



ATTA'DIB JURNAL PENDIDIKAN AGAMA ISLAM

p-ISSN: 2745-665X, e-ISSN: 2746-1572

DAMPAK GAME ONLINE TERHADAP KONSENTRASI BELAJAR SISWA KELAS VIII DI MTS ANNURAIN LONRAE

Andi Sri Bulan¹, Aminullah², Sri Wahyuni³

email: andisribulan982@gmail.com¹, aminullahulla4475@gmail.com²,
srhieunhy@gmail.com³

^{1,2,3}Prodi PAI Fakultas Tarbiyah Institut Agama Islam Negeri Bone; Sulawesi Selatan Indonesia

ABSTRACT

Online games are games that are played using an internet network. This game is already familiar in the midst of society. Many who like to play it from children to adults. This study aims to determine the impact of online games on student learning concentration and the efforts of teachers in preventing students from becoming addicted to online games. This research was conducted at MTs Annurain Lonrae, Tanete Riattang Timur District, Bone Regency. The research subjects were teachers and class VIII students. The type of research used is descriptive qualitative research and an Islamic educational approach. Data collection techniques using the method of observation, interviews and documentation. The results of the study are 1). Online games have positive and negative impacts on student learning concentration. The positive impact is that online games can reduce stress, fill students' free time, and develop students' thinking power. While the negative impact is addiction (addiction), insomnia, lazy to study and disturbed health. 2). The teacher's efforts in preventing students from becoming addicted to online games are explaining and advising students, controlling and limiting students at school and working with parents/guardians of students to pay attention to their children at home.

Keywords: *Online Games, Learning Concentration.*

PENDAHULUAN

Di zaman modern saat ini, dunia sedang dikelilingi perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi. Semakin pesatnya perkembangan teknologi

ternyata membawa berbagai perubahan di kehidupan masyarakat (Ondang et al., 2020). Dengan perkembangan teknologi yang semakin pesat banyak menciptakan produk teknologi informasi baru seperti televisi, komputer, laptop, telepon genggam dan internet. Salah satu produk teknologi tersebut adalah internet yang memiliki pengaruh yang sangat besar bagi kehidupan masyarakat, khususnya di lingkungan sekolah. Karena dengan adanya internet dapat memudahkan siswa untuk mendapatkan suatu informasi. Selain menyediakan informasi, internet juga menawarkan banyak sekali hiburan, misalnya *game online* (Nisrinafatin, 2020). *Game online* sudah tidak asing lagi ditengah-tengah masyarakat. Banyak yang gemar memainkannya mulai dari anak-anak hingga orang dewasa.

Game online adalah permainan yang dimainkan secara daring oleh banyak pemain dengan menggunakan jaringan internet. *Game* daring juga dapat diakses menggunakan telepon genggam sendiri, seperti *mobile game*. *Mobile game* merupakan jenis permainan yang dirancang dan dibuat khusus untuk dapat dijalankan pada telepon genggam (Lebho et al., 2020). *Game online* merupakan bentuk gaya hidup baru bagi sebagian orang di setiap kalangan anak muda ataupun pelajar. Saat ini telah banyak kita lihat warung internet (warnet) di kota maupun di desa dan mereka menyediakan fasilitas permainan tersebut. Banyak kita temukan beragam jenis *game online* mulai dari permainan yang berjenis balapan, perang, olahraga dan sebagainya. Permainan yang dimainkan dengan peraturan tertentu sehingga ada yang menang dan ada pula yang kalah, biasanya dalam kondisi tidak serius atau hanya sekedar hiburan.

Menurut data Newzoo pada tahun 2020, jumlah pengguna *smartphone* di seluruh dunia mencapai lebih dari 3,3 miliar, sementara jumlah pemain *game online* global mencapai 2,3 miliar. Di Indonesia, terdapat lebih dari 82 juta pengguna *smartphone* dan lebih dari 52 juta pemain *game online*, sehingga Indonesia menempati peringkat ke-17 di dunia dalam jumlah pemain *game online*. Pada tahun 2021, Indonesia juga menyumbang sekitar USD 624 juta atau setara dengan Rp 8,7 triliun untuk *mobile gaming*.

Perkembangan *game online* yang begitu masif di Indonesia ini telah menimbulkan fenomena baru terkait *game online* tersebut. Seiring meningkatnya pengguna *smartphone*, jumlah pemain aktif *game online* semakin bertambah (Anwar, 2022). Fenomena yang terjadi disini adalah ketika aktivitas bermain *game online* tersebut menjadi hobi baru yang menyenangkan dan mengasyikkan, namun tidak jarang berubah menjadi candu yang mengakibatkan kelelahan dan kelalaian dalam menjalankan berbagai kewajiban, terutama bagi para pelajar.

Pelajar yang seringkali memainkan *game online* akan membuatnya menjadi ketagihan/ketergantungan. Apabila ia mengalami ketergantungan pada aktivitas *game*, maka akan mengurangi waktu belajarnya (Surbakti, 2017). Belajar adalah proses atau usaha yang dilakukan setiap individu untuk mengubah tingkah laku, antara lain berupa pengetahuan, keterampilan, sikap dan nilai-nilai positif, sebagai pengalaman yang diperoleh dari berbagai materi yang telah dipelajari (Wardana & Djamaluddin, 2020). Jika siswa lebih mementingkan permainannya dari pada belajar maka hal itu dapat mempengaruhi aktivitas belajarnya. Setiap permainan memiliki tantangan untuk menantang pemain. Sehingga para pemain dapat merasa tertantang dan terus memainkan *game* tersebut. Dengan demikian, orang yang kecanduan *game* akan merasa ketergantungan terus menerus dan tidak bisa lepas dari *game*, apabila pemain tidak bisa mengontrol dirinya sendiri, pemain akan menjadi lupa diri, lupa waktu belajar dan bahkan saat belajar pun ia malah mengingat-ingat permainannya.

Game online memiliki dampak positif dan negatif tergantung cara seseorang memainkan game tersebut. Apabila digunakan secara bijak, maka akan berdampak positif pada diri pemain. Akan tetapi, jika pemain seringkali memainkan *game online* secara berlebihan maka akan menimbulkan efek ketagihan, ia akan terus memikirkan permainannya dan mengabaikan kegiatan lain. Apabila dibiarkan begitu saja, maka dapat mengganggu aktivitas belajarnya terutama konsentrasi belajarnya. Konsentrasi belajar sangatlah penting dalam proses pembelajaran. Karena aspek yang

menunjang belajar siswa adalah konsentrasi. Apabila siswa kurang fokus pada saat pembelajaran berlangsung, maka dampaknya akan merugikan diri siswa itu sendiri, karena begitu pentingnya konsentrasi bagi siswa. Konsentrasi menjadi prasyarat keberhasilan siswa dalam mencapai tujuan pembelajaran (Setyani & Ismah, 2018). Konsentrasi yang rendah saat belajar juga menyebabkan kinerja yang rendah, sehingga belajar menjadi tidak serius dan pemahaman terhadap materi pelajaran menjadi lemah. Jika konsentrasi saat belajar terganggu, hal ini juga dapat mempengaruhi hasil belajar. Oleh karena itu, melihat fenomena *game online* yang sedang marak-maraknya terjadi, maka muncullah ketertarikan untuk meneliti mengenai Dampak *Game online* Terhadap Konsentrasi Belajar Siswa kelas VIII di MTs Annurain Lonrae Kecamatan Tanete Riattang Timur Kabupaten Bone.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan oleh peneliti adalah deskriptif kualitatif yaitu suatu penelitian yang menghasilkan data secara deskriptif (penggambaran) berupa fakta-fakta yang tertulis maupun lisan dari setiap perilaku orang yang dicermati. Penelitian ini dilakukan di MTs Annurain Lonrae, Kecamatan Tanete Riattang Timur, Kabupaten Bone. Alokasi waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Maret 2023. Subjek penelitian yaitu guru dan siswa kelas VIII. Teknik pengumpulan data menggunakan metode observasi, wawancara dan dokumentasi. Selanjutnya teknik analisis data yang peneliti gunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kualitatif. Aktivitas dalam analisis data yaitu pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, dan Verifikasi/ Penarikan Kesimpulan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Dampak *Game online* Terhadap Konsentrasi Belajar Siswa Kelas VIII di MTs Annurain Lonrae

Dampak dari bermain *game online* terhadap konsentrasi belajar siswa, telah dikumpulkan dan dianalisis dari berbagai sumber data yang diperlukan

dengan subjek penelitian. Subjek dalam penelitian ini adalah guru dan siswa kelas VIII yang keseluruhan informan ada 16 orang yakni 4 guru diantaranya guru akidah akhlak, guru kesiswaan, guru wali kelas VIII dan guru BK. Adapun siswa kelas VIII yang berjumlah 12 orang yang berinisial MR, AA, MT, AM, M, C, WI, MH, MA, AJ, DC, dan AS. Siswa yang dipilih adalah siswa yang gemar bermain *game online*. Peneliti mengambil 12 siswa dari 18 siswa yang gemar bermain *game online* di kelas VIII, diantaranya 10 laki-laki dan 2 perempuan yang menjadi informan. Objek penelitian ini adalah dampak *game online* terhadap konsentrasi belajar siswa kelas VIII dan upaya guru dalam mencegah siswa agar terhindar dari kecanduan *game online* di MTs Annurain Lonrae.

Konsentrasi belajar adalah memusatkan pikiran atau perhatian agar mampu memahami materi dengan mengabaikan hal-hal yang mengganggu proses pembelajaran. Konsentrasi belajar sangat penting dalam proses pembelajaran karena konsentrasi yang rendah saat belajar juga menyebabkan kinerja yang rendah, sehingga belajar menjadi tidak serius dan pemahaman terhadap materi pelajaran menjadi lemah. Jika konsentrasi saat belajar terganggu, hal ini juga dapat mempengaruhi hasil belajar. Konsentrasi belajar siswa sangat berpengaruh pada keberhasilan proses pembelajaran, karena apabila siswa kurang berkonsentrasi saat belajar maka tujuan pembelajaran tidak akan tercapai. Ada banyak hal yang dapat mempengaruhi konsentrasi belajar siswa, salah satunya adalah *game online*.

Game online merupakan permainan yang diakses secara daring oleh banyak pemain dengan menggunakan jaringan internet. Permainan ini semakin lama semakin bervariasi, kehadiran *game online* sendiri banyak memberikan perubahan dan kebiasaan beberapa orang yang memainkannya begitu pula dengan siswa kelas VIII di MTs Annurain Lonrae yang bermain *game online*. Dari hasil serangkaian penelitian yang telah peneliti lakukan di lapangan, diperoleh tentang data-data yang berkaitan dengan dampak *game online* terhadap konsentrasi belajar siswa kelas VIII di MTs Annurain Lonrae,

dengan hasil penelitian ada beberapa dampak positif dan negatif dari bermain *game online* terhadap konsentrasi belajar siswa sebagai berikut:

a. Dampak Positif *Game online* Terhadap Konsentrasi Belajar Siswa Kelas VIII di MTs Annurain Lonrae

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan dengan guru dan siswa kelas VIII di MTs Annurain Lonrae, menyatakan bahwa *game online* memiliki dampak positif asalkan dimainkan disaat yang tepat dan tidak berlebih-lebihan, tidak mengabaikan kewajibannya sebagai siswa untuk belajar dan melakukan hal penting lainnya. Oleh karena itu, sebagai pemain *game online* harus pandai memilah dan memilih hal yang positif. Adapun dampak positif *game online* terhadap konsentrasi belajar siswa antara lain sebagai berikut:

1) Mampu Mengurangi Stres

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti dengan beberapa informan, memang benar adanya bahwa setelah seharian belajar, biasanya siswa akan merasa bosan, capek dan bahkan stres karena harus menguasai materi pembelajaran, kegiatan di sekolah ataupun hal lainnya. Dengan bermain *game online* dapat mengendurkan ketegangan syaraf setelah melakukan aktivitas yang padat dan serius. Sehingga *game online* mampu mengurangi stress dan dapat membuat siswa menjadi terhibur setelah bermain game. Oleh karena itu apabila siswa stres/banyak pikiran maka hal itu dapat mengganggu konsentrasi belajarnya.

2) Mengisi Waktu Luang

Game online sering digunakan untuk mengisi waktu luang setelah beraktivitas yang melelahkan. Hal ini dapat menyegarkan pikiran yang penat. Sehingga dapat membuat siswa menjadi terhibur dan tidak merasa bosan setelah bermain game.

3) Mengembangkan Daya Berfikir Siswa

Game online memiliki dampak positif asalkan dimainkan disaat yang tepat dan tidak berlebih-lebihan, tidak mengabaikan

kewajibannya sebagai siswa untuk belajar dan melakukan hal penting lainnya. Adapun dampak positif yang dirasakan pada saat bermain *game* adalah dapat melatih dan menstimulasi saraf otak untuk berfikir, memicu jiwa kompetitif siswa, mengasah otak, bermain *game* dapat membuat kita berfikir dan fokus dalam *game battle ground* menembak dan dapat meningkatkan kemampuan berbahasa asing apalagi dalam *game* banyak bahasa asing yang perlu diketahui agar dapat memainkan *game* tersebut.

b. Dampak Negatif *Game online* Terhadap Konsentrasi Belajar Siswa Kelas VIII di MTs Annurain Lonrae

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan dengan guru dan siswa kelas VIII di MTs Annurain Lonrae, menyatakan bahwa *game online* tidak hanya memiliki dampak positif akan tetapi juga dapat berdampak negatif apabila dimainkan secara berlebihan. Adapun dampak negatif *game online* terhadap konsentrasi belajar siswa antara lain sebagai berikut:

1) Adiksi (Kecanduan)

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti dengan beberapa informan, memang benar adanya bahwa *game online* dapat membuat para pemainnya ketergantungan atau ketagihan pada aktivitas *game*, sehingga dalam bermain *game online* yang berlebihan dapat membuat seseorang lupa segala hal. Remaja dianggap lebih sering mengalami kecanduan *game online* karena masa remaja adalah masa di mana seorang anak belum stabil secara emosional, cenderung terjerumus ke dalam "Percobaan" atau dalam hal-hal baru yang menimbulkan kesenangan dan kenyamanan. Dampak seseorang yang mengalami kecanduan terhadap *game* sangat besar. Seseorang yang mengalami adiksi, selain itu juga mengalami keluhan secara fisik juga mengalami perubahan struktur dan fungsi otak. Adanya gangguan fungsi otak membuat dirinya sulit mengendalikan impulsif, seperti

menjadi susah menunda keinginan. Biasanya orang yang telah kecanduan game akan kehilangan fokus saat mengerjakan sesuatu. Oleh karena itu, apabila siswa telah ketergantungan pada aktivitas gamenya maka hal tersebut dapat mengganggu konsentrasi belajar siswa karena mengingat-ingat permainannya.

2) Insomnia

Bermain *game online* dapat menyebabkan insomnia sehingga dapat berakibat pada akademik siswa seperti mereka mengalami kesulitan fokus karena kurang tidur ketika sekolah di pagi hari. Bermain gadget sebelum tidur nyatanya dapat menyebabkan insomnia. Hal ini disebabkan pancaran *blue light* yang dihasilkan oleh telepon genggam yang membuat produksi hormon melatonin dalam tubuh menurun sehingga mengurangi rasa ngantuk pada malam hari. Sehingga anak yang bermain game pada malam hari bahkan sampai tengah malam karena asik bermain game. Keesokan harinya, terkadang mereka mengantuk karena kurang waktu tidurnya di malam hari sehingga hal tersebut dapat mengganggu konsentrasi belajarnya.

3) Malas Belajar

Bermain game adalah salah satu kegiatan yang paling menyenangkan terutama bagi anak-anak. Apabila anak dibiarkan bermain begitu saja tanpa terkendali, tentu akan membuatnya menjadi malas untuk belajar karena terlalu asik bermain game hingga berjam-jam, sehingga membuatnya lupa waktu terutama waktu belajar. Apabila anak sudah merasa nyaman dan asik dalam bermain game maka dapat membuatnya menjadi malas untuk melakukan kegiatan lain seperti malas belajar.

4) Kesehatan Terganggu

Bermain game terlalu lama dapat mengganggu kesehatan karena apabila anak bermain game sampai berjam-jam melebihi batas waktu normal maka hal tersebut dapat menimbulkan efek-efek negatif, tidak hanya merusak penglihatan, tetapi juga dapat

menimbulkan kelelahan karena terlalu lama bermain game, lupa waktu makan, minum, terlalu lama duduk, jarang berolahraga, insomnia dan hal lainnya. Sehingga menyebabkan daya tahan tubuh menurun akibat kurang makan dan istirahat, dan mempengaruhi sistem metabolisme tubuhnya. Apabila hal tersebut terjadi dalam diri siswa maka akan sulit untuk fokus dalam belajar karena kesehatannya terganggu.

Upaya Guru dalam Mencegah Siswa Agar Terhindar dari Kecanduan Game online di MTs Annurain Lonrae

Untuk mencegah siswa agar tidak kecanduan dalam bermain *game online* di MTs Annurain Lonrae, maka dibutuhkan upaya guru sebagai pendidik untuk meminimalisir anak yang kecanduan *game online*. Masalah kecanduan *game online* tidak dapat diabaikan dan dibiarkan begitu saja karena bisa berakibat buruk. Adapun upaya pencegahan yang diberikan oleh guru ialah sebagai berikut:

a. Guru Memberikan Penjelasan/Nasihat Kepada Siswa

Siswa terkadang melanggar aturan-aturan dan tata tertib yang telah ditetapkan di sekolah, terutama bermain *game online*. Maka guru perlu menjelaskan dan menasehati siswa bahwa *game online* hanya sarana hiburan, tidak masalah bermain *game* tetapi jangan berlebihan apalagi sampai mengganggu aktivitas belajar.

b. Mengontrol dan Membatasi Siswa

Tidak sedikit siswa menjadikan *game online* sebagai hobi untuk mengisi waktu kosong. Jika masih dilakukan dalam hal wajar dan tidak mengganggu aktivitas belajar maupun kondisi kesehatan maka hal ini tidak jadi masalah. Akan tetapi tetap tidak diperbolehkan untuk bermain *game* di sekolah karena sekolah tempat belajar bukan bermain. Kenyataannya sering ditemukan siswa yang bermain *game* secara sembunyi-sembunyi dan bermain *game* pada pembelajaran berlangsung. Oleh karena itu, perlu adanya pengawasan dan

mengontrol siswa agar tidak melakukan hal-hal negatif yang dapat mengganggu aktivitas belajarnya.

c. Bekerja Sama dengan Orang Tua

Upaya selanjutnya adalah kerja sama dengan orang tua, guru hanya bisa memperhatikan siswanya ketika berada di lingkungan sekolah saja, selebihnya pengawasan dari orang tua karena orang tua lah yang bertanggung jawab untuk memperhatikan anaknya di rumah.

Pembahasan

Dampak *Game online* Terhadap Konsentrasi Belajar Siswa Kelas VIII di MTs Annurain Lonrae

Setiap permainan tentunya memiliki dampak positif dan dampak negatif bagi yang memainkannya. *Game online* dapat berdampak positif apabila dimainkan secara bijak dan tidak berlebih-lebihan. Selain dapat berdampak positif, *game online* juga dapat berdampak negatif bagi setiap pemainnya. Apalagi jika siswa yang sudah merasakan kesenangan yang berlebihan terhadap *game online*, ia pasti akan terus menerus bermain game, sehingga dapat membuat seseorang menjadi ketagihan pada aktivitas *game*. Memainkan *game* secara berlebihan dapat memberikan hal yang tidak baik bagi siswa. Dengan demikian, *game online* memiliki dampak positif dan negatif, tergantung cara seseorang dalam memainkan game tersebut. Hal ini sejalan dengan penelitian (Ariantoro, 2016) bahwa bermain *game online* pada dasarnya sama dengan sebuah koin yang memiliki dua permukaan yang berbeda. Maksudnya, *game online* memiliki pengaruh atau dampak yang saling berlawanan tergantung pada pemakainya.

Berikut adalah dampak positif bermain *game online* terhadap konsentrasi belajar siswa kelas VIII di MTs Annurain Lonrae sebagai berikut:

a. Mampu Mengurangi Stres

Game online dapat membuat siswa senang, terhibur apabila saat memainkannya. Hal ini juga dirasakan pada beberapa siswa kelas VIII di MTs Annurain Lonrae bahwa *game online* mampu mengurangi rasa stres apalagi saat siswa merasa bosan dan capek karena harus menguasai materi

pembelajaran, kegiatan di sekolah ataupun hal lainnya. Bermain *game online* dapat membuatnya senang, terhibur dan mampu mengurangi stres setelah seharian belajar. Hal ini selaras dengan pendapat nurazmi dalam (Sari et al., 2020) menyatakan bahwa individu yang mengalami stres akan mencari dan menggunakan berbagai cara untuk menghilangkan stresnya. Salah satu yang dapat mengurangi dan menghilangkan stres adalah dengan cara bermain *game online*.

Berdasarkan hasil data yang didapatkan bahwa bermain *game online* dapat mengurangi dan menghilangkan stres siswa di MTs Annurain Lonrae. Dengan bermain *game online* dapat mengendurkan ketegangan syaraf setelah melakukan aktivitas yang padat dan serius. Sehingga *game online* mampu mengurangi stres dan dapat membuat siswa menjadi terhibur setelah bermain game. Oleh karena itu apabila siswa stres/banyak pikiran maka hal itu dapat mengganggu konsentrasi belajarnya. Dalam hal ini jika siswa bermain *game online* dengan batas wajar dan tidak berlebih-lebihan maka *game online* dapat berdampak positif dalam diri siswa seperti dapat meningkatkan konsentrasi belajar siswa.

b. Mengisi Waktu Luang

Waktu luang diartikan sebagai waktu yang penggunaannya bebas yang berada di luar jadwal kegiatan sehari-hari. Oleh karena itu, dapat digunakan secara positif. Waktu luang dapat diisi dengan berbagai kegiatan, seseorang dapat beristirahat, bersenang-senang, menambah ilmu atau mengembangkan keterampilan sesuai keinginan (Yolani et al., 2022). Hal ini selaras dengan hasil observasi dan wawancara yang menyatakan bahwa banyak siswa yang mengisi waktu luangnya dengan bermain game, mengisi waktu luang setelah beraktivitas yang melelahkan. Hal ini dapat menyegarkan pikiran yang penat. Sehingga dapat membuat siswa menjadi terhibur dan tidak merasa bosan setelah bermain game.

Permainan *game online* ini dapat memberikan dampak positif apabila dimainkan secara bijak dan mampu mengontrol dirinya dalam bermain *game online*. Banyak siswa yang mengisi waktu luangnya dengan bermain game,

sehingga mereka bisa terhibur dan tidak merasa bosan setelah seharian disibukkan dengan kegiatan sekolah. Hal ini dapat meningkatkan konsentrasi belajar siswa karena apabila siswa hanya mengerjakan tugas sekolah saja pasti ia akan merasa bosan dan hal tersebut dapat mengganggu aktivitas belajarnya seperti kurang minat belajar dan kurang fokus pada saat pembelajaran. Oleh karena itu *game online* dapat mengisi waktu kosong siswa sehingga bisa membuatnya menjadi terhibur setelah bermain game dan dapat meningkatkan semangat belajar siswa.

c. Mengembangkan Daya Berfikir Siswa

Berdasarkan pendapat Gunawan dalam (Rachmantika & Wardono, 2019) menyatakan bahwa berpikir kritis adalah kemampuan berpikir pada tingkatan yang berbeda Kompleks dan menggunakan proses analisis dan evaluasi. Berpikir kritis melibatkan keterampilan berpikir metode induktif, seperti mengidentifikasi hubungan, menganalisis pertanyaan terbuka (ada banyak penyelesaian yang mungkin), menentukan sebab-akibat, menarik kesimpulan dan menghitung data terkait. Hal ini selaras dengan hasil wawancara yang menyatakan bahwa bermain *game online* memiliki dampak positif asalkan dimainkan disaat yang tepat dan tidak berlebih-lebihan, tidak mengabaikan kewajibannya sebagai siswa untuk belajar dan melakukan hal penting lainnya. Adapun dampak positif yang dirasakan pada saat bermain *game* adalah dapat melatih dan menstimulasi saraf otak untuk berfikir, memicu jiwa kompetitif siswa, mengasah otak, bermain *game* dapat membuat kita berfikir dan fokus dalam *game battle ground* menembak dan dapat meningkatkan kemampuan berbahasa asing apalagi dalam *game* banyak bahasa asing yang perlu diketahui agar dapat memainkan *game* tersebut.

Adapun dampak negatif bermain *game online* terhadap konsentrasi belajar siswa kelas VIII di MTs Annurain Lonrae sebagai berikut:

a. Adiksi (Kecanduan)

Game online merupakan permainan daring yang banyak disukai oleh kalangan masyarakat khususnya anak sekolah. Permainan yang dimainkan secara daring lebih banyak diminati daripada secara offline

karena sesuatu yang berhubungan dengan daring akan lebih asyik karena adanya fitur-fitur yang dirancang sangat bervariasi sehingga membuat seseorang tertarik dan merasa tertantang untuk terus memainkannya. Berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa informan di MTs Annurain Lonrae menyatakan bahwa banyak siswa yang menyukai *game online* seperti *game free fire* dan *mobile legend*. Mereka suka dengan *game online* karena gamenya yang seru, membuatnya terhibur dan menarik membuat mereka betah untuk terus memainkannya. Ada siswa yang mengatakan jika ia tidak bermain game dalam sehari rasanya gelisah dan bosan.

Hal ini selaras dengan pendapat dalam (Fitri & Erwinda, 2018) yang mengatakan bahwa *game online* memiliki sifat *seductive* (menggairahkan), yaitu membuat individu merasa bergairah memainkannya hingga menimbulkan perilaku adiksi. Individu rela terpaku di depan monitor selama berjam-jam. Apalagi permainan pada *game online* dirancang untuk suatu reinforcement atau penguatan yang bersifat 'segera' begitu permainan berhasil melampaui target tertentu. Sehingga *game online* membuat remaja semakin tertantang dan terus menerus menekuninya serta mengakibatkan remaja tidak memiliki skala prioritas dalam menjalani aktivitas sehari-hari. Dampak seseorang yang mengalami kecanduan terhadap game sangat besar. Seseorang yang mengalami adiksi, selain itu juga mengalami keluhan secara fisik juga mengalami perubahan struktur dan fungsi otak. Adanya gangguan fungsi otak membuat dirinya sulit mengendalikan impulsif, seperti menjadi susah menunda keinginan. Biasanya orang yang telah kecanduan game akan kehilangan fokus saat mengerjakan sesuatu. Oleh karena itu, apabila siswa telah ketergantungan pada aktivitas gamenya maka hal tersebut dapat mengganggu konsentrasi belajar siswa karena mengingat-ingat permainannya.

b. Insomnia

Menurut Owens dalam (Mais et al., 2020) Insomnia merupakan suatu kondisi dimana seseorang mengalami kesulitan untuk tidur atau gangguan saat tidur, sehingga dapat mempengaruhi aktivitasnya. Salah satu faktor penyebab terjadinya insomnia adalah gaya hidup diantaranya adalah

penggunaan *game online* yang berlebihan atau terus menerus. Hal ini selaras dengan hasil wawancara di MTs Annurain Lonrae yang menyatakan bahwa banyak siswa yang bermain *game online* di luar batas normal, ada siswa yang bermain game hingga tengah malam, bahkan sampai berjam-jam dan kurang waktu tidurnya hanya untuk bermain game.

Siswa yang mengalami kecanduan *game online* akan menghabiskan sebagian besar waktunya untuk bermain game. Kebanyakan dari mereka ini akan mengurangi porsi jam tidurnya untuk bermain *game online*. Hal ini berakibat pada timbulnya perubahan pola tidur. Terlalu lama menatap layar komputer maupun telepon genggam akan menyebabkan kurangnya produksi hormon melatonin yang sebenarnya sangat baik bagi kesehatan. Akibat yang ditimbulkan adalah insomnia bagi para gamer yang berakibat pada akademik siswa dimana mereka mengalami kesulitan fokus karena kurang tidur ketika sekolah di pagi hari.

c. Malas Belajar

Malas adalah suatu perasaan di mana seseorang akan enggan melakukan sesuatu karena dalam pikirannya sudah memiliki penilaian negatif atau tidak adanya keinginan untuk melakukan hal tersebut. Rasa malas diartikan sebagai keengganan seseorang untuk melakukan sesuatu yang seharusnya atau sebaiknya dia lakukan (Pardomuan Hts, 2017). Berdasarkan hasil observasi dan wawancara dari beberapa informan di MTs Annurain Lonrae menyatakan bahwa pada konsep diri pemain yang ketergantungan untuk terus bermain *game online* biasanya memiliki konsep diri yang negatif, karena pada *game online* dapat membuat seseorang menjadi lupa segalanya atau mengabaikan kewajibannya terutama membuat siswa menjadi malas belajar. Hal ini dapat dilihat dari hasil wawancara, ada beberapa siswa yang gemar bermain *game* dalam waktu rata-rata 5-6 jam bahkan lebih dalam sehari, *game* yang sering dimainkan yaitu *game free fire* (FF) dan *Mobile legends* (ML). Siswa yang ketagihan bermain *game online* dapat menghabiskan waktunya untuk bermain *game* sekitar 6 jam atau lebih. Penggunaan waktu yang lama

tersebut, mereka gunakan untuk bermain dan berkomunikasi dengan pengguna yang berada di dalam permainan yang sama.

Hal tersebut, jika dibandingkan dengan pemakaian normalnya yaitu cuman kurang dari 3 jam sehari, bisa disebut pemakaian yang berlebihan sebagai ketergantungan yang berlebih, sehingga mereka mengalami gangguan atau tidak normal. Aktivitas mereka digunakan hanya untuk bermain *game*, membuat mereka menjadi sangat terikat dengan adanya *game online* di dalam kehidupannya. Maka hal tersebut dapat mempengaruhi aktivitas belajarnya. Apabila siswa terlalu asik dengan aktivitas gamenya pasti ia akan mengabaikan kegiatan lainnya terutama membuat siswa malas untuk belajar dan pada saat belajar siswa merasa kurang fokus karena mengingat-ingat permainannya. Selaras dengan pendapat mengenai

d. Kesehatan Terganggu

Sehat merupakan kebutuhan yang sangat mendasar bagi setiap manusia dalam berbagai tatanan kehidupan dan tingkatan kehidupan tanpa mengenal jenis kelamin, usia, suku maupun golongan. Suatu saat jika kondisi seseorang mengalami gangguan sehingga dinyatakan sakit maka akan muncul konsekuensi tidak bisa bekerja, yang dibenarkan sebagai alasan meninggalkan tugas, yang akhirnya berdampak pada penurunan produktifitas dan penghasilan seseorang atau perusahaan (RB. Asyim & Yulianto, 2022). Di era saat ini banyak kasus dan masalah yang terjadi di lingkungan sekolah karena dipengaruhi oleh gadget khususnya *game online* yang sekarang banyak peminatnya. Dari faktor tersebut tentunya berdampak terhadap kesehatan siswa.

Game online sendiri sangat membuat candu para peminatnya, sehingga tidak sedikit para pecandu menjadi lupa waktu dan lupa segalanya kalau sudah main *game online*. Tidak hanya itu, saat bermain *game*, anak tanpa sadar duduk membungkuk atau tiduran. Posisi duduk ini bukanlah posisi duduk yang sehat. Jika anak duduk dalam posisi yang salah serta terlalu lama, hal ini bisa membuat ototnya terasa kaku dan nyeri sendi. Menatap layar komputer atau gadget terlalu lama saat bermain

game otomatis akan membuat kesehatan mata anak menjadi menurun, mulai dari mata lelah, minus bertambah, sampai kerusakan saraf mata.

Hal ini selaras dengan hasil wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti dengan beberapa informan, yang menyatakan bahwa bermain game online terlalu lama dapat mengganggu kesehatan karena apabila anak bermain game sampai berjam-jam melebihi batas waktu normal maka hal tersebut dapat menimbulkan efek-efek negatif, tidak hanya merusak penglihatan, tetapi juga dapat menimbulkan kelelahan karena terlalu lama bermain game, lupa waktu makan, minum, terlalu lama duduk, jarang berolahraga, insomnia dan hal lainnya. Sehingga menyebabkan daya tahan tubuh menurun akibat kurang istirahat, makan, dan minum. Sehingga mempengaruhi sistem metabolisme tubuhnya. Apabila kesehatan siswa terganggu maka ia akan sulit untuk fokus atau berkonsentrasi pada saat pembelajaran.

Upaya Guru dalam Mencegah Siswa Agar Terhindar dari Kecanduan *Game online* Di Mts Annurain Lonrae

Pemain yang telah ketergantungan/kecanduan *game online* akan sulit untuk menghindari permainannya, ia akan terus menerus bermain *game* hingga mengabaikan kegiatan lain dan akan merasa gelisah jika tidak bermain *game* dalam sehari. Sehingga hal itu perlu diperhatikan karena apabila pemain telah kecanduan bermain *game online* maka akan berdampak buruk pada dirinya sendiri. hal ini sejalan dengan penelitian (Kurniawan, 2017) bahwa kecanduan *game online* merupakan akibat dari tingginya intensitas pemain dalam bermain *game*. Seseorang yang sudah kecanduan cenderung lebih suka bermain dibanding mengerjakan pekerjaan lain. Jadi sebelum terjadi maka perlu adanya pencegahan agar para pecinta *game* tidak sampai ketergantungan/kecanduan terhadap *game online*. Adapun upaya yang dilakukan antara lain yaitu guru melakukan pendekatan dengan memberikan perhatian dan nasihat kepada siswa, guru menjelaskan dan menasehati siswa bahwa *game online* hanya sebagai sarana hiburan, tidak masalah bermain *game* tetapi jangan

berlebihan, apalagi sampai mengganggu aktivitas belajar. Kemudian tetap mengawasi dan mengontrol siswa di sekolah agar tidak melakukan hal-hal negatif yang dapat mengganggu aktivitas belajar dan bekerja sama dengan orang tua/wali siswa, karena guru hanya bisa memperhatikan siswanya ketika berada di lingkungan sekolah saja, selebihnya pengawasan dari orang tua karena orang tua lah yang bertanggung jawab untuk memperhatikan anaknya di rumah.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Novrialdy, 2019), menyatakan bahwa ada beberapa upaya pencegahan kecanduan *game online* diantaranya yaitu dissuasion artinya tindakan yang dilakukan untuk mencegah bermain *game online* dengan cara menyampaikan nasihat, argumen, membujuk, menjelajahi hingga pada bentuk paksaan. Hal ini yang dilakukan oleh guru dan orang tua untuk pencegahan perilaku yang tidak diinginkan. Parental monitoring artinya upaya yang dilakukan orang tua dalam memperhatikan anaknya. Orang tua memegang peranan penting dalam pencegahan perilaku bermasalah remaja. Kurangnya pengawasan orang tua dikaitkan dengan perilaku berisiko yang mengarah pada perilaku antisosial dan penggunaan zat terlarang pada remaja.

Orang tua harus harus berhati-hati dan cermat dalam memberikan akses terhadap berbagai produk teknologi. Orang tua harus lebih memperhatikan anaknya saat bermain game. Pengawasan orang tua dapat dilakukan dengan menjalin komunikasi yang baik dengan anak, menempatkan berbagai produk teknologi di tempat yang mudah diamati, mengetahui keberadaan anak dan memperhatikan kegiatan sekolah anak. Hal ini dapat mengurangi waktu yang dihabiskan anak-anak untuk bermain *game online* dan mencegah kecanduan *game online* yang lebih parah. Banyak orang yang menjadikan *game online* sebagai hobi untuk mengisi waktu luang. Apabila masih dilakukan dalam batasan yang wajar dan tidak mengganggu aktivitas maupun kondisi kesehatan, kebiasaan ini sebenarnya tidak jadi masalah. Namun, apabila bermain game sudah menimbulkan kecanduan atau adiksi maka perlu diwaspadai.

KESIMPULAN

Game online memiliki dampak positif dan dampak negatif terhadap konsentrasi belajar siswa kelas VIII di MTs Annurain Lonrae. Adapun dampak positifnya yaitu *game online* dapat mengurangi stres, mengisi waktu luang siswa, dan mengembangkan daya berfikir siswa. Sedangkan dampak negatifnya yaitu adiksi (kecanduan), insomnia, malas belajar dan kesehatan terganggu. Sehingga apabila siswa ketagihan/ketergantungan pada aktivitas *game* maka sangat berpengaruh pada aktivitas belajar terutama konsentrasi belajarnya.

Upaya guru dalam pencegahan siswa agar terhindar dari kecanduan *game online* yaitu, guru harus melakukan pendekatan dengan memberikan perhatian dan nasihat kepada siswa, guru menjelaskan dan menasehati siswa bahwa *game online* hanya sarana hiburan, tidak masalah bermain *game* tetapi jangan berlebihan, apalagi sampai mengganggu aktivitas belajar. Kemudian tetap mengawasi dan mengontrol siswa di sekolah agar tidak melakukan hal-hal negatif yang dapat mengganggu aktivitas belajar dan bekerja sama dengan orang tua/wali siswa, karena guru hanya bisa memperhatikan siswanya ketika berada di lingkungan sekolah saja, selebihnya pengawasan dari orang tua karena orang tua lah yang bertanggung jawab untuk memperhatikan anaknya di rumah.

DAFTAR PUSTAKA

- Anwar, N. (2022). *Fenomena Game Online: antara Hobi hingga Candu*. Kompasiana.com. <https://www.kompasiana.com/nurrahman32553/632b112e61638e404a5b14e2/fenomena-game-online-antara-hobi-hingga-candu>.
- Ariantoro, T. R. (2016). Dampak Game Online Terhadap Prestasi Belajar Pelajar. *JUTIM (Jurnal Teknik Informatika Musirawas)*, 1(1), 47-48. <https://www.infodesign.org.br/infodesign/article/view/355%0Ahttp://www.abergo.org.br/revista/index.php/ae/article/view/731%0Ahttp://www.abergo.org.br/revista/index.php/ae/article/view/269%0Ahttp://www.abergo.org.br/revista/index.php/ae/article/view/106>.
- Fitri, E., Erwinda, L., & Ifdil, I. (2018). Konsep Adiksi Game Online dan Dampaknya terhadap Masalah Mental Emosional Remaja serta Peran

- Bimbingan dan Konseling. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 6(3), 213. <https://doi.org/10.29210/127200>.
- Kurniawan, D. E. (2017). Pengaruh Intensitas Bermain Game Online Terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling Universitas PGRI Yogyakarta. *Jurnal Koseling Gusjigang*, 3(1), 99. <https://doi.org/https://doi.org/10.24176/jkg.v3i1.1120>.
- Lebho, M. A., Lerik, M. D. C., Wijaya, R. P. C., & Littik, S. K. A. (2020). Perilaku Kecanduan Game Online Ditinjau dari Kesepian dan Kebutuhan Berafiliasi pada Remaja. *Journal of Health and Behavioral Science*, 2(3), 203. <https://doi.org/10.35508/jhbs.v2i3.2232>.
- Mais, F. R., Rompas, S. S. J., & Gannika, L. (2020). Kecanduan Game Online dengan Insomnia Pada Remaja. *Jurnal Keperawatan*, 8(2), 20. <https://doi.org/10.35790/jkp.v8i2.32318>.
- Nisrinafatini. (2020). Pengaruh Game Online Terhadap Motivasi Belajar Siswa. *JEES (Journal of English Educators Society)*, 1(2), 115-116. <https://doi.org/10.21070/jees.v1i2.442>.
- Novrialdy, E. (2019). *Kecanduan Game Online pada Remaja: Dampak dan Pencegahannya Online Game*. 27(2), 151. <https://doi.org/10.22146/buletinsikologi.47402>.
- Ondang, G. L., Mokalau, B. J., & Goni, S. Y. V. I. (2020). Dampak Game Online Terhadap Motivasi Belajar Mahasiswa Jurusan Sosiologi Fispol Unsrat. *Jurnal Holistik*, 13(2), 2. <file:///C:/Users/ASUS Mc/Downloads/29290-60536-1-SM.pdf>.
- Pardomuan Hts, K. (2017). Peran Konselor dalam Membantu Pengentasan Malas Belajar Siswa. *Jurnal Riset Tindakan Indonesia*, 2(2), 2. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.29210/3003209000>.
- Rachmantika, A. R., & Wardono. (2019). Peran Kemampuan Berpikir Kritis Siswa Pada Pembelajaran Matematika Dengan Pemecahan Masalah. *Prosiding Seminar Nasional Matematika*, 2(1), 440. <file:///C:/Users/ASUS Mc/Downloads/29029-Article Text-65804-1-10-20190218.pdf>.
- RB. Asyim, & Yulianto. (2022). Perilaku Konsumsi Obat Tradisional dalam Upaya Menjaga Kesehatan Masyarakat Bangsawan Sumenep. *Jurnal Keperawatan*, 15(2), 2. <https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwiHv5LumJf9AhUE23MBHfP5B08QFnoECAsQAQ&url=https%3A%2F%2Fjournal.unhas.ac.id%2Findex.php%2Fjnik%2Farticle%2Fview%2F4281%2F2691&usg=AOvVaw18c01-ZoiAK3BpaKPz6BAw>.
- Sari, W. K., Septinora, R. T., & Mulyati, S. (2020). Hubungan Antara Tingkat Stres Belajar Dengan Kecanduan Game Online Pada Remaja Di Smk Negeri 2 Jember. *Jurnal Ners Indonesia*, 5(1), 514. <https://doi.org/10.31258/jni.11.1.1-15>.
- Setyani, M. R., & Ismah. (2018). *Analisis Tingkat Konsentrasi Belajar Siswa Dalam Proses Pembelajaran Matematika Ditinjau Dari Hasil Belajar*. 01, 74. <https://journal.uhamka.ac.id/index.php/senamku/article/download/2653/777>.

- Surbakti, K. (2017). Pengaruh Game Online Terhadap Remaja. *Jurnal Curere*, 1(1), 29. <https://doi.org/10.36764/jc.v1i1.20>.
- Wardana, & Djameluddin, A. (2020). *Belajar Dan Pembelajaran: Teori, Desain, Model Pembelajaran, dan Prestasi Belajar* (D. Djameluddin (ed.); Cetakan II). CV Kaaffah Learning Center. file:///C:/Users/ASUS Mc/Videos/Buku Ahdar.pdf.
- Yolani, N. A., Umari, T., & Khadijah, K. (2022). Pemanfaatan Waktu Luang dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Siswa SMAN Bernas Provinsi Riau. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 4(6), 10800. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jpdk/article/view/10135/7721>.