

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Sekarang ini, manusia sudah mengalami perkembangan zaman yang semakin modern. Kemajuan teknologi merupakan salah satu bentuk dari perkembangan zaman yang semakin modern. Perkembangan teknologi di era digital ini tumbuh semakin cepat dan secara tidak langsung membuat penggunaan teknologi menjadi semakin meningkat. Perkembangan teknologi ini membuat individu menjadi semakin mudah mengakses kebutuhan dengan cepat tanpa adanya halangan jarak dan waktu.

Teknologi yang sering digunakan sekarang adalah teknologi yang menggunakan jaringan internet. Semua orang dapat terhubung ke jaringan internet di dunia. Dengan media berupa *handphone*, laptop ataupun komputer dan juga perangkat keras lainnya yang terhubung ke jaringan internet maka semua orang dapat berkomunikasi dan berhubungan. Teknologi itu adalah media sosial. Salah satu media sosial yang banyak diminati oleh remaja saat ini adalah aplikasi *game online*, di mana banyak sekali jenis *game online* yang ada di aplikasi yang bisa terhubung ke internet, bahkan *game online* tersebut bisa membuat remaja yang berjauhan bisa saling berkomunikasi dan mengobrol dalam jarak yang jauh.

Bermain adalah kegiatan yang dilakukan untuk kesenangan tanpa memikirkan hasil akhir dari permainan tersebut. Beberapa orang tua mengklaim bahwa anak yang banyak bermain membuat mereka malas dan menurunkan kemampuan intelektual mereka.<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> Andri Ari dan Andy Widhiya, *Jangan Suka Game Online Pengaruh Game Online Dan Tindakan Pencegahan*, (Jawa Timur: CV Ae Media Gravika, 2019), h. 2-3.

Akibat pengaruh iptek dan globalisasi telah terjadi pergeseran nilai-nilai yang ada dalam kehidupan masyarakat. Nilai-nilai tradisional yang sangat menjunjung tinggi moralitas kini sudah bergeser seiring dengan pengaruh iptek dan globalisasi. Pengaruh hiburan baik cetak dan maupun elektronik yang menjurus pada hal-hal game online telah menjadikan peserta didik tergoda dengan kehidupan yang menjurus pada rendahnya moral. Emosi meluap-luap, cepat marah dan tersinggung serta ingin menang sendiri menjadi pemandangan yang tidak asing lagi di era ini.

Di zaman sekarang banyak sekali anak remaja yang bermain *game online*. *Game online* menjadi salah satu permainan yang sangat diminati oleh para anak remaja, selain menyenangkan saat dimainkan bersama dengan teman-teman, game online ini juga menjadi penghilang rasa bosan apalagi ketika sedang sendirian dirumah. *Game online* merupakan salah satu jenis permainan yang dimainkan melalui internet. Dalam game online seperti permainan lain biasanya ada yang menang dan ada yang kalah, hanya saja perbedaannya *game online* ini dimainkan dengan menggunakan komputer yang terhubung ke *internet*. Sekarang ini banyak orang yang bermain *game online*, baik dirumah sendiri maupun pergi ke warnet.

*Game online* seolah menjadi kegemaran baru untuk anak-anak remaja sekarang ini. Sama halnya yang terjadi di Desa Mekarsari Kecamatan Cinangka, Kabupaten Serang Banten. Hal ini dapat memberi pengaruh yang besar terhadap perubahan tingkah laku dalam pergaulan baik di dalam masyarakat maupun

keluarga. Jika ini berlangsung terus menerus dalam yang waktu lama, bisa di pastikan remaja akan kesulitan dalam menjalani kehidupan sosialnya. Remaja akan tidak peduli dengan lingkungan sekitarnya, bahkan bisa membentuk kepribadian anti sosial, dimana remaja akan kesulitan beradaptasi dengan lingkungan sosialnya.

Dari aplikasi *game online* ini terdapat dampak positif dan dampak negatif. Anfusina menjelaskan bahwa dampak positif dari bermain *game online* adalah mengembangkan kemampuan dalam mengatur kelompok dan memimpinya, mengembangkan optimisme, mampu berdamai dengan frustrasi dan kecemasan dengan cara yang adaptif dan juga sebagai media hiburan untuk menghilangkan penat dan stress.<sup>2</sup>

Sedangkan dampak negatif dari bermain *game online* adalah berbahasa kasar dan berkata kotor. Banyak sekali pemain *game online* yang mengeluarkan kata-kata kasar dan kotor saat sedang bermain *game online*. Selain itu, akibat bermain *game online* remaja menjadi melupakan tugas dan kewajibannya seperti shalat, mengerjakan tugas sekolah dan lain sebagainya. Bahkan ada juga pemain *game online* yang sampai-sampai berbohong kepada orang tua dan mencuri uang orang tua secara diam-diam untuk bermain *game online* dan juga ada yang berjudi *game online*. Selain itu, terlalu sering memandangi *handphone* dalam waktu yang lama juga tidak bagus untuk kesehatan tubuh. Jadi, *game online* ini tidak hanya memberikan dampak positif akan tetapi juga

---

<sup>2</sup> Anfusina, "Memahami Kecanduan Game Online dengan Pendekatan Neurobiologi", Jurnal Psikologi, Vol. 01, No. 01, 2018, h. 9.

banyak membawa dampak negatif dan perilaku menyimpang terhadap remaja yang memainkannya.

Remaja adalah masa di mana seseorang berusia belasan tahun. Masa remaja adalah masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Masa remaja terjadi dari rentangan usia 12 sampai dengan 22 tahun. Usia remaja adalah usia pencarian jati diri remaja biasanya melakukan segala hal itu karena terbawa oleh orang lain atau hanya ikut-ikutan saja. Masa remaja adalah masa perubahan, di mana perubahan yang terjadi berupa perubahan fisik, tingkah laku, psikologis. Masa remaja juga sering disebut dengan masa puber.

Masa remaja juga diawali dengan perubahan fisik yang cepat seperti penambahan berat badan dan tinggi badan serta perubahan fisik, perkembangan seksual, dan perubahan penampilan. Perubahan tersebut akan terjadi berbeda-beda pada setiap anak. Tidak hanya perubahan fisik, remaja juga akan mengalami perubahan psikologis.

Pada masa ini remaja cenderung untuk mencari hal baru yang menyenangkan bagi mereka, keinginan untuk mencari hal yang baru ini didorong oleh rasa penasaran yang tinggi akan beberapa hal yang terjadi di dalam hidupnya. Karena hal ini remaja mendapatkan pengalaman dan pelajaran dalam hidupnya, tetapi terkadang mereka juga tidak memperdulikan dampak yang akan terjadi pada dirinya dan perkembangan baik secara fisik dan psikologis. Remaja juga mengalami ketidakstabilan emosi dan membuat mereka cenderung ingin menunjukkan jati diri.

Perubahan tingkah laku adalah salah satu yang terjadi karena faktor lingkungan. Remaja biasanya terbawa oleh teman-teman sebayanya, melakukan hal yang menyenangkan tanpa memikirkan bagaimana dampaknya bagi dirinya. Sama halnya dengan remaja penggemar *game online*. Awalnya hanya melihat temannya bermain, tapi lama-lama penasaran dan akhirnya ikut-ikutan dan menjadi sering bermain *game online*. Remaja harus bisa membatasi diri dari bermain *game online* agar tidak terjadi dampak negatif pada perilaku remaja nantinya.

Perilaku menyimpang adalah perilaku yang tidak sesuai dengan nilai dan norma yang dianut masyarakat. Perilaku menyimpang dapat disebut sebagai tindakan yang tidak sesuai dengan harapan masyarakat karena seseorang atau masyarakat tidak mentaati kaidah-kaidah yang ditetapkan oleh masyarakat untuk menciptakan keteraturan sosial.<sup>3</sup> Para remaja banyak melakukan tindakan menyimpang karena terlalu abai terhadap lingkungan, sehingga banyak tingkah lakunya yang menyimpang. Termasuk pada remaja yang gemar bermain *game online*.

Salah satu yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengelolaan diri remaja adalah dengan penerapan teknik *self management*. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Muhammad Satriadi Muratama, *self management* adalah suatu prosedur yang menuntut seseorang untuk mengarahkan atau mengatur tingkah lakunya sendiri.<sup>4</sup> Selain itu, Muafi dalam penelitiannya yang

---

<sup>3</sup> Reinhart, dkk., *Pasti Bisa Sosiologi Untuk SMA/MA Kelas X*, (Jakarta: Penerbit Duta, 2018), h. 61.

<sup>4</sup> Muhammad Satriadi Muratama, "Layanan Konseling Behavioral Teknik *Self Management* untuk Meningkatkan Disiplin Dan Tanggung Jawab Belajar Siswa Di Sekolah", (Jurnal Fokus Konseling, Volume 05, Nomor 01, 2018), h. 5.

dikutip dari Gerhardt menjelaskan bahwa *self management* sendiri didefinisikan sebagai usaha dari individu untuk mengendalikan perilakunya sendiri.<sup>5</sup>

Diana menjelaskan bahwa teknik *self management* adalah teknik yang efektif diberikan kepada konseli agar dapat mengatur diri, mengurangi ketergantungan pada orang lain dan mengajarkan konseli untuk menjadi *manager* untuk dirinya sendiri.<sup>6</sup> Dalam teknik ini konseli sebagai pengontrol dan pengatur untuk dirinya sendiri agar mampu mengelola dirinya sendiri untuk kemajuan hidupnya agar berjalan secara produktif. Tugas konselor di sini adalah memantau dan juga mengevaluasi kegiatan yang dilakukan oleh konseli agar dapat berperilaku lebih baik dan dapat mengurangi perilaku menyimpang akibat gemar bermain *game online*.

Berdasarkan pemaparan di atas peneliti perlu melakukan layanan bimbingan dan konseling. Layanan yang akan dilakukan oleh peneliti adalah layanan bimbingan konseling individual. Layanan bimbingan konseling individual dimaksudkan agar remaja dapat memperoleh bahan sebagai acuan untuk mengambil keputusan, mengemukakan pendapatnya tentang masalah yang dialaminya agar remaja menjadi lebih paham dan mampu mengembangkan permasalahan yang sedang dihadapinya.

---

<sup>5</sup> Muafi, "Peran *Self Management Practices Terhadap Kepuasan Kerja Karyawan Bank Perkreditian Rakyat*", (Jurnal keuangan dan perbankan, Vol.14, Nomor 01, 2010), h.88.

<sup>6</sup> Diana Dewi Wahyuningsih, *Panduan Untuk Konselor Teknik Self Management Dalam Bingkai Konseling Cognitive Behavior Untuk Meningkatkan Kemandirian Belajar Siswa SMP*, (Purwodadi, CV. Sarnu Untung, 2020), h. 3.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti melakukan penelitian yang berjudul “Penerapan Teknik *Self Management* Terhadap Perilaku Menyimpang Remaja Penggemar *Game Online* Di Kampung Cibongkok Desa Mekarsari Kecamatan Cinangka Kabupaten Serang Provinsi Banten”.

## **B. Batasan Masalah**

Supaya penelitian ini tidak melebar dan supaya lebih terarah, maka peneliti perlu membatasi permasalahannya. Maka, batasan masalah dalam penelitian ini adalah teknik *self management* mengurangi perilaku menyimpang pada remaja penggemar *game online* di Kampung Cibongkok, Desa Mekarsari, Kecamatan Cinangka, Kabupaten Serang, Provinsi Banten.

## **C. Rumusan Masalah**

Dari batasan masalah di atas, maka rumusan masalahnya adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana perilaku menyimpang yang terjadi pada remaja penggemar *game online* di Kampung Cibongkok?
2. Bagaimana penerapan teknik *self management* terhadap perilaku menyimpang remaja penggemar *game online* di Kampung Cibongkok?

## **D. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk menganalisis perilaku menyimpang yang terjadi pada remaja penggemar *game online* di Kampung Cibongkok.

2. Untuk menerapkan teknik *self management* terhadap perilaku menyimpang remaja penggemar *game online* di Kampung Cibongkok.

#### **E. Manfaat Penelitian**

Manfaat yang diharapkan dari penelitian yang telah dilakukan ini adalah:

- 1) Manfaat teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan juga menjadi sumber informasi serta referensi dalam bidang bimbingan dan konseling, khususnya untuk remaja yang gemar bermain *game online* yang berperilaku menyimpang.

- 2) Manfaat praktis

Dari penelitian ini juga, penelitian ini diharapkan bisa menambah pemahaman juga penelitian ini dapat dijadikan sebagai masukan dan juga referensi untuk pengembangan penelitian yang sama dan memberikan manfaat untuk peneliti lain sebagai bahan acuan penelitian selanjutnya.

#### **F. Definisi Operasional**

Definisi operasional ini dibuat untuk memudahkan pembaca dalam penelitian ini. Definisi operasional ini menjelaskan tentang pengertian dari variabel penelitian yang akan diteliti. Adapun pengertian dari variabel penelitian ini adalah sebagai berikut:

### 1. Teknik *self management*

Teknik *self management* merupakan teknik pengelolaan diri dimana individu mengatur perilakunya sendiri. Pada teknik ini, klien yang berperan untuk mengendalikan perilakunya sendiri yang akan dia rubah, agar dapat berubah kepada perilaku yang baik yang sesuai dengan harapannya, agar klien dapat menempatkan diri dari situasi-situasi yang menghambat tingkah laku yang tidak mereka inginkan.

Agar perilaku yang akan diubah oleh klien dapat terkontrol dan sesuai dengan harapan klien nantinya, maka ada tahapan-tahapannya yaitu menentukan tujuan, monitor diri atau observasi diri dan evaluasi diri.

### 2. Perilaku menyimpang remaja penggemar *game online*

Perilaku menyimpang merupakan tindakan atau sikap yang tidak sesuai dengan peraturan yang ada. Perilaku menyimpang sering dilakukan oleh anak-anak muda atau remaja. Para remaja banyak melakukan tindakan menyimpang karena terlalu abai terhadap lingkungan, sehingga banyak tingkah lakunya yang menyimpang.

Remaja merupakan masa peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa. Masa remaja merupakan masa pubertas, dimana tingkah laku yang dilakukan remaja biasanya terjadi karena ikut-ikutan. Pada teknologi yang semakin canggih ini banyak permainan yang berbasis *online* salah satunya adalah aplikasi *game online*. Banyak jenis-jenis *game online*. *Game online* ini biasanya banyak sekali di gemari oleh para kalangan

remaja. Remaja dari yang hanya melihat temannya bermain kemudian menjadi ikut-ikutan dan akhirnya menjadi gemar juga bermain *game online*.