

Dampak Negatif Permainan Game Online Terhadap Remaja *The negative impact of online gaming on adolescents*

Mohammad Hapiyansyah

Program Studi Teknik Informatika, Fakultas Teknik, Universitas Pelita Bangsa
 m.hapiyansyah1@gmail.com

Abstract

The sophistication of technology today results in almost all activities related to the internet, including entertainment. Online games are one of the most popular entertainments for teenagers to reduce fatigue and stress. If this activity is excessive, it will result in addiction which has a negative impact on adolescent life. The purpose of this paper is to discuss the negative impacts of online games on adolescents from various scientific articles published in Indonesia. This research uses the literature study method. Data collection techniques are searched for and downloaded via google scholar to identify scientific articles related to the negative impact of online games on adolescents. The combination keywords "online game impact" and "youth" were used to identify the related article. The following criteria were used to select relevant articles: (1) The writing originates from an article in a scientific journal; (2) published in Indonesia; (3) issued between 2018 and 2022; and (4) a study that explains the impact of online games on adolescents. Articles in scientific journals that are presented in languages other than Indonesian and which are not accessible are not included in the review. A search with the above keywords yields 43 articles from scientific journals and 18 scientific articles that are relevant and fit the criteria to be reviewed according to the purpose of this paper. The impact of online games discussed in scientific articles in health aspects 1 (5.6%) articles, psychological aspects 6 (33.3%) articles, academic aspects 4 (22.2%) articles, social relations aspects 5 (27.8 %) articles, and financial aspects 2 (11.1%) articles. The top object of study is the impact of online games on psychological aspects, followed by aspects of social relations, academic aspects, financial aspects, and finally health aspects. Based on these findings, it is recommended that alternative preventive and curative efforts in tackling online game addiction in adolescents and to conduct studies on the negative impact of online games on children and college students).

Keywords: *Negative Impact, Online Games, Adolescents*

Abstrak

Kecanggihan teknologi saat ini mengakibatkan hampir semua aktifitas terkait dengan internet, termasuk dalam hiburan. Game online adalah salah satu hiburan yang sangat disukai oleh remaja untuk mengurangi rasa penat dan stres. Jika aktifitas ini berlebihan akan mengakibatkan adiksi yang berdampak negatif bagi kehidupan remaja. Tujuan tulisan ini adalah untuk mendiskusikan apa saja dampak negatif game online bagi remaja dari berbagai artikel ilmiah yang diterbitkan di Indonesia. Penelitian ini menggunakan metode studi kepustakaan. Teknik pengumpulan data dicari dan di download melalui *google scholar* untuk mengidentifikasi artikel ilmiah yang berkaitan dengan dampak negatif game online terhadap remaja. Kata kunci kombinasi "dampak game online" dan "remaja" digunakan untuk mengidentifikasi artikel terkait. Kriteria berikut digunakan untuk memilih artikel yang relevan: (1) Tulisan berasal dari artikel dalam Jurnal Ilmiah; (2) diterbitkan di Indonesia; (3) diterbitkan antara tahun 2018 sampai 2022; dan (4) Kajian yang menjelaskan tentang dampak game online terhadap remaja. Artikel dalam Jurnal Ilmiah yang disajikan dalam Bahasa selain Indonesia dan yang tidak dapat diakses tidak dimasukkan dalam tinjauan. Pencarian dengan kata kunci di atas menghasilkan 43 artikel dari Jurnal Ilmiah dan 18 artikel ilmiah yang relevan dan sesuai kriteria untuk ditinjau sesuai tujuan tulisan ini. Dampak *online game* yang dibahas dalam artikel ilmiah dalam aspek kesehatan 1 (5,6%) artikel, aspek psikologis 6 (33,3%) artikel, aspek akademik 4 (22,2%) artikel, aspek hubungan sosial 5 (27,8%) artikel, dan aspek keuangan 2 (11,1%) artikel. Obyek kajian teratas tentang dampak game online pada aspek psikologis, diikuti aspek hubungan sosial, aspek akademik, aspek keuangan dan terakhir aspek kesehatan. Atas dasar temuan tersebut direkomendasikan alternatif upaya preventif dan kuratif dalam menaggulangi adiksi game online di umuran remaja serta melakukan kajian tentang dampak negatif game online pada anak-anak dan mahasiswa).

Kata Kunci: Dampak Negatif, Game Online, Remaja

Pendahuluan

Perkembangan teknologi di era globalisasi yang semakin pesat membuat begitu banyaknya perubahan teknologi salah satunya game online. Game online merupakan suatu bentuk permainan elektronik yang terhubung dengan jaringan internet dan dimainkan melalui perangkat komputer, ponsel pintar, konsol game, laptop, dan perangkat game lainnya serta bersifat multiplayer atau dapat dimainkan oleh banyak pengguna di waktu yang sama[1]. Game online sebagai multimedia dapat membuat ketertarikan yang tinggi pada penggunanya terutama game online yang mempergunakan interaksi. Namun, ketertarikan ini dapat menimbulkan kecanduan yang berdampak pada perubahan sosial[2]. Masa remaja merupakan masa peralihan dari anak menjadi dewasa. Pada masa remaja sering kali muncul dorongan untuk mengetahui dan mencoba hal-hal baru. Seperti game online, remaja dianggap lebih rentan terhadap kecanduan game online ketimbang orang dewasa. Masa remaja yang berada pada periode ketidakstabilan, lebih mudah terjerumus terhadap percobaan hal-hal baru[3].

Kecanduan bermain game online salah satu dampak dari perkembangan zaman yang tidak terkontrol dengan baik. Kecanduan game online adalah menggunakan permainan secara berlebihan dan dalam waktu yang lama. Bahkan World Health Organisation (WHO) sudah mengkategorikan kecanduan bermain game sebagai salah satu gangguan mental[4]. Selular (2019) menyebutkan bahwa sebanyak 2,3 miliar orang di seluruh dunia memainkan game online dan di Indonesia juga terdapat 52 juta orang memainkan game online. Hal ini menjadikan Indonesia di urutan ke-17 pengguna game online di dunia. Pengguna game online terbanyak berada pada usia remaja[5]. Maraknya game online ini memberikan pengaruh negatif apabila kita tidak bijaksana dalam penggunaan aplikasi online game tersebut. Kondisi lingkungan dalam hal ini teman sangatlah berpengaruh pada remaja, hal ini dikarenakan banyaknya permainan di kalangan anak muda atau remaja sehingga menimbulkan kekhawatiran di kalangan orang tua akan prestasi belajar anaknya. Orang tua khawatir semakin anak diberikan akses untuk penggunaan gawai maka terbuka juga kemungkinan anak-anak menyalahgunakan gawai untuk permainan game online[6]. Selain berdampak pada aspek akademik, adiksi game juga berdampak pada aspek psikologis, hubungan sosial, Kesehatan, dan keuangan. Tujuan tulisan ini adalah untuk mendiskusikan apa saja pengaruh negatif game online bagi remaja dari berbagai artikel ilmiah yang diterbitkan di Indonesia. Mengingat game online ini merupakan salah satu hiburan yang banyak digemari oleh semua kalangan terutama remaja, sehingga terkadang menjadi teradiksi, maka peneliti membatasi kajian pada pengaruh negatifnya saja dan mengesampingkan segi positifnya.

Metode Penelitian

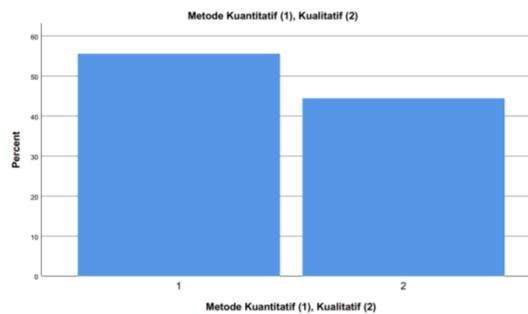
Penelitian ini menggunakan metode studi kepustakaan. Teknik pengumpulan data dicari dan di download melalui *google scholar* untuk mengidentifikasi artikel ilmiah yang berkaitan dengan dampak negatif permainan game online bagi remaja. Kata kunci kombinasi “pengaruh game online” dan “remaja” digunakan untuk mengidentifikasi artikel terkait. Kriteria berikut untuk memilih artikel yang relevan: (1) Tulisan berasal dari artikel dalam Jurnal Ilmiah; (2) diterbitkan di Indonesia; (3) diterbitkan antara tahun 2018 sampai 2022; dan (4) Kajian yang menjelaskan tentang pengaruh permainan game online bagi remaja. Analisis data menggunakan diskriptif statistik dan interpretasi.

Hasil dan Pembahasan

Pencarian dengan kata kunci di bagian metode menghasilkan 43 artikel Jurnal Ilmiah. 18 artikel yang sesuai kriteria dan relevan untuk ditinjau sesuai tujuan tulisan ini. Ditinjau metode yang digunakan, 18 artikel ilmiah yang relevan dan membahas pengaruh game online terhadap remaja dapat diklasifikasikan sebagai jenis penelitian kuantitatif dan kualitatif. Hasil tinjauan yang berkaitan dengan metode yang digunakan berikut:

Tabel 1. Metode Artikel Ilmiah Yang Membahas tentang Pengaruh Game Online

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	10	55.6	55.6	55.6
	2	8	44.4	44.4	100.0
Total		18	100.0	100.0	



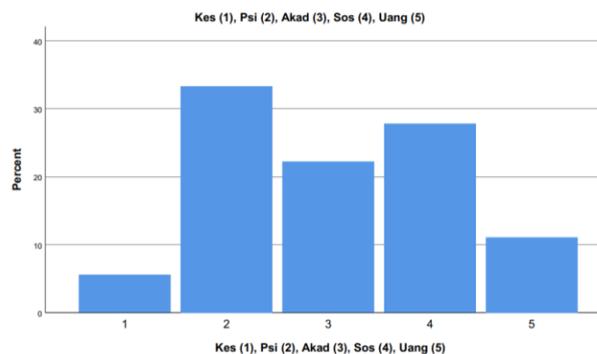
Gambar 1. Presentase Metode Artikel Ilmiah Yang Membahas tentang Pengaruh Game Online

Dari 18 Artikel yang diterbitkan oleh Jurnal Ilmiah di Indonesia yang menjadikan obyek kajian pengaruh game online terhadap remaja, 10 (55,6%) menggunakan metode kuantitatif dan selebihnya 8 (44,4%) menggunakan metode kualitatif. Pilihan peneliti untuk meneliti artikel dengan dua metode tersebut hampir berimbang, namun lebih dipilih menggunakan metode kuantitatif dalam penelitiannya. Adiksi game online berdampak negatif dan berbahaya bagi remaja. Dampak tersebut dalam aspek psikologis, hubungan sosial, akademis, kesehatan dan keuangan[7]. Ditinjau dari obyek kajian artikel tentang pengaruh negatif yang ditimbulkan game online pada aspek kesehatan, psikologis, akademik, hubungan sosial, keuangan sebagai berikut:

Tabel 2. Klasifikasi Artikel Ilmiah tentang Dampak Game Online pada Aspek Kesehatan, Psikologis, Akademik, Hubungan Sosial, dan Keuangan

Kes (1), Psi (2), Akad (3), Sos (4), Uang (5)

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	1	5.6	5.6	5.6
	2	6	33.3	33.3	38.9
	3	4	22.2	22.2	61.1
	4	5	27.8	27.8	88.9
	5	2	11.1	11.1	100.0
Total		18	100.0	100.0	



Gambar 2. Presentase Klasifikasi Artikel Ilmiah tentang Dampak Game Online pada Aspek Kesehatan, Psikologis, Akademik, Hubungan Sosial, dan Keuangan

Dari 18 Artikel yang diterbitkan oleh Jurnal Ilmiah di Indonesia yang menjadikan obyek kajian dampak online game terhadap remaja, aspek kesehatan dibahas oleh 1 artikel (5,6%), aspek psikologis 6 artikel (33,3%), aspek akademik 4 artikel (22,2%), aspek hubungan sosial 5 artikel (27,8%), dan aspek keuangan 2 artikel (11,1%). Kelima aspek yang diteorikan oleh King dan Delfabbro ada dalam kajian artikel. Obyek kajian teratas tentang dampak online game pada aspek psikologis, diikuti aspek hubungan sosial, aspek akademik, aspek keuangan dan terakhir aspek kesehatan. Lebih lanjut, hasil kajian artikel pada aspek-aspek tersebut disajikan sebagai berikut:

Dampak Kesehatan

Penyebab kecanduan atau durasi bermain game yang tinggi dapat menyebabkan berbagai gangguan pada kesehatan mental adalah karena ketika seseorang hanya terpusat pada game online sedikit demi sedikit akan mulai mempengaruhi perkembangannya karena seseorang akan mulai menarik diri dari lingkungan sosialnya sehingga nantinya dalam menghadapi berbagai perubahan yang ada dan tidak mampu untuk mengatasinya maka akan terjadi berbagai macam gangguan pada kesehatan mental seperti depresi, stress, dsb[8]. remaja lebih rentan mengalami kualitas tidur yang buruk karena terlalu sering akses internet untuk bermain game online sampai melupakan waktu untuk istirahat malam dan akan berdampak pada kesehatan yaitu kehitaman disekitar mata, kelopak mata bengkak, mengantuk berlebihan di siang hari, lesu, konjungtiva merah, mata perih, tidak konsentrasi pada saat pelajaran dimulai[9].

Dampak Psikologis

Adanya perkumpulan yang dilakukan oleh para remaja di waktu sore dan malam untuk mendapatkan jaringan wifi murah atau gratis untuk menghemat kuota. Hal ini sangat menarik perhatian mereka dikarenakan tampilannya yang apik. Kecanduan menyebabkan remaja bermain game online tanpa mengingat waktu, tidak patuh terhadap orang tua, cuek dengan keberadaan sekitar, amarah yang tidak terkendali dan susah bersosialisasi[10]. Dampak negatif kecanduan online game mengarah pada masalah mental emosional dan bisa menyebabkan distorsi waktu, hiperaktif, kurang fokus, adanya kekerasan, emosi negatif, dan perilaku agresif[11].

Dampak Akademik

Adiksi game online berdampak negatif pada motivasi belajar siswa yang menurun, dan siswa menjadi kurang disiplin terhadap waktu, serta siswa tidak mempedulikan lingkungan disekitar mereka hanya mempedulikan teman yang ada di dunia maya saja[12]. motivasi belajar para siswa. Anak yang sudah kecanduan game online akan menurunkan motivasi belajarnya sehingga menyebabkan penurunan prestasi belajarnya. Seseorang yang sudah kecanduan game online membutuhkan penanganan khusus[13]. Akibat adiksi online game dengan kemudahan akses dan tersedia di game center dan rumah, pemanfaatan waktu belajar di rumah relatif sedikit[14].

Dampak Hubungan Sosial

Semakin remaja kecanduan bermain game online semakin pula mengalami penurunan interaksi sosial. Indikator interaksi sosial yang paling berpengaruh yaitu akomodasi, artinya jika intensitas bermain game online pada remaja tinggi akan membuat remaja mengalami kesulitan untuk menyesuaikan diri di kehidupannya[15]. Remaja yang mengalami adiksi online game mengalami penyesuaian sosial yang buruk. Adiksi ini berdampak pada hubungan sosial remaja[16]. Platform game online untuk menyediakan tempat yang ideal bagi remaja untuk dalam memperluas lingkaran sosial mereka. Akan tetapi ini menyebabkan gamers teradiksi Ketika terbawa pada kegilaan *online* ini[17].

Dampak Keuangan

Dampak adiksi online game adalah perilaku konsumtif ketika siswa tidak dapat menggunakan uang dan hanya dihabiskan untuk bermain game online. Siswa yang kecanduan game online akan menghabiskan uang yang dimilikinya hanya untuk membeli atribut-atribut yang ada di game online dan apabila keuangan mereka sudah habis, yang ditakutkan mereka akan menghalalkan segala cara untuk tetap dapat bermain online game[18].

Kesimpulan

Dampak game online yang dibahas dalam artikel ilmiah dalam aspek kesehatan 1(5,6%) artikel, aspek psikologis 6(33,3%) artikel, aspek akademik 4 (22,2%) artikel, aspek hubungan sosial 5 (27,8%) artikel, dan aspek keuangan 2 (11,1%) artikel. Obyek kajian teratas tentang dampak online game pada aspek psikologis, diikuti aspek hubungan sosial, aspek akademik, aspek keuangan dan terakhir aspek kesehatan. Atas dasar temuan tersebut direkomendasikan alternatif upaya preventif dan kuratif dalam menaggulangi adiksi game online di umuran remaja serta melakukan kajian tentang dampak negatif game online pada anak-anak dan mahasiswa.

Daftar Rujukan

- [1] H. Akbar, "Penyuluhan Dampak Perilaku Kecanduan Game Online Terhadap Kesehatan Remaja di SMA Negeri 1 Kotamobagu," *Community Engagem. Emerg. J.*, vol. 1, no. 2, pp. 42–47, 2020, doi: 10.37385/ceej.v1i2.108.
- [2] F. F. dkk Putra, "Dampak game online terhadap perubahan perilaku sosial mahasiswa telkom university," *JPI J. Polit. Indones.*, vol. 4, pp. 98–103, 2019.
- [3] Handayani Tri Yani, Robbiyanto Noer Syarief, and Fadila Erida, "Pengaruh Game Online Terhadap Perubahan Perilaku Remaja Influence of Games Online on Changes in Adolescent Behavior," *Pengaruh Game Online Terhadap Perubahan Perilaku Remaja Infl. Games Online Chang. Adolesc. Behan.*, vol. 1, no. 2, p. 15, 2022, [Online]. Available: <http://ejurnal.stie-trianandra.ac.id/index.php/klinik/article/view/531/394>
- [4] R. R. Fitrajaya, I. P. Utomo, and L. Handayani, "Dampak Kesehatan Akibat Kecanduan Game Online Pada Remaja," *J. Cakrawala Promkes*, vol. 4, no. 2, pp. 102–113, 2022, doi: 10.12928/promkes.v4i2.5651.
- [5] G. Christine *et al.*, "Tingkat Adiksi Game Online Pada Mahasiswa Yang Tinggal di Asrama," vol. 2, no. 2, pp. 121–131, 2020.
- [6] N. F. Yanti, M. Marjohan, and R. Sarfika, "Tingkat Adiksi Game Online Siswa SMPN 13 Padang," *J. Ilm. Univ. Batanghari Jambi*, vol. 19, no. 3, p. 684, 2019, doi: 10.33087/jjubj.v19i3.756.
- [7] J. Price, "Internet Gaming Disorder: Theory, Assessment, Treatment, and Prevention," *Educ. Dev. Psychol.*, vol. 36, no. 2, pp. 90–90, 2019, doi: 10.1017/edp.2019.9.
- [8] S. Erik and W. V. Syenshie, "Hubungan Durasi Bermain Game Online Dengan Kesehatan Mental Pada Remaja Pria," *J. Ilm. Kesehat. Jiva*, vol. 2, no. 2, pp. 69–75, 2020.
- [9] Y. P. Matur, M. G. Simon, and T. A. Ndong, "Hubungan Kecanduan Game Online Dengan Kualitas Tidur Pada Remaja Sma Negeri Di Kota Ruteng," *55 Jwke*, vol. 6, no. 2, pp. 2548–4702, 2021.
- [10] R. C. S. Putri, Budiyo, and W. Kokotiasa, "Dampak Game Online Mobile Legends terhadap

Perilaku Remaja,” *Antropocene J. Penelit. Ilmu Hum.*, vol. 1, no. 1, pp. 1–7, 2021, [Online]. Available: <https://journal.actual-insight.com/index.php/antropocene/article/view/16>

- [11] E. Fitri, L. Erwinda, and I. Ifdil, “Konsep Adiksi Game Online dan Dampaknya terhadap Masalah Mental Emosional Remaja serta Peran Bimbingan dan Konseling,” *J. Konseling dan Pendidik.*, vol. 6, no. 3, pp. 211–219, 2018, doi: 10.29210/127200.
- [12] N. Ismi and A. Akmal, “Dampak Game Online Terhadap Perilaku Siswa di Lingkungan SMA Negeri 1 Bayang,” *J. Civ. Educ.*, vol. 3, no. 1, pp. 1–10, 2020, doi: 10.24036/jce.v3i1.304.
- [13] Nisrinafatin, “Pengaruh Game Online Terhadap Motivasi Belajar Siswa,” *J. Educ. Nonform.*, vol. 1, no. 2, pp. 115–122, 2020, doi: 10.21070/jees.v1i2.442.
- [14] R. Johan, “Pengaruh Game Online Terhadap Minat Untuk Belajar Peserta Didik Kelas X Di Ma Al Hidayah Depok,” *Res. Dev. J. Educ.*, vol. 5, no. 2, p. 12, 2019, doi: 10.30998/rdje.v5i2.3748.
- [15] D. Putu and E. Nilakusmawati, “Hubungan Kecanduan Bermain Game Online Terhadap Interaksi Sosial Pada Remaja,” *E-Jurnal Mat.*, vol. 9, no. 3, pp. 177–181, 2020.
- [16] T. W. Utami and H. Atik, “Kecanduan Game Online Berhubungan Dengan Penyesuaian Online Addiction Games Are Related To Social Adjustments in Adolescents,” *J. Keperawatan*, vol. 12, no. 1, pp. 17–22, 2020.
- [17] E. Hermawan and U. Pasundan, “Artikel Kecanduan Game Digital Online : Memahami Dampak Kecanduan Game Online Terhadap,” *J. Ilmu Sos.*, vol. 2, no. 1, pp. 149–162, 2019.
- [18] Y. Firdaus, Y. Pebrianti, and T. Andriyani, “Pengaruh kecanduan game online terhadap perilaku konsumtif siswa pengguna game online,” *J. Ris. Terap. Akunt.*, vol. 2, no. 2, pp. 169–181, 2018.