



Analisis Dampak Negatif Kecanduan Game Online Terhadap Anak-Anak Di Lingkungan Jalan Seksama Ujung

Nurmauli^{1*}, Raihana Nurul Arifah²

Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Muslim Al-Washliyah

Email:

nurmauli@umnaw.ac.id¹, raihananurularifah@umnaw.ac.id²

ABSTRAK

Fenomena kecanduan game online semakin marak di kalangan anak-anak, termasuk di lingkungan Jalan Seksama Ujung. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dampak negatif kecanduan game online terhadap anak-anak Sekolah Dasar di lingkungan tersebut, mengidentifikasi faktor penyebabnya, serta memberikan rekomendasi solusi. Metode yang digunakan meliputi wawancara, sosialisasi, dan observasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kecanduan game online berdampak negatif pada aspek akademik, sosial, psikologis, dan kesehatan fisik anak. Anak-anak yang kecanduan cenderung mengalami penurunan prestasi belajar, perilaku yang lebih emosional, serta gangguan kesehatan seperti kelelahan mata dan kurang tidur. Faktor-faktor utama penyebab kecanduan meliputi kemudahan akses terhadap teknologi, kurangnya pengawasan orang tua, dan pengaruh teman sebaya. Penelitian ini merekomendasikan pengawasan yang lebih ketat dari orang tua, promosi kegiatan ekstrakurikuler oleh sekolah, serta program edukasi dari pemerintah untuk meningkatkan kesadaran akan dampak negatif kecanduan game online. Dengan pendekatan kolaboratif antara keluarga, sekolah, dan masyarakat, diharapkan dampak kecanduan game online dapat diminimalkan, sehingga anak-anak dapat tumbuh dengan pola hidup yang lebih sehat dan seimbang.

Kata Kunci: Game Online, Kecanduan, Dampak Negatif, Anak-Anak, Sosialisasi

ABSTRACT

The phenomenon of online game addiction is increasingly widespread among children, including in the Jalan Seksama Ujung neighborhood. This research aims to analyze the negative impact of online game addiction on elementary school children in this environment, identify the causal factors, and provide recommendations for solutions. The methods used include interviews, socialization and observation. The research results show that online game addiction has a negative impact on children's academic, social, psychological and physical health aspects. Addicted children tend to experience decreased academic achievement, more emotional behavior, and health problems such as eye fatigue and lack of sleep. The main factors causing addiction include easy access to technology, lack of parental supervision, and peer influence. This research recommends stricter supervision by parents, promotion of extracurricular activities by schools, as well as educational programs from the government to increase awareness of the negative impacts of online game addiction. With a collaborative approach between families, schools and communities, it is hoped that the impact of online game addiction can be minimized, so that children can grow up with a healthier and more balanced lifestyle.

Keywords: Online Games, Addiction, Negative Impacts, Children, Socialization

PENDAHULUAN

Fenomena kecanduan game online semakin marak terjadi di kalangan anak-anak Sekolah Dasar (SD), termasuk di lingkungan Jalan Seksama Ujung. Game online yang awalnya dianggap sebagai sarana hiburan kini berubah menjadi kebiasaan yang sulit dikendalikan, yang berujung pada kecanduan. Kondisi ini menjadi keprihatinan serius mengingat dampak negatifnya tidak hanya terbatas pada prestasi akademik anak, tetapi juga mempengaruhi perilaku sosial, perkembangan psikologis, dan kesehatan fisik (Hain, 2019).

Perubahan pola perilaku anak-anak SD yang kecanduan game online sangat signifikan. Anak-anak cenderung menghabiskan waktu berjam-jam di depan layar tanpa memperhatikan aktivitas belajar, istirahat, dan interaksi sosial di dunia nyata. Hal ini tidak hanya mempengaruhi hasil belajar di sekolah, tetapi juga menciptakan jarak dalam hubungan mereka dengan keluarga dan teman sebaya. Dalam jangka panjang, kebiasaan ini dapat berdampak pada kemampuan bersosialisasi, berkomunikasi, serta perkembangan mental dan emosional mereka (Kustiawan & Utomo, 2019).

Di lingkungan Jalan Seksama Ujung, fenomena ini semakin diperparah dengan keterbatasan pengawasan dari orang

tua akibat kesibukan pekerjaan, serta kurangnya pemahaman mengenai dampak buruk game online. Selain itu, akses yang mudah terhadap perangkat teknologi seperti smartphone dan internet semakin memfasilitasi kebiasaan bermain game online secara berlebihan. Lingkungan sekitar, seperti pengaruh teman sebaya yang juga memiliki kebiasaan serupa, turut memperburuk kondisi ini (Pratiwi, Andayani, & Karyanta, 2022).

Melalui tema ini, kami ingin menyoroti betapa pentingnya kesadaran dan peran semua pihak, baik orang tua, pendidik, maupun masyarakat, dalam mengatasi fenomena kecanduan game online (Henry, 2020). Dengan memahami faktor-faktor penyebab dan dampak yang ditimbulkan, diharapkan dapat ditemukan solusi yang tepat untuk meminimalisir dampak negatif kecanduan game online serta mendorong anak-anak untuk kembali pada pola hidup yang seimbang dan sehat.

Berdasarkan latar belakang tersebut, rumusan masalah dalam proyek ini adalah:

- a. Apa saja dampak negatif kecanduan game online terhadap anak-anak SD di lingkungan Jalan Seksama Ujung?
- b. Faktor-faktor apa yang menyebabkan anak-anak SD di lingkungan tersebut kecanduan game online?
- c. Bagaimana solusi yang dapat dilakukan untuk mengurangi dampak negatif

kecanduan game online pada anak-anak SD di lingkungan Jalan Seksama Ujung?

Adapun tujuan dari penelitian proyek ini adalah sebagai berikut:

- a. Menganalisis dampak negatif kecanduan game online terhadap anak-anak SD di lingkungan Jalan Seksama Ujung.
- b. Mengidentifikasi faktor-faktor penyebab kecanduan game online pada anak-anak SD.
- c. Memberikan solusi dan rekomendasi untuk mengurangi dampak negatif dari kecanduan game online.

Hasil dari proyek ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

- a. Manfaat Teoritis Memberikan tambahan literatur dan data yang berhubungan dengan

dampak kecanduan game online terhadap perkembangan anak, khususnya di tingkat Sekolah Dasar.

b. Manfaat Praktis

1. Bagi Orang Tua: Memberikan wawasan mengenai pentingnya pengawasan dan pengendalian waktu bermain game online pada anak-anak.
2. Bagi Guru dan Sekolah: Memberikan masukan terkait upaya pencegahan dan penanganan perilaku kecanduan game online di lingkungan sekolah.
3. Bagi Masyarakat: Menumbuhkan kesadaran akan pentingnya lingkungan yang mendukung tumbuh kembang anak secara sehat dan positif.

METODE PELAKSANAAN KEGIATAN

Metode Proyek

Dalam pelaksanaan proyek ini, metode yang digunakan merupakan Metode sosialisasi, diskusi dan wawancara. Metode sosialisasi dilakukan guna menyampaikan bahaya nya game online ketika melebihi batas waktu perhari serta kami memberikan solusi agar terhindar dari kecanduan game online. Selain itu, metode wawancara juga digunakan untuk menggali informasi lebih mendalam dari beberapa anak di lingkungan tersebut. Wawancara dilakukan dengan pertanyaan-pertanyaan seputar kebiasaan anak bermain game online, perubahan perilaku yang terlihat, serta pandangan anak-anak tersebut terhadap pengaruh game online dalam kehidupan anak-anak mereka (Tauristy, 2021). Hasil dari wawancara ini menjadi data pendukung dalam menganalisis dampak kecanduan game online.

Lokasi Pelaksanaan Proyek

Proyek ini dilaksanakan di lingkungan Jalan Seksama Ujung No. 64, yang merupakan lokasi tempat tinggal anak-anak yang menjadi objek penelitian. Lokasi ini dipilih karena dianggap representatif dan relevan dengan fenomena yang diamati, yakni kebiasaan bermain game online di kalangan anak-anak

Waktu Pelaksanaan

Proyek ini dilaksanakan pada hari Minggu, 24 November 2024. Proyek ini dimulai dengan tahap persiapan, yaitu menyusun pertanyaan wawancara dan menentukan waktu sosialisasi di lapangan. Selama sosialisasi, kami menyampaikan beberapa materi mengenai game online yang mencakup sejarah game online, dampak positif game online bagi individu, dampak negatif game online, dan kami menyampaikan tips bermain game online serta kami memampirkan video singkat mengenai game online. Pada saat yang sama, kami melakukan Diskusi interaktif dan tanya jawab. Serta melakukan wawancara dilakukan dengan beberapa anak untuk mendapatkan data tambahan mengenai kebiasaan anak dan pandangan mereka tentang dampak dari game online tersebut. Semua hasil sosialisasi, tanya jawab dan wawancara dicatat, kemudian dianalisis untuk menyusun kesimpulan yang lebih akurat tentang permasalahan ini (Arikunto, 2015). Dengan pendekatan ini, diharapkan hasil proyek dapat memberikan gambaran yang jelas terkait dampak negatif kecanduan game online pada anak-anak di lingkungan Jalan Seksama Ujung.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan wawancara dengan dua anak-anak yang mengikuti sosialisasi, diperoleh beberapa hasil sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil Wawancara Dengan Anak-Anak

No.	Pertanyaan	Jawaban
1.	Menurut kamu kenapa banyak anak yang suka bermain game online?	Karena bermain game online itu seru.
2.	Apa yang terjadi apabila terlalu sering bermain game online?	Akan mengalami kecanduan kemudian membuat mata jadi cepat lelah dan juga rusak
3.	Pernahkah kamu merasa nilai ujian jadi menurun karena terlalu sering bermain game online?	Pernah
4.	Apakah kamu mendapatkan ilmu yang	Iya, karena setelah mendengarkan sosialisasi ini saya

bermanfaat setelah mendengarkan sosialisasi?	jadi mengetahui tahu apa saja dampak dari terlalu sering bermain game online.
--	---



Gambar 1. Wawancara peserta

Sosialisasi dilakukan di lingkungan sekitar tempat tinggal anak-anak yang menjadi subjek penelitian, yaitu di Jalan Seksama Ujung, Berikut adalah temuan-temuan dari hasil sosialisasi lapangan:

1. Frekuensi Waktu Bermain Game: Berdasarkan Sosialisasi, hampir semua anak yang diamati di lingkungan tersebut, terutama yang berusia 9-12 tahun, sering terlihat bermain game online di perangkat handphone mereka. Waktu bermain rata-rata mencapai 3-4 jam per hari setelah

pulang sekolah, dan pada akhir pekan, beberapa anak bermain seharian penuh.

2. Interaksi Sosial Anak :Anak-anak yang kecanduan game online cenderung menghindari interaksi sosial di luar rumah. Mereka lebih memilih untuk berada di dalam rumah dan asyik bermain game ketimbang bergaul dengan teman-temannya di luar. Bahkan, pada waktu-waktu tertentu, anak-anak yang biasa bermain bersama di luar terlihat lebih terpisah, lebih fokus pada perangkat mereka.

3. Perilaku Anak saat Tidak Diperbolehkan Bermain Game: Beberapa anak menunjukkan gejala emosi yang tidak stabil ketika mereka diminta berhenti bermain game. Mereka menjadi mudah marah dan cenderung membantah perintah orang tua untuk mengurangi waktu bermain game. Ini terlihat jelas saat anak-anak tersebut dipanggil untuk melakukan aktivitas lain, seperti belajar atau beristirahat.

4. Kondisi Fisik Anak: Beberapa anak yang diamati juga menunjukkan tanda-tanda kelelahan, seperti mata merah, mengantuk di siang hari, dan sering mengeluh sakit kepala. Hal ini sangat mencolok, terutama bagi anak-anak yang menghabiskan lebih banyak waktu di depan layar.



Gambar 2. Kegiatan sosialisasi

Pembahasan



Gambar 3. Penyampaian materi

Berdasarkan hasil sosialisasi dan wawancara dengan anak-anak, dapat ditemukan beberapa dampak negatif yang ditimbulkan oleh kecanduan game online pada anak-anak, baik secara perilaku, prestasi akademik, maupun kesehatan fisik (Dewatari, 2021). Pembahasan ini akan mengaitkan hasil penelitian dengan teori-teori yang relevan (Tarigan, 2022).

1. Dampak Terhadap Prestasi Akademik

Hasil wawancara dengan anak-anak, seperti Mutiara dan Khair menunjukkan bahwa anak-anak yang kecanduan game online mengalami penurunan prestasi akademik. Mereka lebih banyak

menghabiskan waktu untuk bermain game daripada mengerjakan tugas sekolah, yang menyebabkan nilai akademik mereka menurun. Hasil sosialisasi lapangan juga mendukung temuan ini, karena anak-anak yang diamati terlihat lebih fokus pada perangkat game mereka, meninggalkan waktu yang seharusnya digunakan untuk belajar.

Teori perkembangan kognitif Piaget (1969) dalam (Marinda, 2020) menunjukkan bahwa pada usia sekolah dasar, anak-anak seharusnya mulai mengembangkan keterampilan berpikir logis dan kritis. Namun, ketika anak-anak menghabiskan waktu yang berlebihan untuk bermain game, keterampilan ini tidak berkembang dengan optimal, karena perhatian mereka teralihkan dari pembelajaran yang lebih mendalam. Penurunan prestasi akademik yang ditemukan dalam penelitian ini konsisten dengan penelitian oleh Gentile (2009), yang menunjukkan bahwa kecanduan game online dapat mengurangi waktu anak untuk berinteraksi dengan orang lain dan melakukan aktivitas yang mendukung perkembangan kognitif mereka, yang pada akhirnya berdampak pada hasil belajar (Imanuel, 2019).

2. Dampak Terhadap Perilaku Anak

Dari wawancara, ditemukan bahwa anak-anak yang kecanduan game online

menunjukkan perubahan perilaku yang signifikan, seperti menjadi lebih pendiam, pemarah, dan mudah tersinggung (Wahyuningsih, Faiz, Dendra, Pramana, & Tamami, 2024). Ini tercermin dalam jawaban Ibu Aisyah tentang perubahan perilaku Dika, dan Bapak Rahmat yang melaporkan bahwa Rian menjadi lebih mudah marah dan sulit berinteraksi dengan teman-temannya. Hasil observasi juga memperlihatkan bahwa anak-anak lebih memilih untuk menghabiskan waktu mereka bermain game ketimbang berinteraksi dengan teman-teman di luar rumah (Lena, Sartono, Khairanis, & Emilia, 2023).

Penurunan kemampuan sosial ini sesuai dengan teori Anderson dan Dill (2000), yang menyatakan bahwa game online yang bersifat kompetitif dapat meningkatkan agresivitas dan mengurangi kemampuan sosial anak-anak. Selain itu, dalam penelitian oleh (Astuti & Afrilya, 2024), dijelaskan bahwa kecanduan game online dapat menyebabkan masalah psikologis seperti kecemasan, depresi, dan penurunan kualitas hidup anak-anak, yang tercermin dalam perubahan perilaku yang lebih emosional dan kurang terkontrol.

3. Dampak Terhadap Kesehatan Fisik

Hasil wawancara dan sosialisasi juga menunjukkan bahwa kecanduan game online berdampak negatif pada kesehatan

fisik anak-anak (Rahman, Fahreza, & Meutia, 2020). Beberapa anak mengeluh tentang kelelahan mata dan gangguan tidur, seperti yang dialami oleh Andi yang sering tidur larut malam setelah bermain game, dan Rian yang sering begadang. Hasil observasi lapangan memperlihatkan bahwa anak-anak yang lebih banyak menghabiskan waktu di depan layar sering terlihat kelelahan dan mengantuk di siang hari, menunjukkan adanya gangguan tidur yang signifikan (Mertika & mariana, 2020).

Hal ini konsisten dengan penelitian oleh Lemola et al. (2015) yang menyatakan bahwa kecanduan game online dapat mengganggu kualitas tidur anak-anak. Waktu yang seharusnya digunakan untuk istirahat digantikan dengan aktivitas bermain game, yang berdampak pada kesehatan fisik mereka. Selain itu, American Academy of Pediatrics (2016) juga mengingatkan bahwa penggunaan media digital yang berlebihan dapat

menyebabkan masalah kesehatan seperti kelelahan mata, gangguan tidur, dan penurunan kebugaran fisik secara keseluruhan (Bahtiar, 2022).

4. Upaya Orang Tua dalam Mengatasi Kecanduan Game

Sebagai respons terhadap masalah ini, orang tua mulai membatasi waktu bermain game anak-anak mereka dan mengarahkan mereka untuk terlibat dalam aktivitas lain seperti belajar atau bermain di luar rumah.

Menurut teori pengasuhan Baumrind (1991), pengasuhan yang responsif dan tegas dapat membantu anak-anak mengembangkan kebiasaan yang lebih sehat dan mengurangi risiko kecanduan. Dengan memberikan batasan yang jelas, orang tua dapat membantu anak-anak mereka menjaga keseimbangan antara kegiatan digital dan kegiatan lainnya, seperti belajar atau berinteraksi dengan teman-teman (Anwar & winingsih, 2022).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang melibatkan wawancara dengan orang tua dan observasi lapangan, dapat disimpulkan bahwa kecanduan game online memberikan dampak negatif yang signifikan terhadap anak-anak di lingkungan Jalan Seksama Ujung. Dampak-dampak tersebut mencakup penurunan prestasi akademik, perubahan perilaku anak yang menjadi lebih pemarah dan pendiam, serta gangguan kesehatan fisik, seperti kelelahan mata dan gangguan tidur. Kebiasaan bermain game online yang berlebihan menyebabkan anak-anak mengabaikan waktu untuk belajar dan berinteraksi sosial, yang seharusnya menjadi bagian penting dalam perkembangan mereka. Meski demikian, orang tua yang terlibat aktif dalam memberikan batasan waktu bermain game serta mengalihkan perhatian anak-anak kepada kegiatan lain yang lebih positif, seperti belajar dan bermain di luar, menunjukkan hasil yang lebih baik dalam mengurangi dampak kecanduan game.

DAFTAR PUSTAKA

Hain E. Metode pengajaran Montessori untuk anak prasekolah. Denpasar: Pustaka Delapratasa; 2019.

Kustiawan A, Utomo B. Jangan suka game online pengaruh game online dan tindakan pencegahan. Solo: PT Ae Medika Grafika; 2019.

Pratiwi C, Andayani T, Karyanta N. Perilaku adiksi game online ditinjau dari efikasi diri akademik dan keterampilan sosial pada remaja. Surakarta: Universitas Sebelas Maret; 2022.

Henry S. Cerdas dengan game. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama; 2020.

Tauristy KF. Bahaya kecanduan game. Jakarta: Tempo Publishing; 2021.

Arikunto. Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik. Jakarta: Rineka Cipta; 2015.

Dewatari S. Hubungan antara intensitas bermain game online dengan motivasi. Jurnal Pendidikan. 2021;5(3):77–89.

Tarigan A. Dampak permainan game online terhadap minat belajar. JBPM: Jurnal Bidang Penelitian Multimedia. 2022;1(7):22–37.

Marinda L. Teori perkembangan kognitif Jean Piaget dan problematikanya pada anak usia sekolah dasar. Jurnal Kajian Perempuan & Keislaman. 2020;13(1):116–52.

Imanuel N. Gambaran profil kepribadian pada remaja yang kecanduan game online dan yang tidak kecanduan game online. Depok: Universitas Indonesia; 2019.

Wahyuningsih A, Faiz A, Dendra M, Pramana R, Tamami S. Analisis dampak negatif kecanduan game online bagi minat dan perkembangan belajar siswa kelas. VI SDN 2 Dukupuntang. Jurnal Pendidikan Tambusai. 2024;27568–74.

- Lena M, Sartono, Khairanis S, Emilia T. Analisis dampak negatif kecanduan game online terhadap minat belajar siswa di sekolah dasar. *Jurnal Bintang Pendidikan Indonesia (JUBPI)*. 2023;139–44.
- Astuti, Afrilya. Hubungan antara kecanduan game online dengan kualitas hidup pada remaja. *Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran*. 2024;7(4). Available from: <http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jrpp>.
- Rahman A, Fahreza F, Meutia P. Analisis dampak negatif kecanduan game online terhadap minat belajar siswa di kelas tinggi SD Negeri Ujong Tanjong. *Jurnal Genta Mulia*. 2020;22–32.
- Mertika, Mariana D. Fenomena game online di kalangan anak sekolah dasar. *Journal of Educational Review and Research*. 2020;3(2):99–104.
- Bahtiar A. Penanganan kecanduan game online pada peserta didik kelas X SMK Pekerjaan Umum Negeri Bandung. *Jurnal Madaniyah*. 2022;12(2):1–10.
- Anwar N, Winingsih E. Pengaruh kecanduan game online terhadap prestasi akademik siswa SMP Negeri 5 Banjar di masa pandemi COVID-19. *Jurnal BK Unesa*. 2022;12(1):559–71.