



## PERAN ORANGTUA DALAM MEMINIMALISIR KECANDUAN *GAME ONLINE* PADA ANAK

Abdul Kadir <sup>1)\*</sup>, Riswan Kamri <sup>1)</sup>, Sri Rahayu Amri <sup>2)</sup>

<sup>1</sup>Jurusan Bimbingan dan Konseling, Universitas Muhammadiyah Palopo, Jend Sudirman, Palopo, 91922, Indonesia

<sup>2</sup>Jurusan Kebidanan, Universitas Muhammadiyah Palopo, Jend Sudirman, Palopo, 91922, Indonesia

\* E-mail: abdulcadir@umpalopo.ac.id

### Abstrak

Pemahaman orangtua mengenai permainan *game online* dapat menjadi landasan utama dalam pengawasan anak terkait peran orangtua dalam meminimalisir kecanduan *game online* pada anak, serta mengetahui perilaku anak setelah orangtua meminimalisir kecanduan *game online*. Metode penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Subyek penelitian terdiri dari 6 orang dari 3 pasangan orangtua yang memiliki anak kecanduan *game online*, dengan usia 10-15 tahun. Hasil penelitian ini yaitu: (1) dampak kecanduan *game online* pada anak terdapat dua dampak yang ditimbulkan; (a) dampak positif (menambah aktivitas otak dan menambah teman), (b) dampak negatif yaitu dampak sosial, psikis, fisik, (2) peran orangtua meminimalisir kecanduan *game online* yang telah diberikan; mengawasi anak, memberikan batasan waktu bermain, memberikan hukuman yang dapat menghentikan anak untuk bermain *game online*, mematikan WIFI dan menyita *handphone*, (3) perilaku anak ketika orangtua meminimalisir kecanduan *game online* yakni: anak mampu mengatur waktu beraktivitas setiap hari, anak patuh terhadap orangtua dan anak sopan dalam berbicara.

**Kata kunci:** game online, kecanduan anak, orangtua.

## *THE ROLE OF PARENTS IN MINIMIZING ONLINE GAME ADDICTION IN CHILDREN*

### Abstract

*Parents' understanding of online game play can be the main basis for child supervision. The research objectives are: To determine the role of parents in minimizing online game addiction in children, children's behavior after parents have minimized online game addiction. Method used is a type of qualitative research. The subjects in this study consisted of 3 pairs of parents whose children are addicted to playing online games with the age of 10-15 years. The results research that: (1) there are two impacts of online game addiction on children; (a) the positive impact, namely, increasing brain activity and adding friends, (b) negative impacts, namely social impacts, psychological impacts, and physical impacts, (2) the role of parents to minimize addiction to online games that have been given, namely supervise children by providing limits on playing time, provide child penalties that can stop children from playing online games by grumpy, turning off WIFI and confiscating handphones, (3) children's behavior when parents minimize addiction to online games, namely: children are able to manage their daily activities, children obey their parents and children are polite in speaking.*

**Keywords:** online games, child addiction, parenting.

## PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi memberikan pengaruh signifikan terhadap kehidupan masyarakat termasuk dalam ruang lingkup keluarga. Dahulu, orangtua masih membiarkan anaknya untuk bermain di luar rumah dengan permainan tradisional dengan anak-anak

lainnya, sehingga pada era modern ini mampu mengubah pola kehidupan manusia yang diwariskan cenderung mulai bergeser atau bahkan mulai hilang diakibatkan anak-anak lebih memilih permainan yang tidak menguras banyak tenaga. Saat ini orangtua lebih mengandalkan teknologi digital sebagai media

permainan bagi anak, tidak bisa dipungkiri bahwa perkembangan teknologi saat ini terutama berbasis layanan internet memberikan dampak negatif bagi tumbuh kembang anak dalam keluarga (Alia & Irwansyah, 2018).

Permainan tradisional sering disebut juga sebagai permainan rakyat yaitu permainan yang tumbuh dan berkembang dimasa lalu terutama tumbuh di masyarakat pedesaan. Realitas yang terjadi saat ini dapat dilihat bahwa eksistensi permainan tradisional mengalami penurunan dan terancam punah karena adanya arus globalisasi (Ambaryani, Yustinus, & Sujana, 2014).

Orangtua merupakan pendidik utama dan pertama bagi anak-anak mereka, karena dari merekalah awal dari anak memperoleh pendidikan. Dengan demikian bentuk pertama dari pendidikan terdapat dalam keluarga. Pada umumnya pendidikan dalam rumah tangga itu bukan berpangkal tolak dari kesadaran dan pengertian yang lahir dari pengetahuan mendidik, melainkan karena secara kodrati suasana dan strukturnya memberikan kemungkinan alami membangun situasi pendidikan. Situasi pendidikan itu terwujud berkat adanya pergaulan dan hubungan pengaruh mempengaruhi secara timbal balik antara orangtua dan anak (Darajat, 2012).

Kecanduan game online pada remaja akan berdampak pada beberapa aspek kehidupan, seperti aspek kesehatan, aspek psikologis, aspek akademik, aspek sosial dan aspek keuangan. Kecanduan *game online* perlu dicegah karena dampaknya akan membuat kehidupan remaja terganggu (Novrialdy, 2019). Dalam hal ini anak juga bisa lupa waktu, lupa makan, bahkan lupa untuk bersosialisasi dengan orang-orang di sekitarnya, seperti teman dan keluarga (Puspitosari & Ananta, 2009).

Bermain *game online* membuat seseorang merasa senang karena mendapat kepuasan psikologi. Sebagian besar *game* dirancang sedemikian rupa agar membuat pemain *game* penasaran dan mengejar nilai tinggi, sehingga sering lupa waktu bahkan untuk sekedar berhenti sejenak. Bermain *game online* secara berlebihan menyebabkan munculnya obsesi untuk menang dan menjadi tokoh imajinasi di dalam *game* seperti yang diinginkan. Apabila tidak segera dikendalikan, maka keinginan untuk selalu bermain *game online* secara berlebihan dapat muncul. Perilaku bermain *game online* secara berlebihan mengakibatkan dampak negatif. Bermain *game online* secara berlebihan terjadi karena seseorang hanya akan merasa senang dan nyaman ketika dapat

bermain permainan tersebut. Oleh sebab itu, orang yang bermain *game online* secara berlebihan akan merasakan ketidakpuasan dan perasaan tidak tenang, gelisah apabila tidak dapat bermain *game online* (Fauziawati, 2015).

Pengaruh buruk *game online* secara psikis yakni pikiran terus-menerus memikirkan *game* yang sedang dimainkan. Oleh sebab itu, orang yang mengalami bermain *game online* secara berlebihan biasanya kesulitan berkonsentrasi pada studi, pekerjaan, sering bolos atau menghindari pekerjaan, membuat seseorang acuh tak acuh, kurang peduli pada berbagai hal di sekeliling. Selain itu, pemain *game online* secara berlebihan akan melakukan berbagai cara demi bisa bermain *game*, seperti berbohong hingga mencuri uang (Fauziawati, 2015).

Pengetahuan orangtua tentang *game online* dapat menjadi dasar sebagai pengawasan anak, orangtua sering hanya mengingatkan, tanpa ada kontrol dan pendidikan dalam pengawasan anak. Orangtua sibuk dengan aktivitasnya masing-masing sehingga kesempatan dalam mendidik dan memberikan pengetahuan pada anak akhirnya menjadi terbatas. Pengawasan dalam kebiasaan bermain anak menjadi sangat renggang, sehingga anak mulai terbiasa dengan kebiasaannya bermain *game online*, kurangnya pengetahuan ini bisa berdampak buruk bagi kebiasaan anak bermain *game* (Amanda, 2016).

Mengurangi kecanduan *game online* perlu adanya peran orangtua dalam meminimalisir kecanduan bermain *game online* pada anak, agar nantinya dalam menjalani kehidupan sehari-hari dapat berjalan dengan selaras tanpa menimbulkan efek negatif dan permasalahan atau konflik yang tidak diharapkan.

Meminimalisir kecanduan *game online* dalam hal ini menitikberatkan kepada kemampuan orangtua dalam mengurangi waktu bermain anak dengan mengisi waktu luang dengan hal yang bermanfaat seperti mengajaknya berolahraga, membaca buku dan mengaji. Orangtua juga harus dapat mengurangi pergaulan anaknya dengan para pemain *game online*.

Menurut (Ghuman & Griffiths, 2012) menjelaskan ada masalah yang timbul dari aktivitas bermain *game online* yang berlebihan, di antaranya kurang peduli terhadap kegiatan sosial, kehilangan kontrol atas waktu, menurunnya prestasi akademik, relasi sosial, finansial, kesehatan, dan fungsi kehidupan lain yang penting. Anak-anak yang terbiasa hidup di dunia maya, umumnya kesulitan ketika harus

bersosialisasi di dunia nyata. Sikap antisosial, tidak memiliki keinginan untuk berbaur dengan masyarakat, keluarga dan juga teman-teman adalah ciri-ciri yang ditunjukkan remaja yang kecanduan game online (Sandy & Hidayat, 2019).

Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui dampak kecanduan *game online* pada anak dan peran orangtua dalam meminimalisir kecanduan *game online* pada anak

## METODE

Desain penelitian menggunakan pendekatan kualitatif, dengan metode fenomenologi. Informan pada penelitian ini memfokuskan pada peran orangtua dalam meminimalisir kecanduan *game online* pada anak dengan jumlah 3 pasangan orangtua. Adapun kriteria pemilihan subjek adalah (a) menjadi orangtua, (b) anak yang kecanduan *game online* dengan usia 10-15 tahun yang berlokasi di Kota Palopo. Teknik pengumpulan data menggunakan wawancara, observasi dan dokumentasi. Keabsahan data diperoleh dengan *member checking* yaitu dilakukan dengan cara memverifikasi kembali kredibilitas informasi.

Tabel. 1 Data Demografi Informan

| Infor man | Usia | Pendid ikan | Pekerjaan | Usia Anak |
|-----------|------|-------------|-----------|-----------|
| FR        | 41   | S1          | PNS       | 15 th     |
| KM        | 46   | S1          | PNS       | 15 th     |
| RD        | 42   | SMA         | Swasta    | 14 th     |

Wawancara di lakukan di tempat kediaman masing-masing dengan jumlah enam informan dengan tiga pasangan suami istri yang memiliki anak.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Kecanduan *Game Online* Pada Anak

Kecanduan *game online* terdapat dua dampak yang ditimbulkan yaitu dampak positif suatu hal yang baik untuk pemain dan dampak negatif yang sangat berakibat buruk. a. dampak positif; Bermain *game* dapat menambah dan mengasah aktivitas otak, dimana setiap permainan yang dimainkan membutuhkan konsentrasi yang tinggi agar dapat fokus mencapai skor, menyelesaikan misi dalam permainan *game* membutuhkan strategi yang tepat sehingga memaksa otak untuk mencari inovasi agar dapat menang melawan musuh. Anak juga akan banyak belajar dari *game online* yang dimainkan, seperti dapat berbahasa inggris.

Wawancara yang dilakukan oleh Informan IM, ibu dari anak yang gemar bermain *game online* berusia 12 tahun.

Menambah teman: Bermain *game* juga dapat menambah teman di dunia maya yang tidak dapat dijangkau oleh tangan dan mata, hanya dapat berkomunikasi ketika sedang bermain. Sebagaimana yang diungkapkan oleh KM ayah dari anak yang gemar bermain *game online* berumur 14 tahun. b. Dampak negatif. Ciri-ciri pecandu *game online*, yaitu: 1) Ada gangguan kontrol untuk melakukan permainan tersebut (tidak dapat mengendalikan diri), 2) Lebih memprioritaskan memainkan permainan tersebut dibandingkan dengan aktivitas yang seharusnya lebih diutamakan, 3) Intensitasnya semakin meningkat dan berkelanjutan meskipun ada konsekuensi atau dampak negatif yang dirasakan, 4) Perilaku berpola tersebut menyebabkan gangguan yang bermakna pada fungsi pribadi, keluarga, social, pendidikan dan area penting lainnya dan 5) Pola tersebut sudah berlangsung selama 12 bulan.

Dampak negatif dari kecanduan *game online* yang dapat disimpulkan dari ketiga dampak yang dijelaskan diatas yaitu:

- terlalu lama bermain *game online* dapat menimbulkan resiko individu terkena masalah konsentrasi dan hiperaktif dua kali lebih tinggi.
- waktu anak bersama teman dan keluarga menjadi sangat renggang karena pergaulan anak hanya disekitar *game online* saja bukan di lingkungan nyata.
- jika anak sudah terbiasa berinteraksi dengan bermain *game* dapat membuat anak menjadi tertutup dan sulit untuk beradaptasi dilingkungan dimana anak itu berada.

Anak yang mengalami ketergantungan pada aktivitas *game* akan mengurangi waktu belajar dan waktu untuk bersosialisasi dengan teman sebaya mereka. Jika ini berlangsung terus menerus dalam waktu yang lama diperkirakan anak akan menarik diri pada pergaulan sosial, tidak peka dengan lingkungan, bahkan bisa membentuk kepribadian asosial, dimana anak tidak mempunyai kemampuan beradaptasi dengan lingkungan sosialnya. Selain itu bermain *game* juga bagian dari merusak perkembangan anak serta membentuk perilaku yang agresif melalui adegan *game* yang di lihat sehingga memicu timbulnya dampak negative terhadap bermain *game online*, (Abdul, 2020).

### **Peran Orangtua Dalam Meminimalisir Kecanduan Game Online Yang Telah Diberikan**

Orangtua sangat berperan penting dalam mengawasi setiap aktivitas anaknya, orangtua yang menjaga dan memelihara anaknya akan berfikir tentang sesuatu yang baik terhadap anak-anaknya, dimana orangtua harus bersikap tegas, rasional, menghormati kepentingan anak dan mengajarkan anak untuk mematuhi norma-norma yang berlaku di lingkungan masyarakat.

Setelah mengetahui dampak kecanduan *game online*, adapun hasilnya sebagai berikut:

- a. Mengawasi anak dengan memberikan waktu bermain
- b. Mematikan WIFI
- c. Menyita *handphone*.

### **Perilaku Anak Setelah Orangtua Meminimalisir Kecanduan Game Online**

Perubahan perilaku anak setelah orangtua meminimalisir kecanduan *game online* ada 3 yakni anak mampu membagi waktu bermain dengan aktivitas lainnya, patuh terhadap orangtua dan sopan dalam berbicara. a. Mampu membagi waktu bermain dengan aktivitas lainnya Ketika anak sudah mampu membagi waktu bermain *game online* dengan waktu melakukan aktivitas lain tentunya tidak lepas dari peran orangtua dalam mencapai keberhasilan tersebut. Peranan orangtua dalam mengatur waktu beraktivitas anak sangatlah dibutuhkan agar anak mampu menyeimbangkan segala aktivitasnya setiap hari. Wawancara dengan IM: "*perlahan ankku sudah mulai berkurang jam mainnya selama keraska tentang batas bermain gamenya dengan ceramahi ii juga*" (IM baris 238-245).

Orangtua sangat berperan penting dalam mengatur waktu bermain *game online* anak setiap hari. Bukan hanya waktu bermain anak yang harus diatur oleh orangtua tetapi waktu seperti makan, mandi, belajar dan juga waktu istirahat anak perlu di perhatikan agar anak mampu menjalankan segala aktivitasnya dengan baik. b. Patuh terhadap orangtua: Orangtua harus tegas dalam membimbing anaknya agar anak tidak melenceng dari norma-norma yang berlaku di lingkungan sekitarnya. Ketegasan orangtua juga mampu membuat anak patuh sehingga anak dapat di kontrol dengan baik sesuai dengan harapan orangtua. Ketika anak sudah patuh terhadap orangtua maka sesuatu yang bersifat baik dapat dengan mudah diterapkan keanak. Anak akan mendengar segala perkataan orangtua seperti ketika orangtua

menyuruh anak untuk mengurangi waktu bermain *gamenya*. Hal ini sejalan dengan wawancara yang dilakukan dengan KM: "*kalau pun saya bilang hari ini harus berhenti, main game insya Allah mereka pasti berhenti*" (KM baris 138-142).

Anak patuh terhadap orangtua maka orangtua akan dengan mudah mampu mengontrol sang anak. Sopan dalam berbicara: Anak biasanya terbawa suasana dan menggunakan bahasa kasar Saat sedang bermain *game online*. Tentunya orangtua tidak mengharapkan itu terjadi kepada anaknya sehingga peran orangtua harus mampu menghilangkan kebiasaan buruk dari anak ketika bermain *game online*. Wawancara yang dilakukan dengan FR, mengatakan bahwa: "*biasa kalau kudengar itu temannya bicara kasar, saya ancam anakku supaya tidak na ucapkan kata begitu, Alhamdulillah tidak pernah keluar kata kasar kalau main game ii*" (FR baris 190-200).

Orangtua sangat berperan penting dalam membantu dan mengawasi anak ketika bermain *game online* karena orangtua adalah tempat pertama anak-anak menceritakan keluh kesah yang dihadapinya, tentu orangtua yang bijak akan berfikir lebih baik mencegah dari pada mengobati agar anak tidak terjerumus kepada hal-hal yang negatif yang ditimbulkan dari bermain *game online*.

Bermain *game online* dimana orangtua harus mampu mengawasi kegiatan anak-anaknya jika tidak maka anak akan terjerumus kedalam hal-hal buruk atau akan mengakibatkan dampak negatif dari bermain *game online*, dari pemaparan diatas bagaimana cara orangtua dapat mengurangi kecanduan bermain *game online* dengan cara mengawasi anak dengan memberikan batasan waktu bermain dan memberikan hukuman keanak yang dapat menghentikan anak untuk bermain *game online* dengan cara marah-marah, mematikan WIFI dan menyita *handphone*. Dalam hubungan kekeluargaan, terkhusus hubungan antara orangtua dan anak tidak selalu berjalan secara baik, menyenangkan dan harmonis. Seiring perkembangan anak akan memiliki masalah kehidupan masing-masing yang tidak sesuai dengan pengharapan orangtua.

Studi yang dilakukan (Rooij et.al., 2011) memberikan bukti bahwa komunikasi orang tua tentang penggunaan internet merupakan cara yang efektif untuk mencegah kecanduan internet. Hal ini bisa menjadi indikasi

bagaimana perlunya jalinan komunikasi yang baik antara orang tua dan anaknya.

## KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

Dampak kecanduan *game Online* pada anak terdapat dua dampak yang ditimbulkan; diantaranya Dampak positif yaitu, Menambah aktivitas otak dan menambah teman, Dampak negative yaitu, Dampak fisik, dampak psikis, dan dampak sosial. Peran orangtua meminimalisir kecanduan *game online* yang telah diberikan, yaitu ; Mengawasi anak dengan memberikan batasan waktu bermain,. Pemberian hukuman berupa memarahinya, mematikan WIFI dan menyita *handphone* ketika anak melanggar aturan yang telah dibuat orangtua. Perubahan perilaku terhadap anak ketika orangtua meminimalisir kecanduan *game online* yakni: anak mampu mengatur dan menyeimbangkan antara waktu bermain *game online* dengan waktu menjalankan aktivitas lainnya, patuh terhadap orangtua dan sopan dalam berbicara.

### Saran

Bagi orangtua Disarankan agar dapat lebih teliti dalam menawarkan pilihan *game* terhadap anak dan orangtua selalu mendampingi anaknya jika ingin bermain *game*. Sedangkan bagi pemerintah agar dapat memberikan perhatian kepada masyarakat terkhusus pada anak-anak, memberikan penyuluhan kepada orangtua sang anak mengenai dampak buruk dari bermain *game* ketika memainkannya secara terus-menerus.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alia, T., & Irwansyah. (2018). Pendampingan Orangtua Pada Anak Usia Dini Dalam Pengetahuan Teknologi Digital. *A Journal Of Language, Literature, Culture, And Education*, 14(1), 65-78. <http://dx.doi.org/10.19166/pji.v14i1.639>
- Amanda, R. A. (2016). Pengaruh Game Online Terhadap Perubahan Perilaku Agresif Remaja Di Samarinda. *E\_Journal Ilmu Komunikasi*, 4(3), 30-35.
- Ambaryani, N., Yustinus, N., & Sujana, Y. (2013). Efektivitas Permainan Tradisional terhadap Keterampilan Sosial Anak Kelompok B TK se-gugus IV Kecamatan Banjarsari Surakarta Tahun Ajaran 2013/2014. *Kumara Cendekia*, 2(1), 1-7.
- Darajat, Z. (2012). *Ilmu Pendidikan Islam*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Fauziawati, W. (2015). Upaya Mereduksi Kebiasaan Bermain Game Online Melalui Teknik Diskusi Kelompok. *PSIKOPEDAGOGIA Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 4(2), 115-123 <http://dx.doi.org/10.12928/psikopedagogia.v4i2.4483>
- Ghuman, D., & Griffiths, M. D. (2012). A cross-genre study of online gaming: Player demographics, motivation for play and social interactions among players. *International Journal of Cyber Behavior, Psychology and Learning*, 2(1), 13–29.
- Puspitosari W. A., & Ananta, L. (2009). Hubungan antara Kecanduan Online Game dengan Depresi. *Jurnal Mutiara Medika*, 9(1), 50-56.
- Sandy, T. A., & Hidayat, W. N. (2019). *Game Mobile Learning*. Malang: Multimedia Edukasi.
- Novrialdy, E. (2019). Kecanduan Game Online Pada Remaja: Dampak dan Pencegahannya. *Buletin Psikologi*, 27(2), 148-158. <http://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.47402>
- Rooij, A. J. V., Schoenmakers, T. M., Vermulst, A. A., Eijnden, R. J. J. M. V. D., & Mheen, D. V. D. (2011). Online video game addiction: Identification of addicted adolescent gamers. *Addiction*, 106(1), 205–212. doi: 10.1111/j.1360-0443.2010.03104.x