

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Remaja menurut WHO adalah individu berusia 10 – 19 tahun. Sedangkan Menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014, remaja adalah penduduk dengan rentang usia 10-18 tahun. Masa remaja adalah periode yang penting untuk mengembangkan dan mempertahankan kebiasaan sosial dan emosional yang penting untuk kesejahteraan mental.¹ Kesehatan jiwa masih merupakan suatu masalah di dunia termasuk di Indonesia. Diperkirakan sekitar 10 – 20% remaja dunia mengalami gangguan pada kesehatan mental, namun masih kurang terdiagnosis dan ditangani dengan baik.¹ Sedangkan di Indonesia menurut riskesdas 2013 menunjukkan prevalensi gangguan mental emosional yang ditunjukkan dengan gejala depresi dan kecemasan untuk usia 15 tahun ke atas mencapai 14 juta orang atau 6% dari penduduk Indonesia. Sedangkan prevalensi gangguan jiwa berat seperti skizofrenia mencapai 40.000 orang atau 1,7 per 1.000 penduduk Indonesia.

Dalam era globalisasi seperti sekarang, remaja mendapatkan tantangan lebih seperti tuntutan sekolah yang semakin tinggi, komunikasi yang luas dan bebas, siaran media tulis maupun elektronik dan penggunaan internet. Remaja harus dapat memilah mana yang membawa dampak positif dan negatif dari tantangan tersebut.³

Pada saat ini gadget atau gawai hampir selalu berada di genggamannya kita, karena memberi kemudahan untuk mendapatkan informasi, bertukar percakapan tanpa harus bertemu secara langsung, serta dapat juga mendapatkan hiburan seperti bermain *game*. Apabila penggunaannya berlebihan dapat memberi efek negatif seperti ketergantungan dan kecanduan.

Video game adalah permainan yang sangat digemari oleh remaja jaman sekarang. ESA (*Entertainment Software Association*) atau asosiasi perdagangan industri *video game* di Amerika Serikat mengatakan 64% keluarga di Amerika Serikat mempunyai perangkat yang digunakan untuk bermain *video game*. Pemain *game* dengan usia di atas 18 tahun sebanyak 70% dan yang di bawah 18 tahun sebanyak 30%.⁴

Video game biasanya dimainkan dengan tujuan untuk bersenang-senang, menghilangkan stress dan mengisi waktu luang. Tetapi apabila terlalu berlebihan dapat membawa dampak negatif seperti adiksi atau ketergantungan. Dalam ICD-11, WHO menetapkan bahwa kecanduan *video game* atau *gaming disorder* adalah “*disorders due to addictive behavior*” atau gangguan yang disebabkan oleh kebiasaan atau kecanduan. Seorang dapat dikatakan *gaming disorder* apabila memenuhi kriteria sebagai berikut:⁵

1. Ada gangguan kontrol untuk melakukan permainan tersebut;
2. Lebih memprioritaskan memainkan permainan daripada melakukan aktivitas yang seharusnya lebih diprioritaskan;
3. Tetap melakukan atau meningkat walaupun sudah terjadi dampak negatif;
4. Menyebabkan gangguan pada fungsi pribadi, keluarga, sosial, pendidikan dan area penting lainnya; serta
5. Pola tersebut sudah berlangsung selama 12 bulan.

Alasan dipilihnya penelitian ini karena bermain *video game* sangat berkembang dikalangan remaja dan masih sedikit penelitian tentang apakah terdapat pengaruh bermain *video game* terhadap kesehatan mental emosional pada remaja.

1.2 Rumusan Masalah

- Pernyataan Masalah

Kurangnya pengetahuan tentang pengaruh bermain *video game* terhadap kesehatan mental emosional pada remaja SMP.

- Pertanyaan Masalah

Apakah ada pengaruh bermain *video game* terhadap masalah mental dan emosional pada remaja SMP?

1.3 Hipotesis Penelitian

Terdapat pengaruh bermain *video game* terhadap kesehatan mental dan emosional pada remaja di SMP.

1.4 Tujuan Penelitian

- Tujuan Umum
Menurunkan angka gangguan kesehatan mental emosional dengan meningkatkan kewaspadaan terhadap pengaruh bermain *video game*.
- Tujuan Khusus
 1. Mengetahui jumlah jam yang digunakan remaja SMP bermain *video game* dalam 1 minggu.
 2. Mengetahui pengaruh bermain *game* terhadap masalah mental emosional pada remaja.
 3. Gambaran gangguan mental emosional pada remaja yang bermain *video game*.

1.5 Manfaat Penelitian

- Untuk peneliti, mendapatkan pengetahuan tentang pengaruh bermain *video game* terhadap kesehatan mental emosional pada remaja.
- Untuk responden, menambah wawasan akan pengaruh bermain *video game* terhadap kesehatan mental emosional.
- Untuk sekolah, mendapatkan pengetahuan tentang pengaruh bermain *video game* terhadap kesehatan mental emosional pada remaja agar dapat melakukan edukasi kepada remaja.