

Dampak kecanduan game pada anak-anak: Hubungannya dengan gangguan emosi dan perilaku

Annisa Rani Anggraini

Program Studi Psikologi, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
e-mail: annisarani369@gmail.com

Kata Kunci:

game; kecanduan game;
dampak kecanduan game;
perubahan emosi dan perilaku;
anak-anak

Keywords:

game; game addiction; the
effects of game addiction;
changes in emotions and
behavior; children

ABSTRAK

Perkembangan teknologi telah menciptakan berbagai bentuk hiburan modern, termasuk permainan elektronik. Game telah menjadi bagian tak terpisahkan dari kehidupan masyarakat, termasuk kalangan anak-anak. Namun, kebebasan bermain game tanpa batasan dapat berpotensi memicu kecanduan, khususnya pada anak-anak. Kecanduan game memiliki dampak negatif yang signifikan pada anak-anak, terutama dalam aspek psikologis, seperti perubahan emosi dan perilaku. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi dampak kecanduan game dan hubungannya dengan perubahan emosi dan perilaku pada anak-anak. Penelitian ini menggunakan metode Systematic Literature Review (SLR) untuk menyelidiki artikel dan jurnal penelitian terdahulu yang relevan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kecanduan game pada anak-anak membawa dampak negatif yang bervariasi, yang secara langsung mempengaruhi perubahan dalam emosi dan perilaku mereka. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat keterkaitan antara dampak kecanduan game dan perubahan emosi serta perilaku pada anak-anak.

ABSTRACT

The advancement of technology has created various forms of modern entertainment, including electronic games. Games have become an integral part of society's life, including among children. However, the unrestricted freedom to play games has the potential to trigger addiction, especially among children. Game addiction has significant negative impacts on children, particularly in psychological aspects such as changes in emotions and behavior. This study aims to identify the impacts of game addiction and its correlation with changes in emotions and behavior in children. The study utilizes the systematic literature review (SLR) method to investigate relevant articles and previous research journals. The research findings indicate that game addiction in children brings about varying negative impacts that directly affect changes in their emotions and behavior. Consequently, it can be concluded that there is a connection between the impacts of game addiction and changes in emotions and behavior in children.

Pendahuluan

Saat ini, perkembangan teknologi mengalami kemajuan yang sangat cepat, dan salah satu aspek utamanya adalah dalam bidang internet. Hampir seluruh lapisan masyarakat memanfaatkan kemajuan teknologi ini, termasuk segala usia dari anak-anak hingga dewasa, baik di perkotaan maupun di pedesaan. Internet telah menjadi sarana yang esensial bagi banyak individu, memungkinkan mereka untuk mengakses informasi dengan cepat dan efisien. Oleh karena itu, internet telah menjadi kebutuhan harian yang



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.

penting bagi banyak orang (Subandi et al., 2022).

Dalam data yang ditemukan, telah dilakukan pengumpulan data melalui survei terkait kecanduan internet dan penggunaan gadget pada responden pengguna internet di Indonesia pada tahun 2014. Pengukuran dilakukan menggunakan Young's Internet Addiction Test (IAT). Hasil survei membuktikan bahwa kecanduan internet dan kecanduan gadget adalah fenomena ilmiah yang terbukti melalui data yang dikumpulkan, bukan konsep semu yang tidak memiliki dasar ilmiah. Temuan menunjukkan bahwa tingkat kecanduan gadget di Indonesia mencapai 25% berdasarkan hasil survei pada tahun 2014, dengan variasi tingkat kecanduan dari yang ringan hingga berat di kalangan responden dari berbagai latar belakang (Gunawan et al., 2021).

Teknologi telah menjadi bagian dari kehidupan sehari hari. Dengan adanya teknologi manusia dapat dengan mudah dan terbantu dalam melakukan pekerjaan sehari hari. Teknologi diciptakan dengan harapan dapat membantu pekerjaan manusia agar lebih cepat dan tidak membutuhkan banyak tenaga dalam mengerjakannya. Tidak hanya memudahkan pekerjaan, teknologi juga dapat digunakan manusia dalam hal hiburan. Salah satu teknologi yang diciptakan untuk hiburan yaitu game.

Penelitian mengungkapkan bahwa sejumlah pecandu game online di Indonesia, khususnya di kalangan remaja. Laporan terbaru dari Assosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia mengindikasikan bahwa populasi pengguna internet di Indonesia telah mencapai 73,7 persen. Pertumbuhan ini terjadi secara signifikan sebagai hasil dari adopsi pembelajaran online dan pelaksanaan kebijakan bekerja dari rumah (work from home) akibat pandemi COVID-19. Dalam hal sebaran geografis, pulau Jawa memberikan kontribusi terbesar dengan angka 56,4%, diikuti oleh pulau Sumatera dengan 22,1%. Sementara pulau Bali-Nusa Tenggara mencapai 5,2%, Sulawesi 7%, Kalimantan 6,3%, dan Maluku-Papua 3%. Seiring dengan pertumbuhan jumlah pengguna internet, pengguna game online di Indonesia juga mengalami peningkatan. Diperkirakan sekitar 10 persen dari total pengguna internet merupakan pemain game online. Data sejak tahun 2012 menunjukkan tren kenaikan pengguna game online sekitar 5-10% setiap tahunnya. Dengan potensi pengguna game online yang mengikuti tren ini, ada risiko meningkatnya kecanduan game online di Indonesia (Dova Pratika, 2021).

Game merupakan salah satu bukti dari perkembangan teknologi yang mana semua orang dapat menggunakannya dan memainkannya pada perangkat pribadinya. Game diciptakan untuk membantu orang dalam menghibur diri dan melepas penat ditengah kesibukan sehari harinya. Penggunaan game bisa dioperasikan oleh semua kalangan, salah satunya yaitu anak-anak.

Tak asing lagi anak-anak kini banyak yang sudah mengenal dan bahkan memainkan game yang terkadang ia temukan di ponsel milik orang tuanya atau bahkan ponsel milik pribadinya. Saat ini banyak orang tua yang memberikan ponsel pada anak-anak yang masih dibawah umur. Ponsel tersebut tentu sudah terinstal game untuk menghibur anak-anak agar tidak mengganggu orang tuanya dalam bekerja. Lalu apa jadinya jika anak tersebut malah kecanduan game yang secara tidak langsung disediakan oleh orang tuanya?

Game dirancang agar seseorang betah dalam bermain. Tampilan tampilan yang ada dalam aplikasi tentu saja dibuat semenarik mungkin. Game juga menyediakan banyak tantangan-tantangan yang dapat membuat penasaran serta kepuasan pribadi jika memenangkannya. Tentu saja game dibuat dengan banyak kategori-kategori.

Pengkategorian game cukup kompleks saat ini, seperti game yang dikategorikan untuk anak-anak, petualangan, music, santai, strategi dan tentu saja ada game edukasi.

Sebenarnya game tidak hanya memberikan dampak negatif pada penggunaannya, namun juga terdapat manfaat jika memainkannya. Game dapat meningkatkan kreativitas anak dan melatih tingkat kefokusannya. Tidak hanya itu, game juga melatih mengatur strategi dan belajar memecahkan masalah dengan logikanya. Banyak sekali manfaat yang bisa didapatkan dari bermain game jika anak tersebut memainkannya dengan baik dan bijak. Tentu peran orang tua sangat penting dalam hal membuat kebijakan atau peraturan untuk mendisiplinkan anak-anaknya saat bermain game agar anak mendapatkan hal yang bermanfaat.

Banyaknya kategori-kategori dalam game tentu para educator tak mau kalah dengan game-game kategori lainnya. Para educator banyak yang menciptakan game agar dapat digunakan oleh anak-anak supaya membantu kegiatan belajar-mengajar. Game juga bisa mendukung anak-anak dalam belajar mandiri agar tidak hanya terpaku pada guru di sekolah dan anak bisa mengeksplor banyak hal dan mempelajarinya. Pada kategori edukasi, seorang anak tentu saja dapat belajar banyak hal dari game, mulai dari bahasa, sejarah, hitung-hitungan dan lain sebagainya. Karena target pasarnya anak-anak maka game tersebut dikemas agar menyenangkan dan membuat penasaran agar anak-anak betah bermain lama-lama belajar melalui game.

Game memang tidak masalah jika dilakukan sebentar dan tidak sering dimainkan. Game akan berbahaya jika seorang anak melakukannya secara intens tanpa dibatasi maka besar kemungkinan seorang anak akan mengalami kecanduan karena tantangan-tantangan pada game tersebut dapat meningkatkan kemauan untuk menyelesaikan dengan cepat dan mendapatkan kemenangan. Kecanduan game pada anak dapat memberikan dampak yang mempengaruhi emosi dan perilaku seorang anak.

Oleh karena itu, artikel ini akan membahas dampak dari kecanduan game yang terjadi pada anak-anak. Apa yang akan terjadi jika anak-anak sudah menjadi pecandu game. Tujuan dari penulisan artikel ini yaitu agar dapat mengetahui bagaimana dampak kecanduan game pada anak-anak dan hubungannya dengan perubahan emosi dan perilaku anak. Penulisan artikel ini menggunakan metode pendekatan Systematic Literatur Review (SLR). Pada pendekatan ini penulis menggali dan mengambil data yang cocok dari penelitian-penelitian sebelumnya dan hanya menggunakan data yang dibutuhkan untuk menulis artikel ini.

Metode yang digunakan pada penulisan artikel ini yaitu dengan menggunakan metode Systematic Literatur Review (SLR). Objek penelitian pada artikel ini yaitu anak-anak yang bermain game dan mengalami kecanduan. Pemilihan topik penelitian ini berdasarkan pengamatan secara tidak langsung disekitar yang pada saat ini banyak anak-anak yang bermain game, tentu besar kemungkinan anak-anak tersebut mengalami kecanduan jika tidak menggunakannya dengan bijak.

Pada tahap kriteria, data-data yang digunakan berdasarkan yang telah ditemukan menggunakan Google Scholar. Pengambilan data-data ini didapatkan dari penelitian-penelitian sebelumnya dari jurnal dan artikel. Data-data ini diambil dari artikel dan jurnal dengan rentang tahun 2012-2023.

Tabel 1 - Jumlah Artikel dan Jurnal yang Diidentifikasi pada tiap Kriteria

Strategi Pencarian	Kriteria Inklusi	Jumlah Artikel yang Digunakan
Memindai google scholar dengan menggunakan istilah pencarian	Ditulis dalam Bahasa Indonesia dan diterbitkan antara tahun 2012 - 2023	“kecanduan game pada anak-anak dan hubungannya dengan gangguan emosi dan perilaku” ditemukan sekitar 1.660 hasil
Meneliti kemungkinan judul, abstrak dan teks lengkap	Berkaitan dengan kecanduan game pada anak-anak dan ketersediaan teks lengkap	Ditemukan sekitar 15.900 hasil
	Cocok untuk pembahasan	15

Hasil

Penulisan artikel ini menggunakan penelitian penelitian sebelumnya dari artikel atau jurnal. Terdapat beberapa artikel dan jurnal yang digunakan yang kemudian penulis gunakan sebagai bahan referensi untuk penulisan artikel ini. Bahasa yang digunakan pada referensi ini menggunakan artikel dan jurnal yang menggunakan bahasa Indonesia.

Tabel 2 – hasil analisis review

No	Penulis, Tahun Dan Judul	Tujuan Penelitian	Hasil
1	Reza Fajar Amalia, Achir Yani Syuhaimie Hamid. (2020). “Adiksi Smartphone, Kesehatan Mental Anak, Dan Peranan Pola Asuh”.	Tujuan penulisan artikel ini adalah untuk mengungkap secara sistematis dampak yang muncul akibat penggunaan smartphone pada anak-anak, merumuskan strategi pencegahan terhadap adiksi smartphone pada anak, dan menyusun pedoman bagi orang tua dalam mendampingi anak-anak saat mereka berinteraksi dengan smartphone dalam era digital.	Hasil analisis yang dilakukan oleh penulis mengungkap bahwa dampak dari ketergantungan pada smartphone terhadap kesejahteraan mental anak dan remaja terutama mencakup kecemasan, depresi, dan kelainan perilaku. Hubungan antara kecemasan, depresi, serta kelainan perilaku dengan adiksi smartphone bersifat timbal balik. Pendekatan pengasuhan yang otoritatif dapat mengurangi risiko adiksi smartphone. Kondisi adiksi smartphone juga memerlukan strategi pencegahan dan campur tangan yang holistik. Di samping itu, melalui penerapan model pendekatan pengasuhan yang otoritatif, anak-anak bisa terbentuk menjadi individu dengan karakter yang akan

No	Penulis, Tahun Dan Judul	Tujuan Penelitian	Hasil
			berdampak pada pandangan hidup, pola pikir, dan tindakan mereka, sehingga mampu menghindari perilaku adiktif.
2	Rudy Gunawan, Suci Aulia, Handoko Supeno, Andik Wijanarko, Jean Pierre Uwiringiyimana, Dimitri Mahayana. (2020). "Adiksi Media Sosial Dan Gadget Bagi Pengguna Internet Di Indonesia".	Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menilai sejauh mana tingkat ketergantungan penggunaan gadget dan media sosial di Indonesia, hubungan antara ketergantungan pada gadget dengan ketergantungan pada media sosial, serta dampak variabel seperti jenis kelamin, usia, pekerjaan, dan lokasi tinggal terhadap tingkat ketergantungan pada gadget dan media sosial.	Dalam studi ini, penulis melakukan survei terhadap 2014 responden dengan mempertimbangkan beragam parameter seperti variasi dalam rentang usia, dari anak-anak hingga usia lanjut, jenis pekerjaan, latar belakang pendidikan, lamanya penggunaan gadget, dan durasi harian penggunaan media sosial. Dari hasil pengukuran terhadap 2014 responden di Indonesia, dampak ketergantungan pada internet/media sosial teramat pada kelompok anak-anak sebesar 0.16% (1 responden), remaja 73% (467 responden), dewasa 23% (147 responden), serta lansia 3.94% (23 responden). Sementara itu, ketergantungan pada gadget teramat pada kelompok remaja dengan tingkat sebanyak 75% (382 responden), kelompok dewasa dengan tingkat sebanyak 23% (117 responden), dan kelompok lansia dengan tingkat sebanyak 2% (11 responden).
3	Saskia Putri Subandi, Nurul Iman, Aldo Redho Syam. (2021). "Dampak Kecanduan Game Online Terhadap Pendidikan Anak".	Memahami implikasi yang timbul dari penggunaan game online terhadap pendidikan anak menjadi langkah penting untuk memperkaya wawasan para peneliti dan sebagai kontribusi konstruktif dalam upaya mencegah dampak buruk yang	Faktor-faktor yang memengaruhi keterlibatan siswa dalam permainan game online di SDN 1 Kesugihan Pulung Ponorogo meliputi lingkungan, psikologis, teknologi informasi-komunikasi, dan bencana. Dampak game online

No	Penulis, Tahun Dan Judul	Tujuan Penelitian	Hasil
		mungkin timbul dari penggunaan game online ini.	<p>terhadap pendidikan di sekolah ini mencakup:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Metode pembelajaran tanpa tatap muka mengurangi pemahaman siswa terhadap materi dan konsentrasi belajar. • Terjadi penurunan drastis dalam nilai siswa, banyak di bawah standar Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM), memaksa perbaikan nilai ujian harian. • Guru hanya memberikan saran karena tanggung jawab saat siswa di luar sekolah lebih pada orang tua. • Laporan orang tua menunjukkan penurunan konsentrasi siswa. • Dampak negatif pada kesehatan siswa, termasuk kesehatan mata dan psikologis, yang berpotensi mempengaruhi kinerja siswa secara keseluruhan.
4	Latifatul Ulya, Sucipto, Irfai Fatuhurohman. (2021). "Analisis Kecanduan Game Online Terhadap Kepribadian Sosial Anak".	Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menggambarkan dampak kecanduan bermain game online terhadap karakter sosial anak-anak di Desa Jondang Jepara.	Temuan dari penelitian ini mengindikasikan bahwa bermain game memiliki potensi untuk memengaruhi pertumbuhan karakter sosial anak-anak. Ini tercermin dalam perilaku perlawanan anak, manifestasi agresif, konflik atau perselisihan, persaingan yang kuat, kemampuan berkolaborasi, sikap dominan, tindakan egois, serta tingkat empati. Selama bermain game, anak-anak cenderung tenggelam dalam permainan dan kurang memperhatikan sekitar mereka.

No	Penulis, Tahun Dan Judul	Tujuan Penelitian	Hasil
5	Salsabilla Senja Safitri. (2020). "Game Online Dan Pengaruh Interaksi Sosial Di Kalangan Mahasiswa Univeristas Muhammadiyah Surakarta".	Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendapatkan pemahaman mengenai bagaimana interaksi sosial mahasiswa yang kecanduan game online dapat memengaruhi hubungan dengan lingkungan sosial mereka, serta mengganggu komunikasi langsung. Selain itu, penelitian ini juga bertujuan untuk memahami bahwa dampak game online tidak selalu bersifat negatif, karena manusia memiliki kemampuan untuk menghasilkan kreativitas dari inovasi baru, seperti dalam bentuk permainan online atau game online.	Hasil analisis data dalam penelitian ini mengungkapkan bahwa game online memiliki efek positif dan negatif terhadap interaksi sosial mahasiswa. Efek negatifnya adalah bahwa penggunaan berlebihan game online dapat mengisolasi mereka dari dunia nyata karena waktu yang banyak dihabiskan untuk bermain. Di sisi lain, efek positifnya adalah kemampuan untuk berinteraksi dan berkomunikasi melalui game online, yang memungkinkan interaksi meskipun jarak terpisahkan. Oleh karena itu, penting untuk menjaga interaksi sosial dengan mengatur waktu dan pola bermain yang sehat, serta menjadikan game online sebagai hiburan pada waktu luang agar mahasiswa tidak jatuh dalam kecanduan permainan.
6	Nyoman Ayu Dian Saskia Dewi P, A.A.A Yuliati Darmini, Asthadhi Mahendra Bhandesa. (2023). "Hubungan Antara Kecanduan Bermain Game Online Dengan Perkembangan Psikososial Anak Usia Sekolah Di SDN 1 Sesetan".	Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi korelasi antara kecanduan bermain game online dan perkembangan psikososial pada anak-anak usia sekolah di SDN 1 Sesetan.	Hasil dari analisis korelasi menunjukkan bahwa terdapat korelasi antara kecanduan bermain game online dan perkembangan psikososial pada anak-anak usia sekolah di SDN 1 Sesetan dengan tingkat signifikansi p-value < 0,001 ($\alpha=0,05$). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa bermain game online memiliki hubungan yang erat dengan perkembangan psikososial anak-anak usia sekolah di SDN 1 Sesetan.
7	Maurice Andrew Suplig. (2017). "Pengaruh	Tujuan utama dari penelitian ini adalah: Pertama, mengidentifikasi proses bagaimana	Hasil analisis data menunjukkan kesesuaian dengan pandangan Lee tentang empat indikator kunci

No	Penulis, Tahun Dan Judul	Tujuan Penelitian	Hasil
	Kecanduan Game Online Siswa SMA Kelas X Terhadap Kecerdasan Sosial Sekolah Kristen Swasta Di Makassar”	penggunaan game online dapat menyebabkan kecanduan pada individu pemain. Kedua, menilai apakah adiksi terhadap game online memiliki pengaruh terhadap tingkat kecerdasan sosial dari pengguna game online. Ketiga, bertujuan agar siswa kelas X dan remaja secara umum mendapatkan pemahaman yang lebih baik mengenai risiko yang terkait dengan kecanduan game online. Keempat, membantu generasi muda dalam menghindari risiko kecanduan game online yang dapat berdampak negatif pada kemampuan kecerdasan sosial mereka.	kecanduan game online, yaitu penggunaan berlebihan, gejala penarikan, toleransi, dan konsekuensi negatif. Hal-hal ini secara nyata berkontribusi terhadap pengaruh pada kemampuan kecerdasan sosial individu yang terjerat dalam kecanduan game online.
8	Sri Wahyuni Adiningtiyas, M.Pd. (2017). “Peran Guru Dalam Mengatasi Kecanduan Game Online”.	Tujuan dari penelitian ini adalah mengantisipasi dampak negatif yang mungkin timbul pada para pemain game dan mengurangi risiko kecanduan game online melalui bimbingan yang disediakan oleh sekolah dan terutama oleh orang tua siswa itu sendiri.	Hasilnya menunjukkan bahwa dampak buruk akan terjadi pada para pemain game online ketika permainan ini dimainkan secara berlebihan. Contohnya, siswa dapat mengabaikan tugas sekolah, kurang fokus saat proses belajar, absen sekolah, atau mengalami masalah dalam mengelola uang SPP. Semua ini disebabkan oleh kurangnya pengendalian diri dari siswa. Untuk mengatasi dampak negatif yang dihasilkan oleh kecanduan game online, diperlukan bimbingan dan konseling yang disediakan oleh sekolah.
9	Pradipta Christy Pratiwi, Tri Rejeki Andayani, Nugraha Arif karyanta. (2012).	Tujuan dari penelitian ini adalah: 1) mengidentifikasi korelasi antara tingkat keyakinan diri dalam	Melalui analisis regresi berganda, didapatkan hasil perhitungan dengan nilai Fhit 10,412, Etab 3,114, dan p=0,000

No	Penulis, Tahun Dan Judul	Tujuan Penelitian	Hasil
	“Perilaku Adiksi Game-Online Ditinjau dari Efiksasi Diri Akademik dan Keterampilan Sosial pada Remaja di Surakarta”.	bidang akademik dan kemampuan berinteraksi sosial dengan perilaku adiksi game online pada remaja di Surakarta; 2) menilai kaitan antara tingkat keyakinan diri dalam bidang akademik dan perilaku adiksi game online pada remaja di Surakarta; dan 3) mengevaluasi korelasi antara kemampuan berinteraksi sosial dan perilaku adiksi game online pada remaja di Surakarta.	($p < 0,05$) serta $R = 0,471$. Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara efiksasi diri akademik dan keterampilan sosial dengan perilaku adiksi game online. Orientasi korelasi kedua variabel prediktor dengan variabel kriteria bersifat negatif, dengan nilai korelasi parsial $r_{par} = -0,363$ ($p=0,001$; $p<0,05$), mengindikasikan hubungan negatif antara efiksasi diri akademik dan perilaku adiksi game online. Demikian pula, nilai $r_{par} = 0,289$ ($p=0,012$; $p<0,05$) menunjukkan adanya hubungan negatif antara keterampilan sosial dan perilaku adiksi game online. Dengan $R^2 = 0,222$, efiksasi diri akademik dan keterampilan sosial secara bersama-sama memberikan kontribusi sebesar 22,2% terhadap perilaku adiksi game online. Spesifikasinya, efiksasi diri akademik memberikan kontribusi sebesar 13,5%, sementara keterampilan sosial memberikan kontribusi sebesar 8,7% terhadap variabel perilaku adiksi game online.
10	Isnani Layina Shafura, Teuku Tahlil. (2017). “Kecanduan Game Online Hubungannya Dengan Prestasi Akademik Remaja Di Banda Aceh”.	Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi korelasi antara tingkat kecanduan game online dan prestasi akademik pada remaja berdasarkan faktor-faktor seperti kehadiran (salience), toleransi, gejala penarikan (withdrawal), modifikasi suasana hati	Hasil analisis chi-square menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat kecanduan game online dan prestasi akademik remaja ($p-value=0,000$). Analisis lebih lanjut menunjukkan bahwa hubungan ini tampak jelas dari beberapa komponen, yaitu salience ($p-value=0,053$), tolerance ($p-value=0,001$),

No	Penulis, Tahun Dan Judul	Tujuan Penelitian	Hasil
		(mood modification), kembali jatuh dalam kecanduan (relapse), konflik, dan masalah yang mungkin muncul.	withdrawal (p-value=0,027), conflict (p-value=0,018), dan problem (p-value=0,011). Namun, tidak terdapat hubungan antara tingkat kecanduan game online dan prestasi akademik remaja pada komponen mood modification (p-value=0,351) dan relapse (p-value=0,077). Oleh karena itu, disarankan agar perawat komunitas memberikan penyuluhan mengenai kecanduan game online di lingkungan sekolah.
11	Rany Novia Marta , Hallen & Safri Mardison. (2022). “Dampak Kecanduan Game Online Terhadap Anak”.	Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menggali data dan informasi dengan menggunakan berbagai sumber materi yang tersedia di perpustakaan, termasuk buku-buku, majalah, dokumen, dan catatan mengenai kisah sejarah dan hal-hal lainnya.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya kecanduan game online memiliki dampak yang signifikan pada anak-anak. Aktivitas bermain game online dapat mengakibatkan anak-anak kehilangan semangat dalam belajar serta mengurangi minat terhadap pelajaran yang diajarkan oleh guru. Selain itu, pengaruh game online juga mencakup aspek-aspek seperti kesehatan, kepribadian, dan dinamika lingkungan keluarga serta sosial. Efek yang ditimbulkan oleh game online dapat dikelompokkan menjadi dua kategori, yaitu dampak negatif dan dampak positif. Dampak negatifnya mencakup kesulitan anak-anak dalam mempertahankan konsentrasi dan ketidakberanian menghadapi tugas-tugas belajar. Di sisi lain, dampak positifnya mencakup peningkatan kemampuan anak-anak dalam berpikir kritis dan mengurangi tingkat stres

No	Penulis, Tahun Dan Judul	Tujuan Penelitian	Hasil
			ketika mereka merasa jemu dalam proses belajar.
12	Wardatus Sholihah, Allenidekania, Imami Nur Rachmawati. (2022). "Faktor Yang Mempengaruhi Orang Tua Memberikan Gadget Pada Anak".	Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi keputusan orang tua dalam memberikan gadget kepada anak-anak.	Dari penelitian ini, telah dikumpulkan 11 artikel yang dianalisis, dan ditemukan tiga tema utama, yaitu status sosioekonomi, pengetahuan, serta pola asuh yang berkaitan dengan keputusan orang tua dalam memberikan gadget kepada anak-anak. Secara keseluruhan, artikel-artikel ini menyimpulkan bahwa faktor pemberian gadget pada anak dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti status sosioekonomi keluarga, gaya pengasuhan orang tua yang dapat bersifat permisif atau otoriter, dan tingkat pengetahuan orang tua tentang penggunaan gadget.
13	Dana Arif Lukmana, Mawardi Djamaruddin. (2014). "Perubahan Perilaku Siswa Sekolah Dasar di Kota Tidore Kepulauan yang Mengalami Kecanduan Game Online serta Dampaknya Terhadap Prestasi Belajar"	Tujuan dari penelitian ini adalah mengenali modifikasi perilaku pada siswa sekolah dasar yang terjerat dalam kecanduan game online, dan juga mengamati bagaimana hal tersebut berdampak pada prestasi belajar mereka.	Dari hasil penelitian, terungkap bahwa anak-anak mulai terlibat dalam permainan game online sejak kelas 3 SD. Perubahan perilaku yang terlihat meliputi kecenderungan untuk sering bermain game online setelah pulang sekolah, bermain di sekolah tanpa sepengetahuan guru, dan bahkan memilih bermain game online daripada berinteraksi dengan teman sebaya.
14	Irvanda Dova Pratika, Tatik Meiyuntariningsih, Akta Ririn Aristawati. (2021). "Kecenderungan Kecanduan Game Online Pada Gamers PUBG Mobile: Bagimana Peran Kontrol Diri?"	Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi hubungan antara tingkat kontrol diri dengan kecenderungan terhadap kecanduan game online pada para pemain game PUBG Mobile.	Temuan dari penelitian ini mengindikasikan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dan berkebalikan antara tingkat kontrol diri dengan kecenderungan kecanduan game online pada para pemain PUBG Mobile.

No	Penulis, Tahun Dan Judul	Tujuan Penelitian	Hasil
15	Merita Ayu Lestari, Inayatur Rosyidah, Iva Milia HR. (2016). “Hubungan Kecanduan Game Online dengan Perilaku Agresif pada Remaja”.	Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengkaji korelasi antara kecanduan game online dan perilaku agresif pada siswa kelas 2 SMP Sawunggaling Jombang.	Dari hasil penelitian, ditemukan bahwa mayoritas dari 35 responden menunjukkan tingkat kecanduan game online yang sedang, yakni sebanyak 18 siswa (51,4%). Selain itu, sebagian besar responden juga memiliki perilaku agresif yang bersifat sedang, dengan jumlah 33 siswa (94,3%). Analisis statistik menunjukkan nilai $p = 0,04$, yang berada dalam kisaran 0,01 hingga 0,05, yang berarti hipotesis III diterima. Dengan demikian, dapat disimpulkan dari penelitian ini bahwa terdapat hubungan antara kecanduan game online dan perilaku agresif pada remaja.
16	Novia Sholichah. (2021). “Social Story untuk Menurunkan Perilaku Agresif Anak dengan Retardasi Mental”	Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengevaluasi sejauh mana efektivitas penggunaan cerita sosial dalam mengurangi perilaku agresif pada anak yang mengalami keterbelakangan mental.	Dalam aspek kuantitatif, temuan penelitian mengindikasikan bahwa tindakan intervensi berhasil mengurangi insiden perilaku fisik seperti pukulan, tendangan, dan gigitan. Dengan kata lain, penerapan cerita sosial terbukti efektif dalam mengurangi perilaku agresif pada anak yang mengalami keterbelakangan mental.
17	Novia Sholichah. (2020).	Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menilai dampak dari penggunaan cerita dalam mengatasi perilaku agresif.	Hasil penelitian mengindikasikan bahwa tindakan intervensi yang diterapkan berhasil menurunkan perilaku agresif pada subjek. Bukti ini tercermin dari perbandingan rata-rata frekuensi perilaku agresif yang diamati pada subjek sebelum dan setelah intervensi. Misalnya, dalam hal perilaku verbal agresif, terjadi

No	Penulis, Tahun Dan Judul	Tujuan Penelitian	Hasil
			penurunan dari skor rata-rata 14,5 menjadi 0,25. Sementara pada perilaku fisik agresif, penurunan skor rata-rata dari 6,25 menjadi 0 terlihat. Demikian pula, dalam perilaku relasional agresif, terjadi penurunan signifikan dari skor rata-rata 4 menjadi 0 setelah perlakuan diberikan. Hasil intervensi tersebut menghasilkan perubahan positif dalam perilaku subjek. Dengan kata lain, penggunaan penceritaan cerita efektif dalam membantu mengatasi perilaku agresif pada anak.

Pembahasan

Definisi Game Dan Kecanduan Game

Game online merupakan salah satu jenis permainan elektronik yang melibatkan interaksi visual dan dapat diakses melalui koneksi internet. Jenis permainan ini memanfaatkan elemen visual elektronik, yang pada penggunaan berkelanjutan dapat berdampak negatif pada kesehatan mata dan bahkan menimbulkan sensasi pusing (Subandi et al., 2022). Permainan game merupakan aktivitas yang melibatkan penggunaan media elektronik, biasanya berbentuk multimedia yang dirancang dengan tujuan memberikan kepuasan emosional kepada pemainnya. Budaya bermain game telah menjadi bagian dari gaya hidup sehari-hari masyarakat dan merupakan kegiatan yang sangat populer, terutama di kalangan generasi muda dan anak-anak sekolah dasar, baik di daerah perkotaan maupun pedesaan. Berbagai jenis perangkat game, mulai dari yang sederhana seperti gamewatch hingga perangkat canggih seperti konsol Playstation atau serupa, sudah dikenal luas oleh anak-anak masa kini. Pengaruh dari permainan game yang menggunakan media elektronik sangat berpengaruh pada perkembangan anak-anak. Mereka beralih dari permainan tradisional ke permainan berbasis jaringan karena daya tarik yang kuat yang dimiliki oleh permainan game tersebut (Ulya et al., 2021).

Game online merujuk pada bentuk media elektronik yang menyajikan aktivitas permainan yang melibatkan unsur visual bergerak, warna, serta suara, dilengkapi dengan aturan main serta berbagai tingkat permainan yang disajikan. Game ini memiliki tujuan untuk memberikan hiburan serta memiliki potensi untuk menciptakan ketergantungan. Dari segi fungsionalitas, game online dapat diartikan sebagai suatu platform permainan yang mengusung konsep yang menarik, menghadirkan elemen gambar tiga dimensi yang menarik, serta efek-efek yang memukau (Adiningtiyas, 2018).

Game adalah aplikasi yang banyak menarik perhatian banyak kalangan. Tentu saja

game digemari oleh banyak orang salah satunya adalah anak-anak. Tampilan game yang menarik dan tantangan-tantangan seru yang tentu menjadi daya tarik untuk memainkannya. Game tentu saja bisa menjadi pilihan untuk melepas penat ditengah kesibukan. Game memiliki manfaat dan juga dampak negatif jika digunakan dengan tidak bijak. Salah satu dampak negatif game yaitu membuat penggunanya menjadi kecanduan.

Berdasarkan peneliti, tingkat kecanduan game online dapat diidentifikasi melalui seberapa sering dan berapa lama seseorang bermain game online. Tingginya frekuensi bermain game dapat mengakibatkan pengguna menghabiskan banyak waktu untuk bermain, sehingga mengabaikan kegiatan dan aktivitas lainnya. Durasi bermain game online juga dapat menyebabkan seseorang memberikan prioritas lebih tinggi pada game daripada hal-hal lainnya (Merita Ayu Lestari, Inayatur Rosyidah, 2019).

Kecanduan menurut KBBI yaitu kejangkitan suatu kegemaran (hingga lupa hal-hal yang lain). Kecanduan game adalah kondisi di mana seseorang mengalami dorongan kuat untuk terus bermain game secara berlebihan, sehingga mengabaikan tanggung jawab sehari-hari, aktivitas lain, dan hubungan sosial. Kecanduan game dapat mengganggu kehidupan sehari-hari individu dan mengakibatkan dampak negatif pada kesehatan fisik, emosional, dan mental. Orang yang mengalami kecanduan game mungkin merasa sulit mengontrol diri mereka dalam bermain game, bahkan ketika sudah menyadari dampak buruk yang timbul akibat perilaku tersebut. Kecanduan game juga dapat berdampak pada keseimbangan waktu yang dihabiskan untuk aktivitas lain yang lebih produktif.

Seseorang dapat dikatakan kecanduan game apabila dalam satu hari intensitas bermain berkisar antara 2-10 jam per hari (Dewi et al., 2023). Intensitas ini menunjukkan bahwa mereka secara signifikan mengalihkan waktu mereka untuk bermain game, bahkan dalam jangka waktu yang panjang dalam sehari. Durasi yang relatif lama ini dapat mengindikasikan adanya keterlibatan yang ekstensif dalam aktivitas bermain game, yang mungkin mengarah pada dampak negatif terhadap keseimbangan waktu, kesehatan, dan kewajiban lain dalam kehidupan sehari-hari.

Tren saat ini menunjukkan bahwa sebagian besar anak-anak lebih condong untuk menggunakan perangkat gadget daripada aktif berinteraksi dengan teman-teman di luar rumah. Game dianggap sebagai permainan yang lebih menyenangkan dibanding bertemu dan berinteraksi dengan teman temannya. Akibatnya anak-anak saat ini rasa sosialnya lebih rendah dan cenderung tidak peduli dengan lingkungan sekitarnya.

Peran orang tua memiliki signifikansi yang penting dalam mengarahkan anak dalam penggunaan gadget, karena teori kultivasi menyatakan bahwa konten media memiliki dampak pada cara anak mempersepsi dunia serta keyakinan mereka, yang berdampak pada perilaku mereka. Anak yang terpapar secara intensif pada penggunaan perangkat elektronik cenderung mengadopsi pandangan yang serupa dengan yang terlihat dalam media elektronik. Panduan dari UNICEF (2020) menggarisbawahi bahwa orang tua harus menjadi contoh yang positif bagi anak-anak mereka, karena anak-anak cenderung meniru tingkah laku yang mereka lihat. Membina hubungan yang erat dengan anak dapat dicapai melalui interaksi langsung, pelukan, serta bermain bersama, sebagai alternatif yang lebih baik daripada mengandalkan media elektronik (Sholihah et al., 2022).

Kriteria kecanduan game online menurut Lee, disebutkan bahwa terdapat empat elemen kriteria yang mengindikasikan seseorang sedang mengalami kecanduan dalam bermain game online. Ini mencakup: Pertama, Penggunaan yang berlebihan (Excessive use), yang terjadi ketika bermain game online menjadi aktivitas yang paling dominan

dalam kehidupan individu. Kedua, Gejala Pembatasan (Withdrawal symptoms), yakni timbulnya perasaan tidak nyaman ketika penggunaan game online dikurangi atau dihentikan. Ketiga, toleransi (Tolerance) adalah fenomena di mana individu memerlukan jumlah yang semakin meningkat dari bermain game online untuk mencapai perubahan efek emosional. Keuntungan yang dirasakan dari bermain game online cenderung menurun jika aktivitas ini terus-menerus dilakukan dalam jumlah waktu yang sama. Keempat, konsekuensi negatif (Negative repercussion) merujuk pada dampak buruk yang timbul antara pengguna game online dan lingkungan sosial di sekitarnya (Suplig, 2017).

Faktor Penyebab Kecanduan Game pada Anak

Seorang anak yang mengalami kecanduan dalam bermain game akan menghabiskan banyak waktunya pada game. Waktu yang seharusnya digunakan untuk hal lain yang bermanfaat akan terganti dengan bermain game. Tingkat kepeduliannya kepada lingkungan sekitarnya lama-lama akan menurun. Anak-anak tersebut akan menjadi anak yang cuek dan hanya fokus pada gamenya.

Faktor penyebab seorang anak kecanduan game tentu bermacam-macam sebabnya, yang pertama yaitu faktor lingkungan, faktor ini memiliki signifikansi yang cukup dalam memengaruhi situasi di mana anak berada. Jika lingkungan sekitar anak banyak yang terlibat dalam bermain game online, maka kemungkinan besar anak tersebut juga akan tertarik untuk ikut serta dalam aktivitas tersebut, karena pengaruh lingkungan secara tidak langsung turut memainkan peran dalam memengaruhinya. Kedua, faktor psikologis, Keadaan psikologis anak juga memainkan peran dalam membentuk keputusan mereka untuk melakukan atau tidak melakukan suatu aktivitas. Ketika seorang anak merasa bosan dan ingin mengisi waktunya, sering kali mereka cenderung memilih melakukan aktivitas yang umum dilakukan oleh banyak orang pada zaman sekarang, seperti bermain game online. Tentu hal ini diperlukan peran orang tua untuk mengarahkan anak-anaknya agar dapat memilih aktivitas aktivitas yang baik untuk anak-anaknya. Ketiga, faktor teknologi informasi dan komunikasi, Kehadiran game online di Indonesia disebabkan oleh kemajuan teknologi digital yang memungkinkan eksistensinya. Jika tidak ada perkembangan teknologi digital, maka game online tidak akan ada. Selain itu, penting juga bagaimana individu memanfaatkan dan mengatur segala aspek yang ada dalam dunia digital untuk kepentingan mereka. Keempat, faktor bencana, Pandemi COVID-19 memiliki dampak yang signifikan terhadap meningkatnya kecanduan game online pada anak-anak. Kehadiran pandemi telah mengakibatkan peningkatan penggunaan handphone dan teknologi lainnya, yang awalnya digunakan untuk kegiatan pembelajaran online, kini menjadi kebutuhan utama untuk mengakses game online (Subandi et al., 2022).

Tidak hanya itu, kecanduan game dapat terjadi karena adanya faktor internal dan eksternal yang mempengaruhinya. Pada faktor internal itu dapat terjadi karena seorang anak memiliki niat yang kuat untuk mencapai skor tinggi dalam permainan online dan tidak mampu mengatur urutan aktivitas yang lebih penting juga dapat menyebabkan terjadinya ketergantungan pada game online. Rasa kebosanan yang dirasakan oleh anak-anak saat berada di rumah atau sekolah serta kurangnya kemampuan pengendalian diri, sehingga kurang dapat mengantisipasi akibat buruk yang muncul dari bermain game online secara berlebihan. Pada faktor eksternal yang menyebabkan terjadinya kecanduan pada anak yaitu faktor lingkungan karena melihat teman temannya semua bermain game. Hubungan sosial yang tidak terlalu baik sehingga lebih memilih game dari pada

bermain dengan teman temannya juga bisa menjadi penyebab kecanduan (Adiningtiyas, 2018).

Individu dengan keterampilan sosial yang rendah atau kurang mampu dalam berinteraksi secara sosial mungkin mengalami kesulitan dalam membentuk dan menjaga hubungan sosial di dunia nyata. Akibatnya, individu tersebut mungkin cenderung mencari solusi dalam membangun hubungan sosial di dunia virtual melalui permainan game online. Dalam konteks ini, efikasi diri akademik dan keterampilan sosial yang rendah pada individu dapat memiliki dampak terhadap perilaku yang mengarah pada kecanduan atau adiksi terhadap game online (Pratiwi et al., 2012).

Salah satu elemen yang memengaruhi remaja dalam bermain game online adalah faktor motivasi, termasuk hiburan dan rekreasi, interaksi sosial, pemenuhan kebutuhan sosial seperti berinteraksi dengan teman, memperkuat ikatan persahabatan, dan merasa diakui, dorongan untuk mencapai prestasi, serta keinginan untuk merasakan kekuasaan. Faktor-faktor ini mungkin menjadi pemicu yang memengaruhi adanya komponen permasalahan pada remaja (Shafura, I. L. & Teuku, 2017).

Orang yang memiliki keyakinan rendah terhadap kemampuan akademiknya cenderung menghabiskan waktu lebih sedikit untuk aktivitas yang berkaitan dengan pelajaran. Dalam rangka mencapai perasaan puas terhadap prestasi, mereka mungkin akan mengalihkan perhatian mereka ke aktivitas adiktif sebagai cara untuk menghindari ketidakmampuan mereka dalam hal akademis. Saat ini, bermain game online telah menjadi tren yang populer dan diminati oleh anak-anak dan remaja (Pratiwi et al., 2012).

Dalam hal ini peran orang tua sangat diperlukan. Namun terkadang orang tua justru memfasilitasi anak-anak dengan gadget agar anak tidak rewel. Terdapat faktor penyebab orang tua memberikan gadget pada anak-anaknya, yang pertama yaitu faktor ekonomi, pada faktor ini Penggunaan perangkat gadget oleh anak cenderung lebih umum di kalangan keluarga dengan status sosial ekonomi yang rendah, serta pada anak-anak, tingkat penggunaan layar cenderung lebih tinggi. Di sisi lain, keluarga dengan status sosial ekonomi yang lebih tinggi cenderung memiliki penggunaan layar yang lebih rendah pada anak-anak mereka. Kedua, faktor pola asuh, pola asuh merujuk pada pendekatan yang diambil oleh orang tua dalam mengarahkan emosi dan perilaku anak. Terdapat tiga gaya pengasuhan yang umum diterapkan oleh orang tua, yaitu pola asuh otoritatif (demokratis), pola asuh otoriter, dan pola asuh permisif. Terdapat penelitian yang menyatakan bahwa ibu yang menerapkan pola asuh otoritatif (demokratis) memiliki kaitan dengan tingkat paparan layar yang rendah (kurang dari 1 jam) pada anak usia prasekolah. Di sisi lain, gaya pengasuhan orang tua yang terlalu protektif dan permisif terhubung dengan paparan layar yang berlebihan (lebih dari 4 jam). Rekomendasi penggunaan layar bagi anak usia 2-5 tahun adalah kurang dari 1 jam per hari, sementara pada anak usia 5 hingga 8 tahun, penggunaan layar media sebaiknya dibatasi hingga 2 jam per hari. Ketiga yaitu faktor pengetahuan orang tua yang masih terbatas. Karena perubahan zaman, terkadang orang tua masih kesulitan dalam mengoperasikan gadgetnya dan tidak tahu batas harian dalam menggunakan gadget, sehingga memberikan gadget pada anak-anaknya agar tidak rewel dan tidak mengganggu orang tuanya (Sholihah et al., 2022).

Dari game itu akan menimbulkan beberapa permasalahan karena berlebihan dalam memainkannya, mulai dari mata yang menjadi kering, iritasi atau bahkan rabun. Terganggunya jam tidur dan fungsi otak. Ketika orang mengalami kecanduan, hormone

pada otak yang sangat penting yaitu hormone dopamine. Hormone ini akan mengalami peningkatan dan menjadi berlebihan, maka hormone ini dapat merusak bagian depan otak yaitu korteks prefrontal. Ketika korteks prefrontal ini rusak, maka korteks ini tidak dapat berfungsi sebagaimana mestinya, sehingga pada saat itu seseorang akan mengalami kecanduan. Apabila Prefrontal Korteks mengalami kerusakan, individu akan mengalami kesulitan dalam membedakan antara hal yang memiliki nilai baik dan benar, serta menghadapi tantangan dalam konsentrasi dan pengambilan keputusan. Hal ini juga dapat menyebabkan kecenderungan kecanduan yang berlangsung sepanjang hidup. Penyebabnya adalah gangguan fungsi dopamin yang menyebabkan dorongan berlebihan untuk memuaskan keinginan, seperti dalam situasi bermain game dalam jangka waktu yang lama dan berulang-ulang (Suplig, 2017).

Dampak Kecanduan Game pada Anak

Game memberikan dampak terhadap penggunanya. Apabila tidak digunakan dengan bijak, game dapat memberikan efek negatif kepada penggunanya. Namun jika digunakan dengan baik, penggunanya dapat mendapat manfaat dari game yang dimainkannya. Berdasarkan analisis statistik yang dilakukan peneliti sebelumnya, ditemukan bahwa terdapat hubungan antara tingkat kecanduan game online dan prestasi akademik remaja jika dilihat dari komponen relapse, dengan nilai p-value sebesar 0,011 (Shafura, I. L. & Teuku, 2017).

Terdapat banyak dampak negatif yang terkait dengan permainan game online, seperti menginduksi isolasi sosial yang mengakibatkan keretakan hubungan antara teman, berkurangnya interaksi sosial tatap muka, kurangnya kemampuan untuk mengatur waktu dan hidup, serta adanya perilaku bermain game secara berlebihan yang tidak produktif. Aktivitas berlebihan dalam bermain game dianggap sia-sia dan tidak sehat untuk mengatasi stres, juga dapat berdampak pada penurunan kejelian mata dalam jarak jauh. Faktanya, banyak pengguna game online sering kali lupa waktu, sehingga perilaku ini menjadi kebiasaan bagi mereka (Safitri, 2020).

Terlalu sering bermain game dengan durasi yang berlebihan bisa memiliki efek negatif terhadap kesehatan, seperti menyebabkan masalah penglihatan dan mengganggu pola tidur. Selain itu, hal ini juga dapat mengganggu proses belajar. Di sisi psikologis, dampak dari bermain game online berlebihan mencakup pikiran yang terus-menerus tertuju pada permainan, mungkin munculnya perilaku agresif, dan mengganggu kemampuan dalam berinteraksi secara sosial (Merita Ayu Lestari, Inayatur Rosyidah, 2019).

Apabila game dimainkan secara berlebihan maka anak akan mengalami kecanduan, dampak negatif dari bermain game yaitu:

1. Pada bidang kesehatan, kesehatan anak-anak akan menurun, seperti kesehatan matanya, penurunan berat badan apabila anak lupa makan serta terlalu lama duduk untuk bermain game dapat menyebabkan kerusakan pada ginjal dan lambung. Ginjal dan lambung juga dapat terdampak oleh gaya hidup yang melibatkan banyak waktu duduk, kurang asupan cairan, pengabaian terhadap waktu makan, dan mungkin peningkatan berat badan karena kebiasaan ngemil yang berlebihan dan kurangnya aktivitas fisik. Hal ini bisa berujung pada rasa lelah yang mudah muncul saat melakukan aktivitas fisik dan mengakibatkan penurunan kesehatan secara umum akibat kurangnya olahraga. Situasi ini menjadi perhatian penting untuk remaja, karena mereka sedang dalam masa pertumbuhan yang krusial (Al-Taujih et al., 2022).

2. Pada bidang psikologi, psikologis anak akan terganggu, mulai dari tingkat stress yang meningkat karena mengalami kekalahan. Anak-anak yang memiliki cenderung untuk bermain game online seringkali mengalami perubahan perilaku, seperti menjadi cenderung kompulsif, lebih agresif, kurang responsif terhadap aktivitas dan lingkungan di sekitarnya, serta menunjukkan berbagai tingkah laku yang aneh (Adiningtiyas, 2018).
 3. Pada bidang pendidikan, pendidikan dianggap sepele dan kurang penting, lebih fokus pada game sehingga banyak nilai nilai yang turun. Anak-anak yang mengalami kecanduan game akan mengalami kesulitan dalam memusatkan perhatian pada pelajaran di sekolah karena fokus mereka terus teralih pada game yang sedang dimainkan (Al-Taujih et al., 2022).
 4. Anak yang menghabiskan lebih banyak waktu untuk bermain game online cenderung lebih sering terpapar cahaya komputer, dan dampak dari paparan tersebut akan lebih signifikan, yang pada akhirnya dapat mempengaruhi pola tidurnya (Shafura, I. L. & Teuku, 2017)
 5. Anak menjadi pribadi yang lebih suka menyendiri dan kurang bergaul. Anak-anak yang terbiasa berkomunikasi dalam satu arah dengan komputer cenderung menjadi lebih tertutup, yang pada akhirnya menghambat kemampuan mereka untuk mengungkapkan diri secara efektif dalam situasi nyata di sekitar mereka (Al-Taujih et al., 2022).
6. Kemalasan.

Beberapa manfaat dari game yaitu:

1. Aktivitas bermain game online memiliki potensi untuk meredakan stres dan mengatasi rasa bosan, sehingga dapat menjadi pelampiasan bagi anak-anak yang sedang menghadapi tekanan atau memiliki konflik dalam kepribadiannya. Selain itu, kebiasaan buruk yang dimiliki anak juga bisa diredam dengan mengalihkan perhatiannya ke dunia game online (Adiningtiyas, 2018).
2. Bermain game online dapat membantu meningkatkan konsentrasi anak-anak terhadap lingkungan sekitarnya, berbeda dengan anak-anak yang kurang bermain game atau bahkan tidak bermain game sama sekali (Adiningtiyas, 2018).
3. Belajar bahasa baru, karena terkadang game hanya menyediakan bahasa Inggris, sehingga anak akan secara tidak langsung mempelajari bahasa asing tersebut.
4. Melatih otak untuk memainkan logikanya dan menyusun strategi untuk memenangkan game

Hubungan Kecanduan Game Dengan Gangguan Emosi Dan Perilaku

Kecanduan game berdampak pada kondisi psikologis seseorang. Kecanduan game memiliki korelasi yang erat dengan gangguan emosi dan perilaku pada individu. Individu yang mengalami kecanduan game cenderung memiliki risiko lebih tinggi mengalami gangguan emosi seperti depresi, kecemasan, dan stres. Permainan game online yang berlebihan dapat mengganggu keseimbangan emosi seseorang karena menghabiskan waktu yang banyak dan kurang terlibat dalam aktivitas sosial yang sehat.

Selain itu, kecanduan game juga dapat memengaruhi perilaku individu. Mereka

mungkin mengabaikan tanggung jawab sehari-hari seperti pekerjaan, sekolah, dan aktivitas lainnya. Penggunaan game yang berlebihan dapat mengakibatkan penurunan produktivitas dan kurangnya keterlibatan dalam aktivitas sosial. Hal ini dapat memicu konflik dengan lingkungan sekitar, termasuk keluarga, teman, atau rekan kerja.

Dari hasil analisis studi sebelumnya, terlihat bahwa adiksi terhadap permainan game memiliki dampak yang signifikan terhadap kesehatan mental anak dan remaja. Dampak-dampak ini mencakup beberapa masalah utama seperti kecemasan, depresi, dan gangguan perilaku seperti perilaku agresif dan bahkan mungkin perilaku yang merugikan diri sendiri atau bahkan berujung pada pemikiran bunuh diri. Studi-studi sebelumnya menunjukkan bahwa masalah kesehatan mental ini sering kali berkembang akibat paparan yang berlebihan terhadap permainan game dan kurangnya keseimbangan antara bermain game dan aktivitas lainnya. Dampak-dampak ini dapat memiliki implikasi serius terhadap kesejahteraan psikologis anak dan remaja, dan perlu diperhatikan dengan serius oleh masyarakat dan pihak yang terkait, seperti orang tua, sekolah, dan profesional kesehatan mental (Fajar Amalia & Yani Syuhaimie Hamid, 2020).

Hubungan antara kecanduan game pada anak dan perubahan emosi serta perilaku dapat terjadi apabila anak terlalu banyak terlibat dalam bermain game online. Kecanduan game dapat mempengaruhi emosi anak dengan cara mengganggu keseimbangan emosi mereka. Anak yang kecanduan game mungkin akan mengalami fluktuasi emosi yang lebih tinggi, seperti menjadi lebih mudah marah, frustrasi, atau cemas ketika terganggu dari bermain game.

Selain itu, perilaku anak juga dapat mengalami perubahan akibat kecanduan game. Anak yang kecanduan game mungkin akan lebih enggan untuk berinteraksi dengan orang lain atau terlibat dalam kegiatan sosial di dunia nyata. Mereka mungkin lebih suka menyendiri dan menghabiskan waktu bermain game daripada berkomunikasi dengan teman-teman atau anggota keluarga. Perubahan perilaku ini juga dapat mencakup kurangnya minat terhadap aktivitas akademis, kurangnya keterlibatan dalam kegiatan fisik, dan masalah dalam menjaga keseimbangan waktu antara bermain game dan tanggung jawab lainnya.

Dalam beberapa kasus, akibat yang timbul dari kecanduan game dapat membuat seseorang mengalami gangguan kecemasan. Kecemasan adalah suatu keadaan emosional atau perasaan yang tidak menyenangkan, yang dicirikan oleh perasaan kuat atau ekstrem tentang ketidakpastian, kekhawatiran, atau ancaman terhadap situasi atau peristiwa yang akan datang (Fajar Amalia & Yani Syuhaimie Hamid, 2020). Kecemasan ini dapat timbul karena ketakutan karena mengalami kekalahan dalam bermain game. Ketika mengalami kekalahan seorang anak akan merasa cemas dan khawatir karena tidak bisa memenuhi ambisinya.

Tidak hanya kecemasan, dampak yang timbul adalah perubahan sikap. Sikap anak yang mengalami kecanduan akan berubah menjadi agresif dan lebih memilih menyendiri untuk bermain game sehingga kehidupan sosialnya menjadi kurang baik. Hal ini dapat terjadi karena ia merasa terusik jika diganggu saat bermain game dan akan marah serta bersifat agresif. Sehingga anak akan memilih menyendiri agar lebih fokus untuk memenangkan gamenya dan tidak diganggu oleh orang lain. Perilaku agresif perlu diatasi dan memerlukan upaya untuk mengendalikannya agar tidak menghasilkan akibat negatif, yang bahkan bisa berlanjut hingga masa dewasa pada anak (Solichah, 2020).

Tidak hanya itu, dengan kecanduan game seorang anak akan menjadi lebih mudah marah.

Perubahan emosi ini dapat terjadi apabila anak mengalami kekalahan dan tidak terima sehingga ia melampiaskannya dengan marah atau bahkan melampiaskan pada orang-orang disekitarnya. Dampak lain seperti perubahan perilaku, perubahan perilaku menjadi anak yang pemalas, tidak peduli dengan pendidikannya, tidak mengerjakan tugas dan lain sebagainya. Hal ini dapat terjadi karena perubahan fokus anak yang berubah ke game, maka hal-hal lain yang seharusnya dilakukan menjadi tidak dilakukan. Apabila kegiatan biasanya dilakukan anak akan cenderung malas karena merasa terpaksa dan pikirannya hanya pada game.

Perubahan perilaku yang dapat diamati termasuk kecenderungan anak untuk menghabiskan lebih banyak waktu bermain game online di luar jam sekolah. Selama kegiatan belajar, konsentrasi mereka terganggu karena pikiran mereka sering tertuju pada permainan yang ada dalam game online. Selain itu, dampak permainan game online juga terlihat pada perilaku tidur di sekolah atau mengantuk di kelas. Anak-anak ini sering melalaikan tugas-tugas dan tanggung jawab sebagai siswa, serta cenderung memiliki interaksi sosial yang minim dengan orang di sekitar mereka. Mereka lebih fokus pada interaksi dengan teman dalam permainan atau pada gadget mereka (Lukmana, 2023).

Oleh karena itu, maka dapat disimpulkan bahwa kecanduan game pada anak berdampak kepada kondisi psikologis anak-anak yang mana dalam hal ini berpengaruh pada perubahan emosi dan perilaku. Perubahan emosi dan perilaku ini berdampak buruk bagi dirinya sendiri dan orang disekitarnya. Karena kecanduan hal-hal yang seharusnya dilakukan malah tidak dilakukan, menurunnya nilai akademik, muncul rasa malas, tidak peduli dengan lingkungan, perilaku agresif, pemarah dan lain sebagainya. Dengan ini maka peran orang tua sangat dibutuhkan agar bijak memberikan gadget dan membatasi penggunaannya serta mengontrol agar anak tidak sampai kecanduan dalam bermain game.

Cara Mengatasi Kecanduan Game pada Anak-Anak

Berdasarkan hasil analisis data dari penelitian sebelumnya, ditemukan korelasi yang signifikan dan negatif antara tingkat kontrol diri dengan kecenderungan kecanduan game online. Ini berarti bahwa semakin rendah tingkat kontrol diri seseorang, semakin tinggi kecenderungan untuk mengalami kecanduan game online. Sebaliknya, semakin tinggi tingkat kontrol diri seseorang, semakin rendah kemungkinan mereka mengalami kecanduan game online. Oleh karena itu diperlukan kontrol diri agar bisa mencegah kecanduan terhadap game. Kontrol diri merujuk pada kemampuan individu dalam mengatur, mengarahkan, dan mengelola perilaku mereka untuk mencapai hasil yang positif. Dalam konteks bermain game online, kontrol diri mengacu pada kemampuan seseorang untuk membatasi intensitas dan durasi bermain game agar tidak mengganggu aktivitas lain serta mencegah dampak negatif. Dengan memiliki kontrol diri yang baik, seorang pemain dapat memastikan bahwa bermain game online tidak merugikan tugas dan kewajiban lainnya (Dova Pratika, 2021).

Konsep dasar dari pola asuh orang tua meliputi sikap, metode, dan kebiasaan yang diterapkan oleh orang tua dalam membesarkan dan merawat anak di dalam lingkungan keluarga. Di samping faktor pola asuh, penting juga untuk memerhatikan bagaimana interaksi antara orang tua dan anak. Peran orang tua terhadap anak harus dijaga dengan kontinuitas. Mengawasi konten yang diakses oleh anak dan melibatkan mereka dalam diskusi, berdialog, serta bermain bersama akan mendorong perkembangan imajinasi dan kreativitas anak. Cara untuk mengatasi kecanduan game online pada Kepribadian Sosial

anak adalah melibatkan peran orang tua dalam memberikan keyakinan penuh kepada anak, membina komunikasi interpersonal agar anak merasa nyaman berbicara dengan orang tua, mengalokasikan waktu khusus untuk bermain game serta mengajarkan anak tanggung jawab atas tindakannya, dan menegaskan konsekuensi yang akan timbul jika anak tidak mengikuti peraturan. Meskipun begitu, penting untuk dicatat bahwa konsekuensi ini tidak merujuk kepada hukuman fisik (Ulya et al., 2021). Solusi untuk memudahkan mengatasi kecanduan bermain game online pada anak yang dapat dilakukan orang tua yaitu dengan melibatkan pembuatan jadwal harian yang terstruktur, termasuk rutinitas seperti bangun tidur, kegiatan sekolah, beribadah, dan menyelesaikan tugas-tugas sekolah (Merita Ayu Lestari, Inayatur Rosyidah, 2019).

Memberikan cerita sosial atau "social story" juga memiliki kemampuan untuk mengurangi perilaku agresif pada individu di lingkungan sekolah. Sebuah cerita sosial terdiri dari narasi singkat yang memiliki karakteristik khusus untuk menggambarkan situasi sosial, konsep, atau keterampilan sosial tertentu. Media cerita sosial terdiri dari beberapa kalimat yang bersifat deskriptif, menggambarkan perspektif, memberikan arahan, kontrol, dan aspek afirmatif. Tujuan dari cerita sosial ini adalah untuk menjelaskan fakta-fakta yang terkait dengan gambaran situasi tertentu yang akan diperkenalkan (Solichah, 2021). Pencerita menguraikan konsekuensi dari perilaku agresif (termasuk verbal, fisik, dan relasional) serta memberikan keterampilan sosial untuk berperilaku dengan lebih positif dan sesuai (Solichah, 2020).

Orang tua adalah guru pertama bagi anak-anaknya, oleh karena itu sudah sepatutnya orang tua peduli dan memperhatikan apa yang diberikan kepada anak-anaknya. Orang tua wajib mengawasi dan tegas kepada anak-anaknya agar tidak terjadi kecanduan game. Jika memberikan gadget kepada anaknya orang tua harus memberikan batasan waktu dalam bermain game. Anak-anak lebih baik diarahkan ke hal-hal yang ada di sekitar agar anak tersebut dapat mengeksplor dan dapat meningkatkan kreativitas anak.

Kesimpulan

Sebuah game apabila dilakukan secara terus menerus secara konsisten tanpa dibatasi waktu maka akan menjadi candu. Bagi anak-anak yang saat ini sudah diberikan gadget oleh orang tuanya beresiko mengalami kecanduan apabila tidak dibatasi oleh orang tuanya. Banyak hal yang dapat terjadi apabila seorang anak mengalami kecanduan pada game. Ketika anak kecanduan game maka akan terjadi perubahan pada emosi, perilaku dan kesehatan. Kecanduan game dapat mengakibatkan pada perubahan emosi dan perilaku, sehingga kecanduan game memiliki hubungan dengan gangguan emosi dan perilaku sebagai dampak dari kecanduan game. Dampak dari kecanduan game seperti anak menjadi lebih sensitif dan menjadi pemarah, perubahan perilaku menjadi agresif, kemalasan, individualis, kesehatan menurun dan lain sebagainya. Oleh karena itu diperlukan kebijakan orang tua dalam membatasi jam bermain gadget pada anak-anaknya dan menegaskan pada anak-anaknya serta lebih mengarahkan anak-anaknya kepada hal-hal positif di sekitarnya agar anak dapat mengeksplor dan meningkatkan kreativitasnya.

Daftar Pustaka

- Adiningtiyas, S. W. (2018). Peran Guru dalam Mengatasi Kecanduan Game Online. *Jurnal KOPASTA*, 5(2), 55–64.
- Al-Taujih, J., Novia Marta, R., & Mardison, S. (2022). Dampak Kecanduan Game Online Terhadap Anak. *Jurnal Al-Taujih*, 8(1), 66–76.
- Dewi, N. A. D. S., Darmini, A. A. . Y., & Bhandesa, A. M. (2023). Hubungan Antara Kecanduan Bermain Game Online dengan Perkembangan Psikososial Anak Usia Sekolah di SDN 1 Sesetan. *JURNAL RISET KESEHATAN NASIONAL*, 7(1), 7–12.
- Fajar Amalia, R., & Yani Syuhaimie Hamid, A. (2020). Adiksi Smartphone, Kesehatan Mental Anak, Dan Peranan Pola Asuh. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 3(2), 221–240.
- Gunawan, R., Aulia, S., Supeno, H., Wijanarko, A., Uwiringiyimana, J. P., & Mahayana, D. (2021). Adiksi Media Sosial dan Gadget bagi Pengguna Internet di Indonesia. *Techno-Socio Ekonomika*, 14(1), 1.
- Hidayati, Normala (2020) Pengaruh kesenangan Game Online terhadap Akhlak Madzmumah siswa di MTs Sunan Kalijogo Kota Malang. <http://etheses.uin-malang.ac.id/19791/>
- Lukmana, D. A. D. M. (2023). Perubahan Perilaku Siswa Sekolah Dasar di Kota Tidore Kepulauan yang Mengalami Kecanduan Game Online serta Dampaknya Terhadap Prestasi Belajar Mawardi Djamaruddin. *Foramadiah: Jurnal Pendidikan Dan Keisla*, 39–53.
- Merita Ayu Lestari, Inayatur Rosyidah, I. M. H. (2019). Hubungan Kecanduan Game Online Dengan Perilaku Agresif Pada Remaja. *Journal Psikologi*, 9(1), 12–16.
- Pamungkas, Bima Yoga (2021) Pengaruh kecanduan game online PUBG Mobile Playerunknow's Battlegrounds terhadap perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. <http://etheses.uin-malang.ac.id/31116/>
- Pratiwi, P. C., Andayani, T. R., & Karyanta, N. A. (2012). Perilaku Adiksi Game-online Ditinjau dari Efikasi Diri Akademik dan Keterampilan Sosial pada Remaja di Surakarta Behavior Online Game Addiction Viewed from Academic Self Efficacy and Social Skills among Adolescent in Surakarta. 3.
- Safitri, S. S. (2020). Game Online dan Pengaruh Interaksi Sosial di Kalangan Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta. *Edumaspul: Jurnal Pendidikan*, 4(2), 364–376.
- Shafura, I. L. & Teuku, T. (2017). Kecanduan Game Online Hubungannya Dengan Prestasi Akademik Remaja Di Banda Aceh. *JIM FKep*, II(3), 1–9.
- Sholihah, W., Allenidekania, & Rachmawati, I. N. (2022). Faktor yang Mempengaruhi Orang Tua Memberikan Gadget pada Anak. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 5(8.5.2017), 2003–2005.
- Solichah, N. (2020). Storytelling Untuk Mengatasi Perilaku Agresif Anak. *Al-Qalb : Jurnal Psikologi Islam*, 11(2), 1–12. <http://repository.uin-malang.ac.id/6949/>
- Solichah, N. (2021). Social Story untuk Menurunkan Perilaku Agresif Anak dengan Retardasi Mental Social Story to Reduce Aggressive Behavior of Children with Mentally Retarded. 03, 54–62.

- Subandi, S. P., Iman, N., & Syam, A. R. (2022). Dampak Kecanduan Game Online Terhadap Pendidikan Anak. *He Internet and Social Life," Annual Review of Psychology, 4*, 243–262.
- Suplig, M. A. (2017). Pengaruh Kecanduan Game Online Siswa SMA Kelas X Terhadap Kecerdasan Sosial Sekolah Kristen Swasta Di Makassar. *Jurnal Jaffray, 15*(2), 177.
- Ulya, L., Sucipto, S., & Fathurohman, I. (2021). Analisis Kecanduan Game Online Terhadap Kepribadian Sosial Anak. *Jurnal Educatio FKIP UNMA, 7*(3), 1112–1119.