

## BAB II

### TINJAUAN

### PUSTAKA

#### 2.1 Konsep Remaja

##### 2.4.1 Definisi Remaja

Berdasarkan definisi remaja menurut Depkes RI yaitu seseorang yang berusia antara 10-19 tahun dan belum menikah maka semua responden dalam penelitian ini termasuk usia remaja. Jika dilihat definisi remaja menurut *American Academy Of Child and Adolescent Psychology* maka remaja dalam penelitian ini termasuk remaja pertengahan (14-17 tahun) (Dwimawati & Anisa, 2018).

Remaja merupakan individu yang berusia 10-21 tahun. Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang meliputi perubahan biologik, psikologik serta social (Marlina et al., 2018).

##### 2.4.2 Tahap Perkembangan Remaja

Menurut (Marlina et al., 2018) dalam perkembangannya remaja mengalami tiga tahapan dalam proses penyesuaian diri menuju dewasa yaitu:

###### 1. Tahap remaja awal (*early adolescent*)

Pada tahap ini remaja masih bingung dengan perubahan yang terjadi pada tubuhnya sendiri dan dorongan- dorongan yang menyertai perubahan tersebut seperti muncul keinginan baru tentang sesuatu hal, mulai tertarik dengan lawan jenis, secara erotis mulai merasakan rangsangan, sensitif bila bersentuhan dengan lawan jenis. Tahap ini remaja memiliki tingkat egois yang tinggi sehingga sulit dimengerti dan dipahami oleh orang dewasa.

###### 2. Tahap remaja tengah (*middle adolescent*)

Pada tahap ini remaja senang berteman dengan sebaya. Cenderung tidak percaya dengan nasehat orang dewasa. Teman sebaya merupakan role model bagi diri sendiri. Pada tahap ini remaja berada dalam kondisi kebingungan karena tidak tahu memilih antara teman sebaya atau orang tua, optimis atau pesimis, bersama atau menyendiri dan sebagainya. Tahap ini penuh konflik dalam diri remaja sendiri untuk menemukan identitas diri sendiri.

### 3. Tahap remaja akhir (*late adolescent*)

Tahap ini remaja sudah mulai menuju periode dewasa yang ditandai dengan cara berfikir yang mulai intelek, belajar dari pengalaman yang baru, terbentuk identitas seksual, mulai seimbang antara kepentingan diri sendiri dan orang lain serta tercipta jati diri sendiri.

#### 2.4.3 Karakteristik Remaja

Menurut (Wahidin, 2017) dijelaskan pengertian dan karakteristik remaja, kita akan mengenal istilah pubertas, puber dan adolecen.

1. Pubertas berarti kelaki-lakian dan menunjukkan kedewasaan yang dilandasi oleh sifat-sifat kelaki-lakian dan ditandai oleh kematangan fisik.
2. Puber berasal dari kata "*pubes*" yang berarti rambut-rambut kemaluan, yang menandakan kematangan fisik. Dengan demikian, masa pubertas meliputi masa peralihan dari masa anak-anak sampai tercapainya kematangan fisik, yakni dari umur 12 tahun sampai 15 tahun. Pada masa ini terutama terlihat perubahan-perubahan jasmaniah berkaitan dengan proses kematangan jenis kelamin. Terlihat pula adanya perkembangan psikososial berhubungan dengan berfungsinya seseorang dalam lingkungan sosial, yakni dengan melepaskan diri dari ketergantungan pada orang tua, pembentukan rencana hidup, dan pembentukan sistem nilai-nilai.

3. *Adolecen*, juga berasal dari bahasa Latin, *adolescencia*. Istilah ini digunakan untuk menjelaskan sesuatu dari remaja yang berkaitan dengan tercapainya kematangan fisik dan masa yang berbedabeda. Dari kepustakaan Belanda, sebagaimana disebutkan Yulia Singgih, dapat disimpulkan bahwa *adolescencia* dimulai sesudah tercapainya kematangan seksual secara biologis, sesudah pubertas. Dengan demikian, *adolescencia* adalah masa perkembangan sesudah masa pubertas, yakni antara usia 17 tahun sampai dengan 22 tahun.

Dalam pandangan teori psikososial Erik Erikson tahap usia remaja (12-18 tahun), disebut sebagai tahap identitas. Berikut adalah gambaran singkat tentang tahapan tersebut:

- Remaja mulai mempertanyakan identitas diri mereka dan bagaimana pandangan orang lain terhadap kepribadian mereka.
- Remaja mulai berperasaan terhadap identitasnya masing-masing seiring dengan perkembangan fisik dan kognitif remaja.
- Remaja mulai mengeksplor dan memperluas pegaulan dengan tergabung dengan kelompok-kelompok sosial yang nyaman bagi mereka.
- Remaja mulai membangun hubungan lebih intim dengan teman-teman sebaya.
- Remaja mulai merepresentasikan versi terbaik dari dirinya.

## 2.2 Konsep Game Online

### 2.2.1 Definisi Game Online

Game online adalah permainan yang dimainkan secara online via internet. Game online via internet yang menawarkan fasilitas lebih karena para pemain bisa berkomunikasi dengan pemain lain dari seluruh penjuru dunia melalui media chatting. Game online tentu mempunyai daya tarik di mata

pecinta game, karena pada monitor terdapat gambar tiga dimensi yang membuat permainan semakin terasa nyata. Layaknya dunia nyata mereka dapat hidup, bergerak, bertransaksi, melakukan aktivitas sehari-hari, mendapatkan pekerjaan, mencari pasangan, di dunia virtual atau maya. Pada saat ini, bagi siswa yang tidak memiliki fasilitas game online dirumahnya, tersedia warungwarung internet (warnet) yang menyediakan fasilitas game online kondisi ini membuat siswa menjadi lebih mudah untuk bermain game dimana saja dan kapan saja tanpa mengenal waktu, yang akhirnya menyebabkan siswa menjadi kecanduan, dituduh menjadikan orang berperilaku kompulsif, tak acuh pada kegiatan lain, dan memunculkan gejala aneh, seperti rasa tak tenang pada saat keinginan bermain tidak terpenuhi (Adiningtiyas, 2017).

### 2.2.2 Sejarah Game Online

Sejarah *games online* dimulai sejak tahun 1969. Awalnya permainan ini dikembangkan dengan tujuan pendidikan. Namun, kemudian pada awal tahun 1970, sebuah sistem dengan kemampuan time-sharing yang disebut Plato, diciptakan untuk memudahkan siswa belajar secara online, dimana beberapa pengguna dapat mengakses komputer secara bersamaan menurut waktu yang diperlukan. Dua tahun kemudian, muncul Plato IV dengan kemampuan grafik baru, yang digunakan untuk menciptakan permainan untuk banyak pemain. Baru pada tahun 1995, games online benar-benar mengalami perkembangan, apalagi setelah pembatasan NSFNET (*National Science Foundation Network*) dihapuskan sehingga akses ke domain lengkap dari internet. Kesuksesan moneter menghampiri perusahaan-perusahaan yang meluncurkan permainan ini, sehingga persaingan mulai tumbuh dan menjadikan games online semakin berkembang hingga hari ini (Surbakti, 2017).

### 2.2.3 Jenis Game Online

Menurut (Surbakti, 2017) Game Online memiliki jenis yang banyak, mulai dari permainan sederhana berbasis teks sampai permainan yang menggunakan grafik kompleks dan membentuk dunia virtual yang ditempati oleh banyak pemain sekaligus. Untuk lebih jelasnya berikut ini adalah jenis-jenis game online berdasarkan jenis permainan:

1. *Massively Multiplayer Online Firstperson Shooter Games* (MMOFPS) Game online jenis ini mengambil sudut pandang orang pertama sehingga seolah-olah pemain berada dalam permainan tersebut dalam sudut pandang tokoh karakter yang dimainkan, di mana setiap tokoh memiliki kemampuan yang berbeda dalam tingkat akurasi, refleks, dan lainnya. Permainan ini dapat melibatkan banyak orang dan biasanya permainan ini mengambil setting peperangan dengan senjata-senjata militer. Contoh permainan jenis ini antara lain Counter Strike, Call of Duty, Point Blank, Quake, Blood, Unreal.
2. *Massively Multiplayer Online Realtime Strategy Games* (MMORTS) Game jenis ini menekankan kepada kehebatan strategi pemainnya. Permainan ini memiliki ciri khas di mana pemain harus mengatur strategi permainan. Dalam RTS, tema permainan bisa berupa sejarah (misalnya seri Age of Empires), fantasi (misalnya Warcraft), dan fiksi ilmiah (misalnya Star Wars)
3. *Massively Multiplayer Online Roleplaying Games* (MMORPG) Game jenis ini biasanya memainkan peran tokoh-tokoh khayalan dan berkolaborasi untuk merajut sebuah cerita bersama. RPG biasanya lebih mengarah ke kolaborasi sosial daripada kompetisi. Pada umumnya dalam RPG, para pemain tergabung dalam satu kelompok. Contoh dari genre permainan ini *Ragnarok Online*, *The Lord of the Rings Online: Shadows of Angmar*, Final Fantasy, DotA.

4. Cross-platform online play Jenis ini dapat dimainkan secara online dengan perangkat yang berbeda. Saat ini mesin permainan konsol (console games) mulai berkembang menjadi seperti komputer yang dilengkapi dengan jaringan sumber terbuka (open source networks), seperti Dreamcast, PlayStation 2, dan Xbox yang memiliki fungsi online. misalnya Need for Speed Underground, yang dapat dimainkan secara online dari PC maupun Xbox 360.

4. *Massively Multiplayer Online Browser Game* Game jenis ini dimainkan pada browser seperti Mozilla Firefox, Opera, atau Internet Explorer. Game sederhana dengan pemain tunggal dapat dimainkan dengan browser melalui HTML dan teknologi scripting HTML (JavaScript, ASP, PHP, MySQL). Perkembangan teknologi grafik berbasis web seperti Flash dan Java menghasilkan permainan yang dikenal dengan “Flash games” atau “Java games” yang menjadi sangat populer. Permainan sederhana seperti PacMan bahkan dibuat ulang menggunakan pengaya (plugin) pada sebuah halaman web. Browser games yang baru menggunakan teknologi web seperti Ajax yang memungkinkan adanya interaksi multiplayer.

5. *Simulation Games* Game jenis ini bertujuan untuk memberi pengalaman melalui simulasi. Ada beberapa jenis permainan simulasi, di antaranya life-simulation games, construction and management simulation games, dan vehicle simulation. Pada life-simulation games, pemain bertanggung jawab atas sebuah tokoh atau karakter dan memenuhi kebutuhan tokoh selayaknya kehidupan nyata, namun dalam ranah virtual. Karakter memiliki kebutuhandan kehidupan layaknya manusia, seperti kegiatan bekerja, bersosialisasi, makan, belanja, dan sebagainya. Biasanya, karakter ini hidup

dalam sebuah dunia virtual yang dipenuhi oleh karakter-karakter yang dimainkan pemain lainnya. Contoh permainannya adalah *Second Life*.

6. *Massively Multiplayer Online Games* (MMOG) Pemain bermain dalam dunia yang skalanya besar (>100 pemain), di mana setiap pemain dapat berinteraksi langsung seperti halnya dunia nyata. MMOG muncul seiring dengan perkembangan akses internet broadband di negara maju, sehingga memungkinkan ratusan, bahkan ribuan pemain untuk bermain bersama-sama. MMOG sendiri memiliki banyak jenis seperti:
  - a. MMORPG (*Massively Multiplayer Online RolePlaying Game*)
  - b. MMORTS (*Massively Multiplayer Online Real-Time Strategy*)
  - c. MMOFPS (*Massively Multiplayer Online FirstPerson Shooter*)
  - d. MMOSG (*Massively Multiplayer Online Social Game*)

## 2.3 Konsep Kecanduan Game Online

### 2.3.1 Pengertian Kecanduan Game Online

Menurut Chaplin (2011:11), addiction adalah keadaan bergantung secara fisik pada suatu obat bius. Pada umumnya kecanduan menambah toleransi terhadap suatu obat bius, ketergantungan fisik dan psikologis, dan menambah pula gejala pengasingan diri dari masyarakat, apabila pemberian obat bius tadi dihentikan. Addiction Level dapat didefinisikan sebagai tingkat kompulsi yang tidak terkontrol untuk mengulangi satu bentuk tingkah laku tanpa mempedulikan konsekuensi-konsekuensi negatif yang ada pada diri remaja (Adiningtias, 2017).

Maka dalam konteks penelitian ini, pengertian kecanduan game online adalah suatu keadaan dimana seseorang memainkan permainan online secara berulang-ulang dan terikat pada kebiasaan tersebut, frekuensi memainkannya terus mengalami peningkatan, dan tidak lagi mempedulikan

konsekuensi negatif yang menyertai aktifitas tersebut.

### 2.3.2 Durasi Bermain Game Online

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), durasi adalah rentang waktu atau lamanya sesuatu berlangsung, jadi yang dimaksud dengan durasi bermain game online adalah lamanya seseorang bermain game online. Penilaian durasi bermain game online yaitu jarang yaitu yaitu 3,5-7 jam per minggu, sering yaitu >7 jam per minggu (Tas'au, 2017). Penelitian Gentile (2009) yang menyatakan semakin lama anak menghabiskan waktu bermain game online maka semakin besar dampak negatif yang ditimbulkannya seperti tidak peduli terhadap lingkungan disekitarnya. Penelitian Chan dan Rabinowitz (2016) yang menyatakan bahwa bermain game online selama lebih dari 1 jam dapat meningkatkan potensi gangguan pemusatan perhatian, hiperaktivitas, dan gejala gangguan konsentrasi yang menetap. Mathiak dan Weber (2016), menyatakan game online terutama yang bertema kekerasan dapat mempengaruhi emosi seseorang di luar permainannya terutama pada usia dimana terjadinya krisis perkembangan yaitu pada remaja awal (Shodik et al., 2020).

### 2.3.3 Aspek Kecanduan Game Online

Kecanduan game online pada remaja akan berdampak pada beberapa aspek kehidupan, seperti aspek kesehatan, aspek psikologis, aspek akademik, aspek sosial dan aspek keuangan. Kecanduan game online perlu dicegah karena dampaknya akan membuat kehidupan remaja terganggu. Tulisan ini diharapkan dapat membantu dalam upaya pencegahan kecanduan game online (Novrialdy, 2019)

- a. Aspek kesehatan. Kecanduan game online mengakibatkan kesehatan remaja menurun. Remaja yang kecanduan game online memiliki daya tahan

tubuh yang lemah akibat kurangnya aktivitas fisik, kurang waktu tidur, dan sering terlambat makan.

- b. Aspek psikologis. Banyaknya adegan game online yang memperlihatkan tindakan kriminal dan kekerasan, seperti: perkelahian, perusakan, dan pembunuhan secara tidak langsung telah memengaruhi alam bawah sadar remaja bahwa kehidupan nyata ini adalah layaknya sama seperti di dalam game online tersebut. Ciri-ciri remaja yang mengalami gangguan mental akibat pengaruh game online, yakni mudah marah, emosional, dan mudah mengucapkan kata-kata kotor.
- c. Aspek akademik. Usia remaja berada pada usia sekolah yang memiliki peran sebagai siswa di sekolah. Kecanduan game online dapat membuat performa akademiknya menurun.
- d. Aspek sosial. Beberapa gamer merasa menemukan jati dirinya ketika bermain game online melalui keterikatan emosional dalam pembentukan avatar, yang menyebabkannya tenggelam dalam dunia fantasi yang diciptakannya sendiri. Hal ini dapat membuat kehilangan kontak dengan dunia nyata sehingga dapat menyebabkan berkurangnya interaksi.
- e. Aspek keuangan. Bermain game online terkadang membutuhkan biaya, untuk membeli voucher saja supaya tetap bisa memainkan salah satu jenis game online dibutuhkan biaya yang tidak sedikit. Remaja yang belum memiliki penghasilan sendiri dapat melakukan kebohongan (kepada orang tuanya) serta melakukan berbagai cara termasuk pencurian agar dapat memainkan game online (Novrialdy, 2019).

#### 2.3.4 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecanduan Game Online

Ada beberapa factor yang mempengaruhi kecanduan game online. Menurut Lumban dalam Dewandari (2013), mengemukakan bahwa terdapat

beberapa faktor-faktor yang mempengaruhi kecanduan game online antara lain sebagai berikut :

1. Gender dapat mempengaruhi seseorang menjadi kecanduan terhadap game online. Laki-laki dan perempuan sama-sama tertarik pada fantasi game online. Beberapa penelitian menyatakan bahwa anak laki-laki lebih mudah kecanduan oleh game dan menghabiskan banyak waktu untuk berada di rental game dibandingkan dengan anak perempuan.
2. Kondisi psikologis Kondisi psikologis biasanya menimbulkan para pemain game online suka membayangkan bahkan bermimpi tentang game, berbagai situasi dan karakter mereka. Fantasi dan kejadian-kejadian yang ada pada game membuat pemainnya merasa tertarik untuk melihat dan memainkan permainan itu kembali. Pemain menyatakan bahwa dirinya termotivasi untuk terus bermain karena game itu memberikan tantangan untuk bereksperimen dan sangat menyenangkan.
3. Jenis game online Semakin banyak jenis game online maka akan membuat seseorang kecanduan bermain game online. Hal ini karena munculnya jenis permainan baru dan permainan yang lebih menantang, sehingga para pemain game akan termotivasi untuk terus memainkannya (Irawan & Siska W., 2021).

#### 2.3.5 Ciri-Ciri Kecanduan Game Online

Ciri dari kecanduan adalah waktu yang berlebihan dan keterasingan dari dunia nyata karena terlalu asik menggunakan atau menikmati sesuatu (Suplig, 2017).

Ciri-ciri orang yang mengalami kecanduan game yang lain, yaitu merasa cemas, frustrasi dan emosional ketika berhenti bermain game, munculnya rasa bersalah ketika tidak bermain, bermain terus menerus walaupun tidak seasyik

biasanya, dianggap berubah atau ada sesuatu yang salah oleh keluarga atau teman dekatnya, munculnya masalah bersosialisasi seperti yang telah diungkapkan oleh WHO, dan bermasalah dengan finansial karena mungkin uangnya habis digunakan untuk bermain game (Nursyifa et al., 2020).

Sedikitnya ada empat indikator seseorang dapat dikatakan telah mengalami kecanduan game online sebagaimana berikut ini:

- a. *Compulsion* (kompulsif/dorongan untuk melakukan secara terus menerus). Ciri utama mereka yang mengalami kecanduan adalah adanya dorongan yang kuat dari dalam diri untuk melakukan suatu sesuatu secara berulang.
- b. *Withdrawal* (penarikan diri). Sebaliknya, ciri kedua dari seseorang yang mengalami kecanduan adalah si pelaku merasa tidak sanggup untuk menarik atau menjauhkan diri dari hal yang berhubungan dengan hal tersebut, dalam hal ini adalah game online.
- c. *Tolerance* (toleransi). Indikator ketiga seseorang telah mengalami kecanduan akan sesuatu adalah adanya sikap toleransi atau menerima keadaan diri ketika melakukan suatu hal. Toleransi dalam hal ini bisa berkaitan dengan efek negatif akibat kecanduan tersebut, misalnya larangan hukum dan moral, biaya, waktu dan lain sebagainya.
- d. *Interpersonal and health-related problems* (masalah hubungan interpersonal dan kesehatan) (Rohman, 2019).

#### 2.3.6 Pencegahan Kecanduan Game Online

Pencegahan adalah istilah yang merujuk kepada beragam intervensi yang bertujuan menghalangi dan menghindari kondisi yang berisiko bermasalah (O'Connell, Boat, & Warner, 2009).

Dalam penelitian ini ada beberapa cara melakukan pencegahan untuk

mengatasi masalah kecanduan dari game online yaitu sebagai berikut:

1. *Attention switching* adalah kegiatan yang dilakukan untuk mengalihkan perhatian pemain dari keterlibatan yang berlebihan terhadap game online.
2. *Dissuasion* adalah tindakan yang dilakukan untuk mencegah bermain game online dengan cara memberikan nasihat, argumen, membujuk, menjelajahi sampai dalam bentuk paksaan.
3. *Education* mengacu pada pengetahuan atau fokus upaya pendidikan yang bertujuan pada kognisi seseorang. Sebagai lawan dari dissuasion yang merupakan upaya aktif melawan yang ada pada ranah kognitif seseorang, education sebagian besar ditujukan untuk membangun dasar kognitif yang baik dan dapat dikelola sendiri (Novrialdy, 2019).

#### 2.3.7 Indikator Kecanduan Game Online

Indikator merupakan penanda pencapaian kompetensi dasar secara spesifik yang dapat dijadikan ukuran untuk mengetahui ketercapaian tujuan pembelajaran. Indikator dirumuskan dengan kata kerja operasional yang bisa diukur dan dibuat instrumen penilaiannya. Untuk kompetensi yang menuntut penguasaan konsep dan prinsip menggunakan kata kerja operasional yang sesuai dan berbeda untuk kompetensi yang menuntut kemampuan operasional atau prosedural. Indikator merupakan penanda pencapaian kompetensi dasar yang ditandai oleh perubahan perilaku yang dapat diukur yang mencakup sikap, pengetahuan, dan keterampilan.

Indikator kecanduan game online adalah :

- a. *Salience* : menunjukkan dominasi aktivitas bermain game dalam pikiran dan tingkah laku seseorang.
- b. *Cognitive salience* : dominasi aktivitas bermain game pada level pikiran.
- c. *Behavioral salience* : dominasi aktivitas bermain game pada level tingkah laku.

- d. *Euphoria* : mendapatkan kesenangan dalam aktivitas bermain game.
- e. *Conflict* : pertentangan yang muncul antara orang yang kecanduan dengan orang-orang yang ada di sekitarnya (external conflict) dan juga dengan dirinya sendiri (internal conflict) tentang tingkat dari tingkah laku sosial yang berlebihan.
- f. *Interpersonal conflict* (eksternal): konflik yang terjadi dan konflik komunikasi dengan orang-orang yang ada di sekitarnya.
- g. *Interpersonal conflict* (internal) : konflik yang terjadi dalam dirinya sendiri.
- h. *Tolerance* : aktivitas bermain game online mengalami peningkatan secara progresif selama rentang periode untuk mendapatkan efek kepuasan.
- i. *Withdrawal*: perasaan tidak menyenangkan pada saat tidak melakukan aktivitas bermain game.
- j. *Relapse and Reinstatement* : kecenderungan untuk melakukan pengulangan terhadap pola-pola awal tingkah laku kecanduan atau bahkan menjadi lebih parah walaupun setelah bertahun-tahun hilang dan dikontrol. Hal ini menunjukkan kecenderungan ketidakmampuan untuk berhenti secara utuh dari aktivitas bermain game (Mahardika et al., 2019).

## 2.4 Konsep Emosi

### 2.4.1 Pengertian Emosi

Emosi adalah perasaan intens yang ditujukan kepada seseorang atau dalam *Dictionary of Psychology*, emosi adalah sebagai suatu keadaan yang terangsang dari organisme mencakup perubahan-perubahan yang disadari, yang mendalam sifatnya dari peruba dengan perasaan, parasaan (*feelings*) adalah pengalaman disadari yang diaktifkan baik oleh perangsang eksternal maupun oleh bermacam-macam keadaan jasmaniah (Surbakti, 2017).

Emosi adalah perasaan atau afeksi yang timbul ketika seseorang sedang

berada dalam suatu keadaan atau suatu interaksi yang dianggap penting baginya. Emosi diwakili oleh perilaku yang mengekspresikan kenyamanan atau ketidaknyamanan terhadap keadaan atau interaksi yang sedang dialami. Emosi juga bisa berbentuk sesuatu yang spesifik seperti rasa senang, takut, marah dan seterusnya tergantung dari interaksi yang dialami.

#### 2.4.2 Bentuk-Bentuk Emosi

Menurut Jhon 2007 emosi adalah rasa takut, khawatir /cemas, marah, cemburu, merasa bersalah dan sedih, ingin tahu, gembira/ senang, cinta dan kasih sayang.:

##### 1. Rasa Takut

- a. Takut yaitu perasaan terancam oleh suatu objek yang membahayakan. Rasa takut terhadap sesuatu, akan berlangsung melalui tahapan.
- b. Mula-mula tidak takut, karena anak belum sanggup melihat kemungkinan yang terdapat pada objek.
- c. Timbulnya rasa takut setelah mengenal bahaya.
- d. Rasa takut bisa hilang kembali setelah mengetahui cara-cara menghindari bahaya.

##### 2. Rasa malu

Rasa malu merupakan bentuk ketakutan yang ditandai oleh penarikan diri dari hubungan dengan orang lain yang tidak dikenal atau tidak sering berjumpa.

##### 3. Rasa canggung

Seperti halnya rasa malu, rasa canggung adalah reaksi takut terhadap manusia, bukan ada objek atau situasi. Rasa canggung berbeda dengan rasa malu dalam hal bahwa kecanggungan tidak disebabkan oleh adanya orang yang

tidak dikenal atau orang yang sudah dikenal dan memakai pakaian seperti tidak biasanya, tetapi lebih disebabkan oleh keragu-raguan tentang penilaian orang lain terhadap perilaku atau diri seseorang. Oleh karena itu rasa canggung merupakan keadaan khawatir yang menyangkut kesadaran diri.

#### 4. Rasa khawatir

Rasa khawatir biasanya dijelaskan sebagai khayalan ketakutan atau gelisah tanpa alasan. Tidak seperti ketakutan yang nyata, rasa khawatir tidak langsung ditimbulkan oleh rangsangan dalam lingkungan tetapi merupakan produk pikiran anak itu sendiri. Rasa khawatir timbul karena membayangkan situasi berbahaya yang mungkin akan meningkat. Kekhawatiran adalah normal pada masa kanak-kanak, bahkan pada anak-anak yang penyesuaiannya paling baik sekalipun.

#### 5. Rasa cemas

Rasa cemas ialah keadaan mental yang tidak enak berkenaan dengan sakit yang mengancam atau yang dibayangkan. Rasa cemas ditandai oleh kekhawatiran, ketidakenakan, dan merasa yang tidak baik yang tidak dapat dihindari oleh seseorang, disertai dengan perasaan tidak berdaya karena merasa menemui jalan buntu, dan disertai pula dengan ketidakmampuan menemukan pemecahan masalah yang dicapai.

#### 6. Rasa marah

Rasa marah adalah ekspresi yang lebih sering diungkapkan pada masa kanak-kanak jika dibandingkan dengan rasa takut. Alasannya adalah karena rangsangan yang menimbulkan rasa marah lebih banyak, dan pada usia yang dini anak-anak mengetahui bahwa kemarahan merupakan cara yang efektif untuk

memperoleh perhatian atau memenuhi keinginan mereka.

#### 7. Rasa cemburu

Rasa cemburu adalah reaksi normal terhadap kehilangan kasih sayang yang nyata, dibayangkan, atau ancaman kehilangan kasih sayang.

#### 8. Kegembiraan

Kegembiraan adalah emosi yang menyenangkan yang juga dikenal dengan keriang, kesenangan, atau kebahagiaan. Setiap anak berbeda beda intensitas kegembiraan dan jumlah kegembiraannya serta cara mengepresikannya sampai batas-batas tertentu dapat diramalkan. Sebagai contoh ada kecendrungan umur yang dapat diramalkan, yaitu anak-anak yang lebih muda merasa gembira dalam bentuk yang lebih menyolok dari pada anak-anak yang lebih tua.

#### 9. Duka cita

Duka cita adalah trauma psikis, suatu kesengsaraan emosional yang disebabkan oleh hilangnya sesuatu yang dicintai.

#### 10. Keingintahuan

Rangsangan yang menimbulkan keingintahuan anak-anak sangat banyak. Anak-anak menaruh minat terhadap segala sesuatu dilingkungan mereka, termasuk diri sendiri.

### 2.4.3 **Fungsi Emosi**

Menurut Darmiah (2017) fungsi emosi sebagai berikut :

1. Merupakan bentuk komunikasi.
2. Emosi berperan dalam mempengaruhi kepribadian dan penyesuaian diri dengan lingkungan sosialnya.

3. Tingkah laku yang sama dan ditampilkan secara berulang dapat menjadi satu kebiasaan.
4. Ketegangan emosi yang dimiliki dapat menghambat aktivitas motorik dan mental.

#### 2.4.4 Dampak Perubahan Emosional Akibat Kecanduan Game Online

Game online dapat memberikan pengaruh negatif pada perkembangan anak, pengaruh yang sangat terlihat adalah anak akan lupa waktu dan menghabiskan waktu berjam-jam untuk bermain game online, anak akan ketagihan memainkan game online sehingga anak akan memiliki rasa keinginan bermain terus-menerus, akibatnya anak akan mengalami gangguan penyakit seperti mata minus karena selalu melihat ke layar komputer dan gadget lainnya.

Pengaruh negatif lainnya adalah game online dapat merusak moral dan perilaku sosial anak, karena anak akan memiliki sikap egois, bersikap seenaknya, keras kepala, dan anak akan menutup diri dari dunia luar sehingga anak jarang berinteraksi dengan orang lain di sekitarnya (Elvis, 2020). Dalam penelitian yang saya lakukan target respondennya adalah remaja sekolah, maka dibawah ini akan dijelaskan beberapa perubahan perilaku anak remaja dilingkungan sekolah.

- a. Siswa mencuri waktu untuk bermain game online disaat jadwal waktu belajar. Sehingga siswa kurang mengontrol diri dengan mengabaikan kewajiban untuk belajar disekolah akibat kecanduan bermain game online.
- b. Siswa tidak mempedulikan kegiatan lainnya yaitu melalaikan shalat dan telat makan. Karena kurangnya kontrol dalam diri siswa tersebut. Siswa kecanduan bermain game online telah membuat resah orang tua dan guru karena banyak terpengaruh. Hal ini terjadi dalam bermain game online dapat berkomunikasi langsung dengan teman dekat, pacar ataupun saudara

Karena keasyikan bermain sambil bercerita sehingga waktu shalat dan makan terlupakan.

- c. Berbahasa yang tidak sopan dan santun. Mereka menggunakan bahasa yang tidak sopan terhadap teman seperti menghina dan menjelekkkan teman. Ini juga dampak dari teman yang kebiasaannya suka berkata kasar. Apabila mengalami kekalahan dalam bermain game online kebiasaan mereka berkata kasar dan tidak sopan telah menjadi hal biasa. Sehingga ucapan tersebut dengan mudahnya mereka dilontarkan pada saat bermain game online (Ismi & Akmal, 2020).

