

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi yang semakin canggih akan mempengaruhi proses perkembangan individu dalam semua aspek. sejalan dengan perkembangan teknologi, bentuk permainan semakin berkembang dan beragam jenisnya (Indrakesuma, 2013). Perkembangan kemajuan teknologi ditandai dengan munculnya jenis permainan audio komputer elektrik dan handphone, seperti game online. game online adalah permainan berbasis internet yang memungkinkan para pemain untuk melakukan kontak dengan pemain lainnya meskipun tidak berada ditempat yang sama, dengan menggunakan fasilitas *chatting* yang disediakan oleh *game online*. Dasar pada permainan game online ini bisa dimainkan dengan siapa saja dan dimana saja apabila menggunakan fasilitas internet (Angela, 2013).

Game atau yang biasa diketahui dalam bahasa indonesia "Permainan" inilah yang selalu menjadi solusi nomor satu pada saat bosan. Namun, Terkadang yang awal mulanya *game online* digunakan untuk menghilangkan rasa bosan, sekarang sudah banyak disalah gunakan oleh beberapa penggunanya, termasuk remaja dan anak-anak. salah satu penyebabnya adalah kurangnya pengawasan dari orang tua dalam penggunaan *game online*, sehingga mengakibatkan kesehatan anak menurun. anak yang kecanduan *game online* memiliki daya tahan

tubuh yang lemah akibat kurangnya aktivitas fisik, kurang waktu tidur, dan sering terlambat makan (Anggraini, 2016).

Berdasarkan data survei di Indonesia setiap tahun jumlah pemain game terus menerus bertambah, bahkan saat ini Indonesia mengalami pertumbuhan pemain game 33% setiap tahunnya, terdapat 30 juta pengguna *game online* di tahun 2012, 62 juta pengguna *game online* di tahun 2013 menjadi 74,57 dan sampai tahun 2015 jumlah pengguna *game online* di Indonesia menembus seratus jiwa dengan rata-rata umur pengguna antara 17 tahun hingga 40 tahun (Wijayanti, 2016). Sedangkan di Jawa Timur sendiri pemain *game online* rata-rata kisaran umur 12 hingga 30 tahun menunjukkan bahwa 18,2% remaja dan 24,7% orang dewasa bermain *game online* antara 16 hingga 20 jam setiap minggu (Hanum, 2015).

Menurut hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 30 Oktober 2020, di Kelas VIII SMPN 02 Ngunut Desa Kacangan Kecamatan Ngunut Kabupaten Tulungagung diperoleh data jumlah anak yang bermain *game online* ada 30 anak. Rata-rata umur anak yang bermain game online adalah 14-15 tahun. Hasil wawancara salah satu anak, dia bermain game setiap harinya butuh waktu kurang lebih 8 jam, bermain game dengan pencahayaan layar handphone yang lumayan tinggi, posisi duduk lebih sering kepala menyender ke dinding dan kaki terlentang, kadang-kadang merasa pusing di kepala, sering tidak fokus belajar karena ingat ada janji untuk main bareng di *game online*, lebih

suka bermain *game online* dari pada pergi bermain bersama teman-temannya.

Seseorang yang mengalami kecanduan biasanya bermain game selama 2-10 jam per hari (Kusumadewi, 2012). Di zaman teknologi digital seperti sekarang, banyak anak lebih banyak menghabiskan waktunya dengan bermain *game online*. Mereka bahkan sudah bisa dikategorikan kecanduan, ketimbang berinteraksi dengan teman-temannya secara langsung. Pola asuh orang tua memanjakan dan memberikan apa yang diinginkan anak juga merupakan salah satu faktor pemicu kecanduan game (Tjhin Wiguna, 2013).

Kecanduan bermain *game online* akan membuat anak terfokus untuk menatap layar dan terus bermain *game online*. Ketika bermain *game online*, posisi saat bermainpun bervariasi seperti duduk tegap, duduk dengan kepala menyeder ke dinding dan kaki terlentang, bermain game sambil posisi tidur. Jika mereka bermain *game online* dengan posisi awal duduk dengan kepala menyeder ke dinding dan kaki terlentang mereka belum merasakan keluhan apapun tetapi jika terlalu lama dengan posisi seperti itu mereka dapat merasakan keluhan seperti sakit kepala dan badan pegal-pegal (Ranoto, 2017)

Dengan semakin banyaknya anak yang bermain *game online*, tentu akan membuat dampak negatif bermain *game online* terhadap kesehatan keluhan fisik meningkat. Belum adanya data tentang keluhan kelelahan fisik yang di alami oleh siswa SMPN 2 Ngunut maka diperlukan penelitian awal sebagai data rujukan untuk melakukan intervensi berikutnya.

Berdasarkan latar belakang di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang tingkat kelelahan fisik akibat bermain *game online*.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti merumuskan suatu permasalahan, yaitu “Bagaimana Gambaran Tingkat Kelelahan Fisik Akibat Bermain *Game Online* Pada Siswa Kelas VIII E Di SMPN 02 Ngunut Kabupaten Tulungagung?”

1.3 Tujuan

Untuk mengetahui bagaimana gambaran tingkat kelelahan fisik akibat bermain *game online* pada siswa kelas VIII E di SMPN 02 Ngunut Kabupaten Tulungagung.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis hasil dari penelitian dapat menggambarkan perilaku anak usia sekolah kecanduan permainan *game online* siswa kelas VIII E di SMPN 02 Ngunut Desa Kacangan, Kecamatan Ngunut, Kabupaten Tulungagung.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi responden

Penelitian ini dapat digunakan sebagai evaluasi diri responden tentang pemahamannya mengenai kelelahan fisik sehingga memotivasi

responden untuk meningkatkan tentang pentingnya menjaga kesehatan fisik.

2. Bagi Sekolah

Penelitian ini dapat menjadi sumber masukan kepada sekolah untuk menyediakan konseling bagi siswa yang kecanduan *game online* untuk memperbaiki indeks prestasi kumulatif dan mengatasi masalah kecanduan game online.

3. Bagi peneliti

Melalui penelitian ini peneliti dapat menerapkan dan memanfaatkan ilmu yang didapat selama pendidikan dan menambah pengetahuan serta pengalaman dalam membuat penelitian ilmiah.

