

Dampak bermain game online terhadap pelajar : A scoping review

Ahmed Akas M¹, Dwika Mutiara R.², Hilya Hifdlil W³, Nur M. Asrofi

^{1,2,3,4} Program Studi Psikologi, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

e-mail : ¹240401110063@student.uin-malang.ac.id,

Kata Kunci:

game; online; dampak; pelajar; scoping review.

Keywords:

game; online; impact; student; scoping review.

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menyelidiki dampak bermain game online terhadap kinerja akademik siswa, kesehatan fisik dan mental, dan lingkungan sosial. Metode yang digunakan adalah scoping review dengan pendekatan PRISMA, dengan 30 artikel relevan dipilih berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa meningkatkan kemampuan bahasa Inggris, keterampilan manajemen waktu, serta perhatian dan konsentrasi dapat memberikan hasil yang baik. Namun, ada juga kelemahannya, termasuk prestasi akademis yang rendah, masalah kesehatan fisik seperti insomnia dan postur tubuh yang buruk, serta penyakit psikologis termasuk kecanduan dan ketidakstabilan emosi. Solusi yang disarankan antara lain sosialisasi, edukasi, dan pengendalian diri dengan dukungan orang tua, sekolah, dan masyarakat untuk membantu siswa dalam menemukan keseimbangan antara kondisi sebenarnya dan dunia digital.

ABSTRACT

This study aims to investigate the impact of playing online games on students academic performance, physical and mental health, and social environment. The method used was a scoping review using the PRISMA approach, with 30 relevant articles selected based on inclusion and exclusion criteria. The results of this study show that improving English language skills, time management skills, and attention and concentration can provide good results. However, there are also drawbacks, including low academic performance, physical health problems such as insomnia and poor posture, and psychological illnesses including addiction and emotional instability. Suggested solutions include socialization, education and self-control with the support of parents, schools and the community to help students find a balance between real conditions and the digital world.

Pendahuluan

Latar Belakang

Perkembangan Ilmu Pengetahuan khususnya di bidang teknologi komunikasi sangat berkembang dengan pesat, yang dapat menghasilkan banyak manfaat dan kemudahan dalam mengakses internet (A. Akbar & Noviani, 2019). Hampir setiap aspek kegiatan dapat diakses dengan mudah melalui internet. Sehingga pola hidup manusia saat ini telah diubah oleh internet. Smartphone saat ini terus berkembang menjadi perangkat yang serbaguna, yang memiliki fitur canggih dan dapat membantu kehidupan manusia (Sidabutar et al., 2019). Penggunaan smartphone pada era saat ini adalah sesuatu yang sudah menyebar ke berbagai kalangan, mulai dari tingkat anak-anak bahkan sampai usia dewasa dan orang tua. Manfaat adannya internet yaitu memberikan ilmu pengetahuan, pendidikan dan hiburan (Yulianti et al., 2020).

Game online adalah sesuatu yang berdampak cukup hebat sehingga menimbulkan perubahan seperti kecanduan (Zendrato & Harefa, 2020). Selain itu penggunaan game



This is an open access article under the CC BY-NC-SA license.

Copyright © 2023 by Author. Published by Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

online secara berlebihan dapat menimbulkan masalah di antaranya motivasi belajar akan menurun, kurang peduli dengan kegiatan sosial dan dapat menurunkan kesehatan (Pelawi, 2021). Seorang pelajar ataupun remaja menjadi salah satu target dari adanya *game online* karena remaja biasanya memiliki rasa ingin tahu yang sangat tinggi. Dengan adanya *game-game* terbaru yang sangat menarik perhatian, menyebabkan banyak remaja kecanduan dan tidak bisa terlepas dari *game* (Zendrato & Harefa, 2020).

Selain itu secara psikologis pikiran mereka yang berlebihan dalam bermain *game* akan tergangu karena terus-menerus dengan memikirkan bagaimana memenangkan satu permainan yang mereka telah mainkan, yang mempengaruhi tingkah laku karena apa yang mereka lihat secara terus menerus akan menjadi karakter mereka (Pelawi, 2021). Banyaknya waktu yang dihabiskan untuk bermain *game* dapat berdampak pada perilaku remaja, seperti munculnya rasa malas. Perubahan perilaku yang terjadi pada remaja yang kecanduan *game online* mungkin tidak dirasakan oleh remaja itu sendiri, tetapi orang lain di sekitar mereka, terutama orang tua mereka, dapat merasakannya.

Tujuan

Tujuan dilakukan penelitian ini adalah untuk menjelaskan dan memaparkan dampak bermain *game online* terhadap pelajar, baik dari segi positif maupun negatif, dan memberikan pemahaman bagi pembaca yang lebih mendalam tentang bagaimana bermain *game online* dapat memengaruhi perkembangan akademik, sosial, dan emosional seorang pelajar. Selain itu juga diberikan penjelasan mengenai cara mencegah dan mengatasi dampak-dampak tersebut.

Metode

Kami melakukan tinjauan cakupan untuk memetakan pengaruh bermain *game online*, yaitu dampak-dampak bermain *game online* yang berfokus pada pelajar. Ditulisnya artikel ini mengikuti standar Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA) yaitu merupakan perluasan dari scoping reviews yang diuraikan oleh (Arksey & O'Malley, 2005). Ada lima tahap yang dikemukakan oleh Arksey dan O'Malley, yaitu strategi pencarian, kriteria inklusi dan eksklusi, proses seleksi, ekstraksi data, dan analisis data. Pembahasan yang dihasilkan menjawab rumusan masalah, yaitu: 1) apa faktor penyebab banyak orang bermain *game online*?, 2) bagaimana dampak positif dan negatif bermain *game online* terhadap pelajar?, 3) bagaimana cara mencegah dan mengatasi dampak negatif bermain *game online* ?.

Strategi Pencarian

Strategi pencarian yang digunakan adalah basis data elektronik dari website Google Cendikia (Google Scholar), Prohealth Journal, dan Maliki Interdisciplinary Journal (MIJ) yang ditelusuri pada bulan Desember 2024. Kata kunci yang digunakan adalah: dampak ATAU *game* ATAU *online* ATAU pelajar ATAU akademik ATAU psikologis ATAU kesehatan ATAU digital ATAU sosial ATAU solusi.

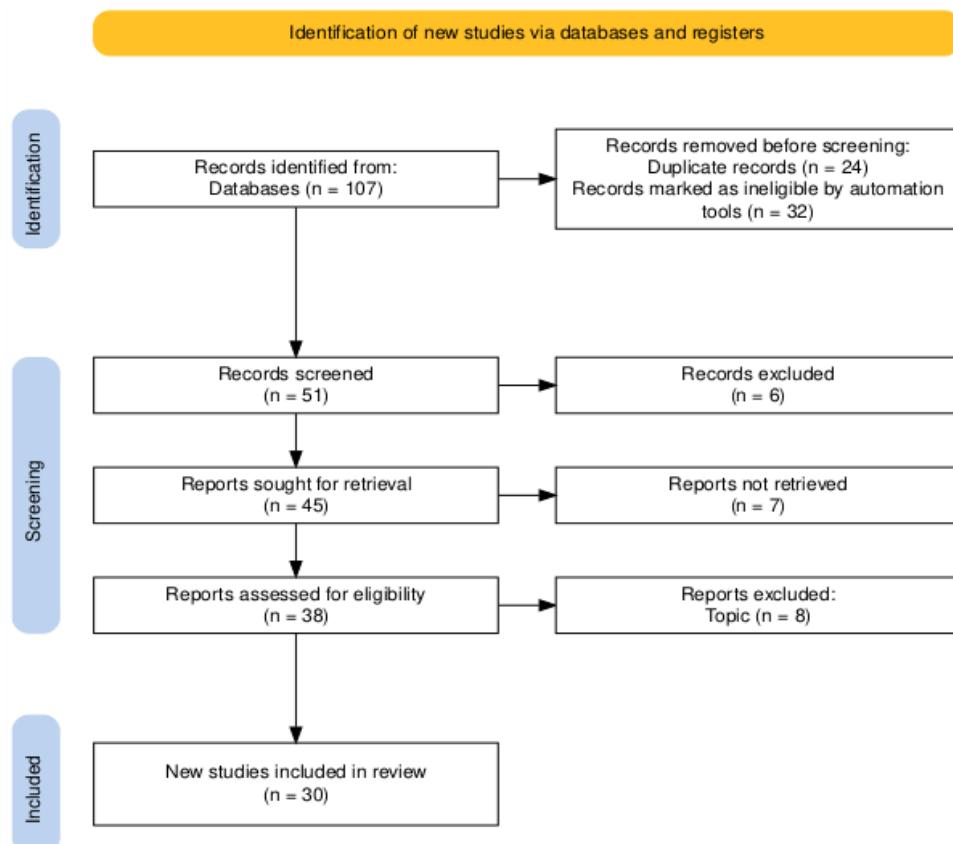
Dibatasi untuk tahun publikasi yaitu 10 tahun terakhir. Istilah pencarian dibatasi pada judul dan abstrak. Pencarian diawali dengan menuliskan judul, lalu dilanjut dengan menambahkan kata kunci 'positif' dan 'negatif'.

Kriteria Inklusi dan Eksklusi

Agar memenuhi syarat untuk dimasukan, penelitian harus ditulis dalam bahasa Indonesia dan/atau Inggris. Artikel harus membahas topik “dampak game online terhadap pelajar” dan dikecualikan jika topik tersebut tidak ditulis dalam judul dan abstrak. Dampak yang dimaksud meliputi dampak dalam bidang akademik, kesehatan fisik dan psikis, serta lingkungan sosial. Artikel yang disertakan harus bertujuan untuk mengevaluasi dan memaparkan dampak negatif maupun positif terhadap pelajar.

Proses Seleksi

Pencarian literatur yang dilakukan pada tanggal 8 Desember 2024 menghasilkan 107 hasil. Setelah penyaringan Duplikat dan literatur yang tidak dapat di unduh atau dibuka, 51 literatur tetap ada. Setelah penyaringan judul dan abstrak serta literatur yang tidak memenuhi syarat lainnya, 38 literatur tetap ada. Kemudian setelah dilihat dan ditinjau lagi topik yang dibahas serta relevansi terhadap objek pelajar, 8 literatur dikecualikan. Alhasil 30 literatur dimasukkan dalam artikel ini sebagai referensi (lihat [Gambar 1](#)).



Gambar 1. PRISMA Flow Diagram for the scoping review: Dampak bermain game online terhadap pelajar

Ekstraksi Data

Mengikuti prosedur yang dijelaskan oleh (Arksey & O’Malley, 2005), pencarian data dilakukan bersama-sama oleh keempat penulis, yang ditemukan dalam website Google Cendikia (Google Shcolar), Prohealth Journal, dan Maliki Interdisciplinary Journal (MIJ) dengan kata kunci dampak, game online, pelajar, positif, negatif. [Gambar 1](#) menunjukkan diagram flow atau bagan alurnya. Kriteria inklusi dan eksklusi diterapkan, kemudian

yang tidak sesuai dihapus. Karakteristik literatur diekstraksi dari artikel yang disertakan ($n=30$) dan dimasukkan kedalam tabel. Ekstraksi data melibatkan keempat penulis; penulis satu dan dua (NMA, DMR) mengekstrak data kedalam tabel, penulis tiga dan empat (AAM, HHW) memeriksa data yang diringkas setelahnya. Data berikut diekstraksi dan disintesis dari setiap artikel yang masuk kedalam kategori topik yang sudah ditentukan, yaitu: dampak akademik, kesehatan fisik, kesehatan psikologis, lingkungan sosial. Dampak-dampak yang dimasukan meliputi dampak positif dan negatifnya.

Analisis Data

Data yang diambil dari 30 literatur ditinjau untuk mengidentifikasi dan memaparkan dampak-dampak dalam bidang yang berbeda. Bidang-bidang tersebut adalah: 1) akademik, yaitu seperti proses belajar, kompetensi, dan kemampuan kognitif; 2) kesehatan, yaitu menjelaskan bagaimana dampak tersebut mempengaruhi kondisi fisik, biologis, dan aktivitas sehari-hari; 3) psikologis, yaitu berisi tentang kondisi kesehatan mental yang juga mempengaruhi perilaku, emosi, dan motivasi; 4) lingkungan sosial, yaitu mencakup bagaimana dampak *game online* mempengaruhi karakter, gaya hidup, pergaulan, dan interaksi sosial. Analisis dalam tinjauan cakupan ini bersifat deskriptif. Pada setiap paragrafnya berisi pengertian kemudian proses terjadinya, kemudian penjelasan, kemudian cara menanggulanginya.

Hasil

Game online diciptakan untuk menjadi hiburan dan relaksasi untuk melepas rasa penat seseorang. *Game online* dirancang untuk menghibur dan memberi pengalaman yang menyenangkan dengan berbagai fitur yang menarik dan mekanisme permainan yang interaktif (Arief Budiman et al., 2022; Siagian, 2022; Sidabutar et al., 2019). Selain itu *game online* memungkinkan pemain untuk menikmati hiburan dengan cara yang dapat disesuaikan, baik secara individual maupun dalam mode *multiplayer* bersama teman, yang memberi kepuasan pengalaman dalam bermain *game online*. Banyak orang yang bermain *game online* untuk mengisi waktu luang mereka, karena *game online* dapat dimainkan di berbagai platform (Anggraini, 2024; Azkya, 2024). Dengan kemajuan teknologi modern ini, pemain dapat menikmati pengalaman bermain *game online* kapan saja dan dimana saja. Mereka dapat bermain saat di rumah, di luar atau saat bersantai. Dengan ini *game online* menjadi semakin diminati oleh banyak orang (Ahmad Wildan et al., 2022; Ganda & Hidayat, 2021; Mertika & Mariana, 2020; Ondang et al., 2020; Pratama et al., 2020; Shofiya Launin et al., 2022; Siagian, 2022).

Dengan perkembangan teknologi yang semakin canggih, aktivitas manusia kini sangat bergantung pada kemajuan teknologi (Ahmad Wildan et al., 2022). Salah satu perkembangan tersebut terlihat dalam bidang media telekomunikasi digital. Hanya dengan menggunakan perangkat kecil yang mudah digenggam, seperti ponsel, remaja dapat dengan mudah mengakses berbagai informasi melalui internet tentang berbagai hal yang ingin mereka ketahui. Salah satunya adalah *game online*, permainan *game* kini tersedia di ponsel yang sering digunakan oleh para remaja (Pratama et al., 2020). Didalam *game online* terdapat dampak positif dan dampak negatifnya, yang mana hal tersebut dapat membuat perubahan-perubahan dalam kehidupan pengguna (Arief

Budiman et al., 2022; Ganda & Hidayat, 2021; Mertika & Mariana, 2020; Ondang et al., 2020; Shofiya Launin et al., 2022; Siagian, 2022; Suhendra et al., 2020). Berikut adalah dampak-dampak bermain *game online* :

Dampak Positif

Akademik

Meningkatnya kemampuan berbahasa Inggris. *Game online* menyediakan fitur-fitur yang berbahasa Inggris. Hal itu secara tidak langsung menuntut pengguna *game* untuk bisa berbahasa Inggris (Hadisaputra, 2022; Prastius, 2020). Selain itu penggunaan *game* yang secara berulang-ulang tersebut menjadikan informasi yang ditangkap menjadi memori jangka panjang (*long term memory*). Emosi senang yang diberikan saat bermain *game* menjadi salah satu alasan menjadikannya memori jangka panjang (Andoyo & Hening A, 2021; Anggraini, 2024; Wallace & Klatzky, 1980). Dapat mengatur dan menggunakan waktu secara efektif. Sebagai pelajar yang bermain *game* selain memikirkan tentang pelajaran tetapi juga memikirkan tentang kapan bermain *game* (Anggraini, 2024). Hal tersebut bukan berarti hanya berdampak negatif, tetapi juga bisa menjadi dampak positif jika seorang pelajar bisa mengatur waktu. Bahkan hal itu bisa melatih kedisiplinan dan menejemen waktu (Arief Budiman et al., 2022; Hadisaputra, 2022; Shofiya Launin et al., 2022; Suhendra et al., 2020; Zendrato & Harefa, 2020).

Kesehatan

Mengasah kemampuan berfikir dan melatih konsentrasi. Dalam *game* kita dituntut untuk memenangkan pertandingan. Untuk menggapai kemenangan tersebut memerlukan strategi-strategi yang berbeda-beda dan memilih strategi yang paling tepat. Hal tersebut menghasilkan kemampuan otak untuk mengasah atau menganalisis sesuatu menjadi lebih meningkat (Azkya, 2024; Firmansyah & Fauziyah, 2023).

Lingkungan Sosial

Menambah banyak teman, *game online* pasti memberikan fitur *multiplayer* yang mana hal tersebut menjadi media interaksi dengan orang lain. Kebanyakan *game* sekarang itu menyediakan fitur komunikasi yaitu chat dan mikrofon. Selain hal itu juga *game* menuntut para player untuk saling bekerjasama yang secara tidak langsung mewajibkan player untuk berkomunikasi (Masida, 2024).

Menghasilkan uang, *game online* jika digunakan dengan benar bisa menjadi sumber penghasilan. Salah satunya adalah dengan mengikuti tournament E-sport (Suhendra et al., 2020). Hal itu juga bisa mengharumkan nama bangsa dengan membawanya ke ranah Internasional. Selain mengikuti tournament juga bisa menjadi seorang *content creator* (*youtuber game*), menjual akun *game*, dan lain sebagainya (Gofar, 2023; Ondang et al., 2020; Pratama et al., 2020; Rani et al., 2019; Sidabutar et al., 2019).

Psikologis

Menghilangkan Stres. Salah satu alasan yang dipakai gamer untuk bermain *game* adalah untuk mencari kesenangan. Mungkin di kehidupan nyata mereka memiliki masalah-masalah, sehingga mereka menjadikan *game* sebagai pelarian (Anggraini, 2024). Terkadang juga ketika ingin melampiaskan masalah atau keinginan yang sulit

dilakukan di dunia nyata, mereka menggunakan *game* untuk melampiaskannya (Andoyo & Hening A, 2021; Gofar, 2023; Haibanissa et al., 2022; Harahap & Ramadan, 2021; Pelawi, 2021).

Dampak Negatif

Akademik

Game online mungkin mengganggu kinerja akademik pelajar. Waktu bermain sering kali lebih diutamakan daripada belajar atau menyelesaikan tugas sekolah. Akibatnya, anak-anak kurang siap untuk belajar di kelas. Mereka juga menunjukkan perhatian yang lebih rendah karena kelelahan atau gangguan dari penekanan terus-menerus pada permainan. Dampak ini lebih terlihat ketika hasil ujian atau tugas mereka menunjukkan penurunan nilai yang cukup besar (H. Akbar, 2020; Gofar, 2023; Harahap & Ramadan, 2021; Johan, 2019; Zendrato & Harefa, 2020). Selain itu, pencahayaan yang buruk dapat menyebabkan ketegangan mata (digital eye strain) dan sakit kepala, yang jika berkepanjangan dapat mengganggu aktivitas sehari-hari (Firmansyah & Fauziyah, 2023; Hermawan & Abdul Kudus, 2021; Masida, 2024; Mustika Sari & Dwi Prajanty, 2017).

Kesehatan

Bermain *game* internet secara berlebihan dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan fisik pada pelajar. Salah satu akibatnya adalah insomnia atau sulit tidur akibat bermain hingga larut malam, sehingga mengganggu siklus alami tidur (Azkya, 2024; Mais et al., 2020). Kurang tidur tidak hanya menyebabkan kelelahan, tetapi juga mengganggu kemampuan Anda untuk fokus dan produktif sepanjang hari (Arief Budiman et al., 2022; Mais et al., 2020). Selain itu, duduk dalam waktu lama di depan komputer sering kali menyebabkan masalah kesehatan fisik, seperti nyeri punggung, leher, atau pergelangan tangan, dan postur tubuh yang tidak normal (Siagian, 2022). Paparan layar secara terus-menerus juga dapat menyebabkan ketegangan mata digital dan sakit kepala, sehingga memperburuk kesehatan fisik pelajar (H. Akbar, 2020; Dwi Praba, 2018; Haibanissa et al., 2022; Hermawan & Abdul Kudus, 2021; Pratama et al., 2020; Sidabutar et al., 2019).

Lingkungan Sosial

Permainan *game* online yang dilakukan anak telah membawa dampak pada moral anak (Ahmad Wildan et al., 2022). seseorang yang lebih sering berinteraksi dengan dunia virtualnya daripada dunia nyata menunjukkan bahwa permainan *game* online memengaruhi moral mereka. Selain itu *game* online ini berdampak kurang baik di lingkup keluarga, teman dan masyarakat. Mereka akan lebih suka menyendiri dari pada berkumpul atau berbincang dengan keluargannya, karena mereka sudah merasa asyik dengan gadget-nya sendiri (Andoyo & Hening A, 2021; Gofar, 2023; Putra et al., 2019; Rani et al., 2019; Suhendra et al., 2020; Ulya et al., 2021).

Bermain *game* online secara berlebihan membuat beberapa orang akan mengabaikan tanggung jawab sosial mereka seperti pendidikan dan juga pertemanannya. Ketidakseimbangan seperti ini dapat menyebabkan keretakan hubungan dalam pertemanan ataupun dalam menempuh pendidikan (Ahmad Wildan et al., 2022; Pelawi, 2021). Selain itu beberapa *game* online memiliki kompetisi yang dapat mempengaruhi

perilaku pemain di dunia nyata, seperti munculnya perilaku agresif atau tidak sabaran(Firmansyah & Fauziyah, 2023).

Psikologis

Kondisi psikis seorang remaja yang sering bermain *game online* dapat menyebabkan ketagihan atau kecanduan, mereka tidak akan memiliki waktu untuk aktivitas lain karena mereka sudah mengalami ketergantungan pada aktivitas *game*. Selain itu bermain *game online* dapat menyebabkan kemarahan yang menjadikan emosi tidak stabil, kekecewaan, dan agresifitas saat sering mengalami kekalahan dalam bermain *game*. Dan pikiran mereka akan terganggu akibat terus-menerus memikirkan cara untuk menang dalam permainan yang sedang mereka mainkan (Anggraini, 2024; Gofar, 2023; Haibanissa et al., 2022; Ondang et al., 2020; Pelawi, 2021).

Solusi

Dari dampak - dampak yang sudah paparkan diatas masyarakat dan pemerintah itu perlu mencari solusi terhadap masalah tersebut. Hal pertama yang harus dilakukan adalah mengadakan sosialisasi terhadap para pelajar. Pencegahan itu lebih baik daripada mengobati, dalam konteks ini sosialisasi adalah Pencegahan awal yang perlu dilakukan. Sosialisasi atau penyuluhan bisa dilakukan dalam bentuk formal saja seperti seminar disekolah, tetapi peran orangtua juga sangatlah penting (A. Akbar & Noviani, 2019; Dwi Praba, 2018). Selain sosialisasi pencegahan yang dilakukan selanjutnya bisa dengan mengedukasi pelajar mengenai dampak negatif *game online*, yang dapat dilakukan melalui seminar atau diskusi di sekolah, dan membuat jadwal atau mengatur waktu yang menunjukkan kapan waktu bermain dan belajar (H. Akbar, 2020; Anggraini, 2024; Yulianti et al., 2020).

Selanjutnya ketika subjek sudah terlanjur terkena dampak negatif dari *game online* perlu diadakannya fase pengobatan. Memberikan punishment adalah salah satu caranya, seperti menyita handphone atau alat yang digunakan untuk bermain, kemudian setelah itu memberikan batasan waktu pada subjek untuk bermain. Selain itu juga bisa dengan cara membatasi koneksi internet dirumah untuk mengurangi ketergantungan pada *game online* (Hadisaputra, 2022; Hermawan & Abdul Kudus, 2021). Ada cara lain, daripada memberikan sanksi dan melawannya lebih baik mengambil dan memanfaatkannya, yaitu dengan cara melibatkan *game* dalam memotivasi subjek untuk belajar lebih giat (Prastius, 2020). Bisa dengan cara orang tua menawarkan izin kepada anak untuk bermain *game* ketika berhasil menyelesaikan tujuan pembelajaran, seperti sudah mencapai target hafalan atau mendapatkan peringkat (prestasi) kelas.

Diskusi

Kekuatan

Artikel ini memiliki beberapa kelebihan yang membuatnya bermanfaat. Pertama, artikel ini mengikuti metode PRISMA yang sistematis, memastikan proses pencarian, seleksi, dan analisis literatur dilakukan dengan jelas. Topik yang dibahas sangat relevan dengan perkembangan teknologi dan dampaknya pada pelajar. Artikel ini memberikan gambaran yang seimbang mengenai dampak positif, seperti peningkatan kemampuan bahasa Inggris dan manajemen waktu, serta dampak negatif, termasuk masalah

kesehatan fisik dan mental. Solusi praktis yang ditawarkan, seperti sosialisasi dan pengendalian diri, sangat realistik dan aplikatif. Selain itu, artikel ini menggunakan kata kunci yang komprehensif, memperluas cakupan literatur yang direview, dan menunjukkan kerja sama tim yang baik dalam analisis data. Visualisasi diagram alur PRISMA juga membantu mempermudah pemahaman proses seleksi sastra. Secara keseluruhan, artikel ini menyajikan pembahasan yang mendetail dan mendalam mengenai dampak *game online* pada pelajar

Keterbatasan

Artikel ini memiliki kelemahan yang memengaruhi kebenaran dan kedalaman analisisnya. Kriteria inklusi dan eksklusif kurang spesifik tidak ada penilaian risiko, dan jumlah literatur yang digunakan relatif terbatas. Analisis data bersifat deskriptif tanpa kritik mendalam, dengan fokus yang kurang seimbang antara dampak positif dan negatif. Diagram PRISMA yang disajikan kurang informatif, dan tabel ekstraksi data tidak mencantumkan karakteristik penting dari kajian yang diulang. Selain itu, artikel juga mengandalkan pengulangan dalam menulis, yang dapat mengurangi kualitas artikel secara keseluruhan.

Kesimpulan

Bermain *game online* menjadi aktivitas yang populer saat ini. karena berbagai alasan, seperti dapat menjadi hiburan dan menjadi cara untuk menghilangkan stres. Faktor lain yang mendorong banyak orang bermain *game online* yaitu dengan ketersediaan teknologi yang mudah di akses di berbagai perangkat yang dapat dimainkan kapan saja dan dimana saja. Selain itu game online dapat memberi pengalaman yang menyenangkan bagi pengguna dengan berbagai fitur yang dapat disesuaikan, baik secara individual maupun dalam mode *multiplayer* bersama teman. Dengan ini *game online* menjadi semakin diminati oleh banyak orang. Namun, bermain *game online* memiliki dampak positif dan negatif bagi para pengguna yang perlu diperhatikan. Dampak positifnya meliputi keterampilan dalam manajemen waktu, serta meningkatkan keterampilan kognitif, seperti pemecahan masalah dan berpikir strategis. Di sisi lain, dampak negatifnya mencakup risiko kecanduan, gangguan kesehatan fisik karena bermain terlalu lama, salah satu akibatnya adalah insomnia dan potensi munculnya perilaku agresif. Oleh karena itu, keseimbangan dan pengelolaan waktu yang baik menjadi kunci untuk memaksimalkan manfaat dan meminimalkan dampak buruk dari bermain *game online*.

Daftar Pustaka

- Ahmad Wildan, Attalina, S. N. C., & Widiyono, A. (2022). Analisis Dampak Game Online Pada Interaksi Sosial Anak Usia Sekolah Dasar Di Desa Bawu RT 06 RW 01. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4(3), 534–541. [https://scholar.google.com/scholar?hl=i. Jurnal Pendidikan Dan Konseling, 4\(3\), 534–541.](https://scholar.google.com/scholar?hl=i. Jurnal Pendidikan Dan Konseling, 4(3), 534–541.)
- Akbar, A., & Noviani, N. (2019). Tantangan dan Solusi dalam Perkembangan Teknologi

- Pendidikan di Indonesia. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Program Pascasarjana Universitas Pgri Palembang*, 2(1), 18–25.
- Akbar, H. (2020). Penyuluhan Dampak Perilaku Kecanduan Game Online Terhadap Kesehatan Remaja di SMA Negeri 1 Kotamobagu. *Community Engagement and Emergence Journal (CEEJ)*, 1(2), 42–47. <https://doi.org/10.37385/ceej.v1i2.108>
- Andoyo, A., & Hening A, A. (2021). Sosialisasi Dampak Positif Dan Negatif Game Online Bagi Anak Sekolah Dasar. *Jurnal PkM Pemberdayaan Masyarakat*, 2(3), 89–95. <https://doi.org/10.56327/jurnalpkm.v2i3.33>
- Anggraini, A. R. (2024). Dampak kecanduan game pada anak-anak. *Maliki Interdisciplinary Journal*, 2(6). <http://urj.uin-malang.ac.id/index.php/mij/article/view/4568>
- Arief Budiman, Boby Surya Putra, Rumi Tri Hastani, & Karmila. (2022). Gambaran Prestasi, Ansietas, Kualitas Tidur dan Motivasi Belajar Remaja yang Kecanduan Game Online: Literature Review. *ProHealth Journal*, 19(2), 46–54. <https://doi.org/10.5980/phj.202219262>
- Arksey, H., & O'Malley, L. (2005). Scoping studies: towards a methodological framework. *International Journal of Social Research Methodology*, 8(1), 19–32. <https://doi.org/10.1080/1364557032000119616>
- Azky, V. (2024). Analisis dampak kecanduan game online terhadap kesehatan remaja. 2(4), 199–201.
- Dwi Praba, A. (2018). ISSN : 2461-0690 ISSN : 2461-0690. *IJSE – Indonesian Journal on Software Engineering Implementasi*, 4(2), 6–13. <https://ijse.web.id/jurnal/index.php/ijse/article/view/77/77>
- Firmansyah, F., & Fauziyah, N. (2023). DAMPAK GAME ONLINE TERHADAP MOTIVASI BELAJAR SISWA MTs MIDANUTTA'LIM JOMBANG. *Dinamika Sosial: Jurnal Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial*, 2(4), 362–374. <https://doi.org/10.18860/dsjpips.v2i4.3605>
- Ganda, N., & Hidayat, S. (2021). PEDADIDAKTIKA: JURNAL ILMIAH PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR Dampak Game Online Free Fire pada Siswa Sekolah Dasar. All Rights Reserved, 8(4), 840–850. <http://ejurnal.upi.edu/index.php/pedadidaktika/index>
- Gofar, M. (2023). Dampak Game Online terhadap Kesehatan Mental Generasi Z. *Gunung Djati Conference Series*, 19, 640–648.
- Hadi Saputra. (2022). Strategi Pemanfaatan Game Online Dalam Mendidik Anak Usia Dini. *NANAEKE: Indonesian Journal of Early Childhood Education*, 5(1), 1–14. <https://doi.org/10.24252/nananeke.v5i1.26721>
- Haibanna, S., Sulastri, T., & Ningsih, R. (2022). Dampak Bermain Game Online terhadap Kualitas Tidur pada Remaja SMA. *Jkep*, 7(2), 201–213. <https://doi.org/10.32668/jkep.v7i2.968>
- Harahap, S. H., & Ramadan, Z. H. (2021). Dampak Game Online Free Fire Terhadap Hasil

- Belajar Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Basicedu*, 5(3), 1304-1311. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v5i3.895>
- Hermawan, D., & Abdul Kudus, W. (2021). Peran Orang Tua Dalam Mencegah Anak Kecanduan Bermain Game Online di Era Digital. *Jurnal Pendidikan Indonesia*, 2(05), 778-789. <https://doi.org/10.59141/japendi.v2i05.171>
- Johan, R. (2019). Pengaruh Game Online Terhadap Minat Untuk Belajar Peserta Didik Kelas X Di Ma Al Hidayah Depok. *Research and Development Journal of Education*, 5(2), 12. <https://doi.org/10.30998/rdje.v5i2.3748>
- Mais, F. R., Rompas, S. S. J., & Gannika, L. (2020). Kecanduan Game Online Dengan Insomnia Pada Remaja. *Jurnal Keperawatan*, 8(2), 18. <https://doi.org/10.35790/jkp.v8i2.32318>
- Masida, N. (2024). *Ibtidaiyyah: Jurnal Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah PENGEMBANGAN MEDIA PEMBELAJARAN BERBASIS GAME EDUKASI PUZZLE DALAM PEMAHAMAN KONSEP MATERI LAMBANG GARUDA PANCASILA KELAS III MI PASIRANGIN* 2. 3(3), 260-279.
- Mertika, M., & Mariana, D. (2020). Fenomena Game Online di Kalangan Anak Sekolah Dasar. *Journal of Educational Review and Research*, 3(2), 99. <https://doi.org/10.26737/jerr.v3i2.2154>
- Mustika Sari, I., & Dwi Prajayanti, E. (2017). Peningkatan Pengetahuan Siswa Smp Tentang Dampak Negatif Game Online Bagi Kesehatan. *GEMASSIKA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2), 31. <https://doi.org/10.30787/gemassika.vi1.216>
- Ondang, G. L., Mokalu, B. J., & Goni, S. Y. V. I. (2020). Dampak game online terhadap motivasi belajar mahasiswa jurusan Sosiologi FISPOL UNSRAT. *Jurnal Holistik*, 13(2), 1-15.
- Pelawi, S. (2021). Pengaruh Game Online Terhadap Psikologi Remaja. *SESAWI: Jurnal Teologi Dan Pendidikan Kristen*, 3(1), 87-101. <https://doi.org/10.53687/sjtpk.v3i1.68>
- Prastius, E. (2020). Pengaruh Game Online terhadap Kemampuan Berbahasa Inggris. *Computer Based Information System Journal*, 8(2), 29-36. <https://doi.org/10.33884/cbis.v8i2.1959>
- Pratama, R. A., Widianti, E., & Hendrawati, H. (2020). Tingkat Kecanduan Game Online pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan. *Journal of Nursing Care*, 3(2). <https://doi.org/10.24198/jnc.v3i2.22850>
- Putra, F. F., Rozak, A., Perdana, G. V., & Maesharoh, I. (2019). Dampak Game Online Terhadap Perubahan Perilaku Sosial Mahasiswa Telkom University. *Jurnal Politikom Indonesiana*, 4(2), 98-103. <https://doi.org/10.35706/jpi.v4i2.3236>
- Rani, D., Hasibuan, E. J., & Barus, R. K. I. (2019). Dampak Game Online Mobile Legends : Bang Bang Terhadap Mahasiswa Impact Of Online Mobile Legends Game : Bang Bang For Students. *Perspektif*, 7(1), 6-12.
- Shofiya Launin, Wahyu Nugroho, & Angga Setiawan. (2022). Pengaruh Media Game Online Wordwall Untuk Meningkatkan Minat Belajar Siswa Kelas IV. *JUPEIS : Jurnal*

Pendidikan Dan Ilmu Sosial, 1(3), 216–223.
<https://doi.org/10.55784/jupeis.vol1.iss3.176>

Siagian, E. (2022). Hubungan Kecanduan Game Online dengan Minat Belajar Anak Usia Sekolah di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Basicedu*, 6(4), 7593–7599.
<https://doi.org/10.31004/basicedu.v6i4.3090>

Sidabutar, L., Adhitya, T., Wong, F., Rici, M., & Wibisono, Y. P. (2019). Analisis Pengaruh Game Online Mobile Terhadap Kesehatan Mata Pada Mahasiswa FTI UAJY. *Sintak 2019*, 3, 402–410.

Suhendra, A. D., Asworowati, R. D., & Ismawati, T. (2020). Pemberian Hadiah Pada Turnamen Game Mobile Legends Perspektif Yusuf Al - Qardhawi. *Akrab Juara*, 5(1), 43–54. <http://www.akrabjuara.com/index.php/akrabjuara/article/view/919>

Ulya, L., Sucipto, S., & Fathurohman, I. (2021). Analisis Kecanduan Game Online Terhadap Kepribadian Sosial Anak. *Jurnal Educatio FKIP UNMA*, 7(3), 1112–1119.
<https://doi.org/10.31949/educatio.v7i3.1347>

Wallace, W. P., & Klatzky, R. L. (1980). Human Memory: Structures and Processes. *The American Journal of Psychology*, 93(4), 742. <https://doi.org/10.2307/1422388>

Yulianti, R. R. M., Syatoto, I., Suroto, Suprapti, E., & Elburdah, R. P. (2020). Penggunaan smartphone pada era saat ini adalah sesuatu yang sudah menyebar ke berbagai kalangan,mulai dari tingkat anak-anak bahkan sampai usia dewasa dan orang tua. *Jurnal Pengabdian*, 3(1), 62–67.

Zendrato, Y., & Harefa, H. O. N. (2020). Dampak Game Online Terhadap Prestasi Belajar Siswa. *Educativo: Jurnal Pendidikan*, 1(1), 139–148.
<https://doi.org/10.56248/educativo.v1i1.21>