

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa, di mana orang mengalami pertumbuhan dan perkembangan fisik serta mental. Menurut Hurlock (2017) fase remaja terbagi menjadi dua, yaitu remaja awal dan remaja akhir. Remaja awal berusia antara 13 – 17 tahun, sedangkan remaja akhir berusia antara 17 – 18 tahun yang mana pada fase remaja akhir telah mencapai tahap transisi perkembangan yang lebih matang ke arah dewasa. Pada masa-masa transisi ini remaja banyak menemui masalah, terutama yang menyangkut tentang dirinya sendiri.

Menurut Santrock (2014), remaja awal merupakan periode transisi yang kompleks, ditandai oleh perubahan signifikan dalam aspek fisik, kognitif, dan sosial-emosional. Perubahan fisik yang dialami oleh remaja awal adalah mengalami pubertas, yaitu perubahan biologis yang cepat seperti pertumbuhan tinggi badan, perubahan suara, dan perkembangan karakteristik seksual sekunder. Perubahan ini dapat memengaruhi citra diri dan kepercayaan diri remaja. Perkembangan kognitif pada tahap ini, remaja mulai mengembangkan kemampuan berpikir abstrak dan logis. Mereka mulai mempertanyakan nilai-nilai yang telah diajarkan dan menunjukkan minat terhadap berbagai ide dan kemungkinan. Dan perkembangan sosial-emosional remaja awal mulai mencari identitas diri dan kemandirian. Hubungan dengan teman sebaya menjadi sangat penting, dan mereka mulai lebih sensitif terhadap pendapat

orang lain. Konflik dengan orang tua mungkin meningkat seiring dengan keinginan untuk lebih mandiri.

Santrock (2014) menekankan bahwa kontrol diri, atau *self-regulation*, adalah proses kunci dalam perkembangan sosial dan emosional remaja. Remaja yang mampu mengatur emosi dan perilakunya cenderung lebih berhasil dalam hubungan sosial, akademik, serta lebih tahan terhadap tekanan sosial negatif. Pada masa remaja, individu mengalami perubahan sosial dan emosional yang intens, termasuk peningkatan kepekaan terhadap lingkungan sosial, tekanan dari teman sebaya, dan pencarian jati diri. Dinamika ini menyebabkan emosi remaja menjadi lebih labil dan kompleks. Oleh karena itu, kontrol diri menjadi kemampuan penting yang harus dikembangkan agar remaja dapat mengelola impuls, membuat keputusan yang tepat, dan membentuk identitas yang sehat.

Menurut Papalia, Olds & Feldman (2007) Pada masa remaja, individu mengalami berbagai perubahan emosional dan sosial yang intens sebagai bagian dari pencarian identitas diri. Dinamika sosial-emosional ini, seperti peningkatan sensitivitas sosial, tekanan dari teman sebaya, dan konflik internal, menuntut remaja untuk mulai mengembangkan kontrol diri yang lebih baik. Lingkungan seperti keluarga, teman sebaya, dan sekolah memainkan peran penting dalam membantu remaja membentuk kontrol diri. Oleh karena itu, dinamika sosial-emosional dan kontrol diri memiliki hubungan yang saling memengaruhi dan menentukan keberhasilan perkembangan psikososial remaja.

Menurut Borba (dalam Liswantiani dan Nugrahanta, 2020) kontrol diri adalah kemampuan mengendalikan pikiran dan tindakan agar dapat menahan dorongan dari dalam maupun luar sehingga dapat bertindak dengan benar. Kontrol diri membuat seseorang mampu menahan diri dari dorongan sehingga dapat melakukan sesuatu berdasarkan hati dan pikirannya. Jika seseorang mempunyai kontrol diri ia tahu dirinya punya pilihan dan dapat mengontrol tindakannya. Ada pula kontrol diri merupakan kemampuan untuk membimbing tingkah laku sendiri, kemampuan untuk menekan atau merintangi impuls-impuls atau tingkah laku impulsif. Keyakinan individu yang tindakannya akan mempengaruhi perilakunya dan individu sendiri yang dapat mengontrol perilaku merupakan bagian dari kontrol diri (Adeonalia, 2002).

Menurut Baumeister dan Vohs (2007), kontrol diri adalah kemampuan untuk mengendalikan dorongan dan tindakan yang tidak diinginkan, serta memilih tindakan yang lebih baik untuk mencapai tujuan jangka panjang. Pada remaja, kontrol diri sering kali masih dalam tahap perkembangan karena mereka sedang mengalami banyak perubahan emosional dan sosial yang memengaruhi pengambilan keputusan. Kontrol diri pada remaja adalah kemampuan untuk menahan dorongan instan dan memilih perilaku yang lebih terencana demi hasil jangka panjang. Meskipun remaja mengalami kesulitan dalam hal ini karena perkembangan otak yang masih berlangsung, mereka yang memiliki kontrol diri yang baik cenderung lebih sukses dalam banyak aspek kehidupan, seperti akademik, hubungan sosial, dan kesehatan mental.

Kontrol diri pada remaja yang terlibat dalam *roleplay* sangat penting untuk memastikan bahwa mereka dapat membedakan antara dunia fiksi dan kehidupan nyata. Sebagai pemain *roleplayer*, remaja sering kali harus mengatur dorongan impulsif mereka, baik dalam interaksi sosial maupun dalam karakter yang mereka perankan. Tanpa kontrol diri yang baik, ada risiko mereka lebih terikat pada karakter yang mereka mainkan daripada identitas asli mereka, yang bisa mengaburkan pemahaman diri dan bahkan memengaruhi keputusan mereka dalam kehidupan nyata. Dengan kontrol diri yang baik, remaja bisa menikmati permainan *roleplayer* tanpa kehilangan kendali atas diri mereka sendiri, dan tetap menjalani kehidupan yang seimbang dan penuh kesadaran terhadap identitas mereka.

Permainan *roleplay* memungkinkan remaja untuk menciptakan dan menghidupkan karakter yang berbeda dari diri mereka yang sebenarnya. Melalui proses ini, mereka dapat bereksperimen dengan berbagai aspek dari diri mereka, termasuk kepribadian, nilai, dan peran sosial. Hal ini sangat relevan dalam konteks perkembangan identitas, di mana remaja sering kali mencari tahu siapa mereka dan bagaimana mereka ingin dilihat oleh orang lain. Dalam lingkungan yang aman dan terkendali, *roleplay* dapat memberikan kesempatan bagi remaja untuk mengekspresikan diri, mengatasi rasa cemas, dan membangun rasa percaya diri.

Pengguna akun *roleplay* mengadopsi identitas dan berperan layaknya seorang publik figur, sehingga menciptakan sebuah realitas baru di dunia maya. Fenomena ini tentunya menimbulkan pertanyaan tentang dinamika yang terjadi

dalam diri para pemain *roleplay*, sehingga mereka menciptakan identitas lain di ranah digital. Selain itu, penting untuk memahami dampak apa yang ditimbulkan oleh penciptaan identitas diri di dunia *roleplay* ini terhadap identitas dan kehidupan nyata mereka.

Era digital saat ini, banyak remaja yang terlibat dalam dunia *roleplay*, baik di media sosial maupun *platform chatting*. *Roleplay* memungkinkan mereka untuk berimajinasi, menciptakan karakter, dan berinteraksi dengan pemain lain dalam dunia fiksi yang mereka bangun sendiri. Namun, di balik kreativitas ini, muncul fenomena kesulitan mengontrol diri, yang dapat berdampak negatif pada mereka yang terlalu larut dalam peran yang dimainkan. Misalnya dalam beberapa komunitas *roleplay*, sering terjadi fenomena di mana pemain tidak bisa mengontrol percakapan mereka, terutama dalam membahas topik-topik yang sensitif seperti kekerasan atau pornografi. Ada pemain yang merasa bebas merasa bebas untuk mengekspresikan hal-hal yang tidak pantas tanpa mempertimbangkan kenyamanan orang lain. Dalam beberapa kasus, mereka menganggap bahwa karena ini hanya "*roleplay*," segala sesuatu diperbolehkan tanpa batasan. Akibatnya, percakapan yang awalnya bertujuan untuk hiburan justru berubah menjadi sesuatu yang tidak sehat dan dapat memberikan dampak negatif pada pemain lain, terutama mereka yang masih remaja dan sedang dalam tahap perkembangan emosional.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Owens dkk (2012), paparan pornografi internet secara bebas pada remaja dapat memberikan dampak negatif yang cukup serius terhadap perkembangan psikoseksual mereka. Salah

satu dampaknya adalah munculnya kesalahpahaman tentang seks dan hubungan, karena pornografi kerap menyuguhkan gambaran yang tidak realistis dan menyimpang, sehingga remaja bisa memiliki persepsi yang keliru tentang makna hubungan intim, persetujuan, dan peran laki-laki maupun perempuan. Selain itu, paparan yang terus-menerus juga dapat mendorong remaja untuk melakukan perilaku seksual yang berisiko, seperti memulai hubungan seksual pada usia dini, memiliki banyak pasangan, atau tidak menggunakan metode perlindungan yang aman. Tak hanya berdampak pada perilaku, konsumsi pornografi yang berlebihan juga bisa mengganggu kesehatan mental remaja.

Kecanduan terhadap konten tersebut berpotensi menimbulkan kecemasan, perasaan tertekan, bahkan perasaan rendah diri akibat perbandingan dengan apa yang mereka lihat. Di sisi lain, ketika pornografi yang dikonsumsi mengandung unsur kekerasan atau memperlihatkan objektifikasi tubuh, hal ini dapat membuat remaja menjadi kurang peka terhadap kekerasan seksual dan melihat perempuan hanya sebagai objek pemuas. Lebih jauh lagi, paparan yang terlalu sering di masa remaja yang merupakan fase penting dalam perkembangan fungsi otak dapat mengganggu sistem kerja otak, khususnya dalam hal pengendalian impuls, sehingga remaja menjadi lebih sulit mengatur dorongan dan keinginannya. Anak remaja awal boleh membahas tentang pornografi, jika dibimbing dengan benar dan dalam konteks pendidikan seksual yang sehat dan bertanggung jawab. Orang tua,

guru, dan tenaga pendidik perlu hadir secara aktif untuk memberikan pemahaman, bukan malah menghindari topik ini sama sekali.

Meskipun *roleplay* hanya merupakan permainan peran, jika percakapannya mengarah pada hal yang tidak pantas atau merangsang hawa nafsu, maka dalam Islam menganjurkan untuk menjauhinya. Sebab, sesuatu yang dianggap ringan dalam dunia digital bisa berdampak buruk pada akhlak dan kehidupan nyata seseorang. Kontrol diri dalam *roleplay* sangat penting agar seseorang tidak terjerumus dalam hal-hal yang dapat merusak akhlak dan moral. Islam mengajarkan untuk menjaga ucapan, menghindari maksiat, mengontrol waktu agar tidak lalai dari kewajiban, serta selalu mengevaluasi niat dalam setiap aktivitas. Dengan menerapkan prinsip-prinsip Islam dalam *roleplay*, seseorang bisa tetap menikmati kreativitas tanpa melanggar nilai-nilai agama.

Di era digital saat ini, banyak remaja terlibat dalam aktivitas *roleplay*, di mana mereka berperan sebagai karakter tertentu, sering kali dari budaya pop seperti K-Pop. Aktivitas ini dapat menjadi cara bagi remaja untuk mengekspresikan diri dan mencari identitas. Namun, dalam Islam, penting untuk mempertimbangkan apakah aktivitas *roleplay* tersebut sejalan dengan ajaran agama. Pemain *roleplay* perlu memastikan bahwa karakter yang mereka perankan tidak bertentangan dengan nilai-nilai Islam, seperti akhlak yang baik dan perilaku yang sesuai.

Tanpa kontrol orangtua, anak berisiko terpapar konten yang tidak sesuai usia, seperti unsur seksual, kekerasan, atau penggunaan bahasa kasar. Dalam

ruang digital seperti forum, media sosial, atau game online, permainan *roleplay* sering kali menjadi lahan subur bagi predator seksual yang menyamar dan mengeksploitasi anak-anak melalui manipulasi emosional atau rayuan. pengawasan orangtua sangat penting dalam membatasi, memandu, dan mengarahkan bentuk *roleplay* yang dilakukan anak agar tetap bersifat edukatif, sesuai usia, dan aman secara psikososial. Orangtua harus terlibat aktif dalam mendampingi aktivitas digital anak, menjelaskan batasan moral, dan membangun komunikasi terbuka agar anak merasa aman dan terlindungi.

Kondisi ideal, remaja yang terlibat dalam aktivitas *roleplay* di media sosial diharapkan memiliki kemampuan kontrol diri yang baik sehingga mampu membatasi perilaku impulsif serta menyadari batas antara karakter fiktif yang diperankan dengan identitas diri yang sebenarnya. Remaja seharusnya mampu menyeleksi percakapan yang sesuai, menjaga etika dalam berinteraksi, serta memanfaatkan *roleplay* sebagai sarana eksplorasi diri yang sehat, bukan sebagai bentuk pelarian dari realitas atau media untuk menyalurkan dorongan seksual yang belum matang. Dalam situasi ideal tersebut, peran orang tua dan lingkungan sosial menjadi sangat penting dalam memberikan pendampingan melalui pendidikan moral dan literasi digital. Hal ini bertujuan agar remaja dapat terlindungi dari potensi risiko negatif serta mampu mengambil keputusan yang bijak dalam menjalani aktivitas di dunia digital. Dengan demikian, aktivitas *roleplay* dapat dilakukan secara aman, kreatif, dan tetap selaras dengan nilai-nilai sosial, moral, dan agama yang berlaku.

Fenomena yang berkembang saat ini menunjukkan adanya peningkatan jumlah remaja awal yang terlibat dalam aktivitas *roleplay* di media sosial, seperti Twitter dan Telegram. Aktivitas *roleplay* pada dasarnya dimanfaatkan oleh remaja sebagai sarana untuk mengekspresikan diri, mengeksplorasi identitas pribadi, serta membangun relasi sosial di dunia maya. Namun demikian, dalam pelaksanaannya, tidak sedikit remaja yang menjadi terlalu larut dalam peran yang dimainkan sehingga mengalami kesulitan dalam membedakan antara dunia virtual dan realitas kehidupan sehari-hari. Kondisi tersebut mengarah pada keterlibatan dalam percakapan yang mengandung muatan seksual dan kekerasan, termasuk paparan terhadap konten pornografi. Situasi ini semakin diperburuk dengan rendahnya kemampuan kontrol diri pada sebagian remaja, yang menyebabkan mereka cenderung bertindak impulsif, menggunakan bahasa yang tidak pantas, serta merespons ajakan dari pihak yang tidak dikenal tanpa mempertimbangkan risiko yang mungkin timbul. Rendahnya pengawasan dari orang tua serta kurangnya pemahaman mengenai literasi digital turut memperbesar kemungkinan remaja terpapar konten yang tidak sesuai dengan tahap perkembangannya dan menimbulkan risiko terhadap kesehatan psikososial mereka.

Namun demikian, fakta yang berkembang di lapangan menunjukkan bahwa aktivitas *roleplay* di kalangan remaja awal mengalami peningkatan signifikan, khususnya di media sosial seperti Telegram. *Roleplay* banyak dimanfaatkan oleh remaja sebagai wadah untuk mengekspresikan diri, mengeksplorasi identitas pribadi, serta menjalin relasi sosial di dunia maya.

Sayangnya, tidak sedikit remaja yang kemudian terlalu larut dalam peran yang dimainkan hingga mengalami kesulitan dalam membedakan dunia maya dan realitas kehidupan sehari-hari. Kondisi tersebut kerap mengarah pada keterlibatan dalam percakapan bermuatan seksual, kekerasan verbal, bahkan paparan terhadap konten pornografi. Fenomena ini diperburuk oleh rendahnya kemampuan kontrol diri yang menyebabkan sebagian remaja bertindak impulsif, menggunakan bahasa yang tidak pantas, dan merespons ajakan dari pihak asing tanpa pertimbangan risiko yang memadai. Selain itu, minimnya pengawasan dari orang tua serta kurangnya pemahaman terhadap literasi digital turut memperbesar kemungkinan remaja terpapar konten yang tidak sesuai dengan tahap perkembangannya, yang pada akhirnya dapat menimbulkan dampak negatif terhadap kesehatan psikososial mereka.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Dinna Fitria Ningrum (2024) hasil penelitiannya menunjukkan bahwa *self-control* pada remaja *roleplayer* di jejaring sosial twitter pada kedua informan memiliki gambaran *self-control* yang berbeda, dimana kedua informan sudah mampu mengontrol diri, mampu menunaikan kewajiban serta mampu menjadikan peran dalam permainan *roleplay* sebagai motivasi dalam kehidupan sehari-hari. Namun keduanya belum mampu menjaga kedisiplinan diri dalam kehidupan sehari-hari dan cenderung melakukan tindak *impulsive*. Penelitian ini mencerminkan bahwa meskipun remaja *roleplayer* di Twitter memiliki kemampuan kontrol diri, masih terdapat tantangan dalam menjaga disiplin dan menghindari perilaku impulsif.

Berdasarkan wawancara awal yang peneliti lakukan terhadap subjek berinisial LN. LN merupakan remaja awal berumur 15 tahun yang memainkan *roleplay*. Subjek sudah bermain *roleplay* pada usia 13 tahun. Dia mengaku awal mula bermain karena melihat konten di Tiktok. Subjek mengatakan lebih nyaman mengekspresikan diri saat bermain *roleplay* dibanding berhadapan langsung, karena ketika berhadapan langsung kadang dia merasa grogi, salah bicara atau dianggap aneh. Tapi di *roleplay*, dia bisa lebih santai dan lebih berani berinteraksi dengan orang lain.

Subjek menyatakan bahwa pernah berkomunikasi dengan orang yang tidak dikenali sama sekali dalam permainan *roleplay*. Berdasarkan pernyataan subjek, komunikasi yang dilakukan dengan orang yang tidak dikenali berawal dari sebuah grup di telegram. Orang tidak dikenal itu memulai pembicaraan di ruang obrolan pribadi dengan cara mengajak berkenalan terlebih dahulu. Subjek juga menyatakan awalnya nyaman berkomunikasi dengan orang tidak dikenal dikarenakan cara berkomunikasi yang responsif dan *humble*. Akan tetapi, lama kelamaan orang tidak dikenal memulai pembicaraan yang berbau pornografi. Pembicaraan pornografi itu berawal dari orang tidak dikenal tersebut menanyakan tentang ukuran bra subjek. Awalnya subjek berkata tidak nyaman dengan pertanyaan itu dan merasa terganggu. tapi subjek mencoba menanggapi dengan santai agar tidak terkesan kaku. Namun, pembicaraan semakin berlanjut, dengan orang yang tidak dikenal ini menanyakan hal-hal yang lebih detail seperti sudah pernah ciuman dan seks atau belum. Alasan subjek tetap melanjutkan pembicaraan meskipun berbau pornograafi, karena

orang tidak dikenal tersebut tidak mengetahui identitas asli subjek. Jadi dia merasa percakapan itu tidak akan berdampak apa-apa.

Wawancara di atas dapat disimpulkan, subjek merasa lebih nyaman mengekspresikan diri dalam lingkungan *roleplay* dibandingkan dengan dunia nyata. Aktivitas ini memberinya kebebasan untuk berinteraksi tanpa rasa takut akan penilaian dari orang lain. Namun, pengalaman subjek juga menunjukkan pentingnya kontrol diri dalam berinteraksi dengan orang yang tidak dikenal. Meskipun awalnya komunikasi terasa menyenangkan, situasi berubah ketika orang tidak dikenal mulai mengajukan pertanyaan yang bersifat pornografi. Subjek berusaha untuk tetap tenang dan santai meskipun merasa terganggu, yang mencerminkan upaya untuk menjaga kontrol diri dalam situasi yang tidak nyaman. Ia menyadari bahwa karena orang tersebut tidak mengetahui identitas aslinya, percakapan itu tidak akan berdampak signifikan. Namun, hal ini juga menyoroti risiko yang ada dalam interaksi *online*, di mana kontrol diri menjadi sangat penting untuk menghindari situasi yang dapat merugikan. Secara keseluruhan, wawancara ini menggambarkan bagaimana kontrol diri berperan dalam pengalaman positif dan negatif subjek dalam bermain *roleplay*, serta tantangan yang dihadapi saat berinteraksi di dunia maya. Selain itu, interaksi di dunia maya dapat membawa risiko seperti *cyberbullying* dan paparan terhadap konten negatif serta terganggunya pola pikir remaja karena terpapar hal berbau pornografi, yang dapat berdampak buruk pada kesehatan mental dan perkembangan sosial remaja.

Berdasarkan data dan penjelasan diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Gambaran Kontrol Diri Remaja Awal Pelaku Permainan *Roleplay* di Sosial Media”.

B. Rumusan Masalah

Agar penelitian ini lebih terfokus dan tidak meluas dari pembahasan yang dimaksudkan, maka penelitian ini mengkaji tentang bagaimana gambaran kontrol diri remaja awal pelaku permainan *roleplay* di sosial media di Kota Padang.

C. Fokus Masalah

1. Bagaimana gambaran kontrol diri remaja awal pelaku permainan *roleplay* di sosial media di Kota Padang.
2. Apa faktor yang membuat remaja awal tersebut memiliki kontrol diri yang demikian?
3. Bagaimana dampak permainan *roleplay* ini terhadap remaja awal?

D. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui gambaran kontrol diri remaja awal pelaku permainan *roleplay* di sosial media dalam mengontrol keinginan bermain *game online* terkhusus *roleplay*.
2. Untuk mengetahui faktor yang membuat remaja awal tersebut memiliki kontrol diri yang demikian.
3. Untuk mengetahui dampak permainan *roleplay* ini terhadap remaja awal

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Menambah wawasan dan pemahaman dalam bidang pengembangan teori-teori psikologi yang berkaitan dengan perkembangan remaja dan pengembangan ilmu psikologi sosial.
 - b. Penelitian ini memperluas pemahaman teoritis mengenai konsep kontrol diri yang sebelumnya banyak dibahas dalam konteks dunia nyata, kini dibahas dalam konteks dunia maya yang kompleks, seperti media sosial dan permainan *roleplay*.
2. Manfaat Praktis
- a. Menyediakan data dan temuan yang dapat digunakan oleh peneliti lain untuk mengembangkan studi lebih lanjut tentang fenomena *roleplay* dan pengaruhnya terhadap kontrol diri remaja awal.
 - b. Hasil penelitian ini dapat menjadi bahan acuan bagi orang tua dalam memahami risiko dan potensi dari aktivitas digital anaknya, serta membantu mereka untuk lebih aktif melakukan pengawasan dan komunikasi terbuka mengenai penggunaan media sosial.

F. Sistematika Penulisan

BAB I : PENDAHULUAN

Bab pertama dalam proposal ini adalah pendahuluan yang terdiri dari beberapa bagian penting yaitu latar belakang, rumusan masalah, batasan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penulisan.

BAB II : LANDASAN TEORI

Bab kedua ini terdiri teori-teori yang berkaitan dengan variabel penelitian, hubungan antara variabel, penelitian yang relevan, kerangka konseptual, dan hipotesis penelitian.

BAB III : METODE PENELITIAN

Bab ini memuat metodologi penelitian yang terdiri dari jenis penelitian, lokasi penelitian, informan penelitian, Teknik pengumpulan data, sumber data, dan Teknik analisis data.

BAB IV : PEMBAHASAN

Bab ini memuat hasil penelitian dan pembahasan, yang terdiri dari pelaksanaan penelitian, hasil penelitian, dan pembahasan.

BAB V : PENUTUP

Bab terakhir dalam sistematika penulisan, yang berisi kesimpulan dari penelitian yang dilakukan penulis. Selain itu, bab ini juga memuat saran-saran untuk pengembangan penulisan karya ilmiah di masa mendatang.