

## Fenomena Kecanduan Game Online Pada Remaja (Studi Kasus di Kec. Sukaraja, Kab. Seluma, Prov. Bengkulu)

**Sri Wahyu Nurhidayati**  
UIN Fatmawati Sukarno, Bengkulu  
[sriwahyunurhidayati@gmail.com](mailto:sriwahyunurhidayati@gmail.com)

**Moch. Iqbal**  
UIN Fatmawati Sukarno, Bengkulu  
[moch\\_iqbal@mail.uinfasbengkulu.ac.id](mailto:moch_iqbal@mail.uinfasbengkulu.ac.id)

Jl. Pagar Dewa, Kec. Selebar, Kota Bengkulu, Bengkulu 38211

Korespondensi penulis : [sriwahyunurhidayati@gmail.com](mailto:sriwahyunurhidayati@gmail.com)

**Abstract.** *This research aims to describe and analyze the phenomenon of online game addiction in teenagers in Sukaraja District, and the factors that cause the phenomenon of online game addiction in teenagers in Sukaraja District, what is the impact of the phenomenon of teenagers being addicted to online games in the District. The type of research used in this research is descriptive qualitative. The research results showed that the phenomenon of teenagers addicted to online games in Sukaraja District is a normal thing for teenagers who are involved in the world of online games. On average, those who are addicted to online games are school age children, starting from middle school, high school and college students, almost all of whom have experienced playing online games. Many things influence and cause this phenomenon to occur, starting from the teenagers themselves, parents or family, environmental factors, as well as the learning process followed by teenagers at school and also the influence of peer interactions. The impact of online game addiction has an impact on aspects of teenagers' lives which include health, psychological, academic, social and financial aspects.*

**Keywords:** *Online Games, Teenage Behavior, Sukaraja District, Student Future*

**Abstrak.** Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan dan menganalisis fenomena remaja terhadap kecanduan game online yang terjadi Kecamatan Sukaraja, dan faktor-faktor yang menjadi penyebab terjadinya fenomena remaja kecanduan game online di Kecamatan Sukaraja, bagaimana dampak yang ditimbulkan dari adanya fenomena remaja kecanduan game online Kecamatan. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini deskriptif kualitatif. Hasil penelitian diperoleh bahwa fenomena remaja kecanduan game online di Kecamatan Sukaraja menjadi hal yang wajar bagi para kaum remaja yang menggeluti dunia game online. Rata-rata yang kecanduan game online adalah anak usia sekolah, mulai dari tingkat SMP, SMA, dan Mahasiswa yang hampir semuanya sudah pernah merasakan bermain game online. Banyak hal yang mempengaruhi dan menjadi penyebab mengapa fenomena tersebut terjadi, mulai dari remaja itu sendiri, orangtua atau keluarga, faktor lingkungan, maupun proses pembelajaran yang diikuti oleh remaja di sekolah dan juga pengaruh dari pergaulan teman sebaya. Dampak yang ditimbulkan dari kecanduan game online ini berdampak pada aspek kehidupan remaja yang meliputi aspek kesehatan, psikologis, akademik, sosial, dan keuangan.

**Kata kunci:** Game Online, Perilaku Remaja, Kecamatan Sukaraja, Masa Depan Pelajar.

### LATAR BELAKANG

Dari masa kanak-kanak hingga usia lanjut, orang-orang terlibat dalam permainan sepanjang hidup mereka. Bersenang-senang adalah tujuan utama game ini. Game mensimulasikan skenario dunia nyata, meskipun dengan masalah yang disederhanakan. Pemain dapat berpartisipasi dalam permainan tanpa harus menghadapi kesulitan yang biasanya muncul saat mengambil keputusan dan melakukan tindakan dalam kehidupan sehari-hari. Oleh

karena itu, game—terutama game online—sangat populer di berbagai kalangan, termasuk orang dewasa, remaja, dan anak-anak.

Game telah berkembang pesat saat ini, beralih dari game awal yang dimainkan dengan sistem analog ke game online atau berbasis internet yang lebih kontemporer. Permainan dulunya sederhana, namun seiring berkembangnya teknologi, permainan menjadi semakin rumit. Dengan meningkatnya permainan bersamaan dengan booming game yang meluas ini, teknologi perangkat lunak juga mengalami kemajuan untuk memberikan pengalaman bermain game yang lebih realistis dan interaktif. Permainan kini tersedia di banyak platform, termasuk ponsel cerdas dan tablet, dan tidak lagi hanya terbatas pada video game berbasis PC atau TV. Kini, pemain dapat dengan mudah mengakses game kapan saja dan di mana saja. Kelebihan dan kekurangannya dapat dikaitkan dengan semakin rumitnya permainan dan konektivitas internet. Gamer mungkin menghadapi lingkungan game yang lebih menarik dan beragam, namun ada juga kekhawatiran terhadap kecanduan game dan dampak sosial negatifnya. Permainan lebih dari sekedar kesenangan; mereka juga menunjukkan bagaimana budaya dan teknologi telah berubah seiring waktu. Seiring berkembangnya permainan, basis pemain yang cukup besar dan beragam pun terbentuk. Pemain dapat berkomunikasi, bekerja sama, atau terlibat dalam persaingan

Masyarakat Indonesia sudah terbiasa bermain game online. Terlalu banyak bermain game dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Seseorang mungkin bermain game satu hingga tiga kali dalam sehari selama satu hingga empat jam dalam seharinya, yang dengan tingkat keterlibatan yang tinggi sekali. Kecanduan dapat berkembang jika permainan dilakukan lebih dari tiga hingga empat jam kali sehari selama satu hingga empat jam, dimana waktu yang digunakan mahasiswa dan para pelajar hanya di gunakan untuk bermain game online yang hanya memberikan efek kesenangan yang terus menerus menggeluti isi otak kaum muda untuk tidak memeperdulikan masa depannya. Bermain game terlalu banyak bahkan terlalu sering dan terlalu intens yang dapat menimbulkan masalah besar dalam kehidupannya yang akan datang, terutama jika seseorang memiliki pengendalian diri untuk berhenti bergantung pada permainan game online. Karena banyaknya waktu luang dan jadwal perkuliahan dan jadwal pelajaran yang tidak terlalu ketat dibandingkan masa kecil mereka, mahasiswa merupakan kelompok pemain game terbesar.

Game online saat ini telah menjadi salah satu permainan yang di jadikan hiburan yang sangat akrab pada kalangan anak muda khususnya pada kalangan remaja, hingga sangat jarang sekli kalangan plajar yang tidak main game online bahkan hampir semua pelajar pernah

memainkan game online yang di jadi hiburan untuk diri dan yang akhirnya menjadi kecanduan game online.

Remaja yang kecanduan game online mungkin menunjukkan sejumlah gejala, termasuk perubahan suasana hatinya (menggunakan game sebagai pelarian dari masalah yang terjadi dalam hidupnya dan menjadi beban pikiran), salience (memikirkan game sepanjang hari), toleransi (secara bertahap meningkatkan jumlah waktu yang dihabiskan hanya untuk bermain game online saja), penarikan diri (merasa tidak nyaman saat tidak bermain), konflik (bertengkar dengan orang lain karena terlalu banyak bermain), dan masalah (mengabaikan aktivitas lain yang menimbulkan masalah).<sup>1</sup>

Intervensi keluarga sangat sekali diperlukan untuk menghindari kecanduan internet dan game online guna mengatasi masalah kecanduan game online pada tahap awal. Garis pertahanan pertama melawan kecanduan adalah pola pikir orang tua terhadap anak-anaknya dan melakukan komunikasi yang sehat kepada anak-anaknya yang dapat menimbulkan interaksi antara orang tua dan anak. Mengetahui cara mengajar dan membangun konsep disiplin positif pada seorang remaja, atau menanamkan sifat-sifat disiplin terhadap anak.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan pendekatan naturalistik dan pendekatan kualitatif untuk menyelidiki fenomena kecanduan remaja terhadap game internet. Metode yang digunakan untuk mengumpulkan data adalah observasi, dokumentasi, dan wawancara. Penelitian ini berfokus pada remaja yang menunjukkan aktivitas tingkat tinggi saat bermain video game online. Orang tua dan remaja diwawancarai langsung untuk mengumpulkan data primer. Sementara itu, tinjauan pustaka terhadap buku, catatan, jurnal, artikel, dan situs web terkait digunakan untuk mengumpulkan data sekunder. Setelah pengumpulan data, peneliti melakukan analisis data melalui reduksi data, penyajian naratif, verifikasi data, dan penyusunan kesimpulan.<sup>2</sup>

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **1. Remaja**

---

<sup>1</sup> Maria Agustina Lebho dkk, "Prilaku Kecanduan Game Online Ditinjau Dari Kesenian Dan Kebutuhan Berafiliasi Pada Remaja", *Journal of Health and Behavioral Science*, Vol. 2, Nomor.2, Sepetember 2020, hlm. 206. 7Ab

<sup>2</sup> Iskandar, *Metodelogi Penelitian dan Sosial*, (Jakarta: Refrensi, 2013), hlm. 226

Istilah latin adolescence yang berarti tumbuh atau berkembang menuju kedewasaan, dari sinilah kata “remaja” berasal. Masa remaja telah didefinisikan oleh sejumlah orang. DeBrun yang definisinya digunakan oleh Yudrik Jahja, mengartikan masa remaja sebagai masa pertumbuhan yang berada di antara masa kanak-kanak dan masa dewasa. Masa remaja dicirikan sebagai tahap transisi perkembangan yang biasanya dimulai pada usia 12 atau 13 tahun dan berakhir pada akhir masa remaja hingga awal dua puluhan, menurut Papalia dan Olds, yang juga dikutip oleh Yudrik Jahja.<sup>3</sup>

Adams dan Gullota mendefinisikan masa remaja sebagai periode antara usia 11 dan 20 tahun. Hurlock, sebaliknya, membagi masa remaja menjadi dua tahap: masa remaja awal (usia 13 hingga 16 atau 17 tahun) dan masa remaja akhir (16 atau 17 tahun hingga ).

Papalia and Olds yang dikutip oleh Yudrik Jahja menyatakan bahwa masa remaja merupakan suatu tahapan yang berada di antara masa kanak-kanak dan masa dewasa. Sebaliknya, Anna Freud mengartikulasikan gagasan bahwa masa remaja merupakan tahap perkembangan yang mencakup modifikasi yang berkaitan dengan unsur psikoseksual, seiring dengan pergeseran interaksi orang tua-anak dan pembentukan nilai-nilai. Menurut Anna Freud, proses pembentukan nilai-nilai tersebut merupakan langkah penting dalam menentukan bagaimana remaja memandang masa depan.

Ketika seorang anak mencapai kematangan seksual, masa remaja biasanya dimulai, dan berakhir ketika ia mencapai kematangan hukum. Terdapat perbedaan mencolok dalam perilaku, sikap, dan nilai-nilai antara kedua tahap masa remaja, meskipun faktanya penelitian menunjukkan bahwa perubahan dalam bidang-bidang ini cenderung terjadi lebih cepat pada masa remaja awal dibandingkan pada masa remaja selanjutnya. Oleh karena itu, masa remaja awal dan akhir merupakan dua masa remaja yang umum.

Secara umum, awal dan akhir masa remaja ditandai pada usia 17 tahun, yang sering kali bertepatan dengan masuknya remaja tersebut ke sekolah menengah atas. Kebanyakan anak muda sering kali didorong untuk berperilaku lebih dewasa saat mereka melanjutkan pendidikan tinggi. Anak laki-laki sering kali menjalani tahap awal masa remaja yang lebih pendek dibandingkan anak perempuan karena kedewasaan mereka lebih lambat dibandingkan anak perempuan. Anak laki-laki dianggap dewasa pada usia 18 tahun, namun hal ini sering kali membuat mereka tampak kurang dewasa dibandingkan anak perempuan pada usia yang sama. Jika dibandingkan dengan remaja yang lebih muda, tingkat kematangan ini menunjukkan adanya perubahan perilaku yang mencolok di kalangan remaja. Periode waktu yang dikenal

---

<sup>3</sup> Yudrik Jahja, Psikologi Perkembangan, (Jakarta: Kencana Prenadamedia Group, 2011), hlm. 219.

sebagai masa remaja awal sering kali berkisar antara usia 13 hingga 17 tahun, sedangkan masa remaja akhir dimulai pada usia 16 atau 17 tahun dan berlanjut hingga individu mencapai usia legal.

## 2. Kecanduan

Kata “candu” yang menggambarkan sesuatu yang menjadi hobi dan dapat menimbulkan kecanduan, dari sinilah kata “kecanduan” berasal dari Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI). Akibatnya, kecanduan dapat dikategorikan sebagai ketergantungan, kecanduan, atau kecenderungan untuk menyerah pada hasrat untuk menghalangi pengaruh lain. Kecanduan adalah masalah yang sangat kuat di bidang psikiatri. Seiring berjalannya waktu, istilah "kecanduan" tidak hanya merujuk pada ketergantungan obat. American Psychological Association menyatakan bahwa perilaku dan aktivitas yang menyebabkan kecanduan juga dapat dikaitkan dengan ketergantungan, selain bahan kimia yang membuat ketagihan. Kecanduan terhadap teknologi informasi dan komunikasi adalah salah satu dari banyak perilaku yang dapat diterapkan dengan gagasan kecanduan.<sup>4</sup> Konsep kecanduan dapat diterapkan pada perilaku secara luas termasuk kecanduan teknologi komunikasi informasi. Salah satunya adalah kegiatan dalam menggunakan internet yang secara berlebihan dan di luar batas fungsi.

Keinginan yang kuat atau ketergantungan psikologis pada internet dikenal sebagai kecanduan internet, sebuah penyakit psikologis yang relatif baru. Menurut buku Lance Dodes, "The Heart of Addiction," ada dua jenis kecanduan: kecanduan non-fisik seperti kecanduan game online atau internet dan kecanduan tubuh seperti ketergantungan pada obat-obatan atau alkohol. Istilah "kecanduan" dalam psikologi menggambarkan keadaan ketergantungan fisik pada zat anestesi. Secara umum, jika penggunaan narkoba dihentikan, kecanduan ini dapat menimbulkan gejala keterasingan sosial, ketergantungan fisik dan psikologis, serta peningkatan toleransi terhadap narkoba. Dalam lingkungan terapeutik, istilah "kecanduan" sering digunakan dan lebih halus digunakan untuk menunjukkannya.<sup>5</sup>

Dalam konteks penelitian ini, kecanduan dapat dipahami sebagai situasi di mana seseorang merasa bergantung pada internet dan game online, sesuai dengan interpretasi sebelumnya. Jika kebiasaan dan tuntutan bermain game online mereka tidak terpenuhi, orang-orang ini akan merasa tertekan secara psikologis atau dihukum. Kurangnya kendali, yang pada

---

<sup>4</sup> Tantri Widyarti Utami, “Kecanduan Game Online Berhubungan dengan Penyesuaian Sosial pada Remaja”, *Jurnal Keperawatan*, Vol. 12, Nomor 1, Maret 2020, hlm. 18.

<sup>5</sup> Chaplin, James P, *Kamus Lengkap Psikologi*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2014), hlm. 11.

akhirnya mendorong tumbuhnya perilaku yang tidak diinginkan akibat kecanduan, mungkin menjadi penyebab penyakit ini yaitu kecanduan game online.

### **3. Game Online**

Istilah bahasa Inggris yang berarti "permainan" dan satu lagi yang berarti "online" digabungkan untuk membuat game online. Ketika istilah-istilah ini digabungkan, sebuah ide yang melibatkan game online tercipta. Kemajuan teknologi internet memunculkan booming game online, yaitu jenis permainan yang memadukan komponen visual dan teknologi. Game online melibatkan beberapa pemain, media visual elektronik untuk interaksi pemain, dan kebutuhan koneksi internet untuk berpartisipasi.<sup>6</sup>

Perkembangan jaringan komputer dan kemajuan teknologi sangat terkait dengan evolusi game online. Kemajuan ini, khususnya di bidang jaringan internet, menarik para gamer dan pecinta game untuk memainkan game pilihannya dan ikut serta dalam pembangunan dunia online. Sebagian besar internet dikhususkan untuk game online, yang juga sering menjadi lokasi populer dan sumber utama kecanduan. Perkembangan jaringan komputer dan kemajuan teknologi sangat terkait dengan evolusi game online. Kemajuan ini, khususnya di bidang jaringan internet, menarik para gamer dan pecinta game untuk memainkan game pilihannya dan ikut serta dalam pembangunan dunia online. Internet sebagian besar digunakan untuk bermain game online.<sup>7</sup>

Game online menjadi sangat populer, hal ini mencerminkan betapa cepatnya jaringan komputer berkembang dari skala kecil (jaringan lokal kecil) menjadi internet yang masih berkembang hingga saat ini. Game kini semakin populer sebagai sarana komunikasi antar pengguna dan sebagai sarana untuk mengisi waktu setelah beraktivitas ketika sedang lelah atau bosan. Ini adalah tren menarik dalam pembuatan game. Berkat fitur gaming dan grafis yang lebih realistis, daya tariknya semakin bertambah. Selain itu, banyak orang yang tertarik dengan game karena kini dapat diakses secara online dan dimainkan dalam mode multipemain dengan pengguna lain selain dimainkan secara solo.

### **4. Fenomena Di Lapangan**

Di lingkungan tepatnya di Kecamatan Sukaraja merupakan salah satu bagian dari Kabupaten Seluma yang ada di provinsi Bengkulu, dimana daerah ini adalah daerah yang

---

<sup>6</sup> Candra Zebeh Aji, *Berburu Rupiah Lewat Game Online*, (Yogyakarta: Bouna Books, 2012), hlm. 1.

<sup>7</sup> Mimi Ulfa, "Pengaruh Kecanduan Game Online Terhadap Perilaku Remaja Di Mabes Game Center Jalan HR. Subrantas Kecamatan Tampan Pekanbaru", *Jurnal JOM. FISIP*, Vol. 4, Nomor 1, Februari 2017, hlm. 4.

posisinya sangat strategis yang sudah mengalami banyak sekali pembangunan, sarana dan prasarannya termasuk sudah mendapatkan jaringan internet yang sangat memadai untuk memenuhi dan mengakses dalam segala kebutuhan sehari-hari yang di perlukan oleh semua kalangan masyarakat termasuk juga salah satunya adalah di gunakan untuk mengakses game atau digunakan untuk bermain game online. Dari hasil wawancara dan observasi yang dilakukan peneliti, bahwasanya peneliti menemukan beberapa fenomena yang terjadi pada responden di lapangan. Beberapa diantaranya yaitu:

No.	Alasan main Game Online	Sudah Berapa Lama	Durasi Waktu Bermain Game	Lokasi Tempat Bermain Game
1.	Karena dengan bermain game bisa menyenangkan diri, apalagi bersama teman-teman bermainnya kumpul mabar(main bareng). (Wawancara dengan Eric, Siswa Kelas X SMK)	Awal mula mulai bermain game itu saat masih sekolah di SMP, awalnya di ajak teman, karena teman sudah sering memainkan dan coba mainkan dan sekarang menjadi sering bermain game. Seringnya dulu memainkan game online Free Fire, asik banget main game itu.	Gak nentu mainkan gamenya, kalau sedang santai pasti langsung membuka dan memainkan game. Biasanya main game berkisar 7-13 jam dalam seharinya, mulai dari siang selepas sekolahs, sore bahkan malam jug adi isi dengan bermain game.	Biasanya bermain game itu di tempat atau warung dan konter yang membuka tempat nongkrong atau tempat bermain yang menyediakan fasilitas wifi.
2.	Game itu hiburan yang sangat menyenangkan, untuk mengisi waktu luang dan di isi dengan	Mulai bermain game sejak SMP kelas IX, sudah belajar bermain game sendiri hanya dengan sering melihat	Main game pada sore hari selepas pulang sekolah dan malam hari ,	Main game seringkali di warung Enjel, karena di sana ada Wifi dan

	bermain game. Bermain game bisa menghilangkan penat, pusing, lelah dan dapat membuat senang. (Wawancara dengan Alif Siswa SMP kelas IX).	teman yang sedang bermain dan mencobanya sendiri.	sekitar kurang lebih 8 Jam perhari waktu yang di gunakan untuk bermain game.	mulai dari Rp. 2000 sudah dapat bermain game.
3.	Saat bermain game di dalam permainan game tersebut terdapat tantangan atau misi yang harus selesai untuk menang dalam game tersebut, itu lah yang membuat rasa saling penasaran yang terus menerus dan keberlanjutan untuk menyusun strategi memenangkan game yang di mainkan (Wawancara dengan piky Siswa SMA Kelas XII).	Sya pertama kali main game itu mulai dari sya duduk di bangku SMP, karena pada masa SMP banyak teman yang sudah memainkan game , dan sering ikut gabung dengan teman, nongkrong untuk main game secara bersama-sama dengan teman-teman atau yang sring di sebut dengan (mabar) main bareng.	Saya bermai game itu setiap malam karena saya sekolah itu pulang sudah sore hari, dan biasanya pada saat malam sya isi dengan bermain game online.	Tempat bermain game itu di konter HP, biasanya saya dan teman-teman berkumpul disana dan nongkrong untuk bermain game tersebut.

**a. Lama Bermain Game Online**

Game online menawarkan berbagai macam rintangan di setiap sesinya sehingga membangkitkan minat pemain untuk mencapai setiap tujuan dan meningkatkan kesulitan bermain. Pengguna termotivasi untuk maju ke level baru melalui upaya mereka menyelesaikan tugas-tugas ini. Dibutuhkan banyak waktu untuk mencapai tingkat teratas, dan waktu ini sering kali merupakan sumber daya berharga yang perlu

dialokasikan. Berikut temuan wawancara yang peneliti lakukan terhadap remaja yang bermain game online di Taman Pagesangan, khususnya mengenai jumlah waktu yang mereka habiskan untuk bermain game tersebut.

**b. Aktivitas Yang Terganggu atau Tertunda**

Bermain game online dapat menyita waktu yang seharusnya dapat digunakan untuk hobi lain, tidur, pendidikan, pekerjaan, atau bahkan waktu bersama keluarga. Selain itu, bermain video game online dapat mengganggu jadwal makan dan tidur pada umumnya, sehingga dapat merugikan kesehatan seseorang. Temuan penelitian yang dilakukan di bidang ini menunjukkan bahwa remaja yang bermain video game tertinggal dalam sejumlah aktivitas lainnya. Mereka memilih untuk menghabiskan lebih banyak waktu sendirian, menunda tugas-tugas penting seperti belajar, makan, dan berdoa, dan menghabiskan lebih banyak waktu bermain video game dibandingkan berinteraksi dengan teman sebayanya.<sup>8</sup>

**c. Pengawasan dan Batasan Waktu untuk Bermain Game Online**

Penjelasan Juwi Rayfana Tiwa yang mengutip pendapat Smart menyebutkan ada beberapa hal yang bisa memicu kecanduan game online. Faktor-faktor tersebut antara lain adalah tidak adanya pengasuhan dari orang-orang terdekat, banyaknya stres yang Anda alami, tidak adanya pengawasan orang tua, kurangnya aktivitas, lingkungan yang tidak sesuai, dan pola asuh orang tua Anda. Oleh karena itu, dapat dikatakan bahwa salah satu faktor yang menyebabkan anak menjadi kecanduan game online adalah pola asuh orang tua.

Penggunaan narkoba dan perilaku antisosial pada remaja dikaitkan dengan perilaku berisiko, yang sering kali dikaitkan dengan kurangnya pengawasan orang tua. Remaja yang merasa hubungannya dengan orang tua kurang baik cenderung lebih banyak menghabiskan waktu bermain game online, menurut Kwon, Chung, dan Lee (dikutip oleh Eryzal Novrialdy). Terkait game online, pemantauan aktivitas dianggap sebagai taktik yang berguna untuk mencegah penggunaan yang berlebihan atau tidak tepat. Orang tua dituntut untuk lebih berhati-hati dan penuh perhatian ketika memberikan anak-anak mereka akses terhadap berbagai barang teknologi. Mengingat

---

<sup>8</sup> Siprianus Koi dkk, "Pengaruh Permainan Game Online terhadap Aktivitas Belajar pada Anak Usia Sekolah Kelas III dan IV SDN Merjosari Malang", *Nursing News*, Vol. 2, Nomor 1, 2017, hlm. 326.

potensi kecanduan, penting bagi orang tua untuk terus mengawasi anak-anak mereka saat bermain game online.<sup>9</sup>

Perilaku remaja yang tidak terkendala peraturan mungkin timbul karena bermain game online saat orang tua tidak ada yang mengawasi. Mengontrol potensi kecanduan game internet terhambat oleh perlunya pengawasan orang tua. Akibatnya, orang tua yang tidak memperdulikan anak remajanya bermain video game online mungkin akan menyesal di kemudian hari. Remaja di lingkungan Taman Pagesangan biasanya tidak mendapat pengawasan atau batasan waktu untuk bermain game online, berdasarkan hasil wawancara. Pengawasan orang tua juga kurang, terutama bagi remaja yang orang tuanya terlalu sibuk bekerja sehingga tidak bisa memberikan pengawasan kepada mereka.<sup>10</sup>

## **5. Dampak Bermain Game online Pada Masa Depan Pelajar<sup>11</sup>**

### **a. Dampak Positif Dari Game Online**

- 1) Meningkatkan Kemampuan Kognitif Menurut Penelitian Dari Universitas Manchester Dan Central Lancashire, Pemain Yang Menghabiskan Delapan Belas Jam Seminggu Untuk Bermain Video Game Memiliki Koordinasi Tangan-Mata Yang Setara Dengan Atlet.
- 2) Pertajam Fokus Anda Kepala Peneliti Sebuah Universitas Di Inggris, Dr. Jo Bryce, Menemukan Bahwa Para Gamer Memiliki Tingkat Perhatian Yang Tinggi Yang Memungkinkan Mereka Melakukan Berbagai Pekerjaan.
- 3) Meningkatkan Ketajaman Penglihatan Anak-Anak Yang Rutin Bermain Game Aksi Memiliki Ketajaman Penglihatan Lebih Cepat Dibandingkan Anak-Anak Yang Tidak Bermain Game, Menurut Penelitian Dari University Of Rochester.
- 4) Kembangkan Kemahiran Bahasa Inggris Anda Menurut Penelitian Yang Dilakukan Di Indonesia, Pria Yang Bermain Video Game Cenderung Lebih Mahir Berbahasa Inggris Di Sekolah Atau Universitas Meskipun Mereka Tidak Mengikuti Kelas.

---

<sup>9</sup> Eryzal Novrialdy, "Kecanduan Game Online pada Remaja: Dampak dan pencegahannya", Buletin Psikologi, Vol. 27, Nomor 2, 2019, hlm. 153

<sup>10</sup> Dina Zakiyah dkk, "Online Game Addiction and Pattern of Parents About Students of Al-Muttaqin MTS Pekanbaru", JOM FKIP-UR, Vol. 5, Nomor 2, Juli – Desember 2018, hlm. 4.

<sup>11</sup> Surbakti, Krista. "Pengaruh game online terhadap remaja." *Jurnal Curere* 1.1 (2017).

- 5) Memfasilitasi Sosialisasi Bertentangan Dengan Persepsi Para Pemain Soliter, Sejumlah Profesor Di Universitas Loyola Di Chicago Telah Melakukan Penelitian Dan Menyimpulkan Bahwa Game Online Dapat Meningkatkan Hubungan Sosial.
- 6) Meningkatkan Fungsi Mental Dibandingkan Dengan Belajar Dan Membaca Buku, Bermain Game Secara Moderat Dapat Meningkatkan Fungsi Otak Bahkan Pada Kapasitas Saturasi Yang Lebih Rendah.
- 7) Percepat Pengetikan Anda Untuk Berkomunikasi Dengan Lawan Di Sebagian Besar Game Online, Pemain Harus Mengetik, Yang Dapat Mengenalkan Mereka Pada Teknik Mengetik.
- 8) Mengurangi Ketegangan Peneliti Indiana University Mengklarifikasi Bahwa Bermain Video Game Dapat Membantu Menurunkan Kecemasan.
- 9) Membantu Pemulihan Secara Fisik Seorang Psikolog Dari Nottingham Trent University Bernama Dr. Mark Griffiths Menyelidiki Sejauh Mana Permainan Bermanfaat Dalam Perawatan Fisik. Namun Penting Untuk Diingat Bahwa Jika Pemain Kehilangan Kendali Diri, Hal Buruk Bisa Terjadi. Menurut Penelitian Dari Fakultas Kedokteran Universitas Hanover Jerman, Bermain Video Game Online Secara Berlebihan Dapat Menimbulkan Banyak Persona Jika Tidak Dikelola Dengan Baik. Inilah Situasi Yang Dialami Seorang Wanita Yang Akhirnya Kehilangan Kendali Atas Kehidupan Sosial Dan Kepribadiannya.
- 10) Meningkatkan Kemampuan Kognitif Menurut Penelitian Dari Universitas Manchester Dan Central Lancashire, Bermain Game Selama 18 Jam Seminggu Dapat Menghasilkan Koordinasi Tangan-Mata Yang Setara Dengan Atlet Profesional.
- 11) Pertajam Fokus Anda Peneliti Utama Dr. Jo Bryce Dari Sebuah Institusi Di Inggris Menemukan Bahwa Gamer Sejati Memiliki Tingkat Konsentrasi Tinggi Yang Memungkinkan Mereka Melakukan Berbagai Macam Pekerjaan.
- 12) Meningkatkan Kejernihan Visual Anak-Anak Yang Rutin Bermain Game Aksi Memiliki Ketajaman Penglihatan Lebih Cepat Dibandingkan Anak-Anak Yang Tidak Bermain Game, Menurut Penelitian Dari University Of Rochester.
- 13) Kembangkan Kemahiran Bahasa Inggris Anda Menurut Penelitian Yang Dilakukan Di Indonesia, Laki-Laki Yang Sering Bermain Video Game Adalah Mereka Yang Fasih Berbahasa Inggris Di Sekolah Atau Di Universitas Tanpa Perlu Mengikuti Perkuliahan.

- 14) Mempromosikan Sosialisasi Berdasarkan Penelitian Mereka, Sejumlah Peneliti Di Universitas Loyola Di Chicago Sampai Pada Kesimpulan Bahwa Game Online Dapat Meningkatkan Hubungan Sosial, Menghilangkan Prasangka Mitos Tentang Pemain Yang Menyendiri.
- 15) Meningkatkan Fungsi Mental Dibandingkan Dengan Belajar Dan Membaca Buku, Bermain Game Secara Moderat Dapat Meningkatkan Fungsi Otak Bahkan Pada Kapasitas Saturasi Yang Lebih Rendah.
- 16) Percepat Pengetikan Anda Saat Berinteraksi Dengan Lawan Di Sebagian Besar Game Online, Pemain Harus Mengetik, Yang Melatih Mereka Untuk Mengetik Secara Miring.
- 17) Meredakan Stres Peneliti Indiana University Mengklarifikasi Bahwa Bermain Video Game Dapat Membantu Menurunkan Kecemasan.
- 18) Mendorong Pemulihan Secara Fisik Seorang Psikolog Dari Nottingham Trent University Bernama Dr. Mark Griffiths Menyelidiki Sejauh Mana Permainan Bermanfaat Dalam Perawatan Fisik. Namun Perlu Diingat Bahwa Jika Pemain Kehilangan Kendali Diri, Hal Buruk Mungkin Saja Terjadi. Menurut Penelitian Dari Fakultas Kedokteran Universitas Hanover Di Jerman, Jika Game Internet Tidak Dikelola Dengan Tepat, Dapat Menimbulkan Banyak Persona. Misalnya, Seorang Wanita Yang Menghabiskan Tiga Bulan Memainkan Banyak Karakter Dalam Sesi Permainan Online Yang Intens Setiap Hari Akhirnya Kehilangan Kendali Atas Kehidupan Sosial Dan Kepribadiannya.

#### **b. Dampak Negatif Game Online**

- 1) Menimbulkan Adiksi (Kecanduan), mengarah pada kecanduan. Kebanyakan game yang ada di pasaran saat ini dibuat dengan tujuan untuk menciptakan kecanduan pada penggunanya. Semakin banyak orang yang kecanduan suatu game, semakin banyak uang yang diperoleh pengembang dari peningkatan penjualan emas, karakter, peralatan, dan hal-hal terkait lainnya. Meski demikian, manfaat bagi kreator ini justru berdampak negatif pada kesejahteraan emosional para gamer.
- 2) Mendorong melakukan hal-hal negatif. Mempromosikan Perilaku yang kurang baik dan dapat membahayakan orang lain, kami sering menemukan skenario ketika gamer online mencoba, melalui berbagai cara, untuk mencuri identitas pemain lain, meskipun kasusnya tidak terlalu luas. Tindakan ini dapat berupa pencurian uang dari rekening atau barang yang dipegang orang tersebut. Pencurian identitas sering

kali berujung pada pencurian akun tambahan, termasuk akun email atau Facebook, melalui penggunaan keylogger dan alat penyadap lainnya, peretasan perangkat lunak, dan metode lainnya. Tidak hanya ID dan kata sandi yang dapat dicuri, namun uang juga dapat diambil, meskipun secara umum jumlahnya tidak signifikan (seperti biaya sekolah), dan waktu dapat diambil, seperti membolos kelas untuk bermain video game.

- 3) menggunakan bahasa yang kotor dan tidak sopan. Terlepas dari fenomena ini yang hanya terjadi di Indonesia atau bukan, penulis melihat bahwa ketika bermain game online di warung internet atau gaming center, seringkali masyarakat menggunakan kata-kata yang tidak senonoh dan tidak sopan.
- 4) Perilaku yang Dilarang dalam Kehidupan Nyata. Aktivitas lain sering kali diabaikan karena hubungan permainan dengan waktu dan kenikmatan yang dialami saat bermain. Terlibat dalam permainan atau memikirkan pekerjaan sepanjang waktu dapat mengganggu waktu yang disisihkan untuk agama, sekolah, kuliah, atau kewajiban lainnya. Fakta bahwa banyak game tetap berfungsi meskipun kita tidak terhubung ke internet hanya memperburuk keadaan.
- 5) perubahan jadwal makan dan tidur. Karena kurangnya pengendalian diri, gamer sering kali memperhatikan perubahan dalam kebiasaan tidur dan makan mereka. Jadwal makan menjadi tidak menentu, dan mereka sering tidur lebih awal untuk mendapatkan manfaat dari "happy hour", yaitu saat internet paling terjangkau di malam hari dan dini hari.
- 6) Pengeluaran yang Tidak Efektif. Menyewa komputer di warnet dan membeli kuota internet, poin, atau karakter terkadang membutuhkan biaya yang cukup besar—bahkan jutaan rupiah. Selain itu, ada biaya tambahan untuk upgrade komputer di rumah dan koneksi internet.
- 7) Mengganggu Kesehatan. Jelas sekali bahwa penggunaan komputer dalam waktu lama dapat membahayakan kesehatan fisik seseorang. Berikut ini adalah beberapa penyakit yang mungkin timbul akibat bermain game online:
  - a) Ketegangan pada mata
  - b) Wasir
  - c) Sindrom Terowongan Karpal

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

Terdapat beberapa temuan kasus kecanduan game internet remaja berdasarkan pengumpulan data, analisis, dan pembahasan yang telah dijelaskan di atas. Remaja pecandu yang menghabiskan tiga hingga delapan belas jam sehari bermain video game di internet biasanya bermain lebih dari tiga jam. Ada beberapa dampak yang ditimbulkan dari kecanduan ini, namun yang paling utama adalah menyebabkan tertundanya aktivitas lain.

Tugas spesifik setiap remaja menentukan sejauh mana penundaan dalam tugas-tugas lainnya. Komponen keagamaan, seperti ibadah, tanggung jawab siswa, seperti belajar dan menyelesaikan proyek, serta penundaan yang diwajibkan orang tua dalam melakukan pekerjaan rumah ketika mereka masih kecil merupakan beberapa aktivitas yang sering tertunda. Selain itu, bermain video game membatasi kemampuan bersosialisasi seseorang. Remaja lebih suka bermain game sendirian, sehingga membatasi peluang mereka untuk menjalin hubungan sosial secara langsung.

Remaja yang kecanduan game internet mengalami dampak lebih dari sekedar menunda aktivitas dan mengurangi interaksi sosial. Kemungkinan adanya gangguan terhadap kesehatan fisik dan mental remaja merupakan kesimpulan lain yang dapat diambil dari penelitian ini.

Remaja yang terlibat dalam sesi permainan online dalam waktu lama sering kali mengalami gangguan tidur dan kebiasaan makan yang tidak menentu. Kondisi kesehatan secara umum mungkin terganggu akibat penyakit ini. Selain itu, karena seorang pecandu game menghabiskan seluruh waktu dan energinya di dunia virtual game, motivasi mereka untuk berhasil di sekolah atau aktivitas lainnya mungkin menjadi berkurang.

Selain itu, isolasi sosial dan kurangnya keterampilan membangun hubungan interpersonal dapat timbul dari kurangnya keterlibatan dalam kegiatan sosial di dunia nyata. Pertumbuhan emosi remaja dan kemampuan komunikasi sehari-hari mungkin terpengaruh oleh hal ini.

Oleh karena itu, masalah kecanduan game internet pada remaja patut mendapat pertimbangan yang cermat. Penting untuk mengambil tindakan pencegahan dan intervensi, seperti memantau dan mengendalikan waktu bermain game, selain melakukan pendekatan menyeluruh untuk memahami elemen-elemen yang berkontribusi terhadap kecanduan. Remaja harus bisa memiliki kehidupan seimbang yang menyeimbangkan waktunya di dunia nyata dan dunia maya dengan cara ini.

## DAFTAR REFERENSI

- Alan, Shiu H.K. (2002). Game Online dan Magnit Multikultural. <http://thegadget.wordpress.com/game-online.htm> (diakses tanggal 28 November 2010).
- Candra Zebeh Aji, Berburu Rupiah Lewat Game Online, (Yogyakarta: Bouna Books, 2012), hlm. 1.
- Chaplin, James P, Kamus Lengkap Psikologi, (Jakarta: Rajawali Pers, 2014), hlm. 11.
- Dina Zakiyah dkk, "Online Game Addition and Pattern of Parents About Students of Al-Muttaqin MTS Pekanbaru", JOM FKIP-UR, Vol. 5, Nomor 2, Juli – Desember 2018, hlm. 4.
- Eryzal Novrialdy, "Kecanduan Game Online pada Remaja: Dampak dan pencegahannya", Buletin Psikologi, Vol. 27, Nomor 2, 2019, hlm. 153
- Iskandar, Metodologi Penelitian dan Sosial, (Jakarta: Refrensi, 2013), hlm. 226
- Maria Agustina Lebho dkk, "Perilaku Kecanduan Game Online Ditinjau Dari Kesenjangan Dan Kebutuhan Berafiliasi Pada Remaja", Journal of Health and Behavioral Science, Vol. 2, Nomor 2, September 2020, hlm. 206.7 Ab
- Mimi Ulfa, "Pengaruh Kecanduan Game Online Terhadap Perilaku Remaja Di Mabes Game Center Jalan HR. Subrantas Kecamatan Tampan Pekanbaru", Jurnal JOM. FISIP, Vol. 4, Nomor 1, Februari 2017, hlm. 4.
- Setiadi. (2001). Hubungan Antara Kecerdasan Emosional Dengan Keberhasilan Bermain Game. Jurnal Psikologi UGM Vol.1, N0 1. 1-13.
- Setiadi. (2001). Hubungan Antara Kecerdasan Emosional Dengan Keberhasilan Bermain Game. Jurnal Psikologi UGM Vol.1, N0 1. 1-13.
- Siprianus Koi dkk, "Pengaruh Permainan Game Online terhadap Aktivitas Belajar pada Anak Usia Sekolah Kelas III dan IV SDN Merjosari Malang", Nursing News, Vol. 2, Nomor 1, 2017, hlm. 326.
- Surbakti, Krista. "Pengaruh game online terhadap remaja." *Jurnal Curere* 1.1 (2017).
- Tantri Widyarti Utami, "Kecanduan Game Online Berhubungan dengan Penyesuaian Sosial pada Remaja", Jurnal Keperawatan, Vol. 12, Nomor 1, Maret 2020, hlm. 18.
- Yudrik Jahja, Psikologi Perkembangan, (Jakarta: Kencana Prenadamedia Group, 2011), hlm. 219.