

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Internet telah menjadi kebutuhan penting bagi masyarakat di era global ini, terutama bagi para *gamer* yang dapat terhubung secara digital dengan orang lain di seluruh dunia (Siste et al., 2021). Namun, penggunaan internet yang berlebihan juga dapat menimbulkan dampak negatif, seperti *Internet Gaming Disorder* (untuk selanjutnya disebut IGD) (Ji et al., 2021). IGD merupakan keterlibatan terus menerus dan berulang dalam bermain *game*, baik secara individu maupun bersama orang lain, yang menyebabkan gangguan klinis atau distress (Siste et al., 2022). Menurut *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders V* (DSM V), gangguan ini terjadi ketika aktivitas bermain *game* berdampak signifikan pada kehidupan seseorang (Prawesti & Sari, 2021). Mereka yang didiagnosis dengan IGD sering mengalami depresi, kecemasan, dan permusuhan, yang sebagian besar dipengaruhi oleh regulasi emosi (Lin et al., 2020).

Tercatat pada bulan April 2024 pengguna internet aktif secara global mencapai 5,44 miliar, setara dengan 67,1% dari total populasi dunia (Paudel et al., 2024). Menurut *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2019, sekitar 2,6 milyar orang di seluruh dunia bermain *game online* sementara data terakhir dari *Internet World Statistic* (2018) menunjukkan total pengguna internet lebih dari 4,2 milyar orang (Handayani et al., 2024). Pengguna internet tertinggi di Asia Tenggara per Juni 2019 berada di Brunei, Singapura dan Thailand, dengan prevalensi *Internet addiction* rata-rata 20%, tertinggi di Thailand, Indonesia, Vietnam, Malaysia, Myanmar, Singapura, dan Filipina, serta *gaming disorders*

Cecilia Vasandra
202210420311009
Ilmu Keperawatan

10,1%, tertinggi di Singapura dan Thailand (Chia et al., 2020). Data di Indonesia pada tahun 2022, sebanyak 77,25% melaporkan bahwa Internet penting untuk mengakses hiburan, dengan 14,23% sering bermain *game online* dan terdapat 40 juta pemain yang mengalami kecanduan *game* (Ongkowijaya & Andangsari, 2024). Penggunaan internet di Indonesia meningkat pesat, dari 0,9% pada tahun 2000 menjadi 17,1% pada 2014, dengan sekitar 80% remaja mengakses internet setiap hari. Kondisi ini berdampak pada meningkatnya kasus IGD di kalangan remaja, yang diperkirakan mencapai 10,15% (Siste et al., 2021). Menurut survei pada tahun 2020, pengguna internet di Pulau Jawa menunjukkan hasil sebesar 56,4%, dengan beberapa ibu kota provinsi seperti Surabaya (83%) dan Serang di Banten (100%), memiliki pengguna internet aktif yang lebih tinggi dibandingkan rata-rata nasional (73,7%) (Rusminingsih et al., 2023). Karakteristik mahasiswa yang kemungkinan saya teliti mengacu pada DSM-5 terkait IGD. Di Malang, banyak mahasiswa rela begadang demi bermain *game*, merasa gelisah saat tidak bermain, dan mengabaikan tugas kuliah serta menarik diri dari pergaulan. *Game* digunakan sebagai pelarian dari stres, dan gejala ini banyak ditemukan dalam kehidupan sehari-hari mahasiswa di Malang. Mengingat banyak data yang ditemukan tentang tingginya penggunaan internet maupun banyaknya pemain yang mengalami kecanduan *game online* di dunia, Asia Tenggara, Indonesia dan Jawa Timur, penting dilakukan analisa mendalam tentang IGD di Malang terutama di kalangan Mahasiswa.

Penggunaan internet secara berlebihan banyak terjadi pada mahasiswa karena pengembangan identitas diri yang melibatkan kebebasan, kemandirian, dan pengaruh teman sebaya, sehingga mereka cenderung menggunakan

Cecilia Vasandra
202210420311009
Ilmu Keperawatan

mekanisme coping maladaptif seperti perilaku adiktif terhadap internet yang dapat memicu masalah IGD (Prawesti & Sari, 2021). Penggunaan *game* sebagai cara mengatasi perasaan atau situasi sulit hanya memberikan bantuan sementara, tanpa menyelesaikan masalah mendasar, bahkan sering kali memperburuk kondisi psikologis individu (Giyaningtyas & Armi, 2024). IGD memiliki dampak negatif yang signifikan terhadap aspek psikososial dan kesehatan mental individu (Putri et al., 2023). Kesehatan mental dipengaruhi oleh fungsi emosional, di mana kesulitan regulasi emosi berkontribusi pada penurunan kualitas kesehatan mental individu (Aisyaroh et al., 2022). Individu dengan kemampuan regulasi emosi yang rendah lebih rentan terhadap emosi negatif, sehingga cenderung terlibat dalam perilaku maladaptif, sementara regulasi emosi yang baik maka kesehatan mental akan semakin meningkat (Fortuna & Nurmina, 2024). Berdasarkan penjelasan di atas, mahasiswa menjadi kelompok yang rentan terhadap IGD. Oleh karena itu, penting untuk mengevaluasi kemampuan regulasi emosi dalam mencegah dampak negatif IGD pada kesehatan mental mereka.

Regulasi emosi merupakan proses kognitif yang penting dalam mengelola pengalaman dan respons emosional, karena kemampuan regulasi emosi yang buruk meningkatkan kerentanan terhadap perilaku maladaptif, termasuk perilaku adiktif seperti IGD (Fortuna & Nurmina, 2024). Kegagalan meregulasi emosi secara efektif sering kali memicu perilaku adiksi karena regulasi emosi berfokus pada cara emosi diatur, bukan bagaimana emosi mengatur hal lain (Saraswati & Herdiana, 2022). Individu dengan regulasi emosi yang baik dapat mengendalikan reaksi terhadap emosi negatif, sementara regulasi emosi yang buruk sering memicu perilaku merugikan (Widyayanti et

Cecilia Vasandra
202210420311009
Ilmu Keperawatan

al., 2022). Regulasi emosi yang baik memungkinkan seseorang menghadapi situasi dengan tenang dan fokus, tanpa terganggu oleh gejolak emosi, sementara kurangnya kemampuan regulasi emosi dapat mengganggu perhatian, mempersulit pemecahan masalah, serta merusak hubungan sosial (Noviyanti et al., 2024). Namun, meskipun demikian belum ada penelitian yang membuktikan bahwa regulasi emosi yang buruk dapat menjadi faktor utama dalam perilaku adiktif seperti IGD, sehingga diperlukan penelitian lebih mendalam untuk mengetahui hubungan antara IGD dengan regulasi emosi.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan antara *Internet Gaming Disorder* dengan Regulasi Emosi pada Mahasiswa di Malang”. Penelitian ini didasarkan pada teori-teori yang relevan untuk mendukung pemecahan masalah yang diteliti. Penelitian ini diharapkan dapat mengidentifikasi dan menganalisis hubungan antara gangguan IGD dengan regulasi emosi. Hipotesis penelitian ini adalah jika IGD meningkat, maka kemampuan regulasi emosi akan menurun.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimanakah Hubungan antara IGD dengan Regulasi Emosi pada Mahasiswa di Malang?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara IGD dengan Regulasi Emosi pada Mahasiswa di Malang.

1.3.2. Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi IGD pada Mahasiswa di Malang.
2. Mengidentifikasi Regulasi Emosi pada Mahasiswa di Malang.

3. Menganalisis hubungan antara IGD dengan Regulasi Emosi pada Mahasiswa di Malang.

1.4 Manfaat

1.4.1. Bagi Pasien

Hasil penelitian dapat digunakan sebagai panduan untuk meningkatkan kemampuan regulasi emosi dan mengurangi dampak IGD.

1.4.2. Bagi Perawat

Hasil penelitian dapat digunakan untuk mengembangkan program layanan keperawatan dalam mengelola regulasi emosi pada individu dengan IGD.

1.4.3. Bagi Lembaga

a. Bagi Rumah Sakit

Hasil penelitian dapat digunakan untuk mengembangkan program layanan kesehatan dalam mengelola regulasi emosi pada individu dengan IGD.

b. Bagi Institusi

Hasil penelitian dapat digunakan untuk bahan rujukan bagi mahasiswa atau peneliti yang tertarik untuk meneliti lebih lanjut terkait IGD dan regulasi emosi.

1.5 Keaslian Penelitian

1. Penelitian yang dilakukan oleh (Lin et al., 2020) dengan judul "*The association between Emotional Regulation and Internet Gaming Disorder*". Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Penelitian ini melibatkan 207 peserta. **Persamaan** kedua penelitian terdapat pada variabel independen yaitu IGD dengan desain penelitian *cross*

sectional. Adapun **Perbedaan** utama terletak pada lokasi penelitian, yaitu di China dan Malang, Indonesia. Faktor sosial, budaya, dan lingkungan yang berbeda di kedua lokasi tersebut berpotensi mempengaruhi kemampuan regulasi emosi individu dengan IGD. Penelitian Lin et al. bertujuan untuk mengevaluasi regulasi emosi pada individu dewasa dengan IGD dan mengkaji hubungan antara regulasi emosi, depresi, dan permusuhan, sedangkan penelitian ini berfokus untuk membahas hubungan IGD dengan regulasi emosi. Temuan yang spesifik dari masing-masing penelitian dapat memberikan wawasan yang berbeda dalam pengembangan intervensi.

2. Penelitian yang dilakukan oleh (Yen et al., 2017) dengan judul "*Emotional Regulation in Young Adults with Internet Gaming Disorder*". Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan pada 174 peserta. **Persamaan** kedua penelitian terdapat pada variabel independen yaitu IGD pada individu dewasa awal. Penggunaan instrumen untuk mengukur Regulasi Emosi dengan *emotional regulation questionnaire* (ERQ). Adapun **Perbedaan** utama terletak pada lokasi penelitian, yaitu Taiwan dan Malang, Indonesia. Konteks sosial, budaya, dan lingkungan yang berbeda di kedua lokasi penelitian berpotensi mempengaruhi kemampuan regulasi emosi individu dengan IGD. Penelitian Yen et al, melibatkan 174 peserta, sedangkan penelitian ini melibatkan 377 peserta. Jumlah peserta yang lebih besar berpotensi meningkatkan kekuatan statistik dan validitas hasil penelitian. Penelitian Yen et al. memiliki tujuan untuk mengeksplorasi hubungan antara regulasi emosional dan gejala *mood*, seperti depresi, kecemasan, dan permusuhan,

Cecilia Vasandra
202210420311009
Ilmu Keperawatan

pada individu yang didiagnosis dengan IGD, sedangkan penelitian ini berfokus untuk membahas hubungan IGD dengan regulasi emosi. Hasil spesifik dari masing-masing penelitian dapat memberikan pengetahuan beragam dalam mendukung pengembangan intervensi yang lebih optimal.

