

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Game Online

Game online merupakan bentuk hiburan digital yang beroperasi menggunakan sambungan *internet*, di mana para pemain terbuhubung secara bersamaan dalam lingkungan virtual yang sama. Permainan daring didefinisikan sebagai permainan yang bergantung pada jaringan komputer (*internet*) yang menghubungkan banyak pengguna memungkinkan adanya interaksi, kompetisi, dan kolaborasi antar pemain.¹⁷ Menurut Adams, *game online* adalah suatu teknologi, bukan sekedar genre permainan. Ia berfungsi sebagai mekanisme untuk menyatukan banyak permainan dalam satu platform. Sejak munculnya di tahun 2001 di Indonesia (diawali dengan permainan seperti *nexia online*) popularitas *game online* terus meningkat dengan perkembangan pesat teknologi *internet* dan perangkat *smartphone*.¹⁸

Game online merupakan aktivitas hiburan berbasis jaringan *internet* yang dapat dimainkan secara individu maupun berkelompok, sehingga

¹⁷ Rita Eka Izzaty, R (Yogyakarta: UNY Press, 2008), 123.

¹⁸ Iwan Januar, *Game Online: Bahaya dan Pencegahannya* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2006), 15.

memungkinkan banyak pengguna dari lokasi berbeda saling terhubung, bekerja sama, atau berkompetisi di dalam dunia maya.

B. Mobile Legends : Bang-Bang (MLBB)

1. Definisi Game Mobile Legends : Bang-Bang

Mobile Legends : Bang-Bang termasuk dalam kategori permainan *Massive Multiplayer Online Battle Arena* yang mengandalkan taktik serta umumnya dimainkan oleh 5 sampai 10 pemain dalam setiap pertandingan. Game ini dibuat dan dikembangkan oleh perusahaan Shanghai, China yang bernama Moonton.¹⁹ Dirilis pada tanggal 14 Juli 2016.²⁰ Jutaan pengguna di seluruh dunia memainkan *game* ini, hal tersebut terlihat dari data pengunduhan di *Play Store* yang sudah menyentuh angka 500 juta unduhan per Oktober 2025. Setiap pemain di *game* ini diwajibkan untuk menaikkan tingkatan atau yang sering disebut *rank*. Pada setiap pertandingan, peserta cuma boleh memakai satu *hero*, tapi begitu pertandingan usai mereka bebas mengganti *hero* lain saat *game* selanjutnya dimulai.

Game yang dirancang khusus untuk *smartphone* ini punya ketentuan permainan di mana masing-masing tim berusaha keras untuk

¹⁹ Ketut Sidharta Yogatama, Agi Putra Kharisma, dan Lutfi Fanami, "Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Minat Pemain Dalam Permainan MOBA (Studi Kasus : Mobile Legends: Bang-Bang)," *Jurnal Pengembangan Teknologi Informasi dan Ilmu Komputer* Vol. 3 (2019): 2559.

²⁰Citrani Eka Lamda Nur, Yunita Sari, dan Hendri Prasetya, "Analisis Fenomena Trash Talking Pada Game Online Mobile Legends," *Jurnal Riset Komunikasi* Vol. 12, no. 2 (2022): 249.

menyerang serta merobohkan markas lawan sembari menjaga markas sendiri. Satu tim beranggotakan lima pemain, dan tiap pemain mengendalikan satu *hero* lewat ponsel masing-masing. Kolaborasi antar anggota tim menjadi faktor utama dalam *game* ini. Mengingat setiap *hero* mempunyai kemampuan yang tidak sama, penguasaan atas *hero* jadi aspek yang sangat penting di *game* ini.

2. Fitur Game Mobile Legends: Bang-Bang

Game Mobile Legends : Bang-Bang sukses menjadi permainan yang mendunia, dibalik popularitasnya terdapat serangkaian fitur yang dirancang untuk menjaga pemain tetap terlibat.²¹

- a. Permainan ini mempertemukan 10 pemain, 5 lawan 5 secara live dan bisa mengajak pemain untuk berada di tim yang sama atau tim lawan.
- b. Terdapat beragam hero yang dapat dipilih dengan peran dan kemampuan yang unik, seperti *fighters*, *assassin*, *mage*, *tank* dan *marksman*.
- c. Kontrol permainan dirancang untuk memudahkan pemain dengan menggunakan dua jempol.
- d. Hasil pertandingan sangat bergantung pada strategi dan kemampuan pemain.

²¹ Yusman, "Dampak Game Online 'Mobile Legends Bang-Bang' Terhadap Komunikasi Interpersonal Mahasiswa IAIN Kendari" (IAIN KENDARI, 2022), 9–10.

- e. Game ini dilengkapi dengan fitur voice dan chat untuk memastikan para pemain dapat berinteraksi dengan mudah.

C. Kecanduan *Game Online*

1. Pengertian

Kecanduan *game online* secara umum bisa dipahami sebagai kondisi di mana seseorang memiliki hasrat yang besar untuk main *game* secara berkelanjutan sampai menguras banyak waktu serta tenaga. Perilaku ini ditandai dengan ketidak mampuan seseorang untuk mengendalikan atau mengontrol aktivitas bermain gamenya. Kecanduan ini sering dikategorikan sebagai *Non-Physical Addiction* karena tidak melibatkan zat adiktif seperti alkohol atau narkoba. Melainkan ketergantungan pada aktivitas tertentu, dalam hal ini interaksi dengan dunia internet atau dunia game.²²

Menurut Novrialdy, seseorang dikatakan kecanduan *game online* apabila ia memiliki hasrat yang tinggi untuk selalu main *game online* hingga banyak waktu terbuang.²³ Sejalan dengan hal tersebut Hayadi menyatakan bahwa kecanduan *game online* terjadi saat seseorang merasa tidak bisa lepas atau berhenti dari kebiasaan bermain *game online* yang

²² Rischia Pramudia Trisnani dan Silvia Yula Wardani, "Tingkat Kecanduan Game Online Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama," *Seminar Nasional Edusainstek* (2018): 346.

²³ Novrialdy, "Kecanduan Game Online pada Remaja: Dampak dan Pencegahannya Online Game Addiction in Adolescents: Impacts and its Preventions," 148.

terus mengalami peningkatan dari waktu ke waktu tanpa mempedulikan dampak negatifnya.²⁴

Menurut Giffits, seseorang yang kecanduan *game online* telah menunjukkan tindakan penyalahgunaan yang tergolong serius. Hal ini diukur dari berapa banyak waktu yang dihabiskan seseorang untuk bermain, yang kemudian menghasilkan dampak negatif bagi penggunanya. Kecanduan game online sebagai sebuah bentuk kecanduan perilaku (*behavioural addiction*) yang memiliki kesamaan dengan kecanduan lainnya, seperti judi atau belanja, kecanduan game terjadi ketika penggunaan game yang berlebihan mulai mengganggu aspek kehidupan penting lainnya.²⁵

World Health Organization (WHO) menyebutkan kecanduan *game online* sebagai kondisi gangguan jiwa yang tercantum di dalam *International Classification of Diseases*. Gangguan ini ditandai oleh kesulitan untuk mengendalikan waktu bermain *game online*. Sehingga individu mulai menempatkan game diatas kegiatan lainnya. Penelitian menunjukan bahwa kondisi ini lebih sering terjadi bagi remaja.²⁶

Individu yang menghabiskan waktu bermain *game* lebih dari 4-5 jam setiap hari dan cenderung memprioritaskan *game online* ketimbang

²⁴ Nispia Baity Hayadi, "Perilaku Menyimpang Remaja Yang Kecanduan Game Online Di RT 49 Kelurahan Sidodadi," *Jurnal Sosiaty-Sosiologi* Vol.9 no. 1 (2021): 33.

²⁵ Sofyan Abdi dan Yeni Karneli, "Kecanduan game online: penanganannya dalam konseling individual," no. 12 (2020): 11.

²⁶ Novrialdy, "Kecanduan Game Online pada Remaja: Dampak dan Pencegahannya Online Game Addiction in Adolescents : Impacts and its Preventions," 150.

aktivitas lain berpotensi mengalami kecanduan, demikian menurut Lutfi dkk. Pemakaian secara berlebih bisa menggeser skala prioritas remaja, akibatnya ketertarikan mereka pada hal-hal di luar *game online* menjadi sangat minim.²⁷

Berdasarkan definisi diatas, disimpulkan bahwa kecanduan *game online* adalah kondisi dimana individu kesulitan mengendalikan waktu bermain, memberi prioritas kepada game, dan hal ini lebih sering terjadi pada remaja yang dapat berdampak negatif bagi kehidupan.

2. Tanda-Tanda Kecanduan *Game Online*

Berikut adalah tanda-tanda rinci yang menunjukan bahwa seseorang individu telah kehilangan kendali atas kebiasaan bermain game.²⁸

a. *Salience*

Kondisi *salience* muncul saat aktivitas bermain *game* berubah menjadi perilaku utama yang mendominasi kehidupan seseorang, mengalahkan semua minat dan kegiatan lainnya yang sebelumnya dianggap penting. Ini berarti seseorang akan selalu berpusat pada game bahkan ketika sedang melakukan kegiatan seperti belajar, beribadah, bekerja maupun bersosialisasi.

²⁷ Adisty dkk., "Hubungan Kecanduan Game Online dan Prestasi Akademik dengan Aktivitas Fisik," 153.

²⁸ Mochamad Fajar, Masyhuri, dan Yuslenita Muda, "Kecanduan Game Online Pada Remaja," *Journal of Education Research* Vol. 5, no. 3 (2024): 3996.

Dalam hal ini game bukan lagi sebagai hobi tetapi menjadi fokus utama. Perubahan ini terlihat ketika seseorang melupakan tanggung jawab penting dan mungkin merasa kosong atau bosan saat tidak bermain game.

b. Tolerance

Tolerance merujuk pada kebutuhan untuk menambah durasi waktu bermain game demi mencapai tingkat kepuasan, kesenangan. Apa yang dulunya memuaskan dalam waktu singkat misalnya satu jam kini membutuhkan waktu yang jauh lebih lama misalnya dua hingga tiga jam.

c. Withdrawal Symptoms

Munculnya perasaan tidak nyaman ketika aktifitas bermain game tiba-tiba terhentikan atau terhalangi. Geraja ini merupakan reaksi emosional terhadap hilangnya sumber stimulasi yang telah menjadi kebiasaan. Munculnya rasa murung, marah atau gelisah kondisi ini mendorong individu untuk segera kembali bermain game.

d. Mood Modification

Modifikasi suasana hati merupakan cara utama untuk mengubah atau mengelolah kondisi emosional diri. Game sebagai sarana pelarian dari masalah atau stress kehidupan nyata.

e. *Conflict*

Konflik yang muncul termasuk dalam kategori konflik antarpribadi, bermain *game online* dalam waktu yang berlebihan dapat memicu perselisihan baik dengan sesama pemain maupun dengan orang-orang di lingkungan sekitar.

f. *Relapse*

Ketika seorang yang telah berhasil mengurangi atau berhenti bermain game untuk sementara waktu kembali lagi ke pola permainan yang berlebihan seperti semula.

g. *Problems*

Masalah muncul ketika seseorang bermain *game online* terlalu lama hingga menggeser kegiatan lain.

3. Faktor- Faktor Kecanduan *Game Online*

Seseorang dikatakan kecanduan *game online* apabila ia tidak bisa melepaskan diri dari permainan daring. Ada dua faktor utama yang memicu kecanduan *game online* pada seseorang, yakni faktor internal dan eksternal.²⁹

a. Faktor internal

Adapun faktor-faktor internal sebagai berikut :

²⁹ Aldiva Fira Elvandari, Chori Liliyana Zahwa, dan Rika Amelia, "PERAN KELUARGA DALAM MENCEGAH KECANDUAN GAME ONLINE," *Jurnal Kesejahteraan Keluarga dan Pendidikan* Vol. 10, no. 2 (2023): 153.

- 1) Dorongan kuat pada remaja untuk meraih skor atau nilai tinggi dalam *game online*.
- 2) Rasa bosan yang dialami remaja ketika di rumah, sekolah, maupun gereja. Ketidakmampuan dalam menentukan prioritas antara bermain *game* dengan aktivitas lain.
- 3) Kurangnya kontrol diri dalam mengendalikan dampak buruk yang ditimbulkan oleh permainan tersebut.

b. Faktor Eksternal

- 1) Lingkungan. Lingkungan yang tidak mendapatkan pengawasan memadai, misalnya ketika seseorang melihat temannya bermain *game online* sehingga ikut terpengaruh.
- 2) Hubungan Sosial. Minimnya interaksi sosial yang berkualitas, sehingga remaja cenderung memilih bermain *game* sebagai alternatif kegiatan yang menghibur.
- 3) Harapan. Ekspektasi orang tua yang terlampaui tinggi kepada anak. Contohnya memaksa anak untuk mengikuti beragam kursus atau les secara berlebihan. Akibatnya remaja tidak memiliki waktu untuk bersosialisasi, bermain, atau menghabiskan waktu dengan keluarga dan teman-tamanya.

4. Dampak Kecanduan *Game Online*

Kecanduan bermain *game online* memiliki dampak positif dan negatif seperti berikut :

a. Dampak Positifnya

Sama seperti teknologi pada umumnya, *game online* juga memberikan dampak positif bagi para penggunanya. Meliputi peningkatan konsentrasi, koordinasi tangan dan mata, dan kemampuan membaca serta keterampilan dalam berbahasa Inggris.³⁰

b. Dampak Negatifnya

Akan tetapi di sisi lain, Novrialdy menyatakan bahwa *game online* pun dapat menimbulkan dampak negatif bagi remaja pada beberapa aspek seperti:³¹

- 1) **Aspek Akademik.** Menurunnya prestasi akademik dimana remaja cenderung malas belajar dan konsentrasi belajar terganggu. Fokus terbagi dengan memikirkan permainan game online.
- 2) **Aspek Psikologis.** Kecanduan game online memicu perubahan emosi negatif pada remaja, ditandai dengan mudah marah, emosional, berbicara kotor, kecenderungan tidak jujur kepada orang tua atau guru mengenai aktivitas bermain game.
- 3) **Aspek Kesehatan.** Minimnya aktivitas fisik yang disebabkan oleh kecanduan bermain *game online* berakibat buruk bagi kesehatan fisik, kurangnya waktu tidur karena sering

³⁰ Ibid., 151.

³¹ Novrialdy, "Kecanduan Game Online pada Remaja: Dampak dan Pencegahannya Online Game Addiction in Adolescents : Impacts and its Preventions," 151.

begadang, terganggunya pola makan yang mengakibatkan daya tahan tubuh melemah, serta dapat memicu masalah pada kesehatan mata seperti mata minus.

- 4) **Aspek Sosial.** Kecanduan *game online* bisa membawa pengaruh buruk pada aspek sosial remaja, seperti kehilangan kontak dengan dunia nyata yang dapat mengakibatkan minimnya interaksi, memunculkan sikap antisosial, serta hilangnya keinginan untuk bersosialisasi dengan masyarakat, keluarga maupun teman-temannya.
- 5) **Aspek Spiritual.** Terganggunya pelaksanaan ibadah dan ritual keagamaan yang seharusnya menjadi prioritas utama. Remaja lebih memilih bermain sehingga kualitas ibadah mereka menurun.

D. Remaja dan Perkembangannya

1. Pengertian

Periode belasan tahun pada manusia disebut sebagai masa remaja, yakni saat di mana seseorang sudah bukan anak-anak lagi namun juga belum dapat dikatakan dewasa sepenuhnya. Fase transisi dari masa kanak-kanak menuju masa kedewasaan ini berlangsung mulai usia 11

tahun sampai 21 tahun.³² Fase remaja ini ditandai dengan munculnya perubahan-perubahan yang berhubungan dengan aspek fisik.³³

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, remaja didefinisikan sebagai individu yang mulai memasuki fase kedewasaan serta telah mencapai usia yang dianggap pantas untuk menikah³⁴ Ungkapan dari bahasa asing yang kerap dipakai yang merujuk pada masa remaja adalah *Puberty* (inggris), istilah ini bersumber dari bahasa latin yaitu Pubertas, yang memiliki makna kelakian atau kedewasaan.³⁵ Dalam buku yang berjudul “Bagaimana Menjangkau Remaja” yang diterbitkan oleh Ed Stewart, menyatakan bahwa remaja meliputi pelajar yang berada di tingkat Sekolah Lanjut Tingkat Pertama (SLTP) sampai kelas III Sekolah Lanjutan Tingkat Atas (SLTA), yakni mereka yang belum mengikuti secara rutin program pendalaman Alkitab yang tersedia sesuai kelompok usia mereka.³⁶

Secara biologis rentang usia remaja didefinisikan antara 12 hingga 21 tahun. Batasan awal remaja ditandai oleh pubertas, yaitu dengan menstruasi pertama pada remaja putri, yang umumnya terjadi pada usia 12 tahun, dan ejakulasi spontan (mimpi basah) pada remaja

³² Krista Subakti, “Pengaruh Game Online Terhadap Remaja,” *Jurnal Curere* Vol.01 (2017): 29.

³³ Singgih D Gunarsa, *Psikologi Perkembangan Anak Dan Remaja* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2008),203.

³⁴ Tim Penyusun, *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (Jakarta : Balai Pustaka, 2007),944.

³⁵ Singgih D Gunarsa, *Psikologi Perkembangan Anak Dan Remaja*, 4.

³⁶ Ed Stewart, *Bagaimana Menjangkau Remaja* (Bandung: Yayasan Kalam Hidup, 1999),9.

putra sekitar usia 13 tahun. Perkembangan remaja putri cenderung lebih cepat yaitu sekitar satu tahun lebih awal dibandingkan remaja putra. Masa remaja Putra biasanya berakhir pada umur 19 tahun dan remaja putra berakhir pada usia 21 tahun.³⁷

Berdasarkan perspektif psikologis Jean Piaget, masa remaja diartikan sebagai periode ketika seseorang mulai berinteraksi dengan masyarakat dewasa dan tidak lagi menempatkan orang yang lebih tua pada tingkat lebih tua tetapi pada tingkatan yang sama.³⁸

Dengan demikian, fase peralihan dari masa kanak-kanak ke arah kedewasaan yang dialami oleh individu disebut masa remaja, yang mana fase ini memiliki ciri khas berupa perkembangan berkelanjutan hingga terwujudnya identitas diri yang sesungguhnya.

2. Batasan Umur Remaja

Masa remaja adalah masa seseorang yang belum dianggap dewasa tetapi tidak lagi disebut sebagai anak. Masa remaja umurnya berlangsung dari usia 12 tahun hingga 21 tahun, yang merupakan fase peralihan krusial. Batasan usia remaja tersebut dibagi menjadi tiga tahap, yaitu masa remaja awal, pertengahan, dan masa remaja akhir.³⁹

³⁷ Zulkifli L. Psikologi Perkembangan(Bandung: Remaja Rosdakarya,)63.

³⁸ Elizabeth, B Hurlock, Psikologi Perkembangan (Jakarta : Erlangga, 1980), 206.

³⁹ Raphita Diorarta dan Mustikasari, "Tugas Perkembangan Remaja Dengan Dukungan Keluarga: Studi Kasus," *Carolus Journal of Nursin* Vol. 2, no. 2 (2020): 112–113.

a. Masa remaja awal 11-14 tahun

Ditandai dengan perubahan fisik yang jelas dan perkembangan organ yang pesat menuju kematangan. Fase ini biasa disebut sebagai fase negatif, karena muncul sifat-sifat negatif pada remaja, seperti gelisah, malas, cepat lelah dan pesimis

b. Masa remaja pertengahan, 15-17 tahun

Pada masa ini remaja sering mengalami kegelisahan batin dan merasa tidak aman, akibatnya mereka membutuhkan teman yang sportif, mampu memahami, dan berbagi pesan perasaan. Dorongan untuk mencari nilai-nilai, teladan, atau pedoman hidup yang dianggap penting dan layak dihormati pun mulai muncul pada fase ini.

c. Masa remaja akhir 18-20 tahun

Masa ini adalah tahap akhir remaja, inividu menampakkan sifat dan sikap yang menyerupai orang dewasa. Dalam fase ini mereka menetapkan sistem nilai yang mereka anut serta membangun prinsip atau pandangan hidup mereka sendiri.

3. Karakteristik Remaja

Dalam tahap perkembangan dan pertumbuhan remaja mengalami berbagai macam perubahan, baik perubahan secara fisik, maupun psikis. Dalam pandangan Soerjono Soekanto pada masa remaja terjadadinya perubahan fisik. Ciri-ciri fisik laki-laki dan perempuan mulai terlihat, dan

perubahan fisik ini membuat seseorang mulai tertarik pada lawan jenisnya.⁴⁰

Remaja memiliki karakteristik khusus yang umumnya terlihat dalam keseharian mereka. Beberapa ciri tersebut antara lain keadaan yang tidak tenang yang mereka alami, konflik batin yang membuat mereka sering merasa bingung, serta berkeinginan besar untuk melakukan hal-hal baru yang belum mereka ketahui. Selain itu remaja juga memiliki rasa ingin tahu yang luas terhadap lingkungan sekitar, lebih sering berfantasi dimana remaja laki-laki cenderung berfokus pada pencapaian dan remaja perempuan lebih banyak dipengaruhi oleh perasaan dan hal-hal berbau romantis serta memiliki kebutuhan kuat untuk membentuk geng pertemanan.⁴¹

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ciri tersebut berperan penting dalam membentuk cara remaja menjalani transisi mereka, sehingga pada tahap ini mereka membutuhkan bimbingan orang yang lebih dewasa.

4. Remaja Dari Perspektif Alkitab

Perjanjian Lama (PL) kaya akan narasi mengenai masa remaja (muda), yang menyoroti kehidupan, peranan, potensi, dan cita-cita mereka. Remaja-remaja yang diceritakan di sini umumnya digambarkan

⁴⁰ Soerjono Soekanto, *Sosiologi Keluarga* (Jakarta: Rineka Cipta, 1992), 51.

⁴¹ Singgih D Gunarsa, *Psikologi Perkembangan Anak Dan Remaja*, 67

sebagai pribadi yang bermoral, berpotensi, bersemangat, dan berani. Mereka berperan penting, bukan karena kekuatan diri mereka sendiri, melainkan karena diutus dan dipakai oleh Tuhan untuk melaksanakan tugas spesifik demi menyatakan kehendak-Nya. Sebagai contoh, Azarya dipilih menjadi raja Yehuda pada usia 16 tahun (2 Raj. 14:21; 15:2), demikian pula Ahas yang diangkat menjadi raja pada usia 20 tahun (2 Raj. 16:2). Kisah Yusuf juga menonjol; pada usia 17 tahun, meskipun dijual ke Mesir oleh saudara-saudaranya, ia pada akhirnya mampu kembali dan menjadi berkat bagi keluarganya (Kej. 37:2).

Meski Alkitab mencatat keberhasilan beberapa remaja, namun perlu dipahami bahwa ada pula catatan tentang remaja yang kehidupannya tidak menyenangkan hati Tuhan, sebagaimana terlihat pada sejumlah raja Israel dan Yehuda, contohnya Ahazia (22 tahun), Manasye (12 tahun), Amon (22 tahun), serta Yoyakin (18 tahun) (2 Raj. 8:26; 24:8; 2 Taw. 22:1–6; 33:1–20, 22–25). Catatan ini membuktikan bahwa tidak seluruh remaja menjalani kehidupan sesuai kehendak Allah. Karena itu, orang tua beserta orang dewasa lain tidak boleh melalaikan tanggung jawab mereka dalam memberi bimbingan serta teladan kepada remaja. Sesuai dengan Amsal 22:6 ("Didiklah orang muda menurut jalan yang patut baginya, maka pada masa tuanya pun tidak akan menyimpang daripada jalan itu"), jelas bahwa orang dewasa memiliki kewajiban untuk mendidik dan mengarahkan remaja agar memiliki moralitas yang baik

dan berperilaku sesuai kehendak Tuhan. Pada akhirnya, remaja diharapkan mampu menjalani kehidupannya dengan berpegangan pada Firman Tuhan, sebab hanya melalui kebenaran Firman seseorang bisa membedakan antara yang benar dan salah, pantas dan tidak pantas, baik dan buruk (Mzm. 119:9).

Dalam Perjanjian Baru (PB), Yesus saat masa remaja-Nya menjadi teladan yang ideal bagi kaum muda. Sepanjang masa kehidupan-Nya, Yesus senantiasa memusatkan perhatian pada hal-hal positif, mencari hikmat, serta selalu melakukan apa yang menyenangkan hati dan selaras dengan kehendak Tuhan. Keteladanan ini terlihat jelas ketika, pada usia dua belas tahun, Yesus berada di Bait Allah di Yerusalem; Ia terlibat dalam diskusi yang mendalam dengan para tokoh agama, dan keberhasilan-Nya dalam menyampaikan pertanyaan serta jawaban yang cerdas membuat orang-orang di sekitar-Nya terheran-heran dengan kemampuan dan kecerdasan-Nya (Luk. 2:46–47).

E. Spiritualitas Remaja Kristen

1. Pengertian Spiritualitas

Dalam *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (KBBI), spiritualitas adalah dorongan atau sumber yang melahirkan motivasi dan emosi seseorang dalam mencari Tuhan. Secara umum, istilah spiritual merujuk pada segala sesuatu yang berkaitan dengan *spirit* atau *roh*, dalam penjelasan ini,

spiritualitas diartikan sebagai orientasi hidup atau sikap batin dari individu maupun kelompok. Spiritualitas bukan hanya berkaitan dengan kebiasaan seperti rajin ke gereja semata, melainkan juga mencakup keseluruhan orientasi hidup yang tergambar dalam pikiran, perkataan, serta tindakan.⁴² Keberadaan seseorang yang memiliki relasi yang tepat dengan Allah, sesama, dan ciptaan lainnya merupakan wujud dari spiritualitas Kristen yang sejati.⁴³

Spiritualitas adalah sikap batin yang lembut yang membuat seseorang sadar akan keberadaan Tuhan.⁴⁴ Spiritualitas dapat dipahami sebagai kesadaran dan sikap hidup yang memungkinkan seseorang untuk kokoh dan mampu bertahan dalam mencapai tujuan dan harapan yang didasarkan pada iman. Selain itu, berbagai tantangan berat seperti penganiayaan, kesulitan, penindasan, serta kegagalan yang mungkin dihadapi individu atau kelompok ketika berusaha mencapai tujuan rohani mereka dapat dihadapi dengan kekuatan utama yang bersumber dari spiritualitas.⁴⁵

Dengan kata lain, spiritualitas adalah cara seseorang menjalani hidup sehari-hari yang menampakkan identitasnya sebagai anak Tuhan,

⁴² B.F. Drewes dan Julianus Mojau, *Apa Itu Teologi, Pengantar ke dalam Ilmu Teologi* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2011), 28.

⁴³ Rahmaniati Tanudjaja, *Spiritualitas Kristen Dan Apologetika Kristen* (Malang: LITERATUR SAAT, 2018), 19–20.

⁴⁴ Andar Ismail, *Selamat Berkembang* (Jakarta : BPK Gunung Mulia, 2004),2.

⁴⁵ Ibid., 31

bukan hanya melalui ucapan, tetapi juga lewat tindakan yang dapat menjadi contoh bagi orang lain.

2. Landasan Alkitab Tentang Spiritualitas

Dalam Perjanjian Lama, istilah "Roh" diungkapkan dengan kata "Ruah" yang maknanya dapat diterjemahkan sebagai angin atau hembusan. Meskipun Roh adalah salah satu pribadi Trinitas (Tritunggal), dalam konteks Perjanjian Lama, Roh lebih sering dipahami sebagai kuasa (kekuatan) atau daya kerja Allah. Walaupun demikian, setiap pekerjaan Roh dapat dianggap sebagai tindakan oknum Trinitas itu sendiri. Bukti keberadaan dan peran Roh Allah telah ada sejak awal penciptaan, seperti yang digambarkan dalam Kejadian 1:2 di mana Roh hadir dalam wujud-Nya.

Kehidupan spiritual menjadi lebih jelas dan tampak nyata di antara orang percaya setelah peristiwa turunnya Roh Kudus (seperti yang dicatat dalam Kisah Para Rasul 2:1-13). Dalam bahasa Yunani, Roh Kudus disebut "*Pneuma*", yang secara harfiah berarti Roh. Roh ini memiliki kaitan yang sangat erat dengan Allah sendiri, sehingga kemudian Ia dikenal secara spesifik sebagai Roh Kudus.⁴⁶

3. Perkembangan Spiritualitas Remaja

Kaum remaja merupakan sala-satu dalam jemaat yang sangat membutuhkan pengajaran untuk membangun spiritualitas mereka.

⁴⁶ Donald Guthrie, *Teologi Perjanjian Baru I* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2008), 191.

Memahami spiritualitas remaja tidak bisa dilepaskan dari perkembangan fisik dan emosi remaja yang sedang mengalami masa transisi. Sejak kecil, remaja sebenarnya telah memiliki iman, akan tetapi di usia mereka saat ini iman tersebut perlu dikembangkan supaya mencapai kematangan. Iman Kristiani yang dimiliki remaja tidak dapat sepenuhnya ditransfer melalui pengajaran, sekalipun menggunakan cara atau metode yang menarik. Pembentukan iman seseorang hanya dapat terjadi lewat pengalaman hidup pribadi. Saat mereka mulai memahami pengalaman dan makna kehidupannya, proses tersebut terkadang memunculkan keraguan atau rasa takut. Di momen-momen seperti inilah bimbingan dari orang tua maupun pembimbing di Gereja sangat dibutuhkan oleh remaja.⁴⁷

Terdapat dua tahapan perkembangan yang dialami remaja berkaitan dengan perkembangan spiritualitas, yaitu⁴⁸

a. Proses Penerimaan

Salah satu metode penting untuk menumbuhkan spiritualitas remaja di gereja adalah melalui pembentukan kelompok kecil. Kelompok ini bertujuan ganda: pertama, menolong remaja menumbuhkan rasa dimiliki dan diterima, membuat mereka merasa dibutuhkan, penting, dan dihargai, sehingga mereka berani

⁴⁷ Naiunggolan, Pendidikan Warga Gereja, 31

⁴⁸ Ruth S Kadarmanto, *Tuntunlah Kejalan Benar: Panduan Mengajar Remaja Di Jemaat* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2010), 17

berelasi dengan gembira. Kedua, kegiatan kelompok kecil dirancang agar remaja menikmati kebersamaan, yang membangun rasa kehangatan dalam relasi dengan sesama anggota gereja. Selain itu, pembina harus menekankan pentingnya dasar iman Kristiani dalam kehidupan sehari-hari remaja. Saat remaja merasa nyaman dan memiliki hubungan dekat dengan pembina, mereka akan lebih berani untuk mengungkapkan pendapat dan pemikirannya.

b. Proses Mencari dan Menemukan

Prioritas utama pelayanan gereja adalah pertumbuhan spiritualitas remaja, yang dicapai melalui tiga upaya: mendorong pemikiran kritis, membantu mengenal lingkungan yang lebih luas, dan membangun komitmen pribadi untuk mengikuti dan hidup sesuai ajaran Kristus. Perkembangan spiritualitas ini akan menghasilkan perubahan nyata, nampak dari kemampuan remaja untuk berelasi dengan orang disekitarnya, ditandai dengan sikap yang lebih dewasa dan Kristiani dengan orang lain, serta munculnya jati diri unik dan penghargaan diri saat mereka melayani sesama. Para pembina harus mendampingi proses ini dengan sabar dan setia, meyakinkan remaja bahwa Tuhanlah yang menolong mereka bertumbuh. Meskipun pertumbuhan iman tidak mudah diukur seperti perubahan fisik, keberhasilan pelayanan

tercapai saat perubahan positif dalam relasi interpersonal remaja mulai terlihat.

4. Pembentukan Spiritualitas Remaja

Ketika mempelajari teologi, pembentukan atau pembinaan spiritualitas merupakan hal yang amat penting. Pembentukan spiritualitas Kristen ini berfokus pada tiga elemen penting: menjaga interaksi yang rutin dengan Alkitab, menjalani pergumulan penuh kasih bersama dunia, serta memelihara doa yang tulus kepada Allah.⁴⁹

a. Pergaulan yang Teratur dengan Alkitab

Sebagai prinsip utama dalam spiritualitas Kristen, pergaulan yang teratur dengan Alkitab yang merupakan Firman Tuhan dan pegangan hidup orang percaya adalah aspek yang sangat penting dan mesti diprioritaskan. Keteraturan ini berarti adanya rencana untuk membaca Alkitab pada waktu dan program tertentu, yang kemudian harus dilanjutkan dengan merenungkan dan melakukan firman tersebut. Dengan memprioritaskan interaksi ini, pertumbuhan iman orang Kristen akan semakin terlihat jelas dalam kehidupan mereka sehari-hari.

⁴⁹ Drewes, *Apa Itu Teologi: Pengantar Ke Dalam Ilmu Teologi* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2011), 29

b. Pergumulan Penuh Kasih dengan Dunia

Pembentukan spiritualitas Kristen terjadi di tengah-tengah perjuangan dan tantangan hidup, termasuk keterbukaan untuk belajar dari spiritualitas serta keyakinan agama lain. Proses pergulatan ini bisa dijalani dengan hati yang gembira, sebab Allah adalah sumber kasih, dan Kristus memberikan damai sejahtera. Selain itu, bagian dari pembentukan spiritualitas adalah berinteraksi dengan agama lain, sebab ketika seseorang berhasil mempertahankan dan menguatkan imannya di tengah-tengah keragaman, spiritualitas pribadinya akan terbangun semakin kokoh.

c. Doa yang Jujur kepada Allah

Esensi dari pembentukan dan praktik spiritualitas Kristen terletak pada kejujuran total dalam menghadirkan keseluruhan hidup termasuk pergumulan, kegembiraan, kekecewaan, dan pemikiran kritis ke dalam hadirat Allah melalui doa. Kejujuran adalah sikap paling fundamental yang harus dimiliki pengikut Kristus, sebab doa berfungsi sebagai jembatan yang menghubungkan antara aktivitas pemikiran kritis dan spiritualitas, memungkinkan seseorang mempercayakan dirinya secara utuh ke dalam tangan Allah. Oleh sebab itu, spiritualitas ini dibentuk melalui dua cara pokok: mengenalkan Kristus lewat Firman-Nya

dengan pergaulan yang mendalam terhadap Alkitab sebagai pedoman hidup, serta senantiasa mendekatkan diri kepada Allah melalui doa yang sungguh-sungguh dan tulus.

5. Faktor yang Mempengaruhi Pertumbuhan Spiritualitas Remaja

Pertumbuhan spiritualitas remaja dipengaruhi oleh tiga pilar utama yang saling berinteraksi, keluarga, gereja, dan inisiatif pribadi remaja. Keluarga berperan sebagai laboratorium iman pertama (basic faith laboratory), di mana orang tua mentransmisikan nilai-nilai iman melalui teladan hidup, komunikasi yang otentik mengenai pergumulan iman, dan penciptaan atmosfer rumah yang mendukung kebiasaan spiritual.⁵⁰

Gereja (melalui guru Sekolah Minggu, program remaja, dan pendeta) berfungsi sebagai sistem dukungan teologis dan komunal, memberikan pengajaran Alkitabiah yang relevan dan serta membentuk komunitas persekutuan yang sehat, yaitu persekutuan dimana remaja saling menerima, saling mendukung, dan bertumbuh dalam Tuhan. Sementara itu, Faktor pribadi remaja adalah penentu akhir; hal ini mencakup kemauan bebas mereka untuk merespons ajakan Roh Kudus, kesadaran akan kebutuhan spiritual, dan kemampuan mereka untuk membuat komitmen mandiri terhadap praktik-praktik rohani seperti doa,

⁵⁰ Simanjuntak P, "Peran Keluarga dan Gereja dalam Pembentukan Karakter Rohani Remaja," Jurnal Konseling Kristen Vol.11 no.3 (2022):12.

pembacaan Alkitab, dan ibadah. Kedewasaan spiritualitas dicapai ketika remaja beralih dari iman warisan menjadi iman personal yang diperjuangkan.⁵¹

6. Hubungan Antara Kecanduan *Game Online* dan Spiritualitas

Secara teoretis, kecanduan *game Mobile Legend* (sebagai perilaku adiktif) secara fundamental bertentangan dengan prinsip-prinsip pertumbuhan spiritualitas karena sifatnya yang merusak kontrol diri dan hierarki prioritas. Kecanduan dicirikan oleh hilangnya kemampuan individu untuk menghentikan atau mengurangi aktivitasnya, yang berarti waktu yang sangat besar secara paksa dialihkan dari kegiatan rohani ke dalam permainan. Hilangnya kontrol diri ini menunjukkan kegagalan dalam mempraktikkan pengendalian diri salah satu buah Roh yang esensial yang berakibat pada pelanggaran prinsip Alkitab mengenai tidak diperbudak oleh apa pun (1 Kor. 6:12).⁵² Lebih lanjut, sifat adiktif game merusak konsentrasi dan kepekaan batin yang diperlukan untuk praktik spiritual. Mekanisme *reward* instan, stimulasi *visual-auditori* tinggi, dan ritme cepat dalam game melatih otak remaja untuk mencari kepuasan yang cepat, membuat aktivitas spiritual yang menuntut kesabaran, ketenangan, dan refleksi mendalam (seperti doa dan perenungan firman) terasa membosankan dan tidak menarik. Gangguan fokus ini tidak hanya

⁵¹ Wijayanti E, *Spiritualitas Remaja di Tengah Arus Budaya Digital*. (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2022), 50.

⁵² Kristanto, A. "Pengaruh Gaya Hidup Digital terhadap Pembentukan Karakter Kristiani Remaja," *Jurnal Misiologi dan Komunikasi* Vol. 10 no.2 (2023):80.

mempersulit mereka dalam beribadah, tetapi juga menumpulkan kepekaan moral dan spiritual mereka, karena pikiran mereka didominasi oleh strategi *game*, bukan oleh tuntutan firman Tuhan.⁵³

⁵³ Manurung, L, "Disiplin Rohani Sebagai Indikator Pertumbuhan Iman Remaja," *Jurnal Pendidikan Agama Kristen*, Vol. 8 no. 1 (2019):65.