

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Bermain *game* menjadi aktivitas menghibur diri yang populer di seluruh dunia dengan jumlah *gamers* pada tahun 2020 sekitar 2.6 miliar orang dan pada akhir tahun 2021 terjadi peningkatan menjadi 2.9 miliar orang. Hal ini terjadi karena banyaknya *mobile game* baru rilis yang dapat diunduh secara gratis dan *gamers* diperkirakan akan terus bertambah di masa yang akan datang seiring dengan industri *game* yang akan terus tumbuh sekitar 12% per tahun pada tahun 2020-2025 (Georgiev, 2023).

Mobile Marketing Association (MMA) menyebutkan bahwa jumlah *mobile gamer* di Indonesia mencapai 60 juta, hal tersebut termasuk dalam prevalensi tertinggi di Asia Tenggara (Dananjaya et al., 2022). Sedangkan pada tahun 2021, kementerian komunikasi dan informatika mendata jumlah *gamer* di Indonesia mencapai sekitar 175,1 juta orang dengan pemain *game* komputer sekitar 53,4 juta dan pemain *mobile game* sekitar 121,7 juta orang (Sihombing & Manurung, 2022). Dengan tingkat prevalensi kejadian adiksi *game online* tertinggi pada rentang umur 13-18 tahun yaitu pada remaja dan dewasa muda. Hal ini sejalan dengan penelitian di Lebanon mengenai prediktor utama adiksi *game online* pada umur dewasa muda antara lain, gangguan tidur dan prestasi akademik (Hawi et al., 2018).

Bermain *game* membantu otak dalam menstabilisasikan suasana hati dan relaksasi. Sistem penghargaan yang diberikan dalam *game* membantu meningkatkan dopamin yang menimbulkan kebahagiaan pada pemain *game*. Hal ini tentu saja baik jika waktu bermain *game* dapat dikontrol. Akan tetapi aktivitas bermain *game* yang berlebihan dapat menimbulkan suatu perilaku pada individu yang tidak dapat mengontrol diri dan berkembang menjadi adiksi *game* yang disebut dengan *Internet Gaming Disorder* (IGD) (Kurnianingsih et al., 2018). Adiksi ini biasanya meliputi kriteria perilaku seperti sesuatu yang menonjol (bermain *game*), gangguan mood, gejala penarikan diri dari sosial, kambuh setelah

beberapa waktu berhenti, dan kesulitan mengendalikan kebiasaan bermain *game* terlepas dari masalah sehari-hari. Sampai akhirnya, bermain *game online* yang berkepanjangan dan tidak terkendali diketahui dapat menyebabkan gangguan dalam fungsi sosial dan memungkinkan masalah psikologis timbul darinya (Sugaya et al., 2019).

Internet Gaming Disorder (IGD) sering dihubungkan dengan masalah psikologis, seperti kecemasan dan gejala depresi. Di Malaysia, individu dengan tingkat stress lebih tinggi memiliki risiko *Internet Gaming Disorder* yang lebih besar (Ruzyanei et al., 2021). Pada remaja dengan *Internet Gaming Disorder* ditemukan masalah psikologis penyerta seperti depresi, kecemasan, impulsif, gangguan perilaku, dan hiperaktif. Selain itu remaja juga merasa mendapatkan penerimaan sosial dari dunia maya melalui penilaian *game* dan identitas *game* yang membentuk regulasi harga diri melalui *game* (Sugaya et al., 2019). Karenanya, Penelitian di Padang pada tahun 2019 menyatakan penyebab siswa yang bermain *game online* untuk menghilangkan masalah psikologis yang ia derita. Persepsi bahwa bermain *game online* dapat meningkatkan rasa gembira dan menurunkan stress akan berdampak buruk pada minat belajar siswa (Yanti et al., 2019).

Oleh karena itu, *American Psychiatric Association (APA)* memasukkan *Internet Gaming Disorder* dalam bagian III dari revisi kelima *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-V)* sebagai gangguan tentatif yang membutuhkan penelitian lebih lanjut. Kriteria DSM-V untuk *Internet Gaming Disorder*, diantaranya adalah keasyikan dengan *game online*, kehilangan kendali diri dalam bermain *game*, berkembangnya gejala putus zat, toleransi, kehilangan minat, penggunaan berlebihan, menipu untuk menyembunyikan kebiasaan bermain *game*, melarikan diri dari suasana hati yang buruk dan kehilangan hubungan bersosialisasi karena bermain *game* secara berlebihan (American Psychiatric Association, 2013). *World Health Organization (WHO)* sendiri menetapkan *Gaming Disorder (GD)* sebagai gangguan mental dalam revisi kesebelas *International Classification of Disease (ICD-11)* (World Health Organization, 2018).

Sebuah artikel review yang diterbitkan pada tahun 2019 menyatakan bahwa *Internet Gaming Disorder* pada anak dibawah umur atau remaja mempengaruhi kehidupan sehari-hari seperti tugas sekolah, membolos sekolah dan prestasi akademik. Siswa dengan *Internet Gaming Disorder* menunjukkan gangguan tidur yang parah dan prestasi sekolah yang buruk (Sugaya et al., 2019). Adiksi *game* pada remaja, khususnya siswa akan menimbulkan perilaku lebih memilih untuk bermain *game* daripada belajar, sebabnya menurut mereka kegiatan bermain *game* lebih menyenangkan daripada belajar. Sehingga siswa lebih memilih meluangkan waktu untuk bermain *game* yang menimbulkan berkurangnya waktu belajar dan kebutuhan lainnya. Hal ini tentu saja mempengaruhi akademik terkait konsentrasi belajar, malas belajar, hingga membolos (Wijayanto, 2018).

Hasil penelitian Suparni (2018), mengatakan terdapat korelasi yang signifikan antara adiksi *game online* dengan motivasi belajar. Beliau menyatakan hal ini terjadi karena dipengaruhi oleh faktor motivasi belajar ekstrinsik, yaitu saat individu lebih cenderung fokus untuk bermain *game online* dibandingkan belajar. Maka secara tidak langsung individu tersebut akan menghabiskan lebih banyak waktu dan tenaga dalam bermain *game online* yang akan mempengaruhi motivasi belajarnya (Suparni & Handayani, 2018). Anak merasa dengan bermain *game online* dapat menghilangkan kejenuhan dari penerimaan pembelajaran. Jika kegiatan bermain game tidak terkendali dapat menimbulkan adiksi *game online* yang biasanya akan menghabiskan waktu dengan bermain *game online* dibandingkan mengerjakan tugas ataupun mengulang pelajaran. Oleh sebab itu, motivasi belajar anak akan menurun seiring dengan hasil pembelajaran yang menurun pula (Fitri & Lestari, 2021).

Penelitian oleh Ria Susanti (2019) menganalisis jika pengaruh *game online* berdampak dengan turunnya motivasi belajar siswa. Individu dengan adiksi *game online* cenderung menjadi egosentris dan individualis yang mempengaruhi kehidupannya dengan menganggap hidupnya berada dalam tempat *game* yang dimainkannya. Karenanya, mereka terus menerus terjebak dengan aktivitas bermain *game* yang menyebabkan penurunan dalam motivasi belajar sehingga mereka

melalaikan tugas sekolah dan bahkan lebih memilih untuk membolos sekolah untuk bermain *game* (Johan, 2019).

Namun, penelitian lain pada anak SMPN di Jakarta Utara menyatakan bahwa tidak ada hubungan antara adiksi *game online* dengan motivasi belajar siswa. Hal ini dikarenakan jumlah responden adiksi *game online* dengan motivasi belajar rendah hanya 0,07% dari responden sementara yang menunjukkan proporsi adiksi *game online* cukup tinggi yaitu 1.243 dari 1.474 (84,3%) (Octavia et al., 2020). Penelitian ini sejalan dengan penelitian di Malaysia bahwa prestasi akademik bukan merupakan prediktor dari Internet Gaming Disorder (Ruzyanei et al., 2021).

Berdasarkan survei awal yang peneliti lakukan di SMAN 21 Medan, terdapat perilaku bermain *game* secara berlebihan seperti bermain *game* di waktu pembelajaran. Selain itu, peneliti juga menemukan 27 Siswa/i yang berisiko mengalami *Internet Gaming Disorder*. Hasil survei awal yang dilakukan peneliti juga menemukan bahwa rata-rata Siswa/i bermain *game online* bertujuan untuk menghilangkan kebosanan yang berujung pada ketagihan untuk melanjutkan *game* tersebut. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk mengetahui pengaruh dari *Internet Gaming Disorder* dengan motivasi belajar pada siswa/i SMAN 21 Medan.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka timbul pertanyaan “bagaimana pengaruh *Internet Gaming Disorder* terhadap motivasi belajar pada Siswa/i di SMAN 21 Medan?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah menganalisis pengaruh *Internet Gaming Disorder* terhadap motivasi belajar pada Siswa/i SMAN 21 Medan

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Menggambarkan karakteristik responden penelitian berupa jenis kelamin, jenis game yang dimainkan, dan durasi permainan.
2. Mengetahui tingkat Motivasi Belajar Siswa/i SMAN 21 Medan
3. Menganalisis besar risiko *Internet Gaming Disorder* terhadap motivasi belajar pada Siswa/i SMAN 21 Medan.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan keilmuan serta dapat menjadi acuan untuk penelitian selanjutnya terkait *Internet Gaming Disorder* pada anak Sekolah Menengah Atas.

1.4.2 Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan upaya bagi orangtua dan guru dalam pengawasan serta pencegahan peserta didik terkait *Internet Gaming Disorder* pada anak Sekolah Menengah Atas.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Game Online

2.1.1 Definisi Game Online

Game online merupakan game yang menggunakan internet dan komputer sebagai medium dan dapat dimainkan bersamaan oleh banyak pemain (Satinah & Saluky, 2021). Menurut Johan Susanti, *game online* adalah permainan yang dimainkan secara daring menggunakan internet, media yang digunakan dapat berupa PC (*personal computer*) atau konsol *game* biasa seperti PS2 dan XBox. *Game online* dikategorikan dalam permainan yang menggunakan jaringan internet dan merupakan salah satu bentuk teknologi yang hanya bisa diakses menggunakan jaringan komputer (Johan, 2019).

Menurut Melindah, *game online* diartikan sebagai *game* berbasis digital yang memerlukan koneksi internet untuk bermain. *Game online* sendiri berupa aplikasi dengan permainan berupa petualangan, pengaturan strategi, simulasi, dan bermain peran yang terdapat aturan permainan serta tingkatan tertentu. *Game online* tidak memiliki batas dalam perangkatnya, dapat menggunakan komputer, perangkat telepon genggam, atau konsol *video game* dengan syarat terhubung pada internet (Melindah, 2022).

2.1.2 Jenis-jenis Game Online

Berdasarkan dari *genre*-nya menurut Loton adalah sebagai berikut (Loton & Lubman, 2016):

1) *Platform*

Merupakan *game* klasik yang populer pada tahun 1980-an. Pemain *game* akan melewati rintangan dan musuh dalam *game* melalui karakter dalam *game* dua dimensi. *Sub-genre* dari *platform* adalah *side scrolling games* dan *puzzle platform*. Contoh dari *game* ini ialah *Mario Brothers* dan *Limbo*

2) *Strategy*

Game yang mengharuskan pemain menggunakan sumber daya dan unit yang tersedia dengan strategi tertentu untuk mengalahkan lawan, mirip dengan catur. *Sub-genre* dari *game* ini, *Real Time Strategy* (RTS), *war based*, *construction based*. Contohnya, *StarCraft*, *Civilisation*, dan *Rome: Total War*

3) *First Person Shooter*

Game yang berfokus pada pertarungan yang biasanya berupa pertarungan menggunakan senjata melalui sudut pandang orang pertama atau *First Person Perspective* (FPP). *Sub-genre* dari *game* ini, yaitu *shooter* dan *first-person shooter*. Contohnya, *Call Of duty* and *Battlefield*

4) *Role Playing Game*

Berbeda dari FPP *game* ini biasanya menggunakan sudut pandang orang ketiga atau disebut dengan *Third Person Perspective* (TPP). *Game* ini berfokus pada perkembangan karakter dalam *game* yang mengeksplor dunia *game* tersebut. Karakter mengumpulkan sumber daya dan menggunakannya untuk mendapatkan kemampuan yang hebat. *Game* ini kebanyakan diperuntukkan untuk dimainkan secara daring, berkelompok, dan berkompetisi dengan pemain lain. Akan tetapi versi *game* yang dapat dimainkan secara luring dengan satu pemain juga ada. *Sub-genre* dari *game* ini ialah, *massively multiplayer online role playing game* (MMORPG), dan *role-playing game*. Contohnya, *World of Warcraft* dan *The Elder Scrolls V: Skyrim*

5) *Narrative*

Game ini berfokus pada cerita dan dialog dalam *game*. Pemain dapat mengatur karakter dalam *game* untuk berkomunikasi yang akan mempengaruhi jalan cerita dan seringkali terdapat petunjuk untuk menjelajahi dunia *game* tersebut serta biasanya dimainkan oleh satu pemain. *Sub-genre* dari *game* ini ialah *murder mystery* dan *quest*. Contohnya, *LA Noire*, *Maniac Mansion*, dan *Day of the Tentacle*.

6) *Simulation*

Game ini memiliki fokus pada realisme dan simulasi penguasaan kendaraan atau keterampilan yang sulit dilakukan di dunia nyata. *Sub-genre* game ini ialah *Flight* dan *Car Racing*. Contohnya, *Gran Turismo*, *Microsoft Flight Simulator*.

7) *Sports*

Dalam *game* ini pemain mengontrol langsung kelompok olahraga dengan tujuan untuk menang. *Sub-genre* game ini, yaitu *Australian Football League (AFL)*, *football*, *soccer*, dan *basketball*. Contohnya, *AFL*, *FIFA*, *NBA Live*.

8) *Fighting*

Pemain mengontrol karakter dua dimensi maupun tiga dimensi dalam permainan bela diri untuk melawan lawan dalam ronde dengan batas waktu, kombinasi gerakan, waktu, dan refleks. *Sub-genre* game ini adalah *boxing* dan *martial arts*. Contohnya, *Punch out* dan *Mortal Combat*.

9) *Puzzle*

Game dengan seri teka-teki logis yang harus diselesaikan. Terkadang dimainkan dengan cepat ataupun lambat. *Sub-genre* game ialah *fast-paced puzzles*, *slower world exploration oriented puzzles*. Contohnya, *Bubble Boble* dan *Myst*.

Sebuah artikel review yang diterbitkan pada 2021 menyatakan bahwa *genre* *game* dan karakteristiknya berhubungan dengan kejadian *Internet Gaming Disorder*. Ditemukan bahwa gejala dari *Internet Gaming Disorder* banyak dijumpai pada pengguna *game* MMORPG, *shooter*, dan *strategy/MOBA* (Rehbein et al., 2021). Menurut King (2018) MOBA atau *Multiplayer Online battle Arena* adalah permainan yang mempertemukan dua tim dalam suatu waktu untuk mengalahkan satu sama lain. *Contoh games* jenis ini ialah *Mobile Legend* dan *DOTA 2*. Jenis *game* yang berkaitan dengan *Internet Gaming Disorder* antara lain, *First Person Shooter Games*, *Third Person Shooter Games*, *Strategy Games*, *Sport Simulation Games*, dan *Racing Simulation Games* (Liem et al., 2018).

2.1.3 Dampak Positif Bermain *Game Online*

Dampak positif dari bermain *game* apabila dimainkan secara terkontrol dapat menyebabkan keseimbangan antara otak kanan dan kiri yang mempengaruhi stabilitas mood dan relaksasi. Dopamin ekstraseluler akan meningkat selama bermain *game* melalui pemberian ‘*reward*’ dari *game* yang menciptakan perasaan bahagia pada pemain. Dopamin sendiri memiliki efek positif dalam pembelajaran, bangkitnya motivasi, dan pembentukan memori di hipotalamus (Kurnianingsih et al., 2018).

Penelitian oleh Halbroom (2019) menyatakan bahwa bermain *game* merupakan aktivitas yang sehat apabila tidak dimainkan secara berlebihan ataupun berorientasi pada prestasi bermain dan bersifat kompetitif. Dampak positif ataupun negatif dari *game* timbul bergantung pada motivasi bermain *game* dan waktu bermain (Halbroom et al., 2019).

2.1.4 Dampak Negatif Bermain *Game Online*

Menurut Ade Heryana (2018) dampak negatif dari bermain *game online* adalah sebagian besar menyebabkan masalah psikologis dan sosial sebagai berikut (Heryana, 2018):

- a. Perubahan suasana hati (*mood*), seseorang dengan kecanduan *game online* akan lebih sensitif yang menyebabkan ia mudah tersinggung, mudah marah, dan adanya rasa bosan
- b. Gangguan pola tidur dan kualitas tidur yang buruk
- c. Depresi dan kecemasan, bahkan risiko ingin bunuh diri
- d. Ketidaknyamanan secara fisik dan kemungkinan nyeri pada sebagian tubuh
- e. Kondisi kesehatan umum yang buruk
- f. Pola makan yang buruk dan konsumsi kopi berlebih
- g. Kehilangan teman di dunia nyata dan terisolasi secara sosial

- h. Konflik dengan anggota keluarga lain
- i. Perpisahan dan perceraian
- j. Gangguan terhadap pekerjaan dan produktivitas kerja
- k. Absensi dan *drop-out* dari sekolah
- l. Masalah keamanan finansia

2.2 Internet Gaming Disorder

2.2.1 Definisi Internet Gaming Disorder

Internet Gaming Disorder (IGD) merupakan perilaku bermain *game online* secara terus-menerus dan berulang yang menyebabkan gangguan atau kesulitan serta memenuhi paling sedikit lima atau lebih dari kriteria berikut selama 12 bulan, yaitu

1. Keasyikan bermain *game online* (bermain *game* menjadi aktivitas yang dominan dalam kehidupan sehari-hari)
2. Gejala penarikan diri (lekas marah, cemas, atau sedih, tetapi tidak ada tanda-tanda fisik penarikan farmakologis)
3. Toleransi kebutuhan untuk menghabiskan lebih banyak waktu terlibat dalam permainan internet
4. Tidak dapat mengontrol bermain *game online*
5. Kehilangan minat pada hobi dan hiburan sebelumnya akibat dari bermain *game online*
6. Terus menerus bermain *game online* secara berlebihan meskipun mengetahui masalah psikososial
7. Telah menipu anggota keluarganya, terapis, atau orang lain terkait waktu bermain *game online*
8. Penggunaan *game online* untuk melarikan diri atau meredakan suasana hati yang negatif (seperti perasaan tidak berdaya, rasa bersalah, kecemasan)

9. Telah membahayakan atau kehilangan hubungan, pekerjaan, atau kesempatan pendidikan atau karir yang signifikan karena partisipasi dalam permainan internet

Permainan *game online* yang dimaksud dalam IGD tidak termasuk dengan *game* perjudian atau keperluan profesi (American Psychiatric Association, 2013).

Menurut WHO, gangguan bermain *game* atau *Gaming Disorder* (GD) merupakan pola perilaku bermain *game online* yang tidak terkendali. Perilaku ini menyebabkan individu lebih memprioritaskan bermain *game* dibandingkan kegiatan lain, sehingga akan mengganggu kegiatan sehari-hari. Pola perilaku *Gaming Disorder* berupa kehilangan kontrol dalam bermain *game*, memprioritaskan *game* dibandingkan kegiatan lain, terus bermain *game* meskipun mengetahui efek negatifnya, dan mengabaikan kegiatan sosial, pendidikan, maupun pekerjaan (World Health Organization, 2018).

2.2.2 Faktor Risiko Penyebab *Internet Gaming Disorder*

Menurut, *American Psychiatric Association* genetik dan psikologis merupakan faktor Risiko dari IGD dimana remaja laki-laki cenderung lebih berisiko daripada remaja perempuan (American Psychiatric Association, 2013). Hal ini didukung oleh sebuah penelitian di China (2018) laki-laki lebih berisiko mengidap IGD dikarenakan perempuan memiliki kontrol eksekutif (sistem manajemen otak) yang lebih baik saat menghadapi isyarat permainan (Dong et al., 2018). Hal ini dapat dipengaruhi oleh karena laki-laki memiliki aktivitas otak yang lebih rendah pada bagian korteks prefrontal yang penting untuk kontrol impuls (Radiological Society of North America, 2018).

Sebuah penelitian pada tahun 2021 menyatakan bahwa faktor psikopatologis, seperti perilaku melanggar aturan, kecemasan, depresi, dan penarikan diri dari sosial berisiko tinggi dengan pengembangan IGD. *Game online* dapat menyediakan ruang bagi individu untuk melanggar aturan dan berperilaku agresif yang tidak dapat dilakukan di dunia nyata tetapi dapat diekspresikan tanpa batasan. Individu dengan kecemasan atau depresi mengalami kesulitan emosional dan melarikan diri

ke *game online* untuk menghindari stress dan mendapatkan kenyamanan sementara. Sedangkan untuk individu yang mengalami penarikan sosial, dalam *game online* merasa bisa berinteraksi sosial dengan sangat baik dan mengekspresikan diri dengan cara yang mungkin tidak nyaman ditampilkan di dunia nyata karena penampilan, jenis kelamin, seksualitas, ataupun usia (Ji et al., 2022).

Penelitian lain menyatakan pada lelaki dan perempuan, hubungan keluarga merupakan faktor kunci terjadinya IGD. Hubungan antara orang tua dan anak yang terganggu menjadi prediktor kuat gejala patologis IGD. Perasaan negatif yang ditimbulkan oleh konflik dalam keluarga membuat remaja menjadikan *game online* sebagai suatu perilaku menghindar dan perlindungan (Bonnaire & Phan, 2017). Sebuah penelitian pada gamers menyebutkan bahwa gejala depresi yang merupakan dampak trauma masa kanak-kanak akibat keluarga menjadi faktor Risiko dari IGD. Ketika gamer mengalami kesulitan interpersonal, mereka cenderung mencari pelarian dalam realitas visual (Grajewski & Dragan, 2020).

Selain itu, faktor penting lainnya yang berhubungan dengan IGD, adalah perilaku impulsif. IGD dikategorikan sebagai gangguan kontrol impuls yang terkait dengan disfungsi kognitif oleh kontrol eksekutif (Sugaya et al., 2019). Proses kognitif secara otomatis bekerja untuk menyelesaikan masalah yang terdapat di dalam game. Individu akan cenderung lebih memikirkan masalah dalam *game online* sehingga ingatannya akan lebih kuat tentang game yang berakibat menjadi IGD. Individu dengan IGD memiliki kognisi maladaptif tentang diri sendiri, seperti merasa tidak berharga di dunia nyata, akan tetapi dalam dunia *game online* individu tersebut merupakan seseorang yang berpengaruh. Hal ini membuat mereka sering bermain *game online*, karena mendapat respon positif dari pihak lain dan mendapatkan rasa kompetensi yang menjadi kebanggaan pribadi. Selain itu, terdapat juga kognisi maladaptif tentang dunia, seperti merasa dalam *game online* individu tersebut merasa aman dan dihormati. Hal ini tentu saja mendorong individu tersebut untuk bermain *game online* terus menerus agar mendapatkan rasa aman (Ji et al., 2022).

Motivasi bermain game juga berperan penting dalam peningkatan Risiko dari IGD. Dorongan seseorang bermain game secara terus menerus hingga mengorbankan waktunya hanya untuk bermain *game online* terdiri dari tiga hal, yaitu dorongan mendapatkan penghargaan atau prestasi dari *game online* (*Achievement*), keuntungan dalam financial (*wealth*), dan dorongan keserakahan atau merasa tidak pernah cukup (*Inadequacy*) (King et al., 2018).

Berdasarkan beberapa studi yang telah disebutkan, faktor risiko penyebab IGD ialah:

- a. Jenis kelamin
- b. Psikopatologis (kebiasaan melanggar aturan, kecemasan, depresi, penarikan sosial)
- c. Faktor keluarga
- d. Perilaku impulsif (gangguan kognitif)
- e. Motivasi bermain game

2.2.3 Dampak Internet Gaming Disorder

Internet Gaming Disorder (IGD) dapat menyebabkan putus sekolah, kehilangan pekerjaan, ataupun gagal pernikahan. Dorongan bermain game cenderung mengesampingkan aktivitas sosial, pendidikan, dan keluarga. Pada pelajar dapat menyebabkan nilai sekolah yang menurun bahkan putus sekolah. Selain itu, tanggung jawab dalam keluarga juga akan diabaikan (American Psychiatric Association, 2013).

Dampak negatif terkait kesehatan dari IGD relatif ringan dibandingkan dengan penyalahgunaan zat dan kecanduan. Dampak yang paling sering terjadi ialah penurunan berat badan karena diet terbatas atau penambahan berat badan karena makan berlebihan, nyeri fisik akibat postur tubuh yang buruk, serta kualitas dan kuantitas tidur yang buruk sehingga menyebabkan kelelahan dan kelesuan (Liem et al., 2018).

Intensitas waktu yang ekstrim pada penderita IGD mengakibatkan hilangnya kesempatan dan timbulnya gangguan pada rutinitas serta fungsi normal individu, yaitu aktivitas dasar (meliputi tidur, makan dan kebersihan pribadi), interaksi sosial pada dunia nyata (berbicara dengan orang, bertemu teman secara langsung, mengunjungi keluarga), dan tanggung jawab pribadi meliputi pekerjaan dan sekolah. IGD mengubah prioritas individu yang mengakibatkan kurangnya minat dan kapasitas untuk menghadiri interaksi sosial yang tidak terkait dengan *game*. Individu yang sudah kehilangan kontrol dirinya dalam bermain *game* akan mengabaikan dunia nyata dan peran dirinya. Kebiasaan bermain *game* akan menciptakan ‘kekosongan’ pada diri individu, dimana keinginan untuk maju dalam bidang pekerjaan ataupun sekolah akan berhenti saat *game* dimulai. Seiring berjalannya waktu, individu akan sulit untuk menyesuaikan diri dengan dunia nyata karena hilangnya kepercayaan diri dan keterampilan diri (Rehbein et al., 2021).

Individu dengan IGD cenderung memiliki pemikiran bahwa *game* lebih menyenangkan dari dunia nyata. Pikiran negatif, seperti kualitas hidup yang buruk dan juga pikiran bunuh diri akan tertahan oleh perilaku bermain *game*. Karenanya individu sering mengambil jalan pintas untuk melarikan diri dari dunia nyata dan terus bermain *game*, seperti bolos sekolah, mengambil jatah cuti sakit dalam pekerjaan, dan menghindari interaksi sosial (Liem et al., 2018).

Siswa dengan IGD cenderung kurang berkonsentrasi di kelas dikarenakan kurang tidur. Siswa menghabiskan waktunya untuk bermain *game* pada hari sekolah di malam hari. Perilaku seperti ini dalam beberapa kasus, ketika bermain *game* ataupun hanya memikirkan tentang *game* sepanjang waktu dapat menyebabkan pengabaian tanggung jawab sehari-hari disekolah dan di rumah. Siswa yang kurang tidur karena bermain *game* sulit untuk fokus dalam pembelajaran sehingga belajar tidak menjadi efisien (Hawi et al., 2018).

2.3 Motivasi Belajar

2.3.1 Pengertian Motivasi Belajar

Motivasi merupakan dorongan individu ataupun dapat dikatakan sebagai kekuatan, kebutuhan, antusiasme, tekanan, ataupun mekanisme psikologis yang mendorong individu ataupun kelompok untuk mencapai prestasi sesuai dengan kemauannya. Motivasi dapat tumbuh dalam diri individu dan dapat pula karena suatu rangsangan atau dorongan faktor lain dalam tujuannya akan kebutuhan individu tersebut. Motivasi sendiri dapat mempengaruhi energi tubuh yang akan berpengaruh pada psikologi, perasaan, dan emosi sehingga mendorong individu melakukan sesuatu hal (Winata, 2021).

Motivasi dipengaruhi oleh fisiologis dan psikologis yang mengarahkan individu melakukan aktivitas secara spesifik pada waktu tertentu dengan suatu tujuan. Motivasi dapat timbul dari dalam diri individu maupun luar diri individu ataupun hadiah yang dapat membangkitkan, mempertahankan, dan mengontolminat-minat (Parnawi, 2019). Kebutuhan dari individu menimbulkan motivasi untuk memenuhi dan mencapai tujuannya. Tujuan tersebutlah yang akan memberikan rasa puas akan terpenuhinya suatu kebutuhan. Sedangkan motivasi digunakan sebagai pemantik dan kedisiplinan untuk mengerjakan sesuatu dalam proses mencapai tujuan (Khodijah, 2021). Pada siswa motivasi mendorong mereka untuk mencapai target pribadi. Dapat dikatakan bahwa motivasi adalah bentuk mesin yang menggerakkan untuk memberikan arah dan tujuan yang dikehendaki.

Belajar sendiri diartikan sebagai usaha atau proses untuk memperoleh perubahan tingkah laku yang lebih baik sebagai hasil dari pengalaman diri sendiri dan lingkungan (Slameto, 2015). Menurut Ormrod, belajar diartikan sebagai proses perubahan individu dalam jangka panjang yang melibatkan mental serta diyakini bertepatan pada dasar otak dan berasal dari pengalaman (Ormrod, 2016). Menurut Wina Sanjaya, pembelajaran adalah proses yang bertujuan, sehingga segala sesuatu yang dilakukan guru dan siswa diarahkan untuk mencapai suatu tujuan (Sanjaya, 2016). Dalam pembelajaran, motivasi berperan dalam menimbulkan kegiatan belajar untuk mencapai target yang diinginkan oleh siswa. Motivasi sebagai daya

penggerak siswa yang menjamin kelangsungan dari kegiatan belajar dan memberikan arah pada kegiatan belajar (Syardiansah, 2016). Motivasi untuk belajar yang besar pada siswa dapat dilihat dari ketekunan dan tidak mudahnya putus asa untuk mencapai target meskipun terdapat kesulitan (Irham et al., 2017). Motivasi terangsang meningkatnya semangat dan ketekunan belajar siswa. Karena dapat menimbulkan gairah, semangat dan rasa senang dalam belajar, sehingga siswa yang memiliki motivasi belajar tinggi memiliki kekuatan untuk melaksanakan kegiatan belajar (Julhadi & Kholik, 2021).

Suatu proses untuk mencapai target prestasi belajar yang optimal memiliki berbagai macam unsur, yaitu kesehatan jasmani, intelegensi, bakat dan minat, serta motivasi. Individu dengan minat sedikit dalam mengerjakan sesuatu akan cenderung tidak dapat melakukannya karena dorongan dan kemauan yang tidak besar sehingga hasil yang didapatkan tidak sesuai dengan yang diharapkan (Khodijah, 2021).

Motivasi belajar didapatkan sebagai faktor psikis non intelektual yang mendorong individu untuk terus belajar dan memiliki peran khusus dalam pembelajaran untuk menumbuhkan gairah, perasaan, dan juga semangat dalam belajar. Motivasi belajar dijadikan bahan dasar untuk mendorong siswa mencapai tujuannya seperti prestasi belajar (Khodijah, 2021).

Motivasi belajar dapat tercermin dalam ketekunan siswa tersebut. Motivasi berperan memberikan arah pada siswa dan memacu semangat siswa untuk mengikuti proses belajar mengajar. Keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran dipengaruhi oleh motivasi belajar. Apabila siswa memiliki motivasi yang tinggi maka keterlibatan siswa tersebut dalam proses pembelajaran juga akan tinggi begitupun sebaliknya (Irham et al., 2017). Kekuatan spiritual dan intensitas mental seperti bentuk keinginan serta perhatian dapat menjadi inspirasi siswa untuk melakukan kegiatan belajar (Winata, 2021).

Dapat disimpulkan bahwa motivasi belajar merupakan dorongan ataupun gaya penggerak dalam diri siswa baik internal maupun eksternal yang mempengaruhi siswa untuk belajar demi mencapai tujuan yang diharapkan, yaitu prestasi belajar.

2.3.1 Jenis Motivasi Belajar

Dalam sebuah teori determinasi diri atau disebut dengan *self determination theory* motivasi dapat dibedakan dalam tiga konsep, yaitu motivasi intrinsik, ekstrinsik, dan amotivasi (Ryan & Deci, 2017).

a) Motivasi Intrinsik

Dalam mencapai kepentingan untuk diri sendiri atau kenyamanan maupun kepuasan pribadi sering dikaitkan dengan motivasi intrinsik. Hal ini dihubungkan dengan sifat manusia yang rentan terhadap pertumbuhan dan integrasi psikologis sehingga dibutuhkan dukungan psikologis dasar seperti otonomi, kompetensi, dan keterikatan (Ryan & Deci, 2017).

Motivasi intrinsik timbul karena adanya dorongan dalam diri individu untuk melakukan suatu hal yang menurut ia menyenangkan dan bermanfaat untuk dirinya sendiri (Ormrod, 2016). Sebagai contoh implementasinya dalam pembelajaran, siswa belajar dengan rajin karena ia ingin menguasai materi di sekolah sebagai bentuk kepuasan pribadi.

Motivasi intrinsik sendiri dibagi menjadi empat bagian motivasi yang lebih spesifik, yaitu motivasi intrinsik *to know*, motivasi intrinsik *to accomplishment*, dan motivasi intrinsik *to experience*. Motivasi intrinsik *to know* (untuk mengetahui) diartikan seperti seorang individu melakukan sesuatu dengan sepenuh hati dan mendapatkan kepuasan dari memepelajari atau mengeksplor suatu hal baru. Sedangkan, motivasi intrinsik *to accomplishment* (mencapai prestasi) diartikan pada suatu individu yang mendapatkan kepuasan dalam mencapai tujuannya atau menciptakan suatu hal. Selain itu, motivasi intrinsik *to experience* (mengalami stimulasi) adalah saat individu berada atau terlibat dalam kegiatan yang melibatkan rangsangan (Ryan & Deci, 2017).

b) Motivasi Ekstrinsik

Motivasi ekstrinsik timbul oleh karena dorongan diluar dari dalam dirinya untuk mencapai kepuasan pribadi. Dalam *self determination theory* telah menetapkan empat subtype dari motivasi ekstrinsik. Yang pertama, ialah regulasi eksternal yang muncul akibat adanya pujian ataupun hukuman serta merupakan bentuk motivasi berdasarkan pengalaman orang lain. Kedua, regulasi introyeksi yang dikaitkan dengan ego individu berupa harga diri apabila mendapatkan hasil yang bagus sehingga mendapatkan pengakuan dari diri sendiri maupun orang lain. Ketiga, regulasi yang teridentifikasi, individu secara sadar memahami nilai dari suatu aktivitas dan mendorong dirinya untuk melakukan hal tersebut. Keempat, regulasi terintegrasi yaitu saat individu tidak hanya memahami nilai suatu aktivitas akan tetapi merasa aktivitas tersebut juga memiliki kecocokan akan suatu hal yang ingin ia capai (Ryan & Deci, 2020).

Sebagai contoh implementasi dalam pembelajaran, seorang siswa belajar dengan rajin karena ingin mendapatkan nilai tinggi, gelar, ataupun kehormatan (Parnawi, 2019).

c) *Amotivasi*

Amotivasi merupakan gambaran dari rendahnya keinginan dan motivasi seseorang dengan menggambarkan sikap pasif, tidak efektif, atau tanpa tujuan sehubungan dengan serangkaian tindakan potensi tertentu. bentuk motivasi ini terjadi karena perspektif individu tidak dapat melakukan hal yang ingin ia tuju. hal ini didasari dari kurangnya kompetensi ataupun kurangnya minat, relevansi, atau nilai dari hasil yang ia tuju. Kesimpulannya, *amotivasi* diartikan sebagai perilaku non aksi atau oposisi yang termotivasi untuk menentang tuntunan yang menggagalkan kebutuhan dasar akan otonomi ataupun kerkatan (Ryan & Deci, 2017).

2.3.2 Faktor yang Mempengaruhi Motivasi Belajar

Menurut Dimiyati dan Mudjiono hal yang dapat mempengaruhi motivasi belajar ialah sebagai berikut (Rizkiana, 2021):

- 1) Cita-cita atau aspirasi siswa, yaitu suatu target yang ingin dicapai akan menguatkan motivasi belajar dan mendorong siswa untuk belajar. Baik motivasi intrinsik maupun ekstrinsik akan diperkuat oleh cita-cita sebab dapat mewujudkan aktualisasi diri
- 2) Kemampuan belajar, kemampuan belajar siswa meliputi daya pengamatan, perhatian, daya pikir, dan fantasi. Dari kemampuan belajar dapat mengukur perkembangan berpikir siswa
- 3) Kondisi siswa, hal ini berkaitan dengan kondisi psikis ataupun fisik siswa
- 4) Kondisi lingkungan, hal ini berupa lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat
- 5) Unsur dinamis dalam belajar, yaitu berupa unsur dalam proses belajar keberadaannya tidak stabil
- 6) Upaya guru mengajar siswa, yaitu usaha yang berorientasi dengan kebutuhan siswa sesuai dengan harapan dapat meningkatkan motivasi belajar.

Faktor lain yang dapat mempengaruhi motivasi belajar, yaitu umur, kondisi fisik dan kekuatan intelegensi. Individu dalam usia sekolah dan memiliki fisik yang sehat serta kecerdasan memiliki motivasi belajar tinggi. Hal ini dikarenakan kemampuan individu tersebut memberikan kemudahan dalam kegiatan belajar (Hamalik, 2004). Motivasi belajar itu sendiri pun dapat tumbuh jika siswa paham akan manfaat dari kegiatan belajar. Jika siswa menganggap belajar merupakan suatu kebutuhan, maka kegiatan belajar akan menjadi fokus utamanya dan harus ia penuhi. Selain itu, tingkat konsentrasi dan keadaan fisik juga mempengaruhi. Apabila siswa memiliki keadaan fisik yang baik serta didukung oleh kemampuan belajar akan lebih mudah mencapai tujuan belajar yang diharapkan. Hal lain yang mempengaruhi ialah menjadikan kegiatan belajar menjadi menyenangkan. Akibatnya, akan timbul dorongan dalam diri siswa untuk melaksanakan proses belajar (Widiarti, 2018).

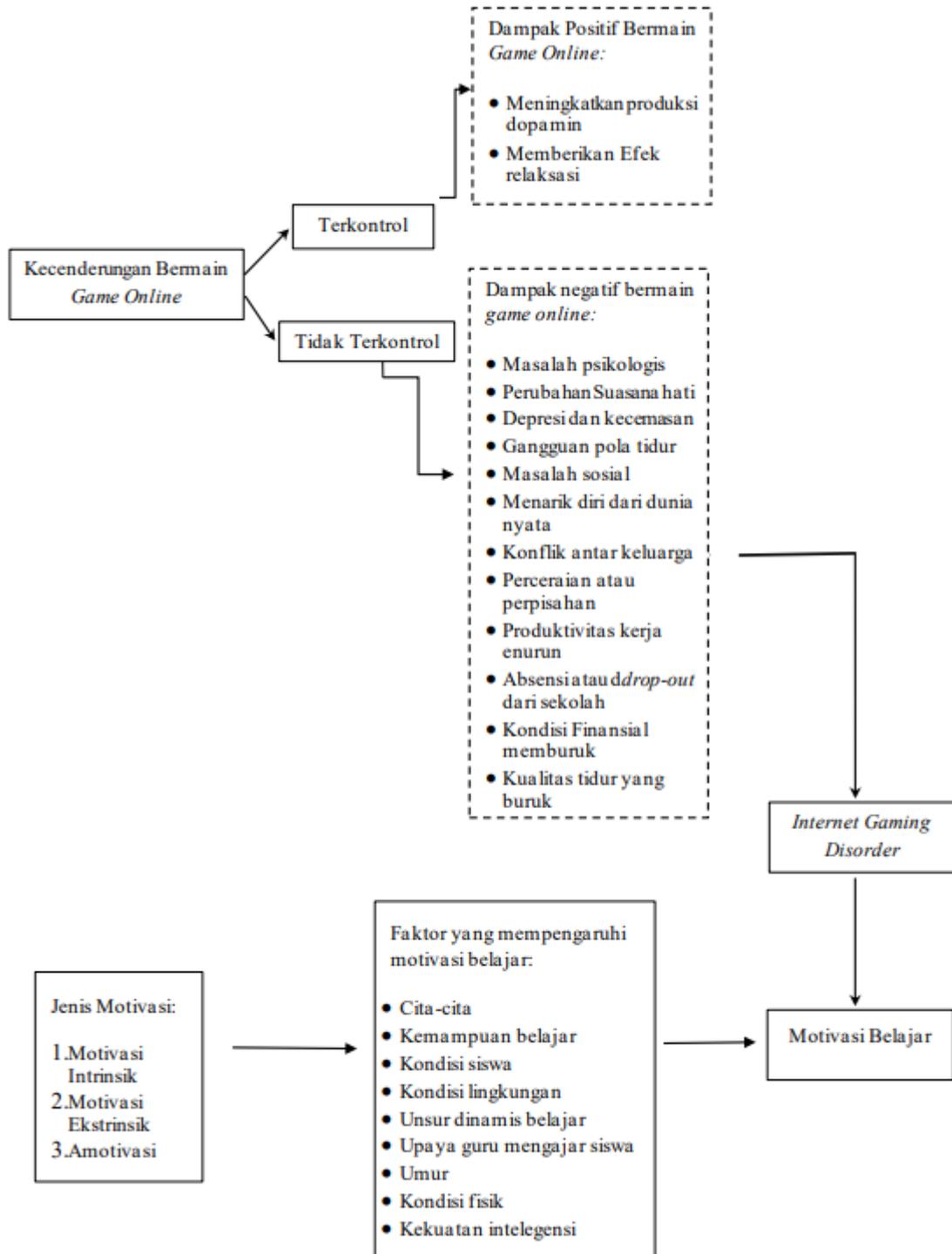
2.4 *Internet Gaming Disorder* dan Motivasi Belajar

Sebuah penelitian di Sulawesi Selatan (2021) menyebutkan bahwa siswa kecanduan *game online* mempengaruhi motivasi belajar dengan menyebabkan dirinya kurang fokus karena terus memikirkan hal yang terdapat dalam *game* tersebut. Siswa menjadi malas belajar dan susah mengikuti pembelajaran di kelas. Selain itu, bermain *game* secara berlebihan akan mengurangi rasa sosialisasi terhadap sesama (Rahyuni et al., 2021).

Kecanduan *game online* menyebabkan siswa kurang tidur seiring dengan meningkatkan intensitas bermain game. Hal ini tentu saja menyebabkan siswa menjadi kurang fokus dalam pembelajaran dan bahkan mengalami penurunan prestasi akademik (Oyinvwi & Ojimaajo, 2021).

IGD menyebabkan siswa kehilangan kontrol waktu dalam belajar, tidak dapat fokus dalam pembelajaran, bolos dari sekolah dan kegiatan lainnya. *Game online* bersifat distraksi yang membuat siswa teralihkan dari tanggung jawab utamanya, yaitu belajar dan berkurangnya semangat untuk belajar di sekolah. Siswa dengan IGD akan lebih mendahulukan bermain *game* dibandingkan belajar (Ahmad et al., 2021).

2.5 Kerangka Teori



Gambar 2.1 Kerangka Teori

2.6 Hipotesis Penelitian

Hipotesis dalam penelitian ini adalah adanya hubungan antara motivasi belajar dengan IGD.

2.7 Kerangka Konsep



Gambar 2.2 Kerangka Konsep