaksono (dalam Hidayat, 2017) mengatakan bahwa manajemen diri bermanfaat untuk menghilangkan berbagai stres, kemarahan, kecemasan, ketakutan, dendam, sakit hati, dan meningkatkan kreativitas belajar. O'keefe dan Berger mendefinisikan manajemen diri sebagai menyelesaikan tujuan. Manajemen diri dapat membentuk individu kearah yang lebih baik sesuai dengan perilaku mana yang diubah, dikurangi ataupun ditingkatkan, jadi mampu membantu individu untuk memotivasi kerja.

Seperti yang dikutip Prijaksono (dalam Hidayat, 2017) dimana Maxwell mengungkapkan tiga spek dalam manajemen diri. Yang pertama adalah manajemen waktu dimana waktu dianggap sebagai aspek utama dalam manajemen

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan adalah metode kualitatif. Pendekatan tradisi penelitian yang digunakan adalah *grounded theory*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana perilaku pemain *game online* dalam konteks kehidupan sehari-hari. Fokus penelitian pada cara, sikap, tahapan dan bentuk perilaku *games* dalam kesehariannya Fokus ini didasarkan pada metode penelitian *grounded* dimana

diri. Untuk manajemen diri dengan baik perlu pengelolaan dan pengendalian waktu dalam hal kehidupan maupun pekerjaan secara efisien. Selain manajemen waktu, hubungan antar manusia dalam manajemen diri menjadi penting karena individu sebagai makhluk sosial selalu berinteraksi dengan manusia lain dalam berbagai aspek kehidupan. Hubungan personal yang baik dapat menjadi faktor utama kekuatan yang terus menerus. Baik dan tidaknya suatu hubungan, entah itu antar individu ataupun kelompok sangat berpengaruh terhadap pencapaian hal-hal baik dalam kehidupan secara personal maupun profesional. Yang ketiga ialah perspektif diri, perspektif diri yang baik terbentuk apabila individu dapat melihat dirinya sendiri sesuai dengan apa yang dilihat orang disekitarnya. Individu yang memiliki perspektif diri yang baik dapat berarti bahwa individu tersebut jujur dan nyata dalam menilai dirinya sehingga individu memiliki penerimaan diri yang tinggi. Penerimaan diri berkaitan dengan kemudahan dan kemampuan individu dalam manajemen diri.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah, dalam penelitian ini peneliti hendak mengetahui dampak dibalik fenomena *game online* yang semakin banyak digemari oleh kalangan pemuda. Dengan mengetahui dampak-dampak yang timbul dari bermain *game online* peneliti ingin mengetahui bagaimana perilaku pemain *game online* dalam konteks kehidupan sehari-hari baik itu dalam lingkup pekerjaan maupun kegiatan pribadi sehari-hari.

tujuan utamanya adalah untuk menemukan, mengeneralisasikan, dan mengetahui sistematika perilaku pengguna *game online* dalam kaitannya dengan kegiatan sehari-hari sehingga dapat menyelesaikan pekerjaannya. Menurut Daymon, dkk (2008) *grounded theory* adalah suatu pendekatan dalam metode kualitatif yang datanya diperoleh dari hasil wawancara mendalam mengenai apa yang dialami

subjek penelitian untuk menemukan suatu teori. Wawancara pada penelitian ini dilakukan secara tatap muka terhadap subjek dan informan terkait untuk mendapatkan data jenuh. Selain melakukan wawancara, peneliti melakukan observasi kepada subjek terkait. Observasi pada penelitian ini dilakukan dengan metode non-partisipan, yakni peneliti/observer tidak ikut andil dalam kegiatan yang diobservasi. Pemilihan partisipan dalam penelitian ini didasarkan pada data *The Indonesian Gamer* (newzoo.com) dimana 56% pemain *game online* di Indonesia adalah laki-laki dimana persentase terbesar yakni 26% berada pada kisaran usia 18-35 tahun. Partisipan penelitian ini berjumlah empat orang yang dipilih dengan metode *purposive sampling*. Metode *purposive sampling* digunakan untuk mengambil subjek dengan maksud tertentu (Arikunto,

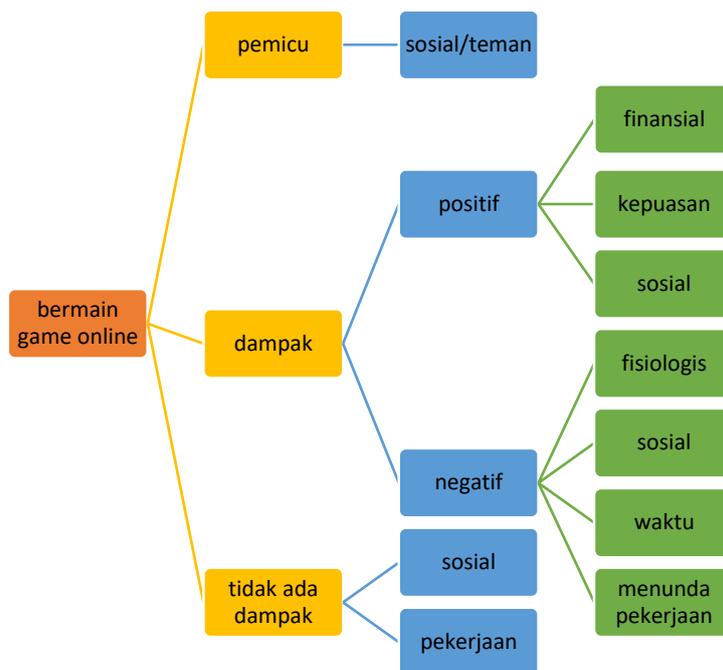
2002). Kriteria subjek adalah pemain *game online* yang berstatus mahasiswa dan pekerja dengan usia perkembangan memasuki dewasa awal dengan rentang umur 20-40 tahun. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini adalah menggunakan teknik wawancara dan observasi. Data jenuh yang diperoleh dianalisa dan dilakukan pengkodean dengan memilih data yang termasuk fakta menjadi kategori informasi kecil untuk diberi label (open coding) pada setiap data (Creswell, 2014). Setelah melakukan open coding, pelabelan dilakukan kembali untuk menyimpulkan pola data yang ada (axial coding). Kemudian penemuan disajikan dalam bentuk narasi. Analisis data dilakukan dengan tujuan menemukan jawaban dari pertanyaan dan masalah penelitian (Koentjoro, 2007).

HASIL

Dari hasil observasi dan wawancara yang dilakukan pada keempat subjek yang bermain *game online*, didapatkan temuan terkait perilaku bermain *game online* dan kegiatan sehari-hari subjek. Data yang ada kemudian direduksi untuk menemukan fakta. Selanjutnya setiap fakta dilabeli dengan kode tertentu untuk mempermudah proses pengelompokan fakta. Dari pengelompokan data tersebut, ditemukan beberapa data yang saling bertolak belakang satu sama lain. Dari data-data yang bertolak belakang tersebut peneliti melakukan pendalaman dengan melihat penyebab dari data-data tersebut untuk selanjutnya dikelompokkan berdasar sifat dari masing-masing data. Gambaran data fakta setelah dilakukan pengelompokan antara lain *game* menghasilkan uang, menghabiskan waktu untuk bermain *game online*, *game* memberi dampak fisiologis, *game* berdampak sosial, *gamer* tetap memiliki kesadaran akan kewajiban, adanya kepuasan setelah bermain *game online*, bermain *game* dengan teman, hubungan dengan lingkungan sosial yang baik, dan kecenderungan menunda pekerjaan.

Data yang dianggap bertolak belakang antara lain adalah data bahwa *game* mempengaruhi kehidupan sosial subjek sementara ditemukan juga data bahwa kehidupan sosial subjek baik-baik saja. Setelah dilakukan analisa ulang ditemukan bahwa 3 dari 4 subjek merasa *game* tidak mempengaruhi kehidupan sosialnya baik itu dari sisi interaksi, kepekaan sosial, maupun ruang lingkup pergaulan. Namun disisi lain seorang subjek dan orang terdekat dari tiap subjek mengakui bahwa *game* mempengaruhi sikap *gamer* dalam interaksi sosial dan bahkan mempersempit ruang lingkup pergaulannya. Dengan demikian peneliti menggolongkan kedua data tersebut menjadi dua, dimana di satu sisi *game* memberi dampak negatif pada ruang lingkup interaksi partisipan dan disisi lain *game* tidak mempengaruhi partisipan dalam hal interaksi dan tanggung jawab sosialnya.

Pada data lain ditemukan bahwa *gamer* menunjukkan kecenderungan perilaku penundaan pekerjaan, sementara terdapat data yang bertolak belakang dimana *gamer* masih memiliki kesadaran



akan kewajibannya dalam kehidupan sehari-hari. Setelah dilakukan analisis ulang, peneliti menggolongkan kedua data tersebut pada penggolongan yang berbeda. Data yang menyatakan bahwa ada kecenderungan untuk menunda pekerjaan digolongkan dalam data dampak negatif dari bermain game. Sementara data yang menyatakan bahwa *gamer* masih memiliki kesadaran kewajiban digolongkan pada data bahwa *game* tidak mempengaruhi perilaku keseharian *gamer*. Adanya penggolongan data bahwa *game* tidak mempengaruhi keseharian *gamer* bertolak belakang dengan data utama bahwa *game* memiliki dampak positif dan negatif pada perilaku keseharian *gamer*.

Dengan adanya proses analisis data tersebut didapat faktor-faktor perilaku *gamer* dalam konteks kesehariannya. Faktor pertama yaitu faktor pemicu merupakan pengelompokan data-data sumber pemicu yang membuat seseorang bermain *game online* secara intens, dari faktor ini didapat data bahwa lingkungan sosial pertemanan adalah faktor pemicu terbesar yang membuat seseorang menjadi *gamer*. Berdasarkan hasil tersebut dapat dilihat bahwa bermain *game online* dipicu

oleh lingkungan sosial subjek, seperti adanya teman sebaya yang mempengaruhi atau memperkuat perilaku bermain *game online*. Lalu pada faktor kedua adalah dampak dari perilaku *game online* itu sendiri. Dampak yang dihasilkan akibat bermain *game online* digolongkan menjadi dua, yakni dampak positif yang berupa kepuasan pribadi dan bermain *game* dapat menghasilkan uang. Sedangkan dampak negatif berupa dampak fisiologis bermain *game* yang menyebabkan kelelahan, pusing, hingga sakit mata, terkadang memperburuk hubungan sosial subjek dengan lingkungan sekitarnya, menurunnya responsibilitas sosial, terbuangnya sebagian besar waktu untuk bermain *game*, dan timbulnya kecenderungan perilaku untuk menunda pekerjaan. Temuan yang menarik pada data yang diperoleh dari sebagian subjek terdapat pada faktor ketiga dimana bermain *game online* tidak berpengaruh pada kehidupan sosial subjek, yang artinya subjek masih dapat berteman dan berinteraksi dengan baik dengan orang-orang yang ada di dunia nyatanya. Selain itu, pada sebagian subjek bermain *game online* tidak mengganggu pekerjaan sehari-harinya.

DISKUSI

Faktor Pemicu Bermain *Game Online*

Fenomena *game online* yang semakin digemari oleh kalangan pemuda masa kini dipicu oleh teman sebaya, hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian Eskasasnada (2017) dimana awal mula seseorang bermain *game* adalah karena adanya relasi dengan teman sebaya. Kebutuhan untuk berinteraksi secara aktif dengan teman sebaya dianggap sebagai faktor pemicu seseorang mengenal dan mulai bermain *game*. Teman sebaya memiliki andil yang kuat dalam mendukung seseorang untuk bermain *game online*. Selain karena faktor kebutuhan perkembangan dan untuk memperluas pergaulan, pemicu sosial dari bermain *game* juga sesuai dengan kebutuhan dasar manusia sebagai makhluk sosial yaitu kebutuhan untuk berinteraksi dengan sesama.

Dampak Bermain Game Online

Kebutuhan untuk bermain *game* terus berlanjut untuk mempermudah pergaulan sehingga disisi lain *game* juga menimbulkan dampak positif berupa berkembangnya hubungan sosial dalam hal ini dengan teman sebaya ataupun sesama gamer. Seperti halnya yang diungkapkan Budhi & Indrawati (2016) bahwa salah satu dampak seseorang mulai bermain *game* adalah meluaskan lingkungan pertemanan. Lingkungan pertemanan pemain *game online* tidak hanya terbatas pada teman di lingkungan sosialnya secara langsung namun juga berkembang melalui dunia virtual. Sejalan dengan hal tersebut Eskasasnanda (2017) juga memaparkan bahwa bermain *game online* dapat meningkatkan interaksi antar teman sebaya dan teman sesama *gamer*. Hal tersebut dapat terjadi apabila dalam bermain *game online* seseorang membentuk kelompok baik dalam permainan maupun untuk sekedar bermain *game online* bersama.

Lebih lanjut bermain *game online* berdampak secara psikologis dengan adanya kepuasan pribadi pada individu yang bermain *game online*. Kepuasan bermain *game online* secara psikologis didapat dari rasa puas juga dirasakan saat

pemain telah berhasil melewati suatu tantangan tertentu dan mendapat *reward* seperti dapat bermain di level yang lebih tinggi. Rasa bangga pada diri sendiri saat mencapai suatu tingkatan tertentu dalam permainan akan memunculkan rasa percaya diri. Seperti halnya pemaparan Eskasasnada (2017) bahwa meskipun seorang pemain *game online* merasakan kesulitan namun mereka tetap memilih bermain karena hal tersebut dapat menjadi rasa bangga dan kesenangan pribadi saat pemain *game online* mampu menyelesaikan suatu misi dalam permainan tersebut.

Dalam bermain *game online*, semakin sering seseorang memainkannya dan semakin banyak tingkatan permainan yang telah dilewati tentu membawa perubahan dalam hal kemampuan. *Game online* yang kebanyakan berbasis misi memiliki tingkat kesulitan yang berbeda dalam tiap tingkatnya sehingga hal tersebut dapat mengasah kemampuan seseorang dalam memainkan *game* tersebut. Tingginya minat terhadap berbagai macam *game online* yang ada dipasaran memunculkan tren untuk membuat suatu turnamen *e-sport*. Dari adanya pertandingan-pertandingan dan berbagai macam turnamen yang diadakan tersebut pemain *game online* mulai menemukan hasil jerih payah mereka. Dengan adanya suatu perlombaan maka tentu ada suatu *reward* tertentu yang diperebutkan. Melalui pertandingan-pertandingan tersebut pemain *game online* mendapat *reward* baik itu berupa uang ataupun barang. Dari sinilah muncul dampak bermain *game online* dari sisi finansial dimana kemampuan bermain *game online* mendapat apresiasi dalam suatu pertandingan. Tidak jarang pemain yang telah mencapai level tertentu ataupun yang namanya mulai dikenal lewat ajang pertandingan mulai mengembangkan kemampuannya untuk menjadi joki. Dari menjadi joki tersebut pemain *game online* akan menentukan tarif pembayaran untuk membantu oranglain dalam memainkan *game* tersebut atas ama si pengguna jasa.

Selain adanya rasa bangga, tidak dipungkiri bahwa bermain *game online* merupakan sebuah kesenangan tersendiri. Namun, efek yang timbul akibat bermain *game online* berbeda-beda pada tiap individu. Sebagai contoh, seorang pemain *game online* yang juga seorang pekerja dapat mengatur waktu kapan ia harus bekerja dan kapan waktunya bermain *game*. Adapula pemain *game online* yang tidak dapat mengatur waktunya sedemikian rupa sehingga pekerjaan sehari-harinya terbengkalai. Perbedaan ini dikarenakan oleh beberapa faktor seperti manajemen diri, jenis tanggung jawab pribadi dalam keseharian, dan bagaimana pemain *game online* menyikapi tanggung jawab pribadi tersebut. Berdasar data yang dipaparkan menunjukkan adanya kecenderungan perilaku rendahnya manajemen diri pada individu. Perilaku seperti bermain *game* hingga larut malam, menunda pekerjaan, hingga kecenderungan untuk memprioritaskan *game* adalah salah satu aspek rendahnya manajemen diri pemain *game online*. Perilaku-perilaku tersebut dapat memicu menurunnya produktifitas kerja maupun produktifitas sosial. Dengan tercurahnya sebagian besar waktu dan tenaga pada *game online* akan menurunkan kemampuan dan kesadaran seseorang akan tanggungjawabnya baik secara sosial maupun profesional. Seperti halnya hasil penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa bermain *game online* menghambat individu dalam menjalankan kewajiban sehari-harinya (Eskasasnanda, 2017; Kurniawan, 2017), hasil penelitian ini berkata serupa. Individu yang memiliki manajemen diri rendah dan sulit mengatur waktunya untuk melaksanakan kewajiban sehari-hari akibat memprioritaskan bermain *game* pada urutan pertama.

Tanggung jawab pribadi merupakan sebuah kewajiban yang diemban oleh individu yang telah memasuki fase dewasa awal untuk mengatur kesehariannya. Tanggung jawab pribadi ini dapat berbentuk pekerjaan, tugas perkuliahan, hubungan sosial yang baik dengan

lingkungan, dsb. Konteks tanggung jawab pribadi ini sesuai dengan definisi dari Stephen (dalam McGrath & Whitty, 2018) yang mengatakan *responsibility* adalah sebuah kewajiban untuk menjalankan tugas dengan memuaskan. Subjek yang merasakan dampak negatif dari bermain *game* dapat disimpulkan bahwa mereka memiliki manajemen diri yang rendah. Hal ini mengacu pada aspek-aspek manajemen diri yang digagas oleh Maxwell (dalam Hidayat, 2017) *pertama* pengelolaan waktu yang dimiliki oleh pemain *game online* yang memiliki manajemen diri rendah tidak seimbang (lebih memprioritaskan bermain *game* daripada pekerjaan sehari-harinya). Dampaknya adalah banyak pekerjaan yang terganggu atau terbengkalai. *Kedua*, hubungan sosial yang dibina oleh pemain *game* yang memiliki manajemen diri rendah kurang baik. Mereka lebih banyak berinteraksi dengan teman-teman yang ada di dalam dunia virtual dibanding dunia nyata, atau mengganggu orang lain pada saat bermain *game online*.

Disamping berdampak positif secara sosial melalui pergaulan dengan sesama *gamer* dan teman sebaya, bermain *game online* juga menimbulkan dampak negatif secara sosial dari sisi yang berbeda. Pemain *game online* juga menunjukkan penurunan responsibilitas sosial seperti kesadaran akan tanggungjawab dan respon saat dipanggil. Lambatnya respon ini sebagai efek dari tercurahnya seluruh perhatian dan konsentrasi pada permainan. Meskipun *game online* dapat memperluas jaringan pergaulan, tidak menutup kemungkinan bermain *game online* juga merubah perilaku seseorang dalam berhubungan secara sosial. Berdasarkan data yang telah dipaparkan pemain *game online* menunjukkan perilaku agresif berupa teriakan saat bermain *game online*. Hal tersebut sejalan dengan pernyataan Budhi & Indrawati (2016) bahwa tingginya intensitas bermain *game* berkorelasi negatif dengan kontrol diri seseorang. Seseorang yang sedang fokus pada permainan yang ia lakukan seringkali kehilangan kontrol diri

utamanya dalam respon motorik dan verbal terhadap game yang ia mainkan. Perilaku seperti berteriak, memukul meja, memaki, dan berbagai bentuk perbuatan kegaduhan tersebut mempengaruhi lingkungan sosial gamer. Seringkali orang sekitar merasa terganggu dengan suara-suara dan gerakan yang dibuat saat seseorang sedang bermain *game online*. Hal tersebut membuat orang disekitar gamer berfikir bahwa ia berperilaku aneh dan mulai berfikir untuk menjaga jarak dengan *gamer*. Hal yang dianggap paling mengganggu adalah teriakan dan makian *gamer* saat sedang bermain game. Teriakan dan makian sebagai salah satu bentuk agresivitas verbal meningkat seiring dengan tingginya intensitas seseorang bermain game online (Eskasasnanda, 2017). Meskipun teriakan dan makian yang diucapkan saat bermain *game online* tidak ditujukan pada orang disekitarnya namun lingkungan sosial tetap merespon tersebut sebagai halnya negatif karena dianggap kurang sopan.

Dalam paparan data selanjutnya dapat dilihat bahwa bermain *game online* menimbulkan dampak negatif secara fisiologis. Bermain *game online* dalam waktu yang lama akan memakan sebagian energi seseorang sehingga menimbulkan efek kelelahan secara fisik dan psikologis. Kelelahan yang akibat bermain game online tersebut akan mempengaruhi kekuatan dan kemampuan fisik seseorang. Responsibilitas seseorang dalam pekerjaan dan sosialnya selain dipengaruhi oleh kesadaran pribadi juga dipengaruhi oleh kemampuan individu tersebut secara fisiologis. Apabila secara fisiologis seseorang terhambat maka ia akan kesulitan dalam hal memaksimalkan manajemen diri untuk meningkatkan responsibilitasnya. Menurunnya performa kerja, performa akademik, dan performa sosial pemain *game online* diakibatkan karena kelelahan setelah bermain game dalam kurun waktu yang lama (Akmarina, 2017; Cortes, Alcalde, & Camacho, t.t.; Eskasasnanda, 2017; Hidayat, 2017; Kurniawan, 2017; Spires, Rowe, Mott, & Lester, 2011).

Kelelahan akibat bermain *game online* dalam kurun waktu yang lama timbul akibat terserapnya energi untuk bermain game secara terus menerus dan minimnya waktu untuk beristirahat selama bermain *game online*. Dengan habisnya banyak waktu dan tenaga tentu hal tersebut akan mempengaruhi kualitas dan kuantitas istirahat dan asupan nutrisi seseorang. Akibatnya rasa lelah tersebut akan mempengaruhi kinerja seseorang pada pekerjaan lainnya.

Faktor yang Mempengaruhi Dampak

Pada dasarnya ada tidaknya dampak dari bermain *game online* secara intens adalah kesadaran seseorang dalam manajemen diri. Subjek yang merasa bahwa game online tidak mempengaruhi kinerjanya dalam mengemban tanggung jawab pribadi dapat dinilai bahwa mereka adalah individu yang memiliki manajemen diri yang tinggi. Berdasarkan aspek manajemen diri yang dikemukakan Maxwell (dalam Hidayat, 2017) mereka termasuk golongan individu yang dapat mengatur waktunya dengan baik. Hal ini dilihat dari bagaimana mereka tidak memprioritaskan *game online* namun lebih memprioritaskan pekerjaan. Hal ini bertolak belakang dengan penjelasan sebelumnya bahwa *game online* dapat memicu perilaku prokastinasi dan mempengaruhi kinerja seperti halnya yang disampaikan Kurniawan (2017) dan Eskasasnada (2017). Hal tersebut mungkin terjadi apabila seseorang tetap menyadari tanggungjawabnya sehari-hari dan tidak menjadikan game sebagai prioritas dalam kehidupannya. Hal tersebut menunjukkan bahwa kemampuan seseorang dalam mengatur dirinya secara fisik dan waktu akan mempengaruhi kesadarannya akan tanggungjawab yang harus ia kerjakan. Meskipun seseorang mungkin memiliki kecenderungan untuk mengahbiskan waktu luang dengan bermain *game online* namun apabila ia memiliki kontrol dengan manajemen diri dan memahami kondisi diri dan lingkungan dengan baik maka hal tersebut tidak akan mengganggu

responsibilitasnya pada pekerjaan dan lingkungan sosial.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil dan paparan data yang telah disampaikan dapat disimpulkan bahwa lingkungan sosial pertemanan merupakan faktor utama yang memicu seseorang mengenal dan mulai bermain *game online*. Berdasarkan pola perilaku *gamer* dapat disimpulkan bahwa bermain *game online* dapat mempengaruhi keseharian seseorang ataupun tidak berdasar kesadaran dan manajemen diri yang dimiliki. Dampak yang timbul dari bermain *game online* dapat berupa dampak positif dan negatif. Beberapa bentuk dampak positif dari bermain *game online* antara lain finansial, sosial, dan kesenangan pribadi. Sementara dampak negatif dari bermain *game online* meliputi dampak sosial, fisiologis, waktu, dan munculnya kecenderungan penundaan pekerjaan.

Saran pengembangan penelitian selanjutnya adalah untuk lebih memperhatikan homogenitas karakteristik subjek dan variasi metode pengumpulan data. Sementara penelitian lanjutan dapat difokuskan untuk mengetahui bagaimana kemampuan *problem solving* pada *gamer*.

DAFTAR PUSTAKA

- Akmarina, Y. N. (2017). Pengaruh Bermain Game Online Terhadap Efektifitas Berkomunikasi Dalam Keluarga Di Kelurahan Swarga Bara Kota Sangatta Kab. Kutai Timur. 4, 11.
- Arikunto, S. 2002. Metodologi Penelitian Suatu Pendekatan Proposal. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Azizi, E., Abel, L. A., & Stainer, M. J. (2017). The influence of action video game playing on eye movement behaviour during visual search in abstract, in-game and natural scenes. *Attention, Perception, & Psychophysics*, 79(2), 484–497.
- <https://doi.org/10.3758/s13414-016-1256-7>
- Budhi, F. H., & Indrawati, E. S. (2016). Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Intensitas Bermain Game Online Pada Mahasiswa Pemain Game Online Di Game Center X Semarang. 5, 4.
- Cortes, M. D. S., Alcalde, J. V., & Camacho, J. V. (t.t.). Effects of Computer Gaming on High School Students' Performance in Los Baños, Laguna, Philippines. 15.
- Creswell John.W. 2014. Penelitian Kualitatif & Desain Riset. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Daymon, Christine., dan Immy Holloway. 2008. Metode-metode Riset Kualitatif: dalam Public Relations dan Marketing Communications. Yogyakarta: Penerbit Bentang.
- Eskasasnanda, I. D. P. (2017). Causes and Effects of Online Video Game Playing among Junior-Senior High School Students in Malang East Java. *Komunitas: International Journal Of Indonesian Society And Culture*, 9(2), 191. <https://doi.org/10.15294/komunitas.v9i2.9565>
- Hidayat, M. Y. (2017). Pengaruh Kemampuan Mengelola Diri (Self Management) Terhadap Kedisiplinan Belajar Dan Kreativitas Berpikir Mahasiswa Jurusan Pendidikan Fisika Fakultas Tarbiyah Dan Keguruan Uin Alauddin Makassar. 4(1), 11.
- Kementerian Komunikasi dan Informatika. (2017). Diambil 22 Februari 2019, dari https://kominfo.go.id/index.php/content/detail/12640/siaran-pers-no-53hmkominfo022018-tentang-jumlah-pengguna-internet-2017-meningkat-kominfo-terus-lakukan-percepatan-pembangunan-broadband/0/siaran_pers
- Kurniawan, D. E. (2017). Pengaruh Intensitas Bermain Game Online

Terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Pgris Yogyakarta. 3(1), 8.

McGrath, S. K., & Whitty, S. J. (2018). Accountability and responsibility defined. *International Journal of Managing Projects in Business*, 11(3), 687–707. <https://doi.org/10.1108/IJMPB-06-2017-0058>

Powers, K. L., Brooks, P. J., Aldrich, N. J., Palladino, M. A., & Alfieri, L. (2013). Effects of video-game play on information processing: A meta-analytic investigation. *Psychonomic Bulletin & Review*, 20(6), 1055–1079. <https://doi.org/10.3758/s13423-013-0418-z>

Spires, H. A., Rowe, J. P., Mott, B. W., & Lester, J. C. (2011). Problem Solving and Game-Based Learning: Effects of Middle Grade Students' Hypothesis Testing Strategies on Learning Outcomes. *Journal of Educational Computing Research*, 44(4), 453–472. <https://doi.org/10.2190/EC.44.4.e>

The Indonesian Gamer | 2017. (t.t.). Diambil 22 Februari 2019, dari Newzoo website: <https://newzoo.com/insights/infographics/the-indonesian-gamer-2017/>

Young, K. S., & de Abreu, C. N. (2010). Understanding Internet Behavior and Addiction. Dalam *Internet Addiction: A Handbook and Guide to Evaluation and Treatment*. Diambil dari https://media.wiley.com/product_data/excerpt/6X/04705511/047055116X.pdf