

## **BAB II LANDASAN TEORI**

### **A. Penyesuaian Sosial**

#### **1. Pengertian Penyesuaian Sosial**

Penyesuaian sosial merupakan salah satu faktor penting dalam perkembangan sosial individu secara umum bagi anak, remaja, dewasa, dan usia lanjut. Penyesuaian sosial merupakan penyesuaian yang dilakukan individu terhadap lingkungan di luar individu, seperti lingkungan rumah, sekolah, dan masyarakat. Penyesuaian sosial didefinisikan secara berbeda-beda dalam *literature* psikologi.

Kamus psikologi menjelaskan bahwa penyesuaian sosial adalah penjalinan hubungan secara harmonis atau relasi dengan lingkungan sosial, mempelajari pola tingkah laku yang diperlukan atau mengubah kebiasaan yang ada sedemikian rupa sehingga cocok bagi masyarakat sosial (Chaplin, 2009:11).

Berikut akan dibahas pengertian penyesuaian sosial menurut beberapa tokoh, yaitu :

Menurut Sunarto dan Hartono(2001:221) pengertian penyesuaian sosial adalah sebagai berikut :

- 1) Penyesuaian berarti adaptasi, dapat mempertahankan eksistensinya, atau bisa *survive* dan memperoleh kesejahteraan jasmaniah dan rohaniah serta dapat mengadakan relasi yang memuaskan dengan tuntutan sosial.

- 2) Penyesuaian dapat diartikan sebagai konformitas yang berarti menyesuaikan sesuatu dengan standar atau prinsip.
- 3) Penyesuaian dapat diartikan sebagai penguasaan yang memiliki kemampuan untuk membuat rencana dan mengorganisasi respon-respon sedemikian rupa sehingga bisa mengatasi segala macam konflik, kesulitan, dan frustrasi-frustrasi secara efisien. Individu memiliki kemampuan menghadapi realitas hidup dengan cara yang adekuat.
- 4) Penyesuaian dapat juga diartikan penguasaan dan kematangan emosional. Kematangan emosional maksudnya ialah secara positif memiliki respon emosional yang tepat pada setiap situasi.

Menurut Hurlock (1980:287) penyesuaian sosial berarti keberhasilan seseorang untuk menyesuaikan diri terhadap orang lain pada umumnya dan terhadap kelompok pada khususnya. Schneiders (dalam Gunarsa, 1989:93) mengemukakan bahwa penyesuaian sosial merupakan suatu proses mental dan tingkah laku yang mendorong seseorang untuk menyesuaikan diri sesuai dengan keinginan yang berasal dari dalam dirinya sendiri, yang dapat diterima oleh lingkungannya. Jadi penyesuaian sosial adalah reaksi seseorang terhadap rangsangan-rangsangan dari dalam diri sendiri maupun reaksi seseorang terhadap situasi yang berasal dari lingkungan.

Selanjutnya Woodworth (dalam Gerungan, 2004:59) mengatakan bahwa terdapat empat jenis hubungan antara individu dengan

lingkungannya. Individu dapat bertentangan dengan lingkungan, individu dapat menggunakan lingkungannya, individu dapat berpartisipasi (ikut serta) dengan lingkungannya, dan individu dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Lingkungan dalam hal ini meliputi: lingkungan fisik yaitu alam benda-benda yang kongkret, maupun lingkungan psikis, yaitu jiwa raga orang-orang dalam lingkungan, ataupun lingkungan rohaniah, yaitu *objective Geist*, berarti keyakinan-keyakinan, ide-ide, filsafat-filsafat yang terdapat di lingkungan individu, baik yang dikandung oleh orang-orangnya sendiri di lingkungannya maupun yang tercantum dalam buku-buku atau hasil kebudayaan lainnya

Menurut Durkin (dalam Hartati, 2005:43) penyesuaian sangatlah penting bagi seseorang untuk menunjang kesuksesan masa depan dalam menjalin hubungan dengan orang-orang disekitarnya. Secara singkat dikatakan bahwa kemampuan penyesuaian sosial yang baik akan mampu menggunakan pengetahuan dan ketrampilan mereka dalam pergaulan dan dapat memajukan aspek-aspek positif dalam hubungan tersebut.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa penyesuaian sosial merupakan tingkah laku yang mendorong seseorang untuk menyesuaikan diri dengan orang lain dan kelompok sesuai dengan keinginan dari dalam dan tuntutan dari lingkungan. Wujud dari keberhasilan penyesuaian sosial antara lain kemampuan individu dalam menjalin komunikasi dengan orang lain, menelaraskan antara tuntutan dirinya dan tuntutan lingkungan, memenuhi aturan kelompok masyarakat dan mampu bertindak sesuai

dengan norma yang berlaku, mampu mengaktualisasikan dirinya dalam kelompok, ikut berpartisipasi dalam kelompok, menyenangkan orang lain, toleransi dan lain sebagainya.

## 2. Indikator Penyesuaian Sosial

Remaja dituntut untuk memiliki kemampuan penyesuaian sosial, baik dalam lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat. Hurlock (1980:287) menyebutkan terdapat empat indikator dalam menentukan sejauh mana penyesuaian sosial seseorang mencapai ukuran baik, yaitu sebagai berikut :

- a. Penampilan nyata melalui sikap dan tingkah laku yang nyata (*overt performance*)

Perilaku sosial individu sesuai dengan standar kelompok atau memenuhi harapan kelompok maka individu akan diterima sebagai anggota kelompok. Bentuk dari penampilan nyata adalah :

- 1) aktualisasi diri yaitu proses menjadi diri sendiri, mengembangkan sifat-sifat dan potensi diri
- 2) keterampilan menjalin hubungan antar manusia yaitu kemampuan berkomunikasi, kemampuan berorganisasi, dan
- 3) kesediaan untuk terbuka pada orang lain, yang mana sikap terbuka adalah sikap untuk bersedia memberikan dan sikap untuk bersedia menerima pengetahuan atau informasi dari pihak lain.

b. Penyesuaian diri terhadap berbagai kelompok

Individu dapat menyesuaikan diri dengan baik terhadap berbagai kelompok, baik kelompok teman sebaya maupun kelompok orang dewasa.

Bentuk dari penyesuaian diri adalah:

- 1) kerja sama dengan kelompok yaitu proses beregu (berkelompok) yang mana anggota-anggotanya mendukung dan saling mengandalkan untuk mencapai suatu hasil mufakat,
- 2) tanggung jawab yaitu sesuatu yang harus kita lakukan agar kita menerima sesuatu yang dinamakan hak, dan
- 3) setia kawan yaitu saling berbagi, saling memotivasi dalam kebaikan.

c. Sikap sosial

Individu dapat menunjukkan sikap yang menyenangkan terhadap orang lain, terhadap partisipasi sosial, serta terhadap perannya dalam kelompok maka individu akan menyesuaikan diri dengan baik secara sosial. Bentuk dari sikap sosial adalah ikut berpartisipasi dalam kegiatan sosial di masyarakat, berempati, dapat menghormati dan menghargai pendapat orang lain.

d. Kepuasan pribadi

Individu harus dapat menyesuaikan diri dengan baik secara sosial, anak harus merasa puas terhadap kontak sosialnya dan terhadap peran yang dimainkannya dalam situasi sosial. Bentuk dari kepuasan pribadi

adalah kepercayaan diri, disiplin diri dan kehidupan yang bermakna dan terarah.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa indikator dalam penyesuaian sosial adalah penyesuaian diri dengan baik terhadap lingkungan rumah, sekolah dan masyarakat, yaitu mampu menerima dan menilai kenyataan secara objektif, mampu bertindak sesuai potensi diri, memiliki kestabilan psikologis, memiliki pertimbangan rasional dan pengarahan diri, mampu bertindak sesuai norma yang berlaku, memiliki hubungan interpersonal yang baik, menunjukkan sikap yang menyenangkan dalam berinteraksi dengan orang lain, merasa puas karena dapat berbagi dengan orang lain, menerima kelebihan dan kekurangan diri sendiri agar dalam melakukan penyesuaian tidak mengalami kesulitan.

### **3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Penyesuaian Sosial**

Seseorang mampu menyesuaikan diri dengan lingkungannya karena berbagai faktor. Penyesuaian pada remaja adalah hasil belajar, terutama hasil bimbingan dalam keluarga. Menurut Sunarto dan Hartono secara keseluruhan kepribadian mempunyai fungsi sebagai penentu primer terhadap penyesuaian sosial. Penentu berarti faktor pendukung, mempengaruhi atau menimbulkan efek pada proses penyesuaian. Secara sekunder proses penyesuaian ditentukan oleh faktor-faktor yang menentukan kepribadian itu sendiri baik internal maupun eksternal. Faktor-faktor penyesuaian itu dapat diklasifikasikan dalam tiga kelompok, yaitu faktor fisik, faktor psikis, dan faktor lingkungan. Sunarto

dan Hartonoselanjutnya menjelaskan bahwa faktor internal yang mempengaruhi penyesuaian sosial sebagai berikut :

a. Faktor Fisik

1) Kondisi Jasmaniah

Struktur jasmaniah merupakan kondisi primer bagi tingkah laku karena sistem saraf, kelenjar, dan otot merupakan faktor yang penting bagi proses penyesuaian sosial. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa gangguan-gangguan pada sistem saraf, kelenjar, dan otot dapat menimbulkan gejala-gejala gangguan mental, tingkah laku dan kepribadian. Gangguan penyakit yang kronis ini dapat menimbulkan kurangnya kepercayaan pada diri sendiri, perasaan rendah diri, ketergantungan, perasaan ingin dikasihani, dan sebagainya. Oleh karena itu, kualitas penyesuaian sosial yang baik hanya dapat diperoleh dan dipelihara dalam kondisi kesehatan jasmaniah yang baik pula.

2) Perkembangan, Kematangan dan Penyesuaian Diri

Dalam proses perkembangan, respon anak berkembang dari respon yang bersifat instinktif menjadi respon yang diperoleh melalui belajar dan pengalaman. Dengan bertambahnya usia, perubahan dan perkembangan respon yang diperoleh, tidak hanya melalui proses belajar saja melainkan anak juga menjadi matang untuk melakukan respon dan ini menentukan pola-pola penyesuaian sosialnya. Sesuai dengan hukum perkembangan tingkat kematangan yang dicapai individu berbeda-beda antara satu dengan lainnya, sehingga pola-pola penyesuaian sosialnya berbeda-beda

pula secara individual. Kondisi-kondisi perkembangan mempengaruhi setiap aspek kepribadian, seperti : emosional, sosial, moral, keagamaan, dan intelektual.

b. Faktor Psikologis

1) Pengalaman

Pengalaman yang mempengaruhi dalam penyesuaian sosial adalah pengalaman yang menyenangkan dan pengalaman traumatik. Pengalaman yang menyenangkan cenderung menimbulkan penyesuaian sosial yang baik, sebaliknya pengalaman traumatik cenderung menimbulkan kegagalan dalam penyesuaian sosial.

2) Belajar

Belajar merupakan faktor dasar dalam penyesuaian sosial karena melalui belajar akan berkembang pola-pola respon yang akan membentuk kepribadian. Sebagian besar respon-respon dan ciri-ciri kepribadian lebih banyak diperoleh dari proses belajar daripada keturunan. Belajar dalam proses penyesuaian sosial merupakan modifikasi tingkah laku sejak fase awal dan berlangsung terus menerus sepanjang hayat dan diperkuat dengan kematangan pribadi.

3) Determinasi

Faktor kekuatan yang mendorong untuk mencapai sesuatu yang baik atau yang buruk untuk mencapai taraf penyesuaian yang tinggi atau merusak diri disebut determinasi diri. Determinasi diri mempunyai peranan yang

penting dalam proses penyesuaian sosial karena mempunyai peranan dalam pengendalian arah dan pola penyesuaian sosial.

#### 4) Konflik

Efek konflik pada perilaku tergantung pada sifat konflik, yaitu merusak, mengganggu dan menguntungkan. Cara-cara individu mengatasi konflik, yaitu meningkatkan usaha ke arah pencapaian tujuan yang menguntungkan secara sosial, melarikan diri khususnya lari ke dalam gejala-gejala neurotis. Apabila individu telah dapat mengatasi konfliknya maka individu lebih mudah mengadakan penyesuaian sosial dalam situasi yang berbeda-beda.

Sunarto dan Hartonoselanjutnya menjelaskan faktor eksternal yang mempengaruhi penyesuaian sosial, yaitu faktor lingkungan yang mencakup :

##### a) Pengaruh rumah dan keluarga

Keluarga merupakan faktor yang sangat penting dalam mengkondisikan penyesuaian sosial anak karena keluarga merupakan satuan kelompok sosial terkecil dan merupakan tempat pertama kali individu melakukan interaksi sosial. Kemampuan interaksi sosial ini kemudian akan dikembangkan di masyarakat.

##### b) Hubungan orangtua dan anak

Pola-pola hubungan antara orangtua dan anak mempunyai pengaruh terhadap proses penyesuaian sosial anak. Beberapa pola hubungan yang dapat mempengaruhi penyesuaian sosial antara lain :

1. Menerima (*acceptance*), yaitu situasi dimana orangtua menerima anaknya dengan baik. Sikap penerimaan ini dapat menimbulkan suasana hangat dan rasa aman bagi anak.
2. Menghukum dan disiplin yang berlebihan. Disiplin yang ditanamkan orangtua terlalu kaku sehingga dapat menimbulkan suasana psikologis yang kurang menguntungkan anak.
3. Memanjakan dan melindungi anak secara berlebihan dapat menimbulkan perasaan tidak aman, rendah diri, dan gejala-gejala salah suai lainnya.
4. Penolakan, yaitu pola hubungan dimana orangtua menolak kehadiran anaknya dan dapat menimbulkan hambatan dalam proses penyesuaian sosial anak.

c) Hubungan saudara

Suasana hubungan saudara yang penuh persahabatan, kooperatif, saling menghormati, penuh kasih sayang memudahkan untuk tercapainya penyesuaian sosial yang lebih baik, sedangkan suasana yang penuh dengan permusuhan, perselisihan, iri hati, kebencian dapat menimbulkan kesulitan dan kegagalan dalam penyesuaian sosial.

d) Masyarakat

Keadaan lingkungan masyarakat dimana individu berada merupakan kondisi yang menentukan proses penyesuaian sosial karena masyarakat merupakan suatu kelompok sosial yang paling besar dan sangat mempengaruhi pola hidup anggotanya.

e) Sekolah

Sekolah mempunyai peranan sebagai media untuk mempengaruhi kehidupan intelektual, sosial, dan moral para remaja. Hasil pendidikan di sekolah merupakan bekal untuk penyesuaian sosial di masyarakat yang lebih luas.

f) Budaya dan agama

Lingkungan budaya dimana individu berada dan berinteraksi akan menentukan pola-pola penyesuaian sosialnya. Contoh; tata cara kehidupan budaya daerah, adat istiadat masyarakat akan mempengaruhi bagaimana anak akan menempatkan diri dan bergaul dengan masyarakat sekitarnya. Agama memberikan suasana psikologis tertentu dalam mengurangi konflik-konflik, frustrasi dan bentuk-bentuk ketegangan lainnya. Agama juga memberikan suasana tenang dan damai yang dibutuhkan oleh seorang anak. (Sunarto dan Hartono, 1999:229)

Menurut Hurlock faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian sosial adalah sebagai berikut :

a. Pola perilaku sosial yang dikembangkan di rumah

Jika pola perilaku sosial yang dikembangkan di rumah bersifat buruk maka anak akan menemui kesulitan untuk melakukan penyesuaian sosial yang baik di lingkungan sekolah dan masyarakat, sebaliknya jika penyesuaian sosial di rumah baik maka anak dalam melakukan penyesuaian sosial tidak akan mengalami hambatan. Contoh: anak yang diasuh dengan metode

otoriter sering mengembangkan sikap benci terhadap semua figur yang berwenang.

b. Model perilaku untuk ditiru

Memberikan model perilaku yang baik untuk ditiru di lingkungan rumah akan mempermudah anak dalam melakukan penyesuaian sosial di luar rumah, tetapi bila di rumah kurang memberikan model perilaku untuk ditiru anak akan mengalami hambatan dalam penyesuaian sosial di luar rumah. Contoh: anak yang ditolak oleh orang tuanya atau yang meniru perilaku orang tua yang menyimpang akan mengembangkan kepribadian yang tidak stabil, agresif.

c. Belajar

Kurangnya motivasi untuk belajar melakukan penyesuaian sosial sering timbul dari pengalaman sosial awal yang tidak menyenangkan di rumah atau di luar rumah, sedangkan belajar dari pengalaman yang menyenangkan akan memberikan motivasi dalam penyesuaian sosial di dalam rumah atau di luar rumah.

d. Bimbingan dari orangtua

Untuk belajar melakukan penyesuaian sosial yang baik maka bimbingan orangtua sangat diperlukan agar tercipta penyesuaian sosial yang baik (Hurlock, 1997:288).

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor penyesuaian sosial terdiri dari faktor internal dan faktor eksternal. Adapun faktor internal yaitu kondisi jasmani yang sehat, proses belajar yang baik,

pengalamanyang menyenangkan, dan mampu dalam mengatasi konflik agar tercipta penyesuaian sosial yang baik dngan lingkungan sekitarnya. Sedangkan faktor eksternal, yaitu pola asuh keluarga, hubungan yang harmonis dalam keluarga sehingga terciptanya suasana yang penuh cinta kasih, kehangatan, keceriaan, serta peran masyarakat, peranan sekolah meliputi struktural dan organisasi sekolah, peranan guru dan konselor dalam kegiatan belajar mengajar, budaya dan agama juga menjadi indikasi penyesuaian sosial yang baik jika semua berjalan selaras.

#### **4. Ciri-ciri Penyesuaian Sosial Yang Baik**

Lawton (dalam Hurlock, 1997:287) mengemukakan dua puluh ciri yang dapat digunakan untuk mendeskripsikan dan menilai orang yang memiliki penyesuaian sosial yang baik, adalah sebagai berikut :

- 1) Mampu dan bersedia menerima tanggung jawab yang sesuai dengan usia.
- 2) Berpartisipasi dengan gembira dalam kegiatan yang sesuai untuk tingkat usia.
- 3) Bersedia menerima tanggung jawab yang berhubungan dengan peran mereka dalam hidup.
- 4) Segera menangani masalah yang menuntut penyelesaian.
- 5) Senang menyelesaikan dan mengatasi berbagai hambatan yang mengancam kebahagiaan.
- 6) Mengambil keputusan dengan senang, tanpa konflik, dan tanpa banyak meminta nasihat.

- 7) Tetap pada pilihannya sampai diyakinkan bahwa pilihannya salah.
- 8) Lebih banyak memperoleh kepuasan dari prestasi yang nyata daripada prestasi yang imajiner.
- 9) Dapat menggunakan pikiran sebagai alat untuk merencanakan cetak biru tindakan bukan sebagai alat untuk menunda dan menghindari tindakan.
- 10) Belajar dari kegagalan dan tidak mencari-cari alasan untuk menjelaskan kegagalan.
- 11) Tidak membesar-besarkan keberhasilan atau menerapkan pada bidang yang tidak berkaitan.
- 12) Mengetahui bagaimana bekerja bila saatnya bekerja dan bermain bila saatnya bermain.
- 13) Dapat mengatakan “tidak” dalam situasi yang membahayakan kepentingan sendiri.
- 14) Dapat mengatakan “ya” dalam situasi yang pada akhirnya akan menguntungkan.
- 15) Dapat menunjukkan amarah secara langsung bila tersinggung atau bila hak-haknya dilanggar.
- 16) Dapat menunjukkan kasih sayang secara langsung dengan cara dan takaran yang sesuai.
- 17) Dapat menahan sakit dan frustrasi emosional bila perlu.
- 18) Dapat berkompromi bila menghadapi kesulitan.
- 19) Dapat memusatkan energi pada tujuan yang penting.

20) Menerima kenyataan bahwa hidup adalah perjuangan yang tak kunjung berakhir.

Dua puluh kriteria menurut Lawton tersebut merupakan suatu bahan evaluasi terhadap penyesuaian sosial. Bahan-bahan pengevaluasian tersebut menurut Calhoun dan Acocella(1990:14) dapat dilihat dari dua aspek, yaitu :

a. Situasi

Secara sosial individu yang dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya tidak terlepas dari situasi yang dihadapinya. Dengan kata lain seseorang akan mampu bersosialisasi pada saat situasi internal individu tersebut dengan situasi eksternalnya saling mendukung karena beberapa orang dapat menyesuaikan diri terhadap lingkungan tertentu akan tetapi belum tentu terhadap lingkungan lainnya.

b. Nilai

Individu dapat melakukan penyesuaian dengan baik tergantung dari nilai-nilai yang ada dalam masyarakat maupun keseimbangan penilaian individu tersebut dengan orang lain, karena hal itu akan membantu seorang individu bagaimana ia harus berperilaku.

Menurut Daradjat (1994:20) ciri-ciri kepribadian individu yang memiliki penyesuaian sosial yang baik adalah sebagai berikut :

- a) Suka bekerja sama dengan orang lain dalam suasana saling menghargai
- b) Adanya keakraban
- c) Empati
- d) Disiplin diri terutama dalam situasi sulit dan berhasil dalam situasi sulit

e) Berhasil dalam sesuatu hal di antara kawan-kawannya.

Menurut Sundari (2005:43) seseorang dikatakan memiliki penyesuaian diri yang positif apabila ia dapat menunjukkan ciri-ciri sebagai berikut :

1) Tidak adanya ketegangan emosi.

Bila individu menghadapi masalah, emosinya tetap tenang, tidak panik, sehingga dalam memecahkan masalah dengan menggunakan rasio dan dapat mengendalikan emosinya.

2) Dalam memecahkan masalah berdasarkan pertimbangan rasional, mengarah pada masalah yang dihadapi secara langsung dan mampu menerima segala akibatnya.

3) Dalam memecahkan masalah bersikap realistis dan objektif.

Bila seseorang menghadapi masalah segera dihadapi secara apa adanya, tidak ditunda-tunda. Apapun yang terjadi dihadapi secara wajar tidak menjadi frustrasi, konflik maupun kecemasan.

4) Mampu mempelajari ilmu pengetahuan yang mendukung apa yang dihadapi, sehingga dengan pengetahuan itu dapat digunakan menanggulangi timbulnya masalah.

5) Dalam menghadapi masalah butuh kesanggupan membandingkan pengalaman diri sendiri maupun pengalaman orang lain, yang mana pengalaman-pengalaman ini memberikan sumbangan dalam membantu memecahkan masalah.

Dari uraian di atas, kesimpulan dari ciri-ciri penyesuaian sosial yang baik adalah individu yang mampu memenuhi harapan lingkungannya, bersedia

menerima tanggung jawab dan berani mengambil resiko atas perbuatannya, dapat bekerja sama dengan orang, saling menghormati dan menghargai orang lain, disiplin dalam tugas dan masalah yang terjadi dalam lingkungan kelompok, memiliki prestasi yang baik.

## 5. Penyesuaian Sosial Remaja Ditinjau Dari Perspektif Islam

Seseorang yang melakukan penyesuaian sosial berarti dia telah menjalin hubungan persaudaraan dan persahabatan dengan orang disekitarnya. Allah SWT menyebutkan orang yang berhasil menjalin persaudaraan sebagai Ulul Al-baab (orang yang berakal). Seseorang yang melakukan penyesuaian sosial berarti dia menjalin persaudaraan dan persahabatan dengan orang yang ada disekitarnya. Allah SWT menciptakan manusia dengan berbagai perbedaan untuk saling mengenal seperti yang telah disebutkan dalam Al-Qur'an surat Al-Hujaraat:13 yang berbunyi:

هُمَّ اللَّهُ عِنْدَ أَكْرَمِكُمْ إِنَّ لَتَعَارَفُوا قَبَائِلَ شُعُوبًا وَجَعَلْنَاكُمْ وَأَنْتَى ذَكَرٍ مِنْ خَلْقِنَا إِنَّا الْبَاسُ بِهَا  
 خَبِيرٌ عَلِيمٌ اللَّهُ إِنْ أَتَقَنَّكَ

Artinya :

*Hai manusia, sesungguhnya Kami menciptakan kamu dari seorang laki-laki dan seorang perempuan dan menjadikan kamu berbangsa - bangsa dan bersuku-suku supaya kamu saling kenal-mengenal. Sesungguhnya orang yang paling mulia diantara kamu disisi Allah ialah orang yang paling taqwa diantara kamu. Sesungguhnya Allah Maha mengetahui lagi Maha Mengenal(Al-Hujaraat ayat 13).*

Dalam ayat ini disebutkan bahwasanya manusia diciptakan dengan berbagai perbedaan akan tetapi perbedaan itu bukanlah masalah bagi setiap

manusia, akan tetapi adanya perbedaan itu seharusnya dijadikan sebagai ajang untuk saling mengenal dan menjalin persaudaraan (ta'aruf).

Dalam ayat lain Allah SWT juga menyebutkan bahwa manusia diciptakan di dunia ini untuk rukun tanpa mengolok-olok orang lain dan manusia dianjurkan untuk melakukan penyesuaian sosial yang baik dalam lingkungan dengan selalu menjaga dari penyakit orang-orang yang ada di sekitarnya. Firman Allah SWT yang berbunyi:

أَيُّكُنْ أَنْ عَسَى نِسَاءٌ مِنْ نِسَاءِ وَلَا مِنْهُمْ خَيْرٌ أَيْكُونُوا أَنْ عَسَى قَوْمٌ مِنْ قَوْمٍ يَسْحَرُونَ لَأَمَّنُوا الَّذِينَ يَتَأْتِيهَا  
يَتُجَلَّمُونَ وَمَنْ إِلَّا يَمَنْ بَعْدَ الْفُسُوقِ إِلَّا سُمُّ يَسُّ بِاللَّاقِبِ تَتَابَزُوا وَلَا أَنْفُسَكُمْ تَلْمِزُوا وَلَا مِنْهُمْ خَيْرٌ  
الظَّالِمُونَ هُمْ فَأُولَئِكَ

Artinya :

*Hai orang-orang yang beriman, janganlah sekumpulan orang laki-laki merendahkan kumpulan yang lain, boleh jadi yang ditertawakan itu lebih baik dari mereka. dan jangan pula sekumpulan perempuan merendahkan kumpulan lainnya, boleh jadi yang direndahkan itu lebih baik. dan janganlah suka mencela dirimu sendiri dan jangan memanggil dengan gelaran yang mengandung ejekan. seburuk-buruk panggilan adalah (panggilan) yang buruk sesudah iman dan Barangsiapa yang tidak bertobat, Maka mereka Itulah orang-orang yang zalim (Al-Hujarat ayat 11).*

Lebih dari itu, berhubungan dengan sesama manusia adalah kebutuhan yang sangat mendasar bagi setiap orang. Karena itulah Islam memerintahkan agar umat manusia menjalin persaudaraan (silaturahmi) yang dilandasi dengan perasaan cinta dan kasih sayang dan melarang untuk memutuskannya. Saling berkenalan dengan sesama umay Allah SWT sangat dianjurkan karena dengan saling mengenal maka kita tidak akan kesepian menajlani hari-hari dengan senang dan bahagia. Seperti yang dijelaskan pada surat An-Nisa' ayat 1 :

أَمْ كَثِيرٌ أَرَجَالًا مِنْهَا وَبَشَرًا وَجَهًا مِنْهَا وَخَلَقَ وَاحِدَةً نَفْسٍ مِّنْ خَلْقِكُمْ الَّذِي رَبَّكُمْ اتَّقُوا النَّاسُ يَتَّيِبُهَا  
 رَقِيبًا عَلَيْكُمْ كَانَ اللَّهُ إِنَّ وَاللَّأْرَحَامَ بِهِ تَسَاءَلُونَ الَّذِي اللَّهُ وَاتَّقُوا أَوْسَدَ

Artinya :

*Hai sekalian manusia, bertakwalah kepada Tuhan-mu yang telah menciptakan kamu dari seorang diri, dan dari padanya[263] Allah menciptakan isterinya; dan dari pada keduanya Allah memperkembang biakkan laki-laki dan perempuan yang banyak. dan bertakwalah kepada Allah yang dengan (mempergunakan) nama-Nya kamu saling meminta satu sama lain dan (peliharalah) hubungan silaturrahim. Sesungguhnya Allah selalu menjaga dan mengawasi kamu (An-Nisa' ayat 1).*

Berinteraksi dan berhubungan dengan sesama manusia adalah kebutuhan yang sangat penting bagi kehidupan manusia. Selain secara kodrati manusia adalah makhluk sosial, yang memerlukan hubungan dengan sesamanya untuk dapat hidup dan berkembang secara normal. Manusia juga perlu berinteraksi dengan sesamanya untuk dapat memenuhi segala kebutuhan dalam hidupnya, baik kebutuhan fisiologis, seperti kebutuhan akan makan dan minum, kebutuhan tempat tinggal, dan lain-lain, maupun kebutuhan psikologis, semisal kebutuhan akan cinta dan kasih sayang, kebutuhan akan rasa aman, kebutuhan aktualisasi diri dan sebagainya yang hanya akan dapat dipenuhi jika seseorang bersedia bekerjasama dengan sesamanya (Amin, 2007:96). Salah satu ciri orang yang dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya adalah ia mampu mengikuti aturan-aturan dalam lingkungan sosial atau lingkungan masyarakat, seperti yang sudah dijelaskan dalam Al-Qur'an pada surat Al-mujaadillah ayat 11 yaitu:

أَذْشُرُوا قِيلَ وَإِذْ أَلَّكُمْ اللَّهُ يَفْسَحِ فَافْسَحُوا الْمَجْلِسِ فِي تَفْسَحُوا لَكُمْ قِيلَ إِذَاءَ أَمَنُوا الَّذِينَ يَتَّيِبُهَا  
 خَيْرٌ تَعْمَلُونَ بِمَا وَاللَّهُ دَرَجَاتٍ الْعِلْمَ أَوْ تُوَاوَى الَّذِينَ مِنْكُمْ أَمَنُوا الَّذِينَ اللَّهُ يَرَفَعُ فَادْشُرُوا

Artinya:

*Hai orang-orang beriman apabila kamu dikatakan kepadamu: "Berlapanglapanglah dalam majlis", Maka lapangkanlah niscaya Allah akan memberi kelapangan untukmu. dan apabila dikatakan: "Berdirilah kamu", Maka berdirilah, niscaya Allah akan meninggikan orang-orang yang beriman di antaramu dan orang-orang yang diberi ilmu pengetahuan beberapa derajat. Dan Allah Maha mengetahui apa yang kamu kerjakan. (Al-mujaadillah ayat 11).*

Remaja yang dapat menunjukkan sikap yang menyenangkan terhadap orang lain, terhadap partisipasi sosial serta terhadap perannya dalam kelompok maka remaja tersebut akan menyesuaikan diri dengan baik secara sosial. Penyesuaian sosial dalam perspektif Islam diartikan sebagai hubungansilaturrehman. Setiap manusia yang beriman diwajibkan bagi mereka menjagasilaturrehman karena Allah SWT sangat membenci orang-orang yang memutuskansilaturrehman. Silaturrehman mempunyai manfaat dan pengaruh yang sangat positif bagi kondisi kejiwaan seseorang, seperti bersilaturrehman dengan orang lain dapat menghilangkan kejenuhan, kepenatan, kesepian dan dapat mengurangi ketegangan jiwa dan emosi seseorang. Lebih mendalam lagi, silaturrehman juga akanmenjadikan seseorang memiliki banyak relasi, banyak sahabat dan kenalan,menemukan teman akrab dan terpercaya, sehingga seseorang akan bertukarpikiran dengannya mengenai berbagai hal yang terjadi pada dirinya, memintamasukan untuk menghadapi persoalan yang sulit agar dapat meringankan beban hatinya.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa seseorang yang melakukan penyesuaian sosial berarti dia telah menjalin hubungan persaudaraandan persahabatan dengan orang disekitarnya. Dengan cara berbuat baik terhadapsesama manusia maka akan terbentuk suatu interaksi atau

penyesuaian sosial yang baik. Dan Allah SWT menyukai orang-orang yang berbuat baik antara sesamanya. Setiap manusia yang beriman diwajibkan bagi mereka menjaga silaturahmi karena Allah SWT sangat membenci orang-orang yang memutuskan silaturahmi. Silaturahmi akan menjadikan seseorang memiliki banyak relasi, banyak sahabat dan kenalan, menemukan teman akrab dan terpercaya, sehingga seseorang akan bertukar pikiran dengannya mengenai berbagai hal yang terjadi pada dirinya, meminta masukan untuk menghadapi persoalan yang sulit agar dapat meringankan beban hatinya.

## **B. Kecanduan *Game Online***

### **1. Pengertian Kecanduan *Game Online***

Kecanduan di definisikan "*An activity or substance we repeatedly crave to experience, and for which we are willing to pay a price (or negative consequences)*" yang bermaksud suatu aktivitas atau substansi yang dilakukan berulang-ulang dan dapat menimbulkan dampak negatif (Arthur, 2010:16).

Menurut Rachlin dan Walker (Dwiastuti, 2005: 39) pada awalnya pengertian addiction atau kecanduan hanya ditujukan pada kasus penyalahgunaan obat, seperti defeni yang diungkapkan oleh *American Psychiatric Association's Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder* yang menjelaskan *addiction* atau kecanduan sebagai ketergantungan secara fisik terhadap zat kimia yang mengakibatkan *Withdrawal symptoms* jika tidak dipenuhi..

Kecanduan atau *addiction* dalam kamus psikologi diartikan sebagai keadaan bergantung secara fisik pada suatu obat bius. Pada umumnya, kecanduan tersebut menambah toleransi terhadap suatu obat bius, ketergantungan fisik dan psikologis, dan menambah gejala pengasingan diri dari masyarakat, apabila obat bius dihentikan (Chaplin, 2009:11).

Namun, menurut Keepers (Dwiastuti, 2005:39) define mengenai addiction kemudian mulai beralih dengan mengikutsertakan beberapa tingkah laku yang tidak mengandung *intoxicant* (sesuatu yang memabukkan) seperti *video game playing*.

Kata kecanduan (*addiction*) biasanya digunakan dalam konteks klinis dan diperhalus dengan perilaku berlebihan (*excessive*). Konsep kecanduan dapat diterapkan pada perilaku secara luas termasuk kecanduan teknologi komunikasi informasi (Yuwanto, 2010:34).

Secara historis, kecanduan telah didefinisikan semata-mata untuk berkenaan dengan zat adiktif (misalnya alkohol, tembakau dan obat-obatan) yang masuk melewati darah dan menuju ke otak, dan dapat merubah komposisi kimia otak. Istilah kecanduan sendiri berkembang seiring dengan perkembangan kehidupan masyarakat, sehingga istilah kecanduan tidak selamanya melekat pada obat-obatan tetapi dapat juga melekat pada kegiatan atau suatu hal tertentu yang dapat membuat seseorang ketergantungan secara fisik atau psikologis.

*Game online* menurut Kim dkk (2002: 24) adalah *game*(permainan) dimana banyak orang yang dapat bermain pada waktu yang sama dengan melalui jaringan komunikasi *online* (LAN atau Internet). Selanjutnya Winn dan Fisher

(2004: 49) mengatakan *Multiplayer game online* merupakan pengembangan dari *game* yang dimainkan satu orang, dalam bagian yang besar, menggunakan bentuk yang sama dan metode yang sama serta melibatkan konsep umum yang sama seperti semua *game* lain perbedaannya adalah bahwa untuk *multiplayer game* dapat dimainkan oleh banyak orang dalam waktu yang sama.

Kecanduangame *online* merupakan salah satu jenis bentuk kecanduan yang disebabkan oleh teknologi internet atau yang lebih dikenal dengan *internet addictive disorder*. Seperti yang disebutkan Young (2000: 22) yang menyatakan bahwa internet dapat menyebabkan kecanduan, salah satunya adalah *Computer game Addiction* (berlebihan dalam bermain *game*). Dari sini terlihat bahwa *game online* merupakan bagian dari internet yang sering dikunjungi dan sangat digemari dan bahkan bisa mengakibatkan kecanduan yang memiliki intensitas yang sangat tinggi.

Dari uraian diatas dapat di simpulkan bahwa kecanduan merupakan tingkah laku yang bergantung atau keadaan terikat yang sangat kuat secara fisik maupun psikologis dalam melakukan suatu hal, dan ada rasa yang tidak menyenangkan jika hal tersebut tidak terpenuhi.. Maka pengertian kecanduangame *online* adalah suatu keadaan seseorang terikat pada kebiasaan yang sangat kuat dan tidak bisa lepas untuk bermain *game online*, dari waktu ke waktu akan terjadi peningkatan frekuensi, durasi, atau jumlah dalam melakukan hal tersebut, tanpa memperdulikan konsekuensi-konsekuensi negatif yang ada pada dirinya

## 2. Aspek Kecanduan *Game Online*

Aspek seseorang kecanduan akan *game online* sebenarnya hampir sama dengan jenis kecanduan yang lain, akan tetapi kecanduannya *game online* dimasukkan kedalam golongan kecanduan psikologis dan bukan kecanduan secara fisik. Chen dan Chang (2008:45) dalam *Asian Journal of Health and Information Sciences*, menyebutkan bahwa sedikitnya ada empat buah aspek kecanduannya *game online*. Keempat aspek tersebut adalah:

- a. *Compulsion* (kompulsif/dorongan untuk melakukan secara terus menerus)

Merupakan suatu dorongan atau tekanan kuat yang berasal dari dalam diri sendiri untuk melakukan suatu hal secara terus menerus, dimana dalam hal ini merupakan dorongan dari dalam diri untuk terus-menerus bermain *game online*.

- b. *Withdrawal* (penarikan diri)

Merupakan suatu upaya untuk menarik diri atau menjauhkan diri dari suatu hal. Seseorang yang kecanduannya *game online* merasa tidak mampu untuk menarik atau menjauhkan diri dari hal-hal yang berkenaan dengan *game online*, seperti halnya seorang perokok yang tidak bisa lepas dari rokok.

- c. *Tolerance* (toleransi)

Toleransi dalam hal ini diartikan sebagai sikap menerima keadaan diri kita ketika melakukan suatu hal. Biasanya toleransi ini berkenaan dengan jumlah waktu yang digunakan atau dihabiskan untuk melakukan

sesuatu yang dalam hal ini adalah bermain *game online*. Dan kebanyakan pemain *game online* tidak akan berhenti bermain hingga merasa puas.

- d. *Interpersonal and health-related problems* (masalah hubungan interpersonal dan kesehatan).

Merupakan persoalan-persoalan yang berkaitan dengan interaksi kita dengan orang lain dan juga masalah kesehatan. Pecandu *game online* cenderung untuk tidak menghiraukan bagaimana hubungan interpersonal yang mereka miliki karena mereka hanya terfokus pada *game online* saja. Begitu pula dengan masalah kesehatan, para pecandu *game online* kurang memperhatikan masalah kesehatan mereka seperti waktu tidur yang kurang, tidak menjaga kebersihan badan dan pola makan yang tidak teratur.

Remaja yang kecanduan dalam permainan *game online* termasuk dalam tiga kriteria yang ditetapkan WHO (*World Health Organization*), yaitu sangat membutuhkan permainan dengan gejala menarik diri dari lingkungan, kehilangan kendali, dan tidak peduli dengan kegiatan lainnya (Young, 2000:21).

Berdasarkan uraian di atas, aspek seseorang kecanduan akan *game online* antara lain seseorang tersebut akan mengalami *Compulsion* (kompulsif/dorongan untuk melakukan secara terus menerus), *Withdrawal* (penarikan diri), *Tolerance* (toleransi), *Interpersonal and health-related problems* (masalah hubungan interpersonal dan kesehatan).

### 3. Jenis-jenis *Game Online*

*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:

a. *Massively Multiplayer Online First-person shooter games* (MMOFPS)

*Game online* jenis ini mengambil sudut pandang orang pertama sehinggaseolah-olah pemain berada dalam permainan tersebut dalam sudut pandangtokoh karakter yang dimainkan, di mana setiap tokoh memilikikemampuan 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*.

b. *Massively Multiplayer Online Real-time 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*)

c. *Massively Multiplayer Online Role-playing 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*.

Dari uraian di atas, jenis-jenis *game online* berdasarkan jenis permainan yaitu *Massively Multiplayer Online First-person shooter games* (MMOFPS), *Massively Multiplayer Online Real-time strategy games* (MMORTS), dan *Massively Multiplayer Online Role-playing games* (MMORPG)

#### **4. Faktor-Faktor Penyebab Remaja Kecanduan terhadap *Game Online***

Menurut Yee (2005:25) terdapat 5 faktor motivasi seseorang bermain *game online*:

- 1) *Relationship*, didasari oleh keinginan untuk berinteraksi dengan pemainlain, serta adanya kemauan seseorang untuk membuat hubungan yangmendapat dukungan sejak awal, dan yang mendekati masalah-masalah danisu-isu yang terdapat di kehidupan nyata.
- 2) *Manipulation*, didasari oleh pemain yang membuat pemain lain sebagaiobjek dan memanipulasi mereka untuk kepuasan dan kekayaan diri. Pemainyang didasari oleh faktor ini, sangat senang berlaku curang, mengejek danmendominasi pemain lain.
- 3) *Immersion*, didasari oleh pemain yang sangat menyukai menjadi orang lain.Mereka senang dengan alur cerita dari “dunia khayal” dengan

menciptakan tokoh yang sesuai dengan cerita sejarah dan tradisi dunia tersebut.

- 4) *Escapism*, didasari oleh pemain yang senang bermain di dunia maya hanya sementara untuk menghindari, melupakan dan pergi dari stress dan masalah di kehidupan nyata.
- 5) *Achievement*, didasari oleh keinginan untuk menjadi kuat di lingkungan dunia virtual, melalui pencapaian tujuan dan akumulasi dan item-item yang merupakan simbol kekuasaan.

Dari uraian di atas maka faktor-faktor penyebab remaja kecanduan terhadap *game online* adalah *Relationship* (keinginan untuk berinteraksi dengan orang lain), *Manipulation* (keinginan untuk membuat pemain lain sebagai objek dan manipulasi mereka demi kepuasan dan kekayaan diri), *Immersion* (pemain yang sangat menyukai menjadi orang lain), *Escapism* (bermain *game online* untuk menghindari dan melupakan masalah di kehidupan nyata), serta *Achievement* (keinginan untuk menjadi kuat di lingkungan dunia virtual)

## 5. Dampak Bermain *Game online* pada Remaja

Selain memberikan dampak positif *game online* juga memberikan dampak negatif. Dampak positif dalam bermain *game online* ini yaitu dampak yang bisa dibilang memberi manfaat / pengaruh baik bagi penggunanya. Dampak positif *Game online* bisa seperti berikut (duniabaca.com):

- a. Dapat menguasai komputer.
- b. Dengan bermain *game online* secara langsung dapat mengerti bahasa Inggris yang dipergunakan pada *game* yang tak jarang pemain harus mengartikan sendiri kata – kata yang tidak mereka ketahui.
- c. Dari *game online* ini dapat menambah teman
- d. Bagi yang telah mempunyai ID dari salah satu *game onlinenya* yang telah jadi (GG) mereka dapat menjualnya kepada orang lain dan akhirnya mendapatkan uang dari hasil tersebut.

Sementara itu dampak negatif dari bermain *game online* yaitu dampak yang kurang baik bagi para pengguna *game online* tersebut seperti:

- a. Seseorang yang bermain *game online* hanya menghambur - hamburkan waktu dan uang secara sia-ia .
- b. Bermain *game online* membuat orang menjadi ketagihan .
- c. Terkadang lebih merelakan sekolahnya untuk bermain *game online* (bolos sekolah).
- d. Dengan bermain *game online* tersebut juga bisa membuat lupa waktu, untuk makan, beribadah, waktu untuk pulang ,dll.
- e. Dengan terlalu sering berhadapan dengan monitor secara mata telanjang dapat membuat mata menjadi minus.
- f. Seorang anak jadi sering berbohong kepada orang tuanya karena pada awalnya berpamitan untuk berangkat sekolah ternyata dia bolos sekolah untuk bermain *game online*.

Margaretha Soleman (dalam Ambarina,2008:78) mengemukakan dampak buruk secara sosial, fisik dari kecanduan bermain *game online*, sebagai berikut.

a. Sosial

Hubungan dengan teman dan keluarga menjadi renggang karena waktu bersama mereka menjadi jauh berkurang. Pergaulan remaja hanya sebatas di internet *game online* saja, sehingga membuat para pecandu internet *game online* menjadi terisolir dari teman-teman dan lingkungan pergaulan nyata. Keterampilan sosial menjadi berkurang, sehingga semakin merasa sulit berhubungan dengan orang lain. Perilaku *gamer* menjadi kasar dan agresif karena terpengaruh oleh apa yang dilihat dan dimainkan dalam permainan internet *game online*.

b. Psikis

Pikiran remaja menjadi terus menerus memikirkan *game* yang sedang dimainkan. Sulit berkonsentrasi terhadap studi, pekerjaan, sering bolos, atau menghindari pekerjaan. Membuat remaja menjadi cuek, acuh tak acuh, kurang peduli terhadap hal-hal yang terjadi di lingkungan sekitar. Melakukan apapun demi bisa bermain *game*, seperti berbohong, mencuri uang, dll. Terbiasa hanya berinteraksi satu arah dengan komputer membuat remaja menjadi tertutup, sulit mengekspresikan diri ketika berada di lingkungan nyata.

c. Fisik

Terkena paparan cahaya radiasi komputer dapat merusak saraf mata dan otak. Kesehatan jantung menurun akibat tidak tidur semalaman bermain

internet *game online*. Ginjal dan lambung juga terpengaruh akibat banyak duduk, kurang minum, lupa makan karena keasyikan bermain. Dampak negatif yang lain yaitu berat badan menurun akibat lupa makan, atau bisa juga bertambah karena banyak makan makanan ringan dan jarang berolahraga. Mudah lelah ketika melakukan aktivitas fisik, kesehatan tubuh menurun akibat kurang olahraga. Yang paling parah adalah dapat menyebabkan kematian.

Berdasarkan uraian di atas maka dampak yang ditimbulkan dari bermain *game online* ada dua yaitu dampak positif dan negatif. Adapun dampak positif dalam bermain *game online* ini antara lain dapat menguasai komputer, dapat mengerti bahasa Inggris, dari *game online* ini dapat menambah teman, serta bagi yang telah mempunyai ID dari salah satu *game online* dapat menjualnya kepada orang lain dan akhirnya mendapatkan uang dari hasil tersebut. Sedangkan dampak negatif dari bermain *game online* antara lain hanya menghambur-hamburkan waktu dan uang secara sia-sia, membuat orang menjadi ketagihan, terkadang lebih merelakan sekolahnya untuk bermain *game online* (bolos sekolah), bisa membuat lupa waktu, untuk makan, beribadah, waktu untuk pulang, dengan terlalu sering berhadapan dengan monitor secara mata telanjang dapat membuat mata menjadi minus, seorang anak jadi sering berbohong kepada orang tuanya karena pada awalnya berpamitan untuk berangkat sekolah ternyata dia bolos sekolah untuk bermain *game online*.

## 6. Kecanduan *Game Online* Ditinjau Dari Perspektif Islam

Allah telah mengingatkan manusia apabila manusia melupakan Allah dan mementingkan hal lain selain beribadah kepada Allah, dalam hal ini kecanduan *game online* termasuk didalamnya. Islam menganjurkan untuk menjauhi perkara perkara yang dapat menyebabkan kecanduan . Rasulullah S.A.W bersabda :

"Jauhilah oleh kalian khamr, karena ia merupakan biang segalakebejatan "

(HR. Muslim dan Tirmidzi dari hadist Abu Bakar)

﴿مُهَيَّبٌ عَذَابٌ لَهُ فِيهَا خَلْدٌ أَنَا أَيْدٍ خَلُّهُ حُدُودُهُ وَيَتَعَدَّ وَرَسُولُهُ ۗ وَاللَّهُ يَعْصِمُ مَن ۖ﴾

Artinya:

*Dan Barangsiapa yang mendurhakai Allah dan Rasul-Nya dan melanggar ketentuan-ketentuan-Nya, niscaya Allah memasukkannya ke dalam api neraka sedang ia kekal di dalamnya; dan baginya siksa yang menghinakan( An Nisa ayat14).*

*“Setiap yang memabukkan adalah khamr dan semua khamr adalah haram. Barangsiapa meminumnya di dunia kemudian ia mati sebelum bertaubat sementara ia juga kecanduan terhadapnya, ia tidak meminumnya lagi di akhirat “ (HR. Bukhari, Muslim, Abu Daud, Tirmidzi, Nasai dan Baihaqi).*

Sepertihalnya kecanduankhamr, kecanduangame online dapat membuat orang lupa akan segalanya bahkan lupa kepada Allah S.W.T. Bila seseorang kecanduangame onlinemaka dia tidak akan menghiraukan hal-hal yang terjadi di sekelilingnya, tidak jarang juga mereka melalaikan kewajiban mereka sebagai seorang muslim hanya untuk berlama-lama memainkan *game online*. Seperti yang telah dijelaskan dalam firman Allah SWT :

﴿الْفٰسِقُوْنَ هُمْ اَوْلٰئِكَ اَنْفُسُهُمْ فَاَنْسٰهُمْ ۗ وَاللّٰهُ نَسُوْا كَالَّذِيْنَ تَكُوْنُوْا وَّلَا ۙ﴾

Artinya:

*Dan janganlah kamu seperti orang-orang yang lupa kepada Allah, lalu Allah menjadikan mereka lupa kepada mereka sendiri. mereka Itulah orang-orang yang fasik (QS Al-Hasyr ayat 19).*

Banyak kecanduangame online yang menomor satukan game daripada beribadah, sehingga para kecanduangame online berada jauh dari sisi Allah. Allah didalam firmanya juga menjelaskan bahwa berada disisi Allah adalah lebih baik dari permainan. Dan mereka hanyalah merugikan dirinya sendiri. Firman Allah SWT :

حَيْرُ وَاللَّهُ التَّجْرَةَ وَمِنَ اللَّهِ مِن خَيْرٍ اللَّهُ عِنْدَ مَا قُلَّ قَابِئًا وَمَا تَرَكُوا إِلَيْهَا أَنْفُسُهُمْ هَوًّا وَتَجْرَةً رَأَوْا وَإِذَا  
 ⑪ الرِّزْقِينَ

Artinya:

*Dan apabila mereka melihat perniagaan atau permainan, mereka bubar untuk menuju kepadanya dan mereka tinggalkan kamu sedang berdiri (berkhotbah). Katakanlah: "Apa yang di sisi Allah lebih baik daripada permainan dan perniagaan", dan Allah Sebaikbaik pemberi rezki(QS Al-Jumuah ayat 11).*

هُوَ ذَلِكَ أَلَا الْفَيْسِمَةَ يَوْمَ وَأَهْلِيهِمْ أَنْفُسَهُمْ خَسِرُوا الَّذِينَ الْخَسِرِينَ إِنَّ قُلُوبَهُمْ مِنْ شَيْئِهِمْ مَا عَبَدُوا  
 ⑫ الْمُبِينِ الْخُسْرَانَ

Artinya;

*Katakanlah bahwa sesungguhnya orang yang rugi adalah orang yang merugikan dirinya sendiri(QS Az-Zumar ayat 15).*

Seseorang yang telah kecanduan akan suatu hal didibaratkan telah menjual sebagian dari dirinya kepada hal tersebut. Dalam wasiatnya kepada Imam Hasan putranya, Imam Ali mengatakan: “Anakku! Hormatilah dirimu dan waspadalah engkau agar tidak jatuh kedalam lubang nista. Karena, jika engkau telah menjual sebagian dari dirimu, maka tiada apapun yang dapat

menggantikannya. Bila engkau kehilangan sebagian dari tubuhmu, maka masih ada yang bisa menggantikannya. Apalagi yang hilang itu adalah harta dan kekayaanmu. Apapun yang engkau lepaskan masih ada yang mampu menggantikannya. Dan apa saja yang ada gantinya tak layak disesali. Tetapi ada satu hal yang tak dapat digantikan oleh apa pun yaitu dirimu. Jika engkau menjual sebagian dari dirimu, ketahuilah! bahwa engkau tidak akan menemukan penggantinya.”(Muthahhari, 1995:173).

## C. REMAJA

### 1. Pengertian Remaja

Istilah remaja berasal dari kata Latin *adolescence* yang berarti “tumbuh” atau “tubuh menjadi dewasa”. Istilah *adolescence* mencakup kematangan mental, emosional, sosial dan fisik (Hurlock, 1980:189). Awal masa remaja berlangsung kira-kira dari usia tiga belas tahun sampai enam belas atau tujuh belas tahun dan akhir masa remaja bermula dari usia enam belas atau tujuh belas tahun sampai delapan belas tahun.

Piaget (Hurlock, 1980:264) mengatakan secara psikologis masa remaja adalah usia dimana individu berintegrasi dengan masyarakat dewasa, usia anak tidak lagi merasa di bawah tingkat orang-orang yang lebih tua melainkan berada dalam tingkatan yang sama, sekurang-kurangnya dalam masalah hak. Integrasi dalam masyarakat (dewasa) mempunyai banyak aspek efektif, kurang lebih berhubungan dengan masa puber. Termasuk juga perubahan intelektual yang mencolok. Transformasi intelektual yang khas dari cara berpikir remaja ini

memungkinkan untuk mencapai integrasi dalam hubungan sosial orang dewasa, yang kenyataannya merupakan ciri khas yang umum dari periode perkembangan.

Harold Albery (dalam Makmun, 2004:53) menyatakan periode masa remaja dapat didefinisikan secara umum sebagai suatu periode dalam perkembangan yang dijalani seorang individu yang terbentang sejak berakhirnya masa kanak-kanaknya sampai datangnya awal masa dewasanya. Konopka (dalam Yusuf, 2006:27) mengemukakan masa remaja merupakan segmen kehidupan yang penting dalam siklus perkembangan individu dan merupakan masa transisi (dari masa anak ke masa dewasa) yang diarahkan kepada perkembangan masa dewasa yang sehat.

Menurut Mappiare (dalam M.Ali dan M.Asrori, 2009:38), masa remaja berlangsung antara umur 12 tahun sampai dengan 21 tahun bagi wanita dan 13 tahun sampai dengan 22 tahun bagi pria. Sedangkan Hurlock membagi rentang usia remaja menjadi dua bagian, yaitu usia 12/13 tahun sampai dengan 17/18 tahun adalah remaja awal, usia 17/18 tahun sampai dengan 21/22 adalah remaja akhir.

Menurut Sundari (2005:78) masa remaja adalah peralihan dari masa anak dengan masa dewasa yang mengalami perkembangan semua aspek/ fungsi untuk memasuki masa dewasa. Masa remaja berlangsung antara umur 12 tahun sampai dengan 21 tahun bagi wanita dan 13 tahun sampai dengan 22 tahun bagi pria. Sedangkan pengertian remaja menurut Daradjat (1990:147) adalah: masa peralihan diantara masa kanak-kanak dan dewasa. Dalam masa ini anak mengalami masa pertumbuhan dan masa perkembangan fisiknya maupun

perkembangan psikisnya. Mereka bukanlah anak-anak baik bentuk badan ataupun cara berfikir atau bertindak, tetapi bukan pula orang dewasa yang telah matang.

Dari uraian diatasmaka dapat disimpulkan remaja merupakan masa peralihan dari masa anak-anak dengan masa dewasa dengan rentang usia antara 12-22 tahun, dimana pada masa tersebut terjadi proses pematangan baik itu pematangan fisik, maupun psikologis.

## **2. Ciri-Ciri Masa Remaja**

Masa remaja memiliki ciri-ciri tertentu yang membedakannya dengan masa-masa sebelumnya dan sesudahnya. Menurut Hurlock (1980:207) ciri-ciri remaja antara lain sebagai berikut.

### **a. Masa remaja sebagai periode penting**

Dikatakan periode penting, dikarenakan pada masa individu mengalami perkembangan baik secara fisik maupun secara psikis. Perkembangan berarti serangkaian perubahan progresif yang terjadi sebagai akibat dari proses kematangan dan pengalaman. Van dan Daele mengatakan perkembangan berarti perubahan secara kualitatif. Ini berarti bahwa perkembangan bukan hanya sekedar penambahan beberapa sentimeter pada tinggi badan seseorang melainkan suatu integrasi dari banyak struktur dan fungsi yang kompleks seperti fisik, psikis dan sosial.

### **b. Masa remaja sebagai masa peralihan**

Peralihan tidak berarti terputus dengan atau berubah dari apa yang telah terjadi sebelumnya, melainkan lebih-lebih sebuah peralihan dari satu

tahap perkembangan ke tahap berikutnya. Artinya, apa yang telah terjadi sebelumnya akan meninggalkan bekasnya pada apa yang terjadi sekarang dan yang akan datang.

c. Masa remaja sebagai masa perubahan

Selain perubahan fisik, remaja juga mengalami perubahan dalam psikisnya yang meliputi perubahan emosi, pola perilaku serta wawasan berfikir. Secara psikologis kedewasaan bukan hanya akumulasi dari pencapaian suatu umur tertentu, melainkan merupakan suatu keadaan dimana sudah terdapatnya ciri-ciri psikologik tertentu pada diri seseorang. Sementara itu menurut Allport (dalam Sarwono, 2001) ciri-ciri psikologi yang dapat membedakan bahwa seseorang tersebut sudah dewasa atau belum adalah:

- 1) Pemekaran diri sendiri (*extention of the self*) yang ditandai dengan kemampuan seseorang untuk menganggap orang atau hal lain sebagai bagian dari dirinya sendiri. Perasaan egois berkurang dan sebaliknya akan timbul rasa memiliki, salah satu tanda yang khas adalah timbulnya kemampuan untuk mencintai orang lain dan alam sekitarnya.
- 2) Kemampuan untuk melihat diri sendiri secara objektif yang ditandai dengan munculnya kemampuan untuk mempunyai wawasan tentang diri sendiri (*self-insight*) dan kemampuan untuk menangkap humor (*sense of humor*) dan saat tertentu ia bisa melepaskan diri dari dirinya sendiri dan meninjau dirinya sebagai orang lain.

- 3) Memiliki falsafah hidup tertentu (*unityung pshilosophy of life*) tanpa perlu merumuskan dan mengucapkannya dengan kata-kata, orang yang sudah bertingkah laku dalam kedudukan tersebut dan ia berusaha sendiri menuju sasaran yang telah ia tetapkan.

Seiring dengan usia fisik dan emosi, remaja juga mengalami perkembangan sosial dimana remaja akan semakin menundukkan lingkungan pergaulan yang lebih luas khususnya teman sebaya, terbukanya kemungkinan persahabatan mendorong sikap remaja memilih teman yang cocok dengan dirinya, pemilihan teman ini disadari oleh kriteria yang ditentukan oleh warna kepribadiannya.

d. Masa remaja sebagai periode bermasalah

Pada masa ini remaja banyak mengalami masalah rumit yang kebanyakan bersifat psikologis. Hal ini disebabkan oleh emosionalitas remaja yang kurang bisa dikuasai, sehingga kurang mampu mengadakan konsensus dengan pendapat orang lain yang bertentangan dengan pendapatnya dan mengakibatkan pertentangan sosial. Selain itu, juga disebabkan berkurangnya bantuan dari orangtua atau orang dewasa lain dalam memecahkan masalah yang dihadapinya. Pada masa kanak-kanak, dia selalu dibantu oleh orangtua dan gurunya, dan pada saat ini dia menganggap dirinya lebih mampu dan menganggap orangtuanya dan gurunya terlalu tua untuk dapat mengerti dan memahami perasaan, emosi, sikap, kemampuan berfikir dan status mereka.

Masalah-masalah yang dihadapi remaja menurut

Soesilowindradini tersebut antara lain:

- a) Masalah berhubungan dengan keadaan jasmani
  - b) Masalah yang berhubungan dengan kebebasannya
  - c) Masalah-masalah yang berhubungan dengan nilai-nilai
  - d) Masalah yang berhubungan dengan peranan pria dan wanita
  - e) Masalah yang berhubungan dengan hubungan dalam bermasyarakat
  - f) Masalah yang berhubungan dengan jabatan
  - g) Masalah yang berhubungan dengan kemampuan
- e. Masa remaja sebagai periode yang penuh gejolak

Banyak sekali perilaku remaja yang sangat berani, impulsif tanpa melihat risikonya, hal ini disebabkan rasa ingin tahu dan ingin mencoba dari remaja tersebut sangat besar.

- f. Masa remaja sebagai periode yang tidak realistis

Para remaja pada saat ini kadang kala pola berfikir mereka tidak realistis, mereka cenderung banyak memandang kehidupan secara berlebih tanpa memikirkan realitas yang sebenarnya.

- g. Masa remaja sebagai masa mencari identitas.

Untuk mencari jati diri mereka sebenarnya kadang-kadang remaja berperilaku yang negatif dan mengganggu kepentingan umum. Ini mereka lakukan untuk menarik perhatian orang dewasa atau masyarakat lingkungan sekitar mereka.

Dengan demikian dapat diambil kesimpulan bahwasanya ciri-ciri remaja antara lain terjadi perubahan fisik, psikis maupun sosialnya. Selain itu remaja juga dianggap sebagai periode penuh gejolak dan rawan dengan berbagai masalah. Hal ini dikarenakan pada masa ini para remaja berusaha untuk mencari jati diri dan pengakuan dari masyarakat.

### **3. Tugas-Tugas Perkembangan Remaja**

Sebagai seorang remaja yang dalam pertumbuhan dan perkembangan untuk menjadi dewasa, remaja memiliki tugas-tugas yang harus dilakukannya demi mencapai kemampuan bersikap dan berperilaku secara dewasa. Tugas-tugas perkembangan masa remaja menurut Mappiare (dalam M.Ali dan M.Asrori, 2009:99), adalah:

- a. Menerima keadaan fisiknya dan menerima peranannya sebagai pria dan wanita.
- b. Menjalinkan hubungan-hubungan baru dengan teman-teman sebaya baik sesama jenis maupun lain jenis kelamin.
- c. Memperoleh kebebasan secara emosional dari orang tuanya dan orang-orang dewasa lainnya.
- d. Memperoleh kepastian dalam hal kebebasan pengaturan ekonomis.
- e. Memilih dan mempersiapkan diri ke arah suatu pekerjaan atau jabatan
- f. Menginginkan dan dapat berperilaku yang diperbolehkan oleh masyarakat.

- g. Mengembangkan keterampilan-keterampilan dan konsep-konsep intelektual yang diperlukan dalam hidup sebagai warga negara yang terpuji.
- h. Mempersiapkan diri untuk pernikahan dan hidup berkeluarga
- i. Menyusun nilai-nilai kata hati yang sesuai dengan gambaran dunia yang diperoleh dari ilmu pengetahuan yang memadai.

Tugas perkembangan masa remaja difokuskan pada upaya meningkatkan sikap dan perilaku kekanak-kanakan serta berusaha untuk mencapai kemampuan bersikap dan berperilaku secara dewasa. Adapun tugas-tugas perkembangan remaja menurut Hurlock (dalam M.Ali dan M.Asrori, 2009:89) adalah :

- a. Mampu menerima keadaan fisiknya.
- b. Mampu menerima dan memahami peran seks usia dewasa.
- c. Mampu membina hubungan baik dengan anggota kelompok yang berlainan jenis.
- d. Mencapai kemandirian emosional.
- e. Mengembangkan konsep dan keterampilan intelektual yang sangat diperlukan untuk melakukan peran sebagai anggota masyarakat.
- f. Memahami dan menginternalisasikan nilai-nilai orang dewasa dan orangtua.
- g. Mengembangkan perilaku tanggung jawab social yang diperlukan untuk memasuki dunia dewasa.
- h. Memahami dan mempersiapkan berbagai tanggung jawab kehidupan keluarga.

Berdasarkan uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa tugas-tugas perkembangan remaja adalah sikap dan perilaku dirinya sendiri dalam menyikapi lingkungan di sekitarnya. Perubahan yang terjadi pada fisik maupun psikologisnya menuntut anak untuk dapat menyesuaikan diri dalam lingkungan dan tantangan hidup yang ada dihadapannya.

#### **4. Penyesuaian Sosial pada Remaja**

Penyesuaian sosial terhadap orang lain dan lingkungan sangat diperlukan oleh setiap orang, terutama individu yang berada pada usia remaja. Penyesuaian sosial remaja adalah interaksi yang dilakukan oleh remaja yang berada pada rentang usia 13 – 18 tahun terhadap dirinya sendiri dan lingkungan sekitar yang dilakukan secara berkesinambungan dan melibatkan respon-respon mental, dan perbuatan remaja dalam upaya untuk memenuhi kebutuhan dan mengatasi ketegangan, frustrasi dan konflik secara sukses serta menghasilkan hubungan yang harmonis antara kebutuhan dirinya dengan norma atau tuntutan lingkungan sosial.

Penyesuaian sosial pada remaja terutama yang sedang berada pada usia 15 –18 tahun atau remaja banyak mengalami goncangan dan perubahan dalam dirinya. Penyesuaian sosial yang baik pada remaja adalah ketika dia dapat diterima oleh orang lain dalam lingkungannya. Penyesuaian sosial yang baik akan terbina dengan menciptakan hubungan yang harmonis, dapat menyesuaikan nilai dan norma yang ada, tidak merugikan orang lain, tidak agresif, bersikap baik, tidak mudah depresi jika sesuatu tidak berjalan sesuai keinginannya.

Hurlock (1980:207) menambahkan ketidakmampuan dalam melakukan penyesuaian sosial pada remaja akan mengakibatkan individu tidak puas pada diri sendiri dan mempunyai sikap-sikap menolak diri. Remaja yang mengalami perasaan ini akan merasa dirinya dikucilkan oleh orang lain. Akibatnya remaja tidak mengalami saat-saat yang menggembirakan seperti yang dinikmati oleh teman-teman sebayanya.

Havighurst (Yusuf, 2006:92) mengungkapkan beberapa tugas perkembangan sosial yang harus dicapai oleh remaja remaja, yaitu :

1) Mencapai hubungan yang lebih matang dengan teman sebaya

Keberhasilan remaja dalam menyelesaikan tugas perkembangan ini mengantarkannya ke dalam suatu kondisi penyesuaian sosial yang baik dalam keseluruhan hidupnya. Namun apabila gagal, maka dia akan mengalami kurang mampu ketika bergaul dengan orang lain, bersifat kekanak-kanakan, dan melakukan dominasi secara sewenang-wenang.

2) Mencapai peran sosial sebagai pria atau wanita

Remaja dapat menerima dan belajar peran sosial sebagai pria atau wanita dewasa yang dijunjung tinggi oleh masyarakat, karena peran pria atau wanita relatif berbeda dalam masyarakat, maka remaja pria maupun wanita harus siap menerima gagasan atau ide orang dewasa. Dengan keberhasilannya dalam menyelesaikan tugas perkembangan ini maka remaja akan menemukan jati dirinya.

### 3) Mencapai tingkah laku yang bertanggung jawab secara sosial

Fase yang paling tepat untuk mengembangkan rasa tanggung jawab adalah fase remaja. Masa ini merupakan periode kehidupan yang sangat individualistik, sebelum mereka memantapkan dirinya menjadi masyarakat dewasa yang telah memiliki status sosial tertentu.

Pada usia remaja berkembang *socia cognition* yaitu kemampuan untuk memahami orang lain. Remaja memahami individu yang lain sebagai individu yang unik, baik menyangkut sifat-sifat pribadi, minat, nilai maupun perasaannya. Pada masa ini juga berkembang sifat konformitas yaitu kecenderungan menyerah atau mengikuti opini, pendapat, nilai, kebiasaan, kegemaran atau keinginan orang lain.

Remaja dituntut untuk memiliki kesiapan penyesuaian sosial, baik di dalam keluarga, sekolah, dan masyarakat. Adapun karakteristik penyesuaian sosial remaja remaja terdapat di 3 lingkungan yaitu:

- 1) Lingkungan keluarga, seperti menjalin hubungan dengan seluruh anggota keluarga, menerima otoritas orang tua, menerima tanggung jawab dan norma<sup>37</sup> norma keluarga, berusaha untuk membantu anggota keluarga sebagai individu maupun kelompok dalam mencapai tujuannya.
- 2) Lingkungan sekolah, seperti bersikap menghargai dan menerima peraturan sekolah, berpartisipasi dalam kegiatan-kegiatan sekolah, menjalin persahabatan dengan teman-teman di sekolah, bersikap hormat terhadap guru, pemimpin sekolah dan staf sekolah lainnya.

3) Lingkungan masyarakat, seperti mengakui dan respek terhadap hak-hak orang lain, memelihara jalinan persahabatan dengan orang lain, bersikap respek dengan nilai-nilai, hukum dan tradisi serta kebijakan-kebijakan masyarakat.

Berdasarkan uraian di atas, dapat ditarik pemahaman betapa pentingnya penyesuaian diri remaja terhadap lingkungannya dalam mencapai keberhasilan proses sosial remaja di sekolah, meningkatkan kepercayaan diri remaja, kepuasan dan kemampuan menerima diri dan orang lain dalam pergaulan.

#### **D. Pengaruh Kecanduan *Game Online* terhadap Penyesuaian Sosial pada Remaja**

Perkembangan teknologi saat ini sangatlah pesat, dengan adanya internet banyak memberikan fasilitas hiburan dan kemudahan untuk mengetahui apa saja, namun seperti dua mata sisi uang, bahwa suatu hal pasti ada sisi positif dan negatif. Banyak penelitian yang menemukan adanya akibat negatif dari penggunaan internet, seperti yang dilakukan oleh Moody (Brian, 2005:46) menemukan bahwa penggunaan internet yang tinggi sangat berhubungan dengan kesepian yang tinggi, Young (2000:28) menyatakan bahwa internet bisa mengakibatkan kecanduan. Menurut Young (2000:34) bahwa tipe-tipe internet yang dapat membuat kecanduan adalah *Cybersexual Addiction* (penggunaan website dewasa untuk melihat situs porno atau *cybersex* secara berlebihan), *Cyber-relationship Addiction* (terlibat secara berlebihan dalam hubungan *online* seperti *chatting* dll), *Net Compulsions* (berjudi, berdagang dan belanja secara *online*), *Information Overload* (kecanduan untuk mencari data secara *online* lewat

internet), *Computer game Addiction* (berlebihandalam bermain *game*). Dari sini terlihat bahwa *gameonline* adalah salah satubagian dari internet yang sering dikunjungi dan sangat digemari oleh remaja dan bahkanbisa mengakibatkan kecanduan.

*Game online* merupakan suatu bentuk permainan audio visual yangmelibatkan banyak pemain didalamnya dimana permainan ini membutuhkanjaringan internet. Permainan *game online* yang begitu mengasyikkanmembuat para pemain *game* menjadi lupa waktu, lupa diri dan melupakanhal-hal lainnya yang ada dalam lingkungan (kompas 14 november 2003).Seseorang yang telah kecanduangame *online* akan mengorbankan apa yangdimiliki baik berupa uang, waktu, kesehatan bahkan teman atau keluarga,mereka seperti terhipnotis oleh daya tarik yang kuat dari *game online*sehingga mereka tidak mampu berhenti untuk memainkannya.

Chen dan Chang (2008:39) menyebutkan setidaknya terdapat empataspek kecanduan *game online* yaitu *compulsion, withdrawal, tolerance,interpersonal & health related problem*. Secara garis besar seseorang yangkecanduangame *online* akan mempunyai dorongan yang sangat besar daridalam dirinya untuk terus menerus memainkan *game online*, tidak mampulepas dari pengaruh *game online*, tidak mampu mengontrol waktu yangdigunakan dalam bermain, mempunyai masalah dalam hubungan interpersonal dan juga kesehatan.

Bermain *game online* membuat seorang remaja merasa senang karena mendapat kepuasan psikologis. Kepuasan yang diperoleh dari *game* membuat remaja semakin betah menggandrungi *game online*, ditambah lagi tampilan yang

semakin memukau dan sistem suara yang benar-benar seperti nyata membuat remaja akan semakin tertarik menekuni dan menjelajahi dunia *game online*. Kepuasan yang terus dicari remaja secara berlebihan bisa menghadirkan dampak-dampak yang tidak baik dan bisa mengarah pada *addiction* bagi pemainnya.

Kecanduan terhadap *game online* adalah ketergantungan secara fisik dan psikologis pada permainan *game online* dan ada perasaan yang tidak menyenangkan jika tidak memainkan *game online*. Permainan *game online* memberikan kesenangan dan kepuasan tersendiri sehingga frekuensi dan durasi dalam bermain *game online* akan terus meningkat dari waktu ke waktu.

Allah SWT telah mengingatkan manusia apabila manusia melupakan Allah dan mementingkan hal lain selain beribadah kepada Allah, dalam hal ini kecanduan *game online* termasuk didalamnya. Islam menganjurkan untuk menjauhi perkara-perkara yang dapat menyebabkan kecanduan. Sebagaimana sabda Rasulullah S.A.W:

﴿الْفٰسِقُوْنَ هُمْ اَوْلٰئِكَ اَنْفُسُهُمْ فَاَنْسَوْهُمُ اللّٰهُ نَسُوْا كَالَّذِيْنَ تَكُوْنُوْا وَّلَا

Artinya:

*Dan janganlah kamu seperti orang-orang yang lupa kepada Allah, lalu Allah menjadikan mereka lupa kepada mereka sendiri. mereka Itulah orang-orang yang fasik (QS Al-Hasyr ayat 19).*

Banyak kecanduannya *game online* yang menomor satukan *game* daripada hal-hal yang lebih penting seperti beribadah, sehingga para kecanduan *game online* berada jauh dari sisi Allah. Bagi remaja yang berlebihan bermain *game online* dapat menghabiskan sebagian besar waktunya hanya untuk bermain *game* dan tidak menghiraukan aktivitas lain yang penting baginya, seperti makan, minum

belajar, bahkan waktu untuk bersosialisasi dengan teman maupun keluarga akan sangat berkurang.

Remaja dengan rentang usia antara 12 sampai 21 tahun merupakan masa di mana individu akan mengalami proses belajar mengadakan penyesuaian sosial dengan lingkungan sekitar. Penyesuaian sosial adalah proses penyesuaian diri terhadap lingkungan sosial dan penyesuaian diri dalam hubungan antar manusia, serta kemampuan individu untuk bereaksi secara efektif, sehat dan penuh tanggung jawab dalam menghadapi segala situasi sosial dan kenyataan yang ada agar tercapai keseimbangan, keselarasan dan keharmonisan antara kebutuhan diri dan lingkungannya.

Penyesuaian sosial terhadap orang lain sangat diperlukan oleh setiap individu, terutama bagi remaja. Penyesuaian sosial yang baik pada remaja adalah ketika dia dapat diterima oleh orang lain dalam lingkungannya. Penyesuaian sosial yang baik akan terbina dengan menciptakan hubungan yang harmonis, dapat menyesuaikan nilai dan norma yang ada, tidak merugikan orang lain, tidak agresif, bersikap baik, tidak mudah depresi jika sesuatu tidak berjalan sesuai keinginannya.

Dalam rentang usia remaja ini diharapkan lebih banyak bersosialisasi dengan lingkungan keluarga, sekolah, maupun masyarakat guna meningkatkan kemampuan penyesuaian sosial dalam dirinya. Tetapi jika hal tersebut terabaikan, maka remaja akan memiliki ketidakmampuan dalam melakukan penyesuaian sosial dan akan mengakibatkan individu merasa tidak puas pada diri sendiri dan mempunyai sikap-sikap menolak diri. Remaja yang mengalami perasaan ini akan

merasa dirinya dikucilkan oleh orang lain. Akibatnya remaja tidak mengalami saat-saat yang menggembirakan seperti yang dinikmati oleh teman-teman sebayanya.

Berinteraksi dan berhubungan dengan sesama manusia adalah kebutuhan yang sangat penting bagi kehidupan manusia. Selain secara kodrati manusia adalah makhluk sosial, yang memerlukan hubungan dengan sesamanya untuk dapat hidup dan berkembang secara normal. Manusia juga perlu berinteraksi dengan sesamanya untuk dapat memenuhi segala kebutuhan dalam hidupnya, baik kebutuhan fisiologis, seperti kebutuhan akan makan dan minum, kebutuhan tempat tinggal, dan lain-lain, maupun kebutuhan psikologis, semisal kebutuhan akan cinta dan kasih sayang, kebutuhan akan rasa aman, kebutuhan aktualisasi diri dan sebagainya yang hanya akan dapat dipenuhi jika seseorang bersedia bekerjasama dengan sesamanya. Salah satu ciri orang yang dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya adalah ia mampu mengikuti aturan-aturan dalam lingkungan sosial atau lingkungan masyarakat,

Seperti halnya remaja yang telah kecanduan pada permainan *game online*, akan mengakibatkan individu kurang belajar menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitar karena mereka lebih banyak menghabiskan waktu dengan bermain *game online* saja. Jika hal tersebut terus dibiarkan berlarut-larut, maka perkembangan penyesuaian sosial pada remaja tidak akan berkembang dengan baik. Dalam lingkungan keluarga, individu kurang dapat menjalin hubungan dengan seluruh anggota keluarga, sehingga akan menimbulkan kurangnya rasa

tanggung jawab terhadap keluarga, kurang bisa menerima norma-norma dalam keluarga dan kurang bisa menerima otoritas orang tua.

Dalam lingkungan sekolah, remaja yang kecanduan *game online* akan bersikap kurang menghargai dan menerima peraturan sekolah, kurang berpartisipasi dalam kegiatan-kegiatan sekolah, kurang menjalin persahabatan dengan teman-teman di sekolah, bersikap kurang hormat terhadap guru, pemimpin sekolah dan staf sekolah lainnya. Sedangkan dalam lingkungan masyarakat, individu akan kurang mengakui dan kurang respek terhadap hak-hak orang lain, kurang memelihara jalinan persahabatan dengan orang lain, bersikap kurang respek dengan nilai-nilai, hukum dan tradisi serta kebijakan-kebijakan masyarakat.

Berdasarkan penjelasan yang telah dipaparkan diatas maka dapatdisimpulkan bahwa kecanduan *game online* mempunyai pengaruh terhadap penyesuaian sosial pada remaja, antara lain kemampuan penyesuaian sosialnya dengan keluarga, sekolah maupaun penyesuaian sosial di lingkungan masyarakat tempat tinggalnya.

## **G. Hipotesis**

Hipotesis didefinisikan sebagai satu dugaansementara yang diajukan seorang peneliti yang berupa pernyataan untuk diajukankesahihannya.

Hipotesis dalam penelitian ini adalah adanya pengaruh kecanduan *game online* terhadap penyesuaian sosial remaja di Malang.