

## ADIKSI GAME ONLINE DI SMA NEGERI 1 CIRANJANG

Metusael Dera Saputra Marchasan \*<sup>1</sup>

Resti Okta Sari <sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, IKIP Siliwangi, Bandung, Indonesia

\*e-mail: [derasm92@gmail.com](mailto:derasm92@gmail.com)<sup>1</sup>, [restioktasari@fkip.unsri.ac.id](mailto:restioktasari@fkip.unsri.ac.id)<sup>2</sup>,

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan dan menganalisis fenomena adiksi game online di SMA Negeri 1 Cianjur. Adiksi game online semakin menjadi perhatian serius di kalangan siswa SMA, dan SMA Negeri 1 Cianjur tidak terkecuali. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan teknik wawancara, observasi, dan analisis dokumen. Hasil penelitian menunjukkan bahwa adiksi game online di SMA Negeri 1 Cianjur memiliki dampak yang signifikan terhadap aspek sosial, akademis, dan kesehatan siswa. Faktor-faktor yang mempengaruhi adiksi tersebut melibatkan tekanan akademis, kurangnya pemahaman orang tua, dan faktor lingkungan. Siswa yang kecanduan game online cenderung mengalami penurunan prestasi akademis dan isolasi sosial. Pentingnya peran sekolah dan orang tua dalam mendeteksi, mencegah, dan mengatasi adiksi game online juga menjadi sorotan utama. Diperlukan upaya bersama antara pihak sekolah, orang tua, dan masyarakat untuk memberikan pemahaman tentang dampak negatif adiksi game online serta menyediakan sumber daya dan dukungan yang diperlukan. Penelitian ini memberikan kontribusi dalam menyadarkan stakeholder tentang urgensi penanganan adiksi game online di SMA Negeri 1 Cianjur dan memberikan rekomendasi kebijakan dan program intervensi yang dapat diimplementasikan untuk mengatasi masalah ini secara holistik.

**Kata kunci:** Adiksi, Game online, Remaja, Pendidikan.

### Abstract

This research aims to describe and analyze the phenomenon of online game addiction in SMA Negeri 1 Cianjur. Online game addiction is increasingly becoming a serious concern among high school students, and SMA Negeri 1 Cianjur is no exception. This study employs a qualitative approach with interview, observation, and document analysis techniques. The results show that online game addiction in SMA Negeri 1 Cianjur has significant impacts on students' social, academic, and health aspects. Factors influencing addiction include academic pressure, lack of parental understanding, and environmental factors. Students addicted to online games tend to experience a decline in academic performance and social isolation. The importance of the school and parents' roles in detecting, preventing, and addressing online game addiction is also a major focus. Collaborative efforts between the school, parents, and the community are needed to provide an understanding of the negative impacts of online game addiction and to offer the necessary resources and support. This research contributes to raising awareness among stakeholders about the urgency of addressing online game addiction in SMA Negeri 1 Cianjur and provides policy recommendations and intervention programs that can be implemented to address this issue holistically.

**Keywords:** Addiction, Online games, Teenagers, Education.

### PENDAHULUAN

Adiksi merujuk pada kondisi ketika seseorang tidak dapat mengendalikan atau menghentikan penggunaan suatu zat atau melakukan suatu aktivitas, meskipun mengetahui dampak negatifnya. Adiksi dapat terjadi terhadap berbagai hal, termasuk substansi kimia, seperti narkotika atau alkohol, maupun perilaku tertentu, seperti perjudian atau dalam konteks yang Anda sebutkan, adiksi terhadap game online.

Adiksi dapat memiliki dampak serius pada kesehatan fisik dan mental seseorang, mempengaruhi kehidupan sehari-hari, hubungan sosial, dan produktivitas. Penanganan adiksi melibatkan pendekatan holistik, termasuk dukungan medis, konseling, dan perubahan gaya hidup untuk membantu individu pulih dan membangun kehidupan yang seimbang.

Pada era digital ini, game online telah menjadi salah satu fenomena yang merajalela di kalangan remaja, termasuk di lingkungan SMA Negeri 1 Cianjur. Perkembangan teknologi

membawa dampak signifikan terhadap cara remaja berinteraksi dan menghabiskan waktu luang. Salah satu aspek yang mendapat perhatian serius adalah adiksi terhadap game online.

Adiksi game online di kalangan siswa SMA Negeri 1 Cianjur dapat berpengaruh pada berbagai aspek kehidupan, termasuk prestasi akademis, kesehatan mental, dan interaksi sosial. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mendalaminya dengan merinci dampak, faktor-faktor yang mempengaruhi, serta upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi masalah adiksi game online di lingkungan pendidikan tersebut.

Melalui pemahaman yang lebih baik terhadap dinamika adiksi game online di SMA Negeri 1 Cianjur, diharapkan dapat dihasilkan rekomendasi kebijakan dan intervensi yang efektif untuk meminimalkan dampak negatif dan menciptakan lingkungan belajar yang sehat dan produktif bagi para siswa.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan wawancara mendalam, observasi, dan analisis dokumen sebagai teknik pengumpulan data. Subjek penelitian melibatkan siswa-siswa SMA Negeri 1 Cianjur yang mengalami adiksi game online. Data dianalisis dengan pendekatan tematik untuk mengidentifikasi pola dan temuan utama.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kecanduan game online secara umum merupakan perilaku seseorang yang ingin terus bermain game online yang menghabiskan banyak waktu serta dimungkinkan individu yang bersangkutan tidak mampu mengontrol atau mengendalikannya (Yee, 2006). Meningkatnya jumlah waktu yang dihabiskan dengan game online, dapat menyebabkan perilaku kecanduan bagi beberapa orang saat aktivitas tersebut menjadi tidak berfungsi, merugikan fungsi sosial, pekerjaan, keluarga, sekolah, dan psikologis individu tersebut (Gentile et al., 2011; Kuss, 2013; Zhu et al., 2015).

Terdapat beberapa dampak negatif yang terjadi jika seseorang kecanduan bermain game diantaranya, dapat mengganggu kehidupan sehari-hari, kinerja akademis, hubungan keluarga, dan perkembangan emosional, terutama di kalangan remaja (Hyun dkk., 2015). Salah satu dampak negatif yang sering terlihat terkait penggunaan video game yang tidak terkontrol adalah menurunnya prestasi akademik siswa. Seperti yang telah diungkapkan oleh Hauge and Gentile (2003), mencatat bahwa video game dapat menyebabkan kegagalan dalam pencapaian akademis remaja. Beberapa penelitian juga telah menunjukkan bahwa siswa dengan prestasi akademik rendah menghabiskan lebih banyak waktu (lebih dari 3 jam sehari) bermain video game dibandingkan dengan mereka yang sukses secara akademis (Benton, 1995; Haghbin et al., 2013).

Di SMA Negeri 1 Cianjur adiksi game online telah menjadi salah satu masalah yang besar. Karenanya kegiatan belajar mengajar di sekolah menjadi terganggu. Begitu informasi yang didapat dari guru Bknya sendiri. Dengan persentase 98% yang memiliki gadget 70% yang mengalami kecanduan game khususnya di beberapa game yang mengeluarkan uang untuk bermainnya. Pak Yusup Eliyadi sebagai guru BK turut andil dalam penanganan kasus ini. Karena apabila kacanduan ini semakin menjadi-jadi maka siswa tersebut tidak akan berkembang.

### **Ciri-ciri Seseorang Kecanduan Game Online**

Mengacu pada American Psychiatric Association, terdapat beberapa tanda yang perlu diperhatikan untuk mengidentifikasi kecanduan game online. Beberapa di antaranya mencakup, preokupasi dengan game online artinya, seseorang selalu terpikirkan oleh aktivitas game sebelumnya atau mengantisipasi untuk bermain game selanjutnya. Bermain game menjadi kegiatan yang mendominasi dalam kehidupan sehari-hari. gejala penarikan saat game diambil biasanya, seseorang yang kecanduan game online menjadi cepat marah, cemas, bosan, gelisah, atau sedih ketika game-nya diambil. Selalu meminta toleransi, orang yang kecanduan game online merasa perlu untuk menghabiskan lebih banyak waktu bermain. Ini mungkin disebabkan oleh kebutuhan untuk mencapai tujuan yang semakin kompleks, memakan waktu, atau sulit dicapai untuk mendapatkan kepuasan. Kehilangan minat pada hobi, pemain game online yang kecanduan

cenderung kehilangan minat pada hobi dan hiburan yang sebelumnya sering mereka nikmati, sebagai dampak dari kecanduan game online. Terus bermain meski merasakan dampak negatif, seseorang akan terus bermain game online secara berlebihan, meskipun mengetahui adanya masalah psikososial atau dampak negatif lainnya. Menipu orang lain, pecandu game online cenderung suka menipu atau membohongi anggota keluarga atau orang lain tentang kegiatan bermain mereka. Dan yang terakhir adalah kehidupan pribadi menjadi berantakan, orang yang kecanduan game online berisiko mengalami kerusakan dalam kehidupan pribadi mereka, seperti kehilangan pekerjaan, pendidikan, atau peluang karier.

### **Peran guru BK dalam penanganan kasus adiksi game online**

Adiksi game online menjadi perhatian serius di kalangan siswa SMA, dan dalam konteks ini, peran guru bimbingan konseling (BK) sangat strategis. Guru BK memiliki tugas penting dalam mengenali, mencegah, dan mengatasi kasus adiksi game online di SMA Negeri 1 Ciranjang. Mengacu pada fungsi utama guru BK dalam menghadapi tantangan ini yaitu, yang pertama deteksi awal, guru BK memiliki tanggung jawab untuk mendeteksi secara dini gejala-gejala adiksi game online pada siswa. Dengan memahami perubahan perilaku dan mengamati tanda-tanda tertentu, guru BK dapat memberikan perhatian khusus pada siswa yang mungkin terpengaruh oleh adiksi game online. Pemberian penyuluhan dan edukasi, guru BK dapat memberikan penyuluhan dan edukasi kepada siswa tentang risiko adiksi game online. Melalui kegiatan ini, siswa dapat lebih memahami dampak negatif adiksi terhadap kesehatan mental, prestasi akademis, dan hubungan sosial. Layanan konseling perorangan, guru BK dapat memberikan layanan konseling perorangan kepada siswa yang telah teridentifikasi mengalami adiksi game online. Konseling ini bertujuan membantu siswa memahami akar masalah, mengembangkan strategi pengelolaan stres, dan merencanakan perubahan positif. Konseling kelompok, guru BK dapat mengadakan sesi konseling kelompok untuk siswa yang mengalami masalah serupa. Melalui diskusi dan berbagi pengalaman, siswa dapat mendapatkan dukungan bersama untuk mengatasi adiksi game online.

Lalu selanjutnya tahap yang paling penting adalah kerjasama dengan orang tua, kerjasama yang baik antara guru BK dan orang tua siswa sangat penting. Kolaborasi ini memungkinkan pertukaran informasi tentang perilaku siswa di rumah dan di sekolah, serta membantu orang tua memberikan dukungan tambahan di lingkungan rumah. Pengembangan program pencegahan, guru BK dapat terlibat dalam merancang program pencegahan adiksi game online di SMA. Ini melibatkan kegiatan edukatif, workshop, dan kebijakan sekolah yang mendukung penggunaan teknologi yang sehat. Pemantauan dan evaluasi, guru BK dapat terlibat dalam pemantauan dan evaluasi efektivitas program-program yang telah dijalankan. Dengan mengevaluasi dampaknya, guru BK dapat menyesuaikan strategi dan intervensi yang diperlukan. Dengan melibatkan peran ini secara efektif, guru BK dapat memberikan kontribusi positif dalam membantu siswa mengatasi adiksi game online dan menciptakan lingkungan sekolah yang mendukung pertumbuhan positif siswa.

### **KESIMPULAN**

Dalam mengakhiri penelitian tentang adiksi game online di SMA Negeri 1 Cianjur, dapat disimpulkan bahwa fenomena ini memiliki dampak yang signifikan terhadap berbagai aspek kehidupan siswa. Adiksi game online dapat merugikan, terutama dalam hal prestasi akademis, kesehatan mental, dan interaksi sosial. Faktor-faktor seperti tekanan akademis, kurangnya pemahaman orang tua, dan lingkungan yang mendukung adiksi memainkan peran penting dalam mengintensifkan masalah ini. Siswa yang kecanduan game online cenderung mengalami penurunan prestasi akademis dan isolasi sosial.

Peran penting sekolah dan orang tua dalam mendeteksi, mencegah, dan mengatasi adiksi game online tidak dapat diabaikan. Kerjasama antara pihak sekolah, orang tua, dan masyarakat sangat dibutuhkan untuk memberikan pemahaman tentang dampak negatif adiksi game online dan menyediakan sumber daya serta dukungan yang diperlukan. Dengan menyadari urgensi penanganan adiksi game online di SMA Negeri 1 Cianjur, diharapkan rekomendasi kebijakan dan

program intervensi yang dihasilkan dari penelitian ini dapat menjadi landasan untuk menciptakan lingkungan pendidikan yang sehat dan mendukung pertumbuhan positif para siswa

#### DAFTAR PUSTAKA

- Jauharoh, S. (n.d.). *KECANDUAN GAME ? BISA KOK DICEGAH SEJAK DINI*. Retrieved from DUNIA PSIKOLOGI: <https://duniapsikologi.weebly.com/adiksi-game.html>
- Makarim, d. F. (2022, Oktober 21). *7 Ciri Kecanduan Game Online dan Cara Mencegahnya*. Retrieved from Halodoc: <https://www.halodoc.com/artikel/7-ciri-kecanduan-game-online-dan-cara-mencegahnya>