

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Dunia saat ini sedang dilanda kecemasan, kekhawatiran, dan kekacauan yang luar biasa akibat munculnya bencana besar yaitu wabah virus COVID-19. Diperkirakan lebih dari 200 negara telah terjangkit virus tersebut. COVID-19 adalah termasuk kategori penyakit baru yang sebelumnya tidak pernah teridentifikasi pada manusia. Kasus akibat infeksi virus corona pertama kali ditemukan di Kota Wuhan, Provinsi Hubei, China yang terjadi pada akhir November 2019 dengan cepat menyebar ke seluruh dunia (Ansori, 2020).

Berdasarkan pada laporan kasus COVID-19 secara global per tanggal 24 Maret 2021 diketahui total kasus yang terkonfirmasi COVID-19 adalah 123.902.242 kasus dan 2.727.837 kematian (CFR 2,2%) di 222 negara yang terjangkit dan 190 negara yang transmisi lokal. Sedangkan, di Indonesia per tanggal 24 Maret 2021 diketahui kasus yang terkonfirmasi 1.476.452 kasus dari jumlah kasus yang diperiksa spesimen sejumlah 8.176.521 dan 39.983 kematian (CFR 2,7%) (Kemenkes RI, 2021).

Virus corona terus menyebar, termasuk Indonesia. Karena itu, pemerintah mengimbau masyarakat untuk beraktivitas di rumah. Sejak Maret 2020, Presiden Joko Widodo mengimbau masyarakat untuk bekerja, belajar, dan beribadah dari rumah (Julta, 2021). Hampir semua kegiatan dirumahkan dan kebijakan ini disebut dengan *lockdown*. *Lockdown* dapat membantu mencegah penyebaran virus corona ke suatu daerah, sehingga masyarakat yang berada di daerah tersebut diharapkan dapat terhindar dari wabah yang cepat menyebar tersebut (Yunus and Rezki, 2020).

Berdasarkan Laporan Digital 2020: Global Digital Overview oleh Data Reportal sekitar 80% pengguna internet pada rentang usia 16-64 tahun yang bermain *game* setiap bulannya. Terdapat jumlah *game* di dunia pada tahun 2020

mencapai 3,5 miliar orang. Mayoritas pengguna internet mengaku bermain *game* lebih sering di ponsel pada tahun 2020 dengan presentase mencapai 69%. Sedangkan di Indonesia didapatkan berdasarkan Digital 2020: Indonesia mencapai 59% yang bermain *game* menggunakan ponsel. Sehingga, penggunaan internet untuk bermain *game* mayoritas di ponsel (Data Reportal, 2020).

Pandemi Covid-19 telah memaksa sebagian besar masyarakat untuk beraktivitas dari rumah. Kebosanan menjadi musuh utama mereka dan biasanya dapat diatasi dengan berselancar di dunia maya dan media sosial dengan *smartphone*, seperti bermain *game online* (Aminullah, 2020). *Hyper-Casual Gaming* melaporkan pengunduhan aplikasi *game cellular* pada akhir Maret 2020 atau beberapa pekan setelah status pandemi ditetapkan telah mengalami peningkatan sebesar 75% dibandingkan akhir maret 2019. Selain itu, waktu bermain pengguna *game online* meningkat sebesar 47% (TEMPO.CO, 2020).

Kemudian, penduduk di berbagai negara terpaksa harus tinggal di rumah, karena adanya *lockdown* akibat pandemi. Sehingga, membuat beberapa orang menjadi menghabiskan waktunya lebih banyak salah satunya adalah untuk bermain *game*. Hal yang menarik adalah walaupun banyak orang yang menghabiskan waktunya dirumah, tetapi mereka lebih menyukai dan memilih bermain *game* di *smartphone* daripada di konsol atau computer. Maka, menunjukkan bahwa kualitas *game cellular* semakin meningkat (Amalia, 2020). Hal ini juga selaras dengan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti, bahwa mahasiswa saat ini mayoritas lebih senang untuk bermain *game online* menggunakan *smartphone* dirasa lebih mudah, praktis, dan dapat dibawa kemana-mana.

Smartphone ialah perlengkapan multifungsi, serta berbagai macam dimensi ataupun sarana sehingga *smartphone* selalu digunakan oleh pelajar, pekerja, ataupun orang tua baik untuk berbicara ataupun untuk mendukung aktivitas lainnya. Sebab, jumlah pemakaian dari *smartphone* semakin meningkat (Namwongsa dkk., 2018). Semakin bertambahnya teknologi semakin bertambahnya pula transformasi dari bermain *game* melalui komputer atau laptop

ke *smartphone* karena *smartphone* saat ini dianggap lebih praktis dan mudah untuk digunakan.

Diperkirakan pengguna *smartphone* atau ponsel pintar di Indonesia akan terus meningkat. Pada 2015 hanya 28,6% penduduk Indonesia yang menggunakan perangkat ini. Seiring berjalannya waktu *smartphone* menjadi semakin terjangkau, sehingga dapat meningkatkan penggunaannya juga. Lebih dari separuh penduduk Indonesia 56,2% telah menggunakan *smartphone* sejak 2018. Setahun setelah itu, 63,3% penduduk menggunakan *smartphone*. Hingga tahun 2025, setidaknya 89,2% penduduk Indonesia telah menggunakan *smartphone*. Dalam enam tahun sejak 2019, penetrasi *smartphone* di tanah air tumbuh 25,9%. Sedangkan untuk penetrasi atau pengguna *smartphone* pada tahun 2020 meningkat menjadi 70,1% dan pada tahun 2021 meningkat menjadi 76% (Pusparisa, 2020).

Sementara itu, *game online* tidak hanya menghibur tetapi juga memberikan tantangan yang menarik untuk dipecahkan sehingga seluruh orang dapat bermain *game online* kapan pun mereka senang dan puas (Febriandari dkk., 2016). Ketika seseorang betul-betul tidak dapat terlepas dari *game online* sampai pada pikirannya, maka hal tersebut dikatakan sebagai kecanduan *game online*. Mayoritas yang menjadi kecanduan *game online* merupakan para anak muda atau remaja, yang dimana pada masa remaja ini mereka menjadi mulai meningkatkan diri dan lebih mencari sesuatu kesenangan serta salah satunya merupakan *game online* (Suplig, 2017). Menurut penelitian dari Monding dkk (2020), didapatkan bahwa pada usia 20-24 tahun sebesar 68,6% lebih banyak mengalami kecanduan *game online* dibandingkan kelompok umur 15-19 tahun sebesar 31.4%.

Kecanduan *game* yang biasanya ialah hal negatif dari permainan *digital* yang dimana membuat para *gamer* menjadi melakukan pemakaian *smartphone* yang tidak diatur ataupun menjadi terlalu obsesif dengan membawa aura negative, dan menjadikan sikap kehidupan seseorang tiap harinya menjadi tidak sehat (Jeong and Kim, 2011). Gangguan dalam *game* merupakan perilaku *online* atau *offline* yang terus-menerus dan berulang disertai dengan gangguan pada pengaturan diri atau kontrol dalam *game*, perhatian yang berlebihan pada *game*, minat hidup, dan aktivitas sehari-hari lainnya yang dapat mempengaruhi

hubungan sosial, pendidikan ataupun pekerjaan pada seseorang (WHO, 2018). Meskipun gangguan permainan digunakan dalam klasifikasi penyakit internasional WHO (ICD-11) yang baru-baru ini diterbitkan, kecanduan *game*, kecanduan video *game*, kecanduan *game digital*, kecanduan *game online* telah digunakan di dunia akademis sejak lama (Bhagat dkk., 2019).

Ditemukan oleh studi di India yaitu terjadinya kenaikan pemakaian *smartphone* sepanjang pandemi COVID-19 dengan rata-rata pemakaian lebih dari 2,13 jam per hari. Meningkatnya pemakaian *smartphone* digunakan untuk melaksanakan kegiatan tiap harinya seperti bekerja, belajar, serta kegiatan lainnya yang salah satunya untuk mengisi waktu kosong umumnya bermain *game online*. Pengguna *smartphone* mengaku hadapi keluhan musculoskeletal jangka waktu pendek seperti nyeri pada sistem gerak atas, bahu, leher, maupun punggung (Phansopkar dkk., 2020). Durasi pemakaian *gadget* bagi panduan World Health Organization (WHO) yang disampaikan adalah untuk usia dewasa disarankan tidak lebih dari 2 jam perhari, sebab dapat merangsang kenaikan resiko pada tekanan mental (45%), kendala kesehatan semacam penglihatan (23%), nyeri pada leher (67%), serta sakit kepala (63%) (Wahyuni dkk., 2019).

Gejala musculoskeletal yaitu yang paling sering dilaporkan bagian leher (*neck pain*) (Eom dkk., 2013). *Neck Pain* sering terjadi pada postur tubuh yang buruk saat melakukan aktivitas berulang dalam waktu yang relatif lama dan *neck pain* lebih sering terjadi ditemukan pada sikap kerja duduk sebanyak 48,8% (Machado-Matos and Arezes, 2016). Menurut Namwongsa dkk (2018), pada penelitian di Thailand menemukan bahwa pada penggunaan *smartphone* yang sering dapat menyebabkan nyeri atau kaku pada leher sebesar 82,74% dan bahu 56,61%, hal tersebut diakibatkan karena posisi ergonomis yang kurang tepat.

Seseorang yang telah menjadi pecandu *game online* akan mendapatkan dampak buruk yang dapat dialaminya dengan menghabiskan waktu dan uang, menjadikan orang ketagihan dalam bermain, menurunkan prestasi belajar, serta apabila terlalu sering menunduk untuk menatap ke layar permainan dapat menyebabkan nyeri pada leher (Vollmer dkk., 2014). Keluhan nyeri pada lotot leher disebabkan juga karena kelelahan otot maupun pembebahan bobot di satu

titik. Tidak hanya itu, pada saat kita menundukkan leher atau memfleksikan leher dengan pemakaian *smartphone* akan terus meningkat apabila pemakaian *smartphone* nya pun semakin lama durasinya (Alfaitouri & Altaboli, 2019).

Berdasarkan penelitian sebelumnya dari Monding dkk (2020), ditemukannya responden yang mengalami kecanduan *game online* sebanyak 96,1% dan sebanyak 3,9% yang tidak mengalami kecanduan *game online*. Kemudian terdapat responden yang mengalami keluhan pada *neck pain* sebanyak 96,1% dan yang tidak mengalami keluhan *neck pain* sebanyak 3,9%. Dalam penelitian tersebut terdapat adanya hubungan yang sangat kuat antara kecanduan *game online* dengan *neck pain* pada mahasiswa. Kemudian, ditemukan terdapat adanya pengaruh lamanya dalam penggunaan *smartphone* terhadap nyeri leher oleh penelitian Widhiyanto dkk (2017), dikarenakan penggunaan *smartphone* untuk bermain *game online* semakin meningkat pada selama masa pandemi maka dapat diteliti lebih lanjut.

Oleh karena itu, pada masa pandemi COVID-19 ini mengharuskan masyarakat untuk melakukan aktivitas di rumah saja. Terutama mahasiswa yang saat ini sedang melakukan sekolah *online* di rumah masing-masing dan membutuhkan hiburan untuk mengisi waktu kosongnya yang salah satunya adalah bermain *game online*. Hal ini tidak selaras oleh hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti dengan melakukan wawancara melalui via chat aplikasi *whatsapp* kepada 20 responden mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan UPN Veteran Jakarta dari program studi kesehatan masyarakat, gizi, fisioterapi, serta keperawatan D3 maupun S1, didapatkan dari hasil 20 mahasiswa atau responden ini telah mengalami keluhan *neck pain* pada saat bermain *game online* dengan durasi yang sangat lama melebihi dari sebelum pada masa pandemi. Durasi yang didapatkan dari data mahasiswa mayoritas selama pandemi ini bermain *game online* bisa mencapai 3-4 jam atau lebih dari 4 jam/hari.

Serta, apabila bermain *game online* secara terus-menerus masalah kesehatan yang paling dirasakan adalah keluhan nyeri leher dikarenakan terganggunya beberapa aktivitas mahasiswa/i sehari-hari dan posisi kepala saat bermain menggunakan *smartphone* arah kepala yang meraka rasakan adalah terlalu sering

menunduk kehadap layar, sehingga ditemukan nyeri leher pada saat bermain *game* secara berlebihan. Berdasarkan permasalahan yang di atas, sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Kecanduan *Game Online* Dengan *Smartphone* di Masa Pandemi Terhadap Keluhan *Neck Pain* Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan UPN Veteran Jakarta Tahun 2021”.

I.2 Rumusan Masalah

Fenomena pandemi COVID-19 menjadikan mahasiswa untuk belajar secara *online* di rumah masing-masing, dikarenakan virus yang semakin hari semakin meningkat angka yang terkonfirmasinya sehingga membuat mahasiswa untuk tetap di rumah saja. dengan adanya pandemi COVID-19 dari penggunaan internet sampai penggunaan *gadget* yang semakin bertambah, maka banyak mahasiswa yang telah mencari kesibukan atau hiburan selain belajar dengan bermain *game online*. Salah satunya yang paling digunakan untuk bermain *game online* adalah *smartphone* yang dimana tingkat bermain *game online* semakin meningkat sejak pandemi COVID-19. Sehingga memberikan dampak pada kesehatan yang diantaranya ada gangguan nyeri pada leher karena durasi dan posisi yang terlalu lama dan kurang tepat, serta mengganggu beberapa aktivitas sehari-hari. Berdasarkan uraian latar belakang yang di atas dapat dijelaskan rumusan masalah yang akan dilakukan adalah “Adakah Hubungan Kecanduan *Game Online* Dengan *Smartphone* di Masa Pandemi Terhadap Keluhan *Neck Pain* Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan UPN Veteran Jakarta Tahun 2021?”

I.3 Tujuan Penelitian

I.3.1 Tujuan Umum

Secara umum penelitian bertujuan untuk mengetahui hubungan kecanduan *game online* dengan *smartphone* di masa pandemi terhadap keluhan *neck pain* pada mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan UPN Veteran Jakarta.

I.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus penelitian ini dilakukan dengan sebagai berikut :

- a. Untuk mengetahui gambaran distribusi frekuensi karakteristik responden dan masa pandemi pada mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan UPN Veteran Jakarta.
- b. Untuk mengetahui gambaran distribusi frekuensi kecanduan *game online* dengan *smartphone* di masa pandemi pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan UPN Veteran Jakarta.
- c. Untuk mengetahui gambaran distribusi frekuensi keluhan *neck pain* pada mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan UPN Veteran Jakarta.
- d. Untuk mengetahui adanya hubungan frekuensi bermain *game online* dengan *smartphone* di masa pandemi terhadap keluhan *neck pain* pada mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan UPN Veteran Jakarta.
- e. Untuk mengetahui adanya hubungan aktivitas atau durasi bermain *game online* dengan *smartphone* di masa pandemi terhadap keluhan *neck pain* pada mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan UPN Veteran Jakarta.
- f. Untuk mengetahui adanya hubungan kecanduan *game online* dengan *smartphone* di masa pandemi terhadap keluhan *neck pain* pada mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan UPN Veteran Jakarta.

I.4 Manfaat Penelitian

I.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memperluas bidang keilmuan kesehatan masyarakat, dan dapat dimanfaat kembali untuk diteliti lebih baik terutama mengenai hubungan kecanduan *game online* dengan *smartphone* di masa pandemi terhadap keluhan *neck pain* pada mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan UPN Veteran Jakarta.

I.4.2 Manfaat Praktis

- a. Bagi Mahasiswa

Dengan adanya penelitian ini, diharapkan mahasiswa dapat lebih mengontrol dalam penggunaan *smartphone* untuk bermain *game online* selama pandemi ini dan seterusnya, agar terhindar dari rasa kecanduan

dalam bermain. Selain itu, agar terhindar dari rasa keluhan *neck pain* dapat melakukan pencegahan lebih awal dengan cara membatasi frekuensi, aktivitas atau durasi dalam bermain *game online* dan juga melakukan posisi saat bermain dengan baik dan tepat.

b. Bagi Orang Tua Mahasiswa

Adanya penelitian ini, diharapkan untuk para orang tua lebih memperhatikan dan mengontrol keadaan anak-anaknya agar tidak melebihi batas saat bermain *game online*. Serta memberikan edukasi yang baik kepada anak-anak tentang kesehatan untuk menjaga kondisi tubuhnya pada usia muda saat ini.

c. Bagi Peneliti

Peneliti berharap agar dapat lebih meningkatkan ilmu dengan baik, wawasan pengalaman yang sangat luas, agar kedepannya untuk melakukan penelitian selanjutnya dapat melakukannya jauh lebih baik dari sebelumnya.

d. Bagi Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta

Peneliti berharap dapat menambahkan informasi yang lebih, wawasan yang lebih, serta dapat menambahkan hal-hal baru dalam proses pembelajaran sehingga dapat semakin luas dengan peneliti-peneliti selanjutnya yang akan dilakukan untuk kedepannya.

I.5 Ruang Lingkup

Dalam penelitian ini, peneliti ingin melihat hubungan kecanduan *game online* dengan *smartphone* di masa pandemi terhadap keluhan *neck pain* pada mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan UPN Veteran Jakarta Tahun 2021. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *cross sectional*, yang dianalisis menggunakan *chi-square* untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara variabel dependen (keluhan *neck pain*) dan variabel independen (kecanduan *game online*). Populasi dalam penelitian ini yaitu mahasiswa angkatan 2017-2020 yang bermain *game online* dengan teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*. Penelitian pada bulan April 2021 hingga

Juni 2021. Data diperoleh melalui lembar kuesioner *online* serta dilanjutkan dengan analisis univariat dan bivariat menggunakan *software* komputer (SPSS).