

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

#### **2.1 Penelitian Terdahulu**

Penelitian terdahulu merupakan salah satu acuan bagi penulis untuk mendapatkan rujukan dan referensi untuk mengkaji topik dan teori yang digunakan didalam penelitian ini. peneliti mengangkat judul dari referensi yang berkaitan dengan judul yang dibahas.

Pertama dari Anggia Wahyu Agustin, Yeni Karneli (2022) dengan judul Penanganan Kecanduan *Games Online* pada Mahasiswa Tingkat Akhir. Hasil penelitian tersebut membahas tentang penanganan mengenai mahasiswa tingkat akhir yang kecanduan game online. Penggunaan games online yang berlebihan tentunya memiliki dampak pada diri individu. Adapun dampak dari games online ini adalah cenderung membuat aktivitas individu menjadi terbengkalai terutama berkenaan dengan akademiknya atau menurunnya motivasi dan komitmennya dalam belajar.

Kedua dari Hadisaputra, Andi Asywid Nur, Sulfiana (2022) dengan judul Fenomena Kecanduan Game online di Kalangan Remaja Pedesaan. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa di Desa Harapan Kabupaten Selayar dan Desa Sanrego Kabupaten Bone, Fenomena kecanduan game online berdampak pada perubahan perilaku sosial remaja, kecanduan tersebut berwujud lamanya durasi yang digunakan untuk bermain game online.

Ketiga dari Meidy D.Ar Noya S.Th.,M,Si , Jenny M,Salamor S,Psi.,M.Si (2021) dengan judul Dampak Kecanduan Game online Mahasiswa Bimbingan dan Konseling di Universitas Hein Namotemo. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat dampak positif dan dampak negative dari game online dikalangan mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Hein Namotemo . Dampak positif pada perilaku sosial tersebut seperti meningkatkan konsentrasi, meningkatkan kinerja otak dan memacu

otak dalam menerima cerita, meningkatkan kemampuan membaca, Meningkatkan kemampuan berbahasa Inggris, Membantu bersosialisasi, meningkatkan dalam kemampuan mengetik, melatih kemampuan dalam berdagang, Bisa menghilangkan stress, sebagai ajang menambah teman. Dampak negatif pada perilaku sosial tersebut seperti jadi boros, menimbulkan efek ketagihan, kehidupan real menjadi berantakan, membuat orang terisolasi dengan lingkungan sekitar, mengganggu kesehatan, mengakibatkan pola makan dan tidur yang tidak teratur sehingga mudah terserang penyakit.

Keempat dari Rahmawati (2022) dengan judul Game online di Kalangan Mahasiswa Universitas Halu Oleo. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa Para mahasiswa yang ada di Kelurahan Lalara bermain game online hampir setiap hari. Mereka bermain mulai dari pagi hingga larut malam. Tempat bermain game online para mahasiswa adalah di kos-kosan, warkop hingga kampus. Penelitian ini menggunakan metode penelitian secara deskriptif kualitatif.

Kelima dari Gilbert Luis Ondang, Benedicta J. Moku, Shirley Y. V. I. Goni (2020) dengan judul Dampak Game online Terhadap Motivasi Belajar Mahasiswa Jurusan Sosiologi Fispol Unsrat. Hasil penelitian tersebut ditemukan bahwa game atau permainan menjadi sangat berpengaruh, bila hanya digunakan secara sepihak. Artinya tidak seimbang oleh kegiatan yang bernilai, sehingga hanya berdampak negatif, biasanya oleh mahasiswa. Mahasiswa memiliki kompetensi tinggi dalam pendidikan, tetapi jika permainan mengalahkan yang utama kegiatan, maka hal ini tentu saja berpengaruh buruk terhadap motivasi belajar.

Keenam dari Fajrin Sakina, Imammul Insan, Hendrayadi (2022) dengan judul Pengaruh Kecanduan Game online Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa kecanduan game online pada mahasiswa umumnya berada pada kategori sedang yakni sebesar 38.8%, sehingga hanya beberapa fungsi pada kehidupannya yang terganggu, seperti pada fungsi pendidikan yaitu menurunnya minat belajar

pada mahasiswa sehingga terjadilah penundaan mengerjakan tugas kuliah. Kemudian fungsi sosial yaitu adanya Dimana waktu yang dihabiskan untuk bermain game dapat mengurangi interaksi sosial terhadap role model positif dalam kehidupan nyata, game online juga merampas peluang penting mengamati dan mempelajari perilaku sosial. Fungsi individu dimana individu sering mengucapkan kata-kata kotor dan kasar saat bermain game online. Namun fungsi kehidupan tersebut masih bisa diatasi.

**Tabel 2.1 Penelitian Terdahulu**

NO	JUDUL JURNAL	HASIL PENELITIAN	RELEVANSI
1.	Judul : Penanganan Kecanduan <i>Games Online</i> pada Mahasiswa Tingkat Akhir Penulis : Anggia Wahyu Agustin, Yeni Karneli. <i>Indonesian Journal of Counseling and Development</i> Tahun 2022	Pada jurnal ini penulis membahas tentang penanganan mengenai mahasiswa tingkat akhir yang kecanduan <i>game online</i> . Penggunaan games online yang berlebihan tentunya memiliki dampak pada diri individu. Adapun dampak dari games online ini adalah cenderung membuat aktivitas individu menjadi terbengkalai terutama berkenaan dengan akademiknya atau menurunnya motivasi dan komitmennya dalam belajar	Dalam jurnal yang berjudul “Penanganan Kecanduan Games Online pada Mahasiswa Tingkat Akhir” ditemukan bahwa kecanduan <i>game online</i> dapat menimbulkan berbagai efek negatif yang sangat berbahaya bagi Kesehatan, baik Kesehatan fisik maupun bagi Kesehatan psikis para pecandunya, selain itu juga bisa mengganggu akademiknya.
2.	Fenomena Kecanduan <i>Game online</i> di Kalangan Remaja Pedesaan Hadisaputra, Andi Asywid Nur, Sulfiana	Hasil penelitian menunjukkan bahwa di Desa Harapan Kabupaten Selayar dan Desa Sanrego Kabupaten Bone, Fenomena kecanduan <i>game online</i> berdampak	Persamaan : memiliki kesamaan topik yang berkaitan dengan kecanduan <i>game online</i> . Dalam penelitian ini juga

	Jurnal Ilmiah Kependidikan Tahun 2022	pada perubahan perilaku sosial remaja, kecanduan tersebut berwujud lamanya durasi yang digunakan untuk bermain <i>game online</i> .	menggunakan penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus.
3.	Dampak Kecanduan <i>Game online</i> Mahasiswa Bimbingan dan Konseling di Universitas Hein Namotemo Meidy D.Ar Noya S.Th.,M,Si , Jenny M,Salamor S,Psi.,M.Si Jurnal Bimbingan dan Konseling Terapan Tahun 2021	Hasil Penelitian menunjukkan bahwa terdapat dampak positif dan dampak negative dari <i>game online</i> dikalangan mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Hein Namotemo . Dampak positif pada perilaku sosial tersebut seperti meningkatkan konsentrasi, meningkatkan kinerja otak dan memacu otak dalam menerima cerita, meningkatkan kemampuan membaca, Meningkatkan kemampuan berbahasa inggris, Membantu bersosialisasi, meningkatkan dalam kemampuan mengetik, melatih kemampuan dalam berdagang, Bisa menghilangkan stress, sebagai ajang menambah teman. Dampak negatif pada perilaku sosial tersebut seperti jadi boros, menimbulkan efek ketagihan, kehidupan real menjadi berantakan, membuat orang terisolisir dengan lingkungan sekitar, mengganggu kesehatan,	Dalam penelitian ini memiliki kesamaan topik yang berkaitan dengan kecanduan <i>game online</i> pada mahasiswa

		mengakibatkan pola makan dan tidur yang tidak teratur sehingga mudah terserang penyakit.	
4.	<i>Game online</i> di Kalangan Mahasiswa Universitas Halu Oleo Rahmawati Jurnal Kerabat Antropologi Tahun 2022	Hasil penelitian menunjukkan bahwa Para mahasiswa yang ada di Kelurahan Lalalara bermain <i>game online</i> hampir setiap hari. Mereka bermain mulai dari pagi hingga larut malam. Tempat bermain <i>game online</i> para mahasiswa adalah di kos-kosan, warkop hingga kampus. Penelitian ini menggunakan metode penelitian secara deskriptif kualitatif	Penelitian ini sama-sama membahas tentang <i>game online</i> di kalangan mahasiswa dan juga menggunakan snowball sampling sebagai pengambilan sampel.
5.	Dampak <i>Game online</i> Terhadap Motivasi Belajar Mahasiswa Jurusan Sosiologi Fispol Unsrat Gilbert Luis Ondang, Benedicta J. Mokal, Shirley Y. V. I. Goni Jurnal Holistik Tahun 2020	Dari hasil penelitian ini ditemukan bahwa <i>game</i> atau permainan menjadi sangat berpengaruh, bila hanya digunakan secara sepihak. Artinya tidak seimbang oleh kegiatan yang bernilai, sehingga hanya berdampak negatif, biasanya oleh mahasiswa. Mahasiswa memiliki kompetensi tinggi dalam pendidikan, tetapi jika permainan mengalahkan yang utama kegiatan, maka hal ini tentu saja berpengaruh buruk terhadap motivasi belajar.	Memiliki inti topik yang sama yaitu kecanduan <i>game online</i> yang memiliki dampak bagi mahasiswa itu sendiri.
6.	Pengaruh Kecanduan <i>Game online</i> Terhadap	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kecanduan <i>game online</i> pada mahasiswa umumnya berada	Memiliki kesamaan yaitu membahas pengaruh

<p>Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Fajrin Sakina, Imammul Insan, Hendrayadi Jurnal Psimawa Tahun 2022 Vol. 5 No. 1 Hal. 36-41</p>	<p>pada kategori sedang yakni sebesar 38.8%, sehingga hanya beberapa fungsi pada kehidupannya yang terganggu, seperti pada fungsi pendidikan yaitu menurunnya minat belajar pada mahasiswa sehingga terjadilah penundaan mengerjakan tugas kuliah. Kemudian fungsi sosial yaitu adanya Dimana waktu yang dihabiskan untuk bermain game dapat mengurangi interaksi sosial terhadap role model positif dalam kehidupan nyata, <i>game online</i> juga merampas peluang penting mengamati dan mempelajari perilaku sosial. Fungsi individu dimana individu sering mengucapkan kata-kata kotor dan kasar saat bermain <i>game online</i>. Namun fungsi kehidupan tersebut masih bisa diatasi.</p>	<p>kecanduan <i>game online</i> pada mahasiswa.</p>
---	---	---

## 2.2 Tinjauan Pustaka

### 2.2.1 Game online

*Game online* merupakan bentuk interaktif dari hiburan digital (King & Delfabbro, 2019). *Game online* merupakan game yang dapat dimainkan oleh banyak orang dan terhubung oleh jaringan internet (Adams, 2010). *Game online* adalah game elektronik yang membutuhkan koneksi internet ketika

dimainkan untuk terhubung dengan pemain lain. Berdasarkan definisi di atas, dapat disimpulkan bahwa *game online* merupakan bentuk interaktif dari hiburan digital berupa game elektronik yang membutuhkan jaringan internet untuk terhubung dengan pemain lain dan dapat dimainkan oleh banyak orang. *Game online* menawarkan pengalaman menang dan kalah yang tidak terbatas, narasi dan karakter yang kompleks, dunia virtual yang luas dan bebas untuk dijelajahi, serta peluang untuk bersosialisasi dengan orang lain. Permainan ini dapat mengubah suasana hati dan emosi pemain, memenuhi kebutuhan psikologis mereka, serta membantu pemain menghabiskan waktu atau melarikan diri dari kenyataan. *Game online* juga dapat dimainkan dan diakses di mana saja karena pemain hanya membutuhkan jaringan internet dan perangkat keras game portabel, seperti ponsel pintar (smartphone) (King & Delfabbro, 2019).

### **2.2.2 Kecanduan *Game online***

Kecanduan didefinisikan sebagai dorongan tidak terkontrol untuk melakukan suatu aktivitas atau menggunakan zat tertentu tanpa mempertimbangkan konsekuensi negatif yang dapat mempengaruhi kesejahteraan fisik, sosial, mental, spiritual, dan finansial individu (Young & de Abreu, 2011). Kecanduan merupakan pola kebiasaan berulang yang dapat meningkatkan risiko penyakit atau masalah pribadi dan sosial yang berkaitan. Perilaku kecanduan merupakan fenomena di mana individu kehilangan kontrol dalam melakukan suatu aktivitas atau menggunakan suatu zat, walaupun telah berusaha berhenti melakukan aktivitas atau menggunakan zat tersebut. Selain itu, perilaku kecanduan juga ditandai dengan adanya imbalance jangka pendek

berupa kepuasan yang cepat didapat dan biaya jangka panjang yang harus dibayar berupa dampak buruk yang tertunda (Griffiths, 2005). Berdasarkan definisi di atas, dapat disimpulkan bahwa kecanduan merupakan dorongan tidak terkendali untuk melakukan aktivitas atau menggunakan zat tertentu secara berulang tanpa mempertimbangkan konsekuensi negatif yang dapat mempengaruhi kesejahteraan individu, seperti meningkatnya risiko penyakit, masalah pribadi, dan sosial yang berhubungan.

Kecanduan *game online* merupakan tendensi perilaku bermain game yang bermasalah serta berlebihan dan disertai dengan gejala umum kecanduan, seperti salience (perhatian), mood modification (modifikasi suasana hati), tolerance (toleransi), withdrawal symptoms (gejala penarikan diri), conflict (konflik), dan relapse (kekambuhan). Di sisi lain, kecanduan *game online* dapat didefinisikan sebagai keadaan psikologis maladaptif yang terjadi ketika seseorang bermain *game online* yang menyebabkannya memiliki pola perilaku obsesif kompulsif sehingga mengorbankan kegiatan penting lainnya untuk bermain game (Xu, dkk., 2012). Kecanduan *game online* merupakan penggunaan komputer atau video game secara kompulsif, berlebihan, dan tidak terkontrol yang dapat menyebabkan masalah sosial dan emosional pada penggunanya (Lemmens, dkk., 2009). Berdasarkan definisi di atas, dapat disimpulkan bahwa kecanduan *game online* merupakan keadaan psikologis maladaptif yang berupa perilaku bermain *game online* secara berlebihan, obsesif dan kompulsif yang dapat menyebabkan masalah sosial dan ekonomi pada pelakunya.

### 2.2.3 Aspek Kecanduan *Game online*

Definisi perilaku kecanduan sebagai perilaku yang menonjolkan komponen berikut (Griffiths, 2005):

a. *Salience* (Perhatian)

*Salience* terjadi ketika *game online* menjadi aktivitas yang paling penting dalam kehidupan seseorang dan mendominasi pemikiran (obsesi), perasaan (keinginan), dan perilaku mereka (kemunduran dalam perilaku sosial). Sebagai contoh, walaupun seseorang tidak melakukan aktivitas bermain *game online*, mereka akan memikirkan sesi bermain *game online* selanjutnya (Griffiths, 2010).

b. *Mood modification* (Modifikasi suasana hati)

Modifikasi suasana hati terjadi ketika *game online* memiliki efek yang menyenangkan, menaikkan mood, dan menjadi strategi koping untuk penyembuhan diri serta membuat individu merasa lebih baik. Sebagai contoh, pemain *game online* yang mengalami kecanduan biasanya mengalami sensasi melayang dan menyenangkan setelah bermain *game online* (Griffiths, 2010).

c. *Tolerance* (Toleransi)

Toleransi adalah proses di mana individu membutuhkan jumlah waktu lebih banyak dalam bermain *game online* untuk mencapai efek menyenangkan yang sebelumnya pernah dirasakan. Hal ini mengindikasikan bahwa pemain yang mengalami kecanduan akan menambah waktu bermain *game online* mereka secara bertahap (Griffiths, 2010).

d. *Withdrawal symptoms* (Gejala penarikan diri)

Gejala penarikan adalah kondisi di mana individu mengalami perasaan tidak menyenangkan dan atau efek fisiologis yang terjadi ketika aktivitas bermain *game online* dihentikan atau dikurangi frekuensinya. Efek penarikan dapat bersifat psikologis (kemurungan atau tendensi lekas marah yang ekstrem) atau fisiologis (mual, berkeringat, sakit kepala, insomnia, dan reaksi lainnya yang berkaitan dengan stres) (Griffiths, 2010).

e. *Conflict* (Konflik)

Konflik yang terjadi antara pemain *game online* dengan orang-orang di sekitarnya (konflik antarpribadi), konflik dengan kegiatan lain (pekerjaan, pekerjaan sekolah, kehidupan sosial, hobi, dan minat) atau konflik dari dalam diri sendiri (konflik intrapsikis dan atau perasaan subjektif hilangnya kontrol) yang berkaitan dengan menghabiskan terlalu banyak waktu untuk bermain *game online* (Griffiths, 2010). Memilih kesenangan dan relaksasi jangka pendek secara terus-menerus akan mengakibatkan individu cenderung mengabaikan konsekuensi jangka panjang yang bersifat merugikan. Hal ini dapat membuat individu membutuhkan aktivitas adiktif sebagai strategi koping (Griffiths, 2005).

f. *Relapse* (Kekambuhan)

Relapse adalah kecenderungan pengulangan kembali pola sebelumnya atau pola ekstrem aktivitas bermain *game online* dalam jangka waktu yang singkat setelah individu berhenti atau mengontrol perilaku adiktifnya (Griffiths, 2010). Contoh klasik dari kekambuhan adalah pada

perokok yang sering berhenti untuk jangka waktu tertentu, namun kembali merokok penuh setelah menghisap beberapa batang rokok (Griffiths, 2005).

#### **2.2.4 Ciri-Ciri Kecanduan *Game online***

Menurut *American Psychiatric Association*, ada beberapa tanda utama seseorang mengalami kecanduan game online:

a. *Terobsesi pada game online*

Seseorang yang kecanduan akan terus memikirkan game yang sedang atau akan dimainkan. Mereka sering kali membayangkan strategi permainan, memikirkan perkembangan karakter mereka, atau merasa cemas jika tidak bisa bermain. Game menjadi aktivitas utama dalam keseharian mereka, menggantikan minat terhadap hal-hal lain.

b. *Mengalami Gejala Penarikan Saat Tidak Bermain*

Saat tidak bisa bermain, mereka cenderung merasa gelisah, mudah marah, bosan, atau bahkan sedih. Gejala ini mirip dengan gejala penarikan yang dialami pecandu zat adiktif. Mereka merasa kehilangan sesuatu yang penting dalam hidupnya saat tidak bisa mengakses game.

c. *Memerlukan Waktu Bermain yang Semakin Lama*

Seorang pecandu game online sering kali merasa bahwa waktu bermainnya tidak cukup. Mereka membutuhkan durasi bermain yang lebih lama untuk mendapatkan kesenangan yang sama. Hal ini biasanya terjadi karena game semakin menantang, dan pemain ingin mencapai target yang lebih tinggi.

d. *Kehilangan Minat pada Aktivitas Lain*

Orang yang kecanduan *game online* cenderung meninggalkan hobi atau aktivitas yang sebelumnya mereka nikmati. Mereka tidak lagi tertarik untuk membaca, berolahraga, atau bahkan bersosialisasi karena lebih memilih menghabiskan waktu di dunia game.

e. Tetap Bermain Meski Merasakan Dampak Negatif

Meskipun menyadari dampak buruk dari kebiasaannya, seperti kurang tidur, menurunnya nilai akademik, atau memburuknya hubungan dengan orang lain, pecandu *game online* tetap bermain. Mereka sering kali mengabaikan konsekuensi negatif dan terus bermain meskipun hal itu merugikan mereka.

f. Menipu Orang Lain Tentang Kebiasaan Bermain

Banyak pecandu *game online* mencoba menyembunyikan kebiasaan bermain mereka dari keluarga atau teman. Mereka bisa saja berbohong tentang seberapa lama mereka bermain atau mengaku sedang mengerjakan tugas padahal sedang bermain game.

g. Kehidupan Pribadi Menjadi Berantakan

Kecanduan *game online* bisa menyebabkan seseorang kehilangan pekerjaan, mengalami penurunan prestasi akademik, atau bahkan kehilangan kesempatan dalam karier. Mereka lebih fokus pada game daripada tanggung jawab di dunia nyata, sehingga kehidupan mereka menjadi kacau.

### 2.2.5 Faktor-Faktor Kecanduan *Game online*

Kecanduan *game online* dipengaruhi oleh beberapa faktor berikut (Kuss & Griffiths, 2012):

a. Kepribadian

Beberapa ciri kepribadian ditemukan terkait dengan kecanduan *game online*, yaitu kecenderungan menghindar dan skizoid, kesepian dan introversi, hambatan sosial, agresi dan perilaku bermusuhan, kontrol diri rendah dan kepribadian narsistik, harga diri rendah, neurotisme, keadaan dan sifat cemas, kecerdasan emosional yang rendah, efikasi diri yang rendah dalam kehidupan nyata, dan keramahan yang rendah.

b. Motivasi Bermain

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kecanduan *game online* berhubungan dengan beberapa motivasi bermain, seperti koping dengan emosi negatif, sosialisasi, dan kepuasan pribadi. Di samping itu ada 3 jenis motivasi bermain *game online*, yaitu kebutuhan prestasi, kebutuhan sosial, dan keinginan untuk tenggelam dalam permainan (Khan & Muqtadir, 2016). Kebutuhan berprestasi menyangkut kebutuhan untuk maju dan menguasai permainan serta berkompetisi dengan orang lain. Kebutuhan sosial meliputi kebutuhan untuk berinteraksi dan membentuk hubungan sosial dengan pemain lain atau mengembangkan keterampilan sosial. Keinginan untuk tenggelam dalam permainan, mencakup keinginan untuk menjadi bagian dari dunia permainan dan melarikan diri dari permasalahan di dunia nyata (Khan & Muqtadir, 2016).

c. Karakteristik Struktural *Game online*

Penelitian sebelumnya menemukan bahwa karakteristik struktural dapat mempengaruhi suasana hati pemain. Penguatan negatif menyebabkan frustrasi, sedangkan penguatan positif menghasilkan

ketekunan dalam bermain sehingga sangat mungkin untuk menghubungkan penguatan positif dengan kecanduan. Selain itu, pemain yang kecanduan cenderung merasa bangga terhadap avatar mereka dalam game. Mereka memiliki keinginan untuk menjadi seperti karakter virtual mereka dan memandang avatar mereka lebih unggul dibandingkan diri mereka sendiri

### **2.2.6 Bahaya *Game online* Bagi Pelajar**

Bahaya *game online* bagi pelajar antara lain :

#### 1. *Mood changer*

Pola ketika kita sedang memainkan *game online* dan ternyata kalah maka akan ada reaksi tertentu seperti menggebrak tangan ke meja, memarahi teman, berkata – kata kotor dan lain sebagainya. Inilah yang dimaksud *mood changer*, yaitu kondisi dimana mood seseorang mampu berubah – ubah dikarenakan adanya suatu kondisi. *Mood changer* akan berdampak negatif apabila tidak dapat dikendalikan. Bahkan lebih parahnya ada yang hingga membanting gawai, memarahi keluarga yang mengganggu aktifitas gamenya, dan mengumpat karena kalah permainan. *Mood changer* dikhawatirkan akan berdampak pada kekerasan fisik maupun verbal seseorang dan meningkatkan agresifitas seperti mudah marah dan emosi.

#### 2. Kecanduan Game (Digital Heroin)

*Game online* dapat dikatakan positif apabila tidak sampai pada tahap kecanduan. *Game online* dapat dijadikan pelarian atas lelahnya kegiatan sehari – hari namun dengan takaran tertentu. Dikatakan tidak

sehat apabila seseorang mengalami kecanduan game dimana seseorang tersebut tidak dapat mengendalikan dirinya kapan bermain game dan harus berhenti. Umumnya remaja saat ini melakukan *game online* diberbagai kesempatan bahkan ketika mereka belajar. Efeknya, banyak waktu terbuang sia – sia akibat *game online*. *Game online* memberi efek candu, seseorang sudah mengetahui dampak negatifnya tapi karena kecanduan maka akan tetap melakukannya. Terlebih otak orang – orang yang kecanduan game akan selalu berfikir tentang game setiap saat dan mengurangi fokus pada apa yang dihadapi dan dilakukan.

### 3. Boros

*Game online* tentu saja membutuhkan koneksi internet atau kuota. Ketika *game online* ini menjadi suatu kebutuhan atau bahkan siklus setiap harinya, maka seseorang harus mengeluarkan uang untuk membeli kuota dan bermain *game online*. Hal ini diperparah apabila orang tersebut belum berpenghasilan atau bergantung kepada orang tuanya. Oleh karenanya sebagai seorang pelajar harus bijak dalam memanfaatkan *game online* sebagai media refreshing.

### 4. Otak Depan Tidak Berkembang

Terdapat penelitian yang dilakukan Ryuta menjelaskan bahwa kinerja otak anak yang sering bermain game memiliki kecenderungan otak depan tidak berkembang. Disisi lain anak yang lebih banyak belajar aritmatika akan lebih berkembang otak depannya. Hal ini sejalan dengan kenyataan bahwa sebagian besar anak yang sering bermain game akan malas berfikir dan cenderung susah untuk fokus pada pelajaran. Hal ini

berdampak besar pada penurunan konsentrasi belajar yang berimbas pada prestasi akademik siswa.

#### 5. Insomnia

Terlalu banyak menatap layar komputer maupun handphone akan menyebabkan kurangnya produksi hormon melatonin yang sebenarnya sangat baik bagi kesehatan. Akibat yang ditimbulkan adalah insomnia bagi para gamer yang berakibat pada akademik siswa dimana mereka mengalami kesulitan fokus karena kurang tidur ketika sekolah di pagi hari

##### a. Terpapar Radiasi, Kerusakan Mata dan Gangguan Pendengaran

Memainkan *game online* pada jangka panjang selama berjam – jam atau setiap hari akan menimbulkan efek pada kesehatan yaitu radiasi handphone maupun laptop dan kerusakan mata. Radiasi pada hp maupun laptop dapat menyebabkan kanker dan menurunnya kualitas tidur. Terlalu banyak bermain game menyebabkan mata akan mudah letih dan semakin lama akan berakibat pada cacat mata yakni rabun dekat yang disertai sakit kepala. Disisi lain kegiatan game yang disertai volume suara yang keras atau penggunaan headset yang melebihi batas suara akan menyebabkan gangguan pendengaran.

##### b. Munculnya Rasa Malas dan Berkurangnya Aktifitas Fisik

Sudah menjadi fakta bahwa fisik remaja saat ini dibanding 10 atau 20 tahun yang lalu sangat berbeda. Dengan adanya berbagai hal yang dipermudah oleh teknologi berdampak pada kekuatan fisik seseorang. Dengan adanya *game online* akan mengurangi kegiatan fisik seperti masa sebelumnya permainan sepakbola, voli, dan sebagainya.

c. Tidak Peduli dengan Sekitar dan Anti Sosial

Sekarang sudah menjadi hal yang lumrah ketika orang berkumpul semua orang sibuk dengan ponselnya masing-masing. Ini adalah efek penggunaan ponsel saat tidak mengerti di mana dan tidak digunakan. Apalagi saat Anda terlibat dalam bermain *game online*, mengabaikan lingkungan dan memiliki efek antisosial. Untuk meminimalisir kecanduan *game online*, perlu dilakukan langkah-langkah seperti: Membatasi waktu bermain (WHO menganjurkan untuk bermain game tidak lebih dari 2 jam) dan juga, saat sedang bersama teman atau keluarga, usahakan untuk menyimpan ponsel dan kurangi penggunaannya asalkan tidak masalah

### 2.3 Kajian Teori: Konsumsi Media J. Baudrillard

Jean Baudrillard Adalah tokoh postmodern yang melihat media bukan sekedar alat komunikasi, tetapi sebagai penghasil tanda, simulasi, dan realitas semu (hyperreality). Jean Baudrillard mengembangkan konsep simulasi, simulakra, dan hiperrealitas untuk mengkritik bagaimana media dan teknologi menciptakan realitas tiruan yang mendominasi kehidupan manusia. Dalam konteks konsumsi media, ia menekankan bahwa manusia modern tidak lagi mengonsumsi benda atau produk karena fungsi, tetapi karena makna, simbol, dan citra yang melekat pada media tersebut. Konsumsi Adalah sesuatu yang terkait erat bukan dengan konsumen individu, melainkan dengan sistem ekonomi secara keseluruhan, konsumen di sini menjadi bagian dari sistem komunikasi, tetapi terikat pada individu. Selanjutnya, kami berfokus pada area

komunikasi yang spesifik, yaitu upaya untuk menunjukkan perbedaan sosial melalui penggunaan barang.

Dalam teori ini mempunyai kaitan dengan topik yang peneliti pilih yaitu mahasiswa bermain bukan hanya untuk bersenang senang, tetapi untuk mengejar “tanda” sosial seperti level tinggi dan juga pengakuan yang membuat konsumsi media tak terbatas, sehingga mudah memicu kecanduan.

