

**PENGARUH GAME ONLINE TERHADAP PSIKOLOGI ANAK-ANAK DI
LINGKUNGAN JALAN GANG ADIL KECAMATAN
SETU, TANGGERANG SELATAN.**



Disusun untuk memenuhi tugas *Project Based Learning* (PJBL)
Mata Kuliah Pancasila

Dosen Pengampu:
Ir. Matsuani, S.Pd., M.Pd.

Disusun oleh:

Tri Taji Setia Karya

1112100014

M. Raka Maulana

1222700012

**PROGRAM STUDI TEKNIK
ELEKTRO INSTITUT TEKNOLOGI
INDONESIA TANGGERANG SELATAN,
SERPONG 2024-2025**

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas limpahan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan makalah yang berjudul **“PENGARUH GAME ONLINE TERHADAP PSIKOLOGI ANAK-ANAK DI LINGKUNGAN JALAN GANG ADIL KECAMATAN SETU, TANGGERANG SELATAN.”**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan baru dan bermanfaat bagi pembaca dalam memahami dampak penggunaan *game online* terhadap psikologi anak-anak, khususnya di lingkungan RT 03, Kelurahan Babakan.

Makalah ini disusun sebagai upaya penulis untuk mengkaji lebih dalam mengenai dampak yang ditimbulkan oleh *game online* terhadap kondisi psikologis anak-anak, baik dampak positif maupun negatifnya. Dalam penyusunan Makalah ini, penulis tidak terlepas dari bantuan, dukungan, dan arahan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Ir. Matsuani, S.Pd., M.Pd., selaku Dosen Mata Kuliah Pancasila yang telah memberikan bimbingan, ilmu, dan arahnya selama proses penyusunan Makalah ini.
2. Keluarga tercinta yang telah memberikan dukungan moril dan materil, serta semangat yang tak henti-hentinya selama penulis menyelesaikan Makalah ini.

Penulis menyadari bahwa Makalah ini masih jauh dari sempurna, dan oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan saran dan kritik yang membangun dari pembaca agar dapat menjadi bahan perbaikan di masa mendatang. Semoga Makalah hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang membacanya dan menjadi referensi yang berharga dalam penelitian terkait dampak *game online* terhadap psikologi anak.

Akhir kata, semoga segala bantuan yang telah diberikan dapat menjadi amal kebaikan yang diterima dan diberkahi oleh Tuhan Yang Maha Esa.

Tangerang Selatan, 23 Januari 2025

Penulis

Daftar Isi

KATA PENGANTAR.....	1
Daftar Isi.....	2
Daftar Gambar.....	3
Daftar Tabel.....	4
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Perumusan Masalah.....	2
1.3 Batasan Masalah.....	2
1.4 Tujuan.....	3
1.5 Manfaat penelitian.....	3
1.6 Korelasi dengan mata kuliah Pancasila.....	4
BAB II.....	5
KAJIAN TEORI.....	5
2.1 Pengertian Game Online.....	5
2.2 Perkembangan Teknologi dan Game Online.....	5
2.3 Psikologi Anak dalam Era Digital.....	6
2.4 Dampak Positif Game Online terhadap Psikologi Anak.....	7
2.5 Dampak Negatif Game Online terhadap Psikologi Anak.....	8
2.6 Peran Orang Tua dalam Pengawasan Game Online.....	8
2.7 Penelitian Terkait Pengaruh Game Online.....	9
BAB III METODE PENELITIAN.....	11
3.1 Metode Penelitian dan jenis penelitian.....	11
3.2 Populasi dan Sampel Penelitian.....	11
3.3 Teknik Pengumpulan Data.....	14
3.4 Diagram Alir Penelitian.....	16
3.5 Timeline penelitian.....	17
BAB IV.....	20
HASIL PENELITIAN.....	20
4.1 Frekuensi hasil wawancara dan kuisiners.....	20
4.2 Faktor yang mempengaruhi dampak Game online.....	24
4.3 Kendala dalam pengaruh game online.....	24
4.4 Usulan untuk kendala pengaruh game online.....	25
BAB V.....	28
KESIMPULAN DAN SARAN.....	28
5.1 Kesimpulan.....	28
5.2 Saran berdasarkan hasil penelitian.....	28
Daftar Pustaka.....	31

Daftar Gambar

Gambar 3.1 lokasi penelitian PJBL.....	12
Gambar 3.2 Wawancara terhadap orang tua di Gang Adil.....	13
Gambar 3.3 Wawancara terhadap orang tua di Gang Adil.....	13
Gambar 3.4 Diagram alir.....	16
Gambar 4.1 Diagram pie hasil wawancara.....	21
Gambar 4.2 Diagram pie hasil kuisisioner.....	22

Daftar Tabel

Tabel 3.1 Timeline penelitian.....	17
Tabel 4.1 Hasil wawancara.....	20
Tabel 4.2 Hasil kuisiners.....	22

B

**A
B
I
P
E
N
D
A
H
U
L
U
A
N**

1.1 Latar Belakang

Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi yang pesat telah membawa perubahan besar dalam berbagai aspek kehidupan manusia, termasuk dalam dunia hiburan dan permainan. Salah satu bentuk hiburan yang semakin populer di kalangan anak-anak adalah game online. Game online tidak hanya menjadi sarana rekreasi, tetapi juga dapat mempengaruhi pola pikir, perilaku, serta aspek psikologis anak-anak yang memainkannya. Fenomena ini juga terlihat pada anak-anak di lingkungan Jl. Gg Adil kec. Setu, Tangerang Selatan, di mana banyak anak yang menghabiskan waktu mereka dengan bermain game online, baik melalui ponsel pintar maupun perangkat komputer.

Penggunaan game online oleh anak-anak ini menimbulkan kekhawatiran di kalangan orang tua dan masyarakat. Game online, di satu sisi, menawarkan hiburan dan tantangan yang dapat merangsang perkembangan kognitif anak. Namun, di sisi lain, terdapat potensi efek negatif seperti kecanduan, penurunan prestasi akademik, hingga gangguan interaksi sosial. Oleh karena itu, penting untuk memahami bagaimana pengaruh game online terhadap psikologi anak-anak, terutama dalam konteks lingkungan spesifik seperti di lingkungan Jl. Gg Adil kec. Setu, Tangerang Selatan.

Anak-anak di lingkungan Jl. Gg Adil kec. Setu, Tangerang Selatan, merupakan bagian dari komunitas yang aktif berinteraksi baik secara langsung maupun melalui media digital. Lingkungan ini menghadirkan tantangan tersendiri, di mana sebagian anak lebih banyak menghabiskan waktu di dalam rumah dengan bermain *game online* daripada bermain di luar ruangan dengan teman sebaya. Kebiasaan ini dapat memengaruhi kemampuan anak dalam berkomunikasi, menyelesaikan masalah, serta berempati terhadap orang lain. Oleh karena itu, diperlukan kajian yang mendalam untuk menilai

sejauh mana *game online* berdampak pada aspek psikologis anak-anak di lingkungan ini.

Selain itu, faktor-faktor seperti tingkat pengawasan orang tua, durasi bermain, serta jenis game yang dimainkan juga memiliki peran signifikan dalam membentuk dampak *game online* terhadap psikologi anak. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa game dengan konten kekerasan dapat memicu perilaku agresif, sementara *game* yang melibatkan kerjasama tim dapat meningkatkan kemampuan sosial. lingkungan Jl. Gg Adil kec. Setu, Tangerang Selatan yang terdiri dari berbagai latar belakang sosial ekonomi memberikan kesempatan untuk melihat berbagai variasi dalam penggunaan dan dampak *game online*.

Berdasarkan uraian di atas, penting untuk melakukan penelitian mengenai pengaruh *game online* terhadap psikologi anak-anak di lingkungan Jl. Gg Adil kec. Setu, Tangerang Selatan. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan yang lebih jelas tentang dampak positif dan negatif dari *game online*, serta membantu orang tua dan masyarakat untuk lebih bijak dalam mengelola penggunaan *game online* oleh anak-anak mereka. Dengan demikian, anak-anak dapat tumbuh dan berkembang dengan baik dalam era digital yang penuh dengan tantangan ini.

1.2 Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, permasalahan yang muncul terkait dengan pengaruh *game online* terhadap psikologi anak-anak di lingkungan Jl. Gg Adil kec. Setu, Tangerang Selatan dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Bagaimana intensitas penggunaan game online pada anak-anak di lingkungan Jl. Gg Adil kec. Setu, Tangerang Selatan, Apa saja dampak positif dan negatif dari *game online* terhadap psikologi anak-anak di lingkungan tersebut?
2. Faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi dampak game online terhadap psikologi anak-anak, seperti durasi bermain, jenis game, dan tingkat pengawasan orang tua?
3. Bagaimana interaksi sosial anak-anak yang sering bermain *game online* dibandingkan dengan anak-anak yang jarang atau tidak bermain *game online*?

1.3 Batasan Masalah

Penelitian mengenai pengaruh *game online* terhadap psikologi anak-anak di lingkungan Jl. Gg Adil kec. Setu, Tangerang Selatan ini akan dibatasi pada hal-hal berikut:

- **Lokasi dan Subjek Penelitian:** Penelitian ini hanya akan dilakukan di lingkungan Jl. Gg Adil kec. Setu, Tangerang Selatan, dengan fokus pada bapak RT dan orang tua yang memiliki anak-anak usia 7-15 tahun yang secara aktif bermain game online.

- **Durasi dan Intensitas Bermain:** Penelitian ini akan membatasi pengukuran dampak *game online* berdasarkan durasi bermain (misalnya, frekuensi harian atau mingguan) dan intensitas keterlibatan anak-anak dalam permainan.
- **Aspek Psikologis yang Diteliti:** Fokus dari penelitian ini adalah pada aspek psikologis yang mencakup perilaku sosial, kecerdasan emosional, konsentrasi, serta kemungkinan munculnya gejala kecanduan atau dampak negatif lain seperti perilaku agresif atau menurunnya prestasi akademik.
- **Faktor Pendukung dan Pengawasan:** Penelitian juga akan membatasi pembahasan pada faktor-faktor yang dapat memengaruhi dampak *game online*, seperti pengawasan orang tua, pengaturan waktu bermain, serta edukasi mengenai penggunaan *game online* secara sehat dan bertanggung jawab.

1.4 Tujuan

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memahami secara mendalam bagaimana *game online* memengaruhi psikologi anak-anak di lingkungan Jl. Gg Adil kec. Setu, Tangerang Selatan. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi intensitas penggunaan *game online* oleh anak-anak, termasuk frekuensi dan durasi waktu yang dihabiskan untuk bermain. Dengan demikian, dapat diperoleh gambaran yang jelas mengenai kebiasaan *bermain game online* di kalangan anak-anak di lingkungan tersebut.

Selain itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dampak positif dan negatif dari penggunaan *game online* terhadap aspek psikologis anak. Dampak tersebut dapat mencakup pengaruh pada perilaku sosial, kecerdasan emosional, serta prestasi akademik. Pemahaman mengenai pengaruh ini akan membantu dalam mengidentifikasi manfaat sekaligus risiko dari keterlibatan anak-anak dalam dunia *game online*.

1.5 Manfaat penelitian

Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat sebagai berikut:

1. **Bagi Orang Tua:** Memberikan wawasan mengenai dampak positif dan negatif *game online* terhadap psikologi anak-anak, sehingga orang tua dapat lebih bijak dalam mengawasi dan mengatur penggunaan *game online* pada anak-anak mereka.
2. **Bagi Masyarakat:** Meningkatkan kesadaran masyarakat, khususnya di lingkungan Jl. Gg Adil kec. Setu, Tangerang Selatan, tentang pentingnya pengelolaan waktu dan pengaruh *game online* terhadap perkembangan sosial dan emosional anak.

3. **Bagi Peneliti dan Praktisi Pendidikan:** Menyediakan data yang dapat digunakan untuk merancang intervensi atau program pendidikan yang mendukung anak-anak dalam menggunakan game online secara positif dan bertanggung jawab.

1.6 Korelasi dengan mata kuliah Pancasila

Korelasi penelitian ini dengan mata kuliah Pancasila terletak pada penerapan nilai-nilai Pancasila dalam pembentukan karakter dan perilaku anak-anak.

1. **Sila Pertama:** Menyoroti pengaruh *game online* terhadap nilai spiritual dan moral anak.
2. **Sila Kedua:** Mengkaji dampak *game online* pada perilaku sosial, seperti empati dan kerja sama.
3. **Sila Ketiga:** Menganalisis peran game dalam membangun solidaritas dan persatuan.
4. **Sila Keempat:** Menekankan pentingnya pengawasan orang tua dalam mengarahkan anak membuat keputusan bijak.
5. **Sila Kelima:** Melihat keadilan dalam akses teknologi dan pengaruhnya pada psikologi anak dari berbagai latar belakang.

Penelitian ini mendukung implementasi Pancasila untuk membentuk generasi yang berkarakter, peduli sosial, dan bijak dalam era digital

BAB II

KAJIAN TEORI

2.1 Pengertian Game Online

Game online adalah bentuk hiburan digital yang memungkinkan pemain berinteraksi melalui jaringan internet. Dalam konteks modern, *game online* melibatkan pemain dari berbagai lokasi yang berbeda, yang saling berinteraksi dalam dunia virtual. Game ini dapat dimainkan melalui berbagai perangkat seperti komputer, ponsel pintar, tablet, dan konsol game. Menurut Juul (2005), game online merupakan gabungan antara aturan dunia nyata dan dunia fiksi, di mana pemain harus mengikuti aturan yang telah ditentukan dalam permainan, tetapi juga dapat berimajinasi dalam lingkungan virtual. Wolf (2001) menekankan bahwa *game online* telah berkembang pesat seiring dengan kemajuan teknologi jaringan dan perangkat keras, yang memfasilitasi akses yang lebih mudah dan lebih luas terhadap berbagai jenis *game*.

Berbagai jenis *game online* juga telah muncul, mulai dari game edukatif yang dirancang untuk meningkatkan keterampilan kognitif anak hingga game berbasis aksi yang lebih menekankan pada respons cepat dan keterampilan motorik. Whang dan Chang (2004) menggambarkan bagaimana pemain dapat menjalani kehidupan virtual mereka dalam *game online* yang menawarkan dunia yang mendekati realitas, seperti dalam *game Lineage*. Jenis game ini memungkinkan pemain untuk menjalankan peran tertentu dan bersosialisasi dengan pemain lain di seluruh dunia.

Game online tidak hanya menawarkan hiburan, tetapi juga menjadi sarana interaksi sosial. *Game* yang berbasis tim, misalnya, dapat meningkatkan kemampuan kerjasama antar pemain. Di sisi lain, *game* dengan konten kekerasan atau kompetisi yang berlebihan dapat memicu perilaku agresif dan ketergantungan. Oleh karena itu, pemahaman tentang jenis dan karakteristik *game online* penting untuk menilai pengaruhnya terhadap perkembangan psikologi anak-anak dan remaja.

2.2 Perkembangan Teknologi dan Game Online

Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi yang pesat dalam beberapa dekade terakhir telah membawa transformasi besar dalam dunia game online. Game online yang awalnya hanya dimainkan secara lokal melalui jaringan area kecil kini dapat diakses secara global berkat perkembangan internet. Newman (2004) menjelaskan bahwa transformasi ini

terjadi berkat peningkatan kecepatan jaringan internet dan kemajuan perangkat keras yang memungkinkan game dengan grafis yang lebih baik serta dunia virtual yang lebih interaktif.

Sejak pertengahan tahun 2000-an, game online telah menjadi industri global yang sangat menguntungkan dan memiliki dampak besar terhadap berbagai aspek kehidupan sosial dan budaya.

Teknologi internet berkecepatan tinggi memungkinkan pemain untuk terhubung dalam waktu nyata dan bermain secara simultan dengan jutaan pemain lain di seluruh dunia. Hal ini memperkuat pengalaman bermain yang lebih kompleks dan kolaboratif. Menurut Kirkpatrick (2013), game online telah menciptakan ruang sosial baru yang disebut “imajinasi sosial,” di mana para pemain dapat mengekspresikan identitas dan melakukan interaksi sosial yang tidak selalu dapat mereka lakukan di dunia nyata. Implikasi sosial dari perkembangan ini sangat luas, termasuk dalam hal pembentukan komunitas virtual, di mana para pemain dapat terlibat dalam aktivitas sosial yang sebelumnya tidak mungkin dilakukan secara fisik.

Di era digital saat ini, teknologi mobile juga telah memberikan kontribusi besar terhadap popularitas game online. Pemain tidak lagi terikat pada komputer atau konsol untuk menikmati game online, tetapi dapat mengaksesnya melalui ponsel pintar dan tablet. Shaw (2010) menyoroti bagaimana teknologi mobile ini memperluas jangkauan game online ke berbagai kelompok umur, termasuk anak-anak, yang sekarang memiliki akses lebih mudah ke game online dibandingkan dekade sebelumnya. Oleh karena itu, perkembangan teknologi tidak hanya memperkaya pengalaman bermain, tetapi juga membawa tantangan baru, terutama terkait dampaknya terhadap psikologi anak-anak.

2.3 Psikologi Anak dalam Era Digital

Era digital telah mengubah berbagai aspek kehidupan, termasuk cara anak-anak berkembang dan berinteraksi dengan dunia di sekitar mereka. Salah satu fenomena yang signifikan dalam era ini adalah semakin meluasnya akses anak-anak terhadap teknologi, termasuk game online. Game online menawarkan lingkungan yang penuh tantangan dan stimulasi yang dapat mempengaruhi perkembangan psikologis anak, baik secara positif maupun negatif. Menurut Gee (2007), game online dapat meningkatkan keterampilan berpikir kritis dan pemecahan masalah, karena banyak game yang dirancang untuk

menantang pemain untuk menemukan solusi atas berbagai situasi yang kompleks.

Namun, dampak psikologis dari game online pada anak-anak tidak selalu positif. Anderson dan Dill (2000) menemukan bahwa game dengan konten kekerasan cenderung meningkatkan perilaku agresif pada anak-anak dan remaja. Ini disebabkan oleh paparan terus-menerus terhadap elemen-elemen kekerasan dalam game yang dapat mempengaruhi cara anak-anak merespons konflik di dunia nyata. Anak-anak yang sering terpapar game kekerasan dapat mengembangkan pola pikir agresif yang berdampak pada interaksi sosial mereka, seperti menjadi lebih mudah marah atau kurang empati terhadap orang lain.

Selain itu, Prensky (2001) mencatat bahwa game online juga dapat memengaruhi aspek sosial anak-anak. Di satu sisi, game yang melibatkan kerjasama tim dapat membantu anak-anak belajar bekerja dalam kelompok, berkomunikasi dengan efektif, dan mengembangkan rasa saling percaya. Namun, di sisi lain, game online yang dimainkan secara berlebihan dapat mengisolasi anak dari interaksi sosial di dunia nyata, yang berpotensi menghambat perkembangan keterampilan sosial dan emosional mereka. Oleh karena itu, pengaruh game online terhadap psikologi anak sangat kompleks dan memerlukan pendekatan yang seimbang dalam penggunaannya.

2.4 Dampak Positif Game Online terhadap Psikologi Anak

Meskipun banyak kekhawatiran tentang pengaruh negatif game online, sejumlah penelitian menunjukkan bahwa game online juga memiliki dampak positif terhadap perkembangan psikologis anak. Granic, Lobel, dan Engels (2014) menjelaskan bahwa game online dapat membantu meningkatkan keterampilan kognitif, termasuk kemampuan berpikir kritis, pemecahan masalah, dan pengambilan keputusan. Game yang dirancang dengan tantangan yang kompleks sering kali memaksa pemain untuk memikirkan solusi kreatif dan strategis, yang pada gilirannya dapat meningkatkan kemampuan berpikir analitis.

Selain itu, game online yang berbasis tim juga memiliki potensi untuk mengembangkan keterampilan sosial anak. Dalam game seperti Fortnite atau Minecraft, pemain sering kali harus bekerja sama dengan pemain lain untuk mencapai tujuan bersama. Kerjasama ini mendorong anak-anak untuk belajar berkomunikasi dengan baik, mempercayai anggota tim mereka, dan mengembangkan strategi kolaboratif. Gee (2003) menekankan bahwa pengalaman ini dapat memperkuat keterampilan kerjasama yang penting dalam kehidupan sehari-hari, baik di sekolah maupun di lingkungan sosial.

lainnya.

Vygotsky (1978) juga menyatakan bahwa anak-anak belajar melalui interaksi sosial, dan dalam konteks game online, interaksi ini dapat terjadi dalam lingkungan yang aman dan terkontrol. Misalnya, game yang melibatkan simulasi sosial atau pendidikan dapat memberikan anak-anak kesempatan untuk belajar mengelola emosi, mengatasi konflik, dan berempati terhadap karakter virtual, yang kemudian bisa diterapkan dalam interaksi di dunia nyata

2.5 Dampak Negatif Game Online terhadap Psikologi Anak

Di balik potensi manfaatnya, game online juga menyimpan berbagai risiko yang bisa berdampak negatif terhadap psikologi anak. Salah satu dampak yang paling dikhawatirkan adalah kecanduan. Gentile et al. (2014) menunjukkan bahwa penggunaan game online yang berlebihan dapat menyebabkan ketergantungan psikologis yang mengganggu aktivitas sehari-hari anak, termasuk belajar, tidur, dan berinteraksi sosial. Anak-anak yang kecanduan game online sering kali menunjukkan gejala kecemasan, frustrasi, dan penurunan prestasi akademik akibat waktu yang berlebihan dihabiskan untuk bermain.

Selain kecanduan, konten kekerasan dalam game online juga dapat berdampak buruk terhadap perilaku anak. Anderson dan Bushman (2001) mengungkapkan bahwa anak-anak yang terpapar game dengan konten kekerasan cenderung menunjukkan peningkatan perilaku agresif, baik dalam bentuk verbal maupun fisik. Game yang penuh dengan adegan kekerasan ini dapat mempengaruhi cara anak-anak merespons situasi konflik di dunia nyata, membuat mereka lebih cenderung menggunakan kekerasan sebagai solusi. Hal ini juga memengaruhi kemampuan anak untuk mengembangkan empati dan memahami dampak emosional dari tindakannya terhadap orang lain.

Selain itu, Van Rooij et al. (2011) menyebutkan bahwa anak-anak yang terlalu sering bermain game online cenderung mengalami isolasi sosial. Mereka mungkin lebih memilih berinteraksi di dunia virtual dibandingkan di dunia nyata, yang dapat menghambat perkembangan keterampilan sosial mereka. Anak-anak yang terlalu terikat pada game online sering kali memiliki kesulitan dalam membentuk hubungan interpersonal yang sehat di kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, penting bagi orang tua dan pendidik untuk memahami risiko ini dan mengawasi penggunaan game online dengan bijaksana.

2.6 Peran Orang Tua dalam Pengawasan Game Online

Orang tua memainkan peran penting dalam mengawasi penggunaan game online oleh

anak-anak mereka. Dalam era digital ini, di mana akses ke internet sangat mudah, pengawasan orang tua menjadi semakin penting untuk mencegah dampak negatif dari game online. Livingstone dan Helsper (2008) menyarankan bahwa orang tua harus menerapkan mediasi aktif dalam penggunaan internet dan game online oleh anak-anak, termasuk menetapkan batasan waktu bermain dan memastikan konten yang dimainkan sesuai dengan usia anak.

Nikken dan Jansz (2006) menyebutkan bahwa mediasi orang tua dapat dilakukan melalui berbagai cara, seperti menetapkan aturan waktu bermain, memilih jenis game yang

sesuai, dan terlibat dalam aktivitas bermain anak. Hal ini tidak hanya membantu mencegah kecanduan dan paparan terhadap konten yang tidak sesuai, tetapi juga dapat meningkatkan hubungan antara orang tua dan anak. Dalam studi mereka, banyak anak melaporkan bahwa mereka merasa lebih nyaman dan didukung ketika orang tua mereka terlibat dalam permainan, baik dengan berdiskusi tentang game maupun bermain bersama.

Selain itu, Byron (2008) menekankan pentingnya pendidikan bagi orang tua tentang penggunaan teknologi yang aman dan bertanggung jawab. Banyak orang tua mungkin tidak memiliki pemahaman yang mendalam tentang game online, sehingga mereka mungkin tidak sadar akan potensi risiko yang dihadapi anak-anak mereka. Oleh karena itu, orang tua perlu mendapatkan informasi yang cukup tentang game yang dimainkan anak-anak mereka dan menggunakan perangkat lunak kontrol orang tua untuk membatasi akses anak-anak ke konten yang tidak sesuai. Dengan pendekatan pengawasan yang efektif, orang tua dapat membantu memaksimalkan dampak positif game online dan meminimalkan dampak negatifnya.

2.7 Penelitian Terkait Pengaruh Game Online

Penelitian terkait pengaruh game online terhadap psikologi anak telah banyak dilakukan dalam berbagai konteks, baik di tingkat lokal maupun internasional. Berbagai studi menunjukkan bahwa pengaruh game online terhadap anak bisa bervariasi, tergantung pada jenis permainan, durasi bermain, dan karakteristik individu. Penelitian yang dilakukan oleh Anderson dan Dill (2000) mengungkapkan bahwa game online dengan konten kekerasan dapat memicu peningkatan perilaku agresif pada anak dan remaja. Penelitian mereka menggunakan metode eksperimen di laboratorium serta survei lapangan, dan hasilnya menunjukkan bahwa anak-anak yang sering terpapar konten kekerasan dalam game cenderung memiliki respons emosional yang lebih agresif

dibandingkan dengan mereka yang tidak terpapar.

Selain perilaku agresif, kecanduan game online juga menjadi perhatian utama dalam penelitian ini. Van Rooij et al. (2011) melakukan studi longitudinal untuk mengidentifikasi tanda-tanda kecanduan video game di kalangan remaja. Mereka menemukan bahwa remaja yang bermain game dalam durasi yang lama secara signifikan lebih mungkin menunjukkan gejala kecanduan, termasuk penurunan prestasi akademik dan isolasi sosial. Penelitian ini sangat relevan dalam konteks pengaruh jangka panjang game online terhadap perkembangan psikologi anak.

Di sisi lain, penelitian oleh Granic, Lobel, dan Engels (2014) menawarkan perspektif yang lebih seimbang dengan menyoroiti dampak positif dari bermain game online. Dalam studi mereka, game dengan desain yang kooperatif dan berbasis strategi ditemukan dapat meningkatkan keterampilan sosial, pemecahan masalah, serta kemampuan berpikir kritis pada anak-anak. Mereka juga menemukan bahwa game edukatif dan berbasis kerjasama memberikan manfaat kognitif, emosional, dan sosial yang signifikan, terutama ketika game tersebut digunakan dalam batas yang wajar dan dengan pengawasan orang tua.

Gentile et al. (2014) dalam studi mereka tentang penggunaan patologis game online menegaskan pentingnya pengawasan orang tua dan edukasi mengenai penggunaan game yang sehat. Penelitian mereka menunjukkan bahwa anak-anak yang bermain game tanpa batasan yang jelas lebih rentan mengalami gangguan psikologis, seperti depresi, kecemasan, dan kecanduan. Penelitian ini menekankan perlunya keterlibatan orang tua dalam mengontrol dan membimbing anak-anak dalam penggunaan game online, baik dari segi durasi maupun jenis permainan yang dimainkan.

Penelitian-penelitian ini menunjukkan bahwa pengaruh game online terhadap psikologi anak sangat bergantung pada konteks penggunaannya. Dengan demikian, penting bagi orang tua, pendidik, dan masyarakat untuk bekerja sama dalam mengelola penggunaan game online oleh anak-anak, sehingga dampak positif dapat dimaksimalkan dan dampak negatif dapat diminimalkan.

BAB III METODE PENELITIAN

3.1 Metode Penelitian dan jenis penelitian

Penelitian ini menggunakan **pendekatan campuran** (*mixed methods*), yaitu:

- **Pendekatan Kualitatif:** Dilakukan melalui wawancara untuk menggali informasi secara mendalam mengenai pandangan, pengalaman, dan strategi orang tua di lingkungan jalan gang adil dalam mengelola aktivitas bermain *game online* anak-anak mereka. Pendekatan ini bertujuan untuk mendapatkan data naratif dan tematik.
- **Pendekatan Kuantitatif:** Dilakukan dengan kuesioner terhadap orang tua untuk mendapatkan data yang terukur terkait durasi bermain, jenis game yang dimainkan, tingkat pengawasan, serta dampak yang dirasakan orang tua. Data kuantitatif membantu memetakan pola penggunaan game online secara lebih terstruktur.

3.2 Populasi dan Sampel Penelitian

▪ **Populasi Penelitian**

Populasi dalam penelitian ini mencakup yang memiliki anak usia 7-15 tahun di lingkungan Jl. Gg Adil kec. Setu, Tangerang Selatan, yang secara aktif bermain *game online*. Kelompok usia ini dipilih karena anak-anak pada rentang usia tersebut berada pada fase perkembangan yang signifikan, di mana mereka mulai membentuk kebiasaan, pola pikir, serta cara berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya. Pengaruh dari game online terhadap aspek psikologis, seperti perilaku sosial, kecerdasan emosional, dan konsentrasi, cenderung lebih mudah terlihat pada kelompok usia ini dibandingkan usia yang lebih muda atau lebih tua.

Pemilihan lingkungan Jl. Gg Adil kec. Setu, Tangerang Selatan, sebagai lokasi penelitian didasarkan pada fenomena yang diamati di daerah tersebut, di mana banyak anak-anak yang menghabiskan waktu bermain game online. Lingkungan ini memiliki karakteristik yang representatif, baik dalam hal keragaman sosial ekonomi maupun variasi akses terhadap teknologi, sehingga dapat menggambarkan variasi dampak game online pada populasi anak-anak secara lebih luas.

▪ Sampel Penelitian

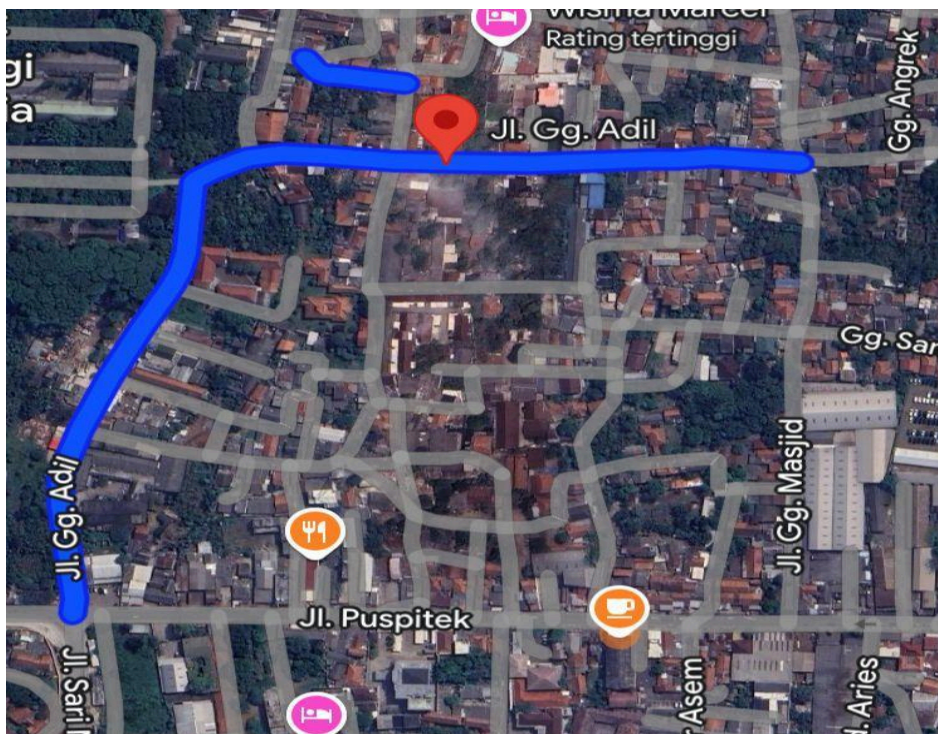
Sampel penelitian ini dipilih menggunakan *purposive sampling* dengan kriteria berikut:

1. Orang tua yang memiliki anak berusia 7-15 tahun yang bermain game online.
2. Orang tua yang terlibat langsung dalam pengawasan aktivitas bermain game anak.
3. Berdomisili di lingkungan Jl. Gg Adil, kec. Setu, Tangerang Selatan.

Jumlah sampel yang diambil adalah **20 orang tua**, untuk mendapatkan data yang representatif dan mendalam terkait pola pengawasan serta dampak game online terhadap psikologi anak.

3.3 Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini akan dilaksanakan selama seminggu, mulai dari tanggal 15 hingga 22 Januari 2025. Tempat pelaksanaan kegiatan adalah di **Jl. Gg Adil, kec. Setu, Tangerang Selatan**. Pemilihan lokasi ini dilakukan agar lebih mudah dijangkau oleh peserta dan untuk memanfaatkan fasilitas publik yang tersedia.



Gambar 3.1 lokasi penelitian PJBL



Gambar 3.2 wawancara terhadap orang tua di gang adil



Gambar 3.3 wawancara terhadap orang tua di gang adil

3.3 Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini, teknik pengumpulan data dilakukan melalui beberapa metode yang dirancang untuk mendapatkan informasi lengkap dan akurat mengenai pengaruh game online terhadap psikologi anak-anak di Jl. Gg Adil, kec. Setu, Tangerang Selatan. Data yang dikumpulkan meliputi aspek kebiasaan bermain game online, dampak psikologis yang dialami, dan pandangan orang tua terhadap pengaruh game online pada anak-anak mereka. Teknik pengumpulan data yang digunakan meliputi kuesioner yang akan disebar dalam bentuk google form dan wawancara terstruktur.

1. Kuesioner Google form

Kuesioner Google form merupakan instrumen utama dalam pengumpulan data untuk memperoleh informasi kuantitatif mengenai intensitas bermain game online, jenis game yang dimainkan, serta dampaknya terhadap beberapa aspek psikologis anak, seperti perilaku sosial, kecerdasan emosional, dan konsentrasi. Kuesioner ini disusun dalam bentuk pertanyaan tertutup dengan pilihan jawaban yang sudah ditentukan, serta beberapa pertanyaan terbuka untuk memberikan ruang bagi responden menyampaikan pendapat atau pengalaman spesifik.

Kuesioner untuk Orang Tua Berisi pertanyaan mengenai pandangan orang tua terhadap kebiasaan bermain game anak-anak mereka, durasi dan kontrol bermain, serta observasi mereka terhadap perubahan perilaku atau emosi anak sejak mulai bermain game online.

Penggunaan kuesioner ini memungkinkan peneliti untuk mengumpulkan data dalam jumlah besar secara efisien. Data kuantitatif yang diperoleh dari kuesioner akan diolah menggunakan teknik statistik deskriptif untuk memberikan gambaran umum mengenai pola bermain game dan dampaknya. Dengan cara ini, responden dapat mengakses kuesioner melalui tautan yang dibagikan, menjadikan proses pengumpulan data lebih efisien dan cepat.

2. Wawancara Terstruktur

Wawancara terstruktur dilakukan untuk mendapatkan data kualitatif yang mendalam dari para orang tua mengenai pengaruh game online terhadap anak-anak mereka. Wawancara ini berfokus pada pengalaman dan persepsi orang tua terkait aspek psikologis anak yang mungkin tidak tercakup dalam kuesioner. Wawancara terstruktur memberikan data kualitatif yang dapat mendukung dan melengkapi hasil kuesioner, sehingga analisis dapat menjadi lebih komprehensif.

3.4 Diagram Alir Penelitian

Diagram alir penelitian memberikan gambaran tahapan penelitian dari awal hingga akhir. Tahapan tersebut meliputi:



Gambar 3.4 diagram alir

3.5 Timeline penelitian

no	KEGIATAN	Sept				Okt				Nov				Des				Jan			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1.	Persiapan awal	■	■	■																	
2.	Pengumpulan Data				■	■	■														
3.	Revisi makalah					■	■	■												■	
4.	Pembuatan video												■	■							
5.	Pembuatan artikel																		■		
6.	Pembuatan poster																■	■	■		
7.	Seminar proposal														■			■			
8.	PPT																		■		
9.	Laporan lengkap																				■

tabel 3.1 tabel timeline penelitian

Timeline penelitian

Berikut adalah penjabaran penelitian yang sama, namun dipisahkan menjadi poin-poin bertahap untuk mempermudah pemahaman:

1. Persiapan Awal

- **Penentuan Topik:**
Topik penelitian difokuskan pada pengaruh game online terhadap psikologi anak-anak di lingkungan Jl. Gg Adil, Kecamatan Setu, Tangerang Selatan.
- **Studi Literatur:**
Mengumpulkan referensi terkait dampak positif dan negatif game online, khususnya terhadap aspek psikologis seperti perilaku sosial, konsentrasi, kecerdasan emosional, dan potensi kecanduan.
- **Perancangan Instrumen:**
Menyusun instrumen penelitian berupa pedoman wawancara untuk orang tua dan kuesioner untuk mendapatkan data kuantitatif.

2. Pengumpulan Data

- **Metode Penelitian:**
Metode yang digunakan:

1. **Wawancara** dilakukan untuk menggali pandangan orang tua terkait dampak game online pada anak mereka, termasuk pola pengawasan yang diterapkan.
2. **Kuesioner** dirancang untuk memperoleh data tentang durasi bermain, jenis permainan, dan dampaknya terhadap psikologi anak.

- **Pelaksanaan Pengumpulan Data:**

1. Wawancara dilakukan secara langsung atau daring, tergantung kesediaan responden.
2. Kuesioner disebarakan dalam bentuk cetak maupun digital melalui platform seperti Google Forms.
3. Responden terdiri dari orang tua yang memiliki anak usia 7–15 tahun di lingkungan Jl. Gg Adil.

3. Analisis Data

- **Pengolahan Data:**

Data wawancara ditranskripsi dan dirangkum untuk menemukan tema-tema utama, sedangkan data dari kuesioner diolah menggunakan teknik statistik sederhana untuk mendapatkan hasil yang terukur.

- **Analisis Temuan:**

Temuan dari wawancara dan kuesioner dianalisis untuk menjawab rumusan masalah, seperti intensitas penggunaan game online, dampak psikologis yang ditimbulkan, serta faktor-faktor yang memengaruhi dampaknya.

4. Penulisan Laporan

- **Penyusunan Draft Awal:**

Laporan awal disusun berdasarkan hasil analisis, meliputi latar belakang, metode penelitian, hasil, dan pembahasan.

- **Revisi dan Penyempurnaan:**

Draft awal direvisi dengan menambahkan referensi yang relevan dan memperbaiki struktur laporan agar lebih sistematis dan informatif.

- **Penyusunan Kesimpulan dan Saran:**

Kesimpulan dirumuskan berdasarkan hasil penelitian, sementara saran diberikan kepada orang tua dan masyarakat untuk mengelola penggunaan game online oleh anak-anak secara lebih bijaksana.

6. Presentasi Hasil Penelitian

- **Penyampaian Hasil:**

Hasil penelitian dipresentasikan kepada audiens, meliputi temuan utama tentang pengaruh game online terhadap anak-anak di lingkungan Jl. Gg Adil.

BAB IV HASIL PENELITIAN

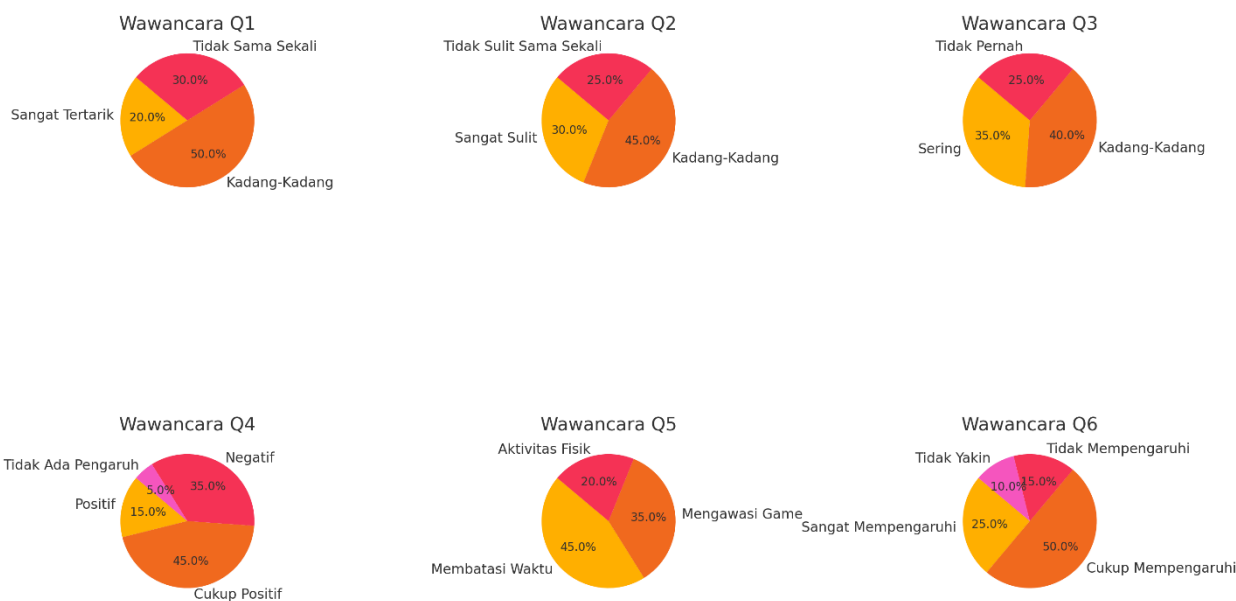
4.1 Frekuensi hasil wawancara dan kuisioners

Berdasarkan data hasil wawancara dan kuisioner yang dilakukan terhadap 20 orang tua anak-anak yang bermain game online di lingkungan Jl. Gg Adil, Kecamatan Setu, Tangerang Selatan, diperoleh hasil penelitian sebagai berikut:

- **Pertanyaan dan Jawaban hasil wawancara.**

No	Pertanyaan	Jawaban 1 (Jumlah)	Jawaban 2 (Jumlah)	Jawaban 3 (Jumlah)	Jawaban 4 (Jumlah)
1	Apakah anak menjadi lebih tertarik pada pelajaran atau kegiatan belajar setelah bermain game online?	4 (Sangat Tertarik)	10 (Kadang-kadang)	6 (Tidak sama sekali)	-
2	Apakah anak merasa kesulitan untuk berhenti bermain game online meskipun sudah diberi waktu atau peringatan?	6 (Sangat Kesulitan)	9 (Kadang-kadang)	5 (Tidak kesulitan sama sekali)	-
3	Apakah anak sering merasa tidak puas atau ingin terus bermain setelah selesai bermain?	7 (Sering Tidak Puas)	8 (Kadang-kadang)	5 (Tidak Pernah)	-
4	Bagaimana pengaruh umum bermain game online terhadap psikologi anak Anda?	3 (Positif)	9 (Cukup Positif)	7 (Negatif)	1 (Tidak Ada Pengaruh)
5	Apa yang Anda harapkan untuk mengurangi dampak negatif game online?	9 (Membatasi Waktu Bermain)	7 (Mengawasi Jenis Game)	4 (Mendorong Aktivitas Fisik)	-
6	Bagaimana pengaruh bermain game online terhadap kualitas tidur anak Anda?	5 (Sangat Mempengaruhi)	10 (Cukup Mempengaruhi)	3 (Tidak Mempengaruhi Sama Se)	-

tabel 4.1 tabel hasil wawancara



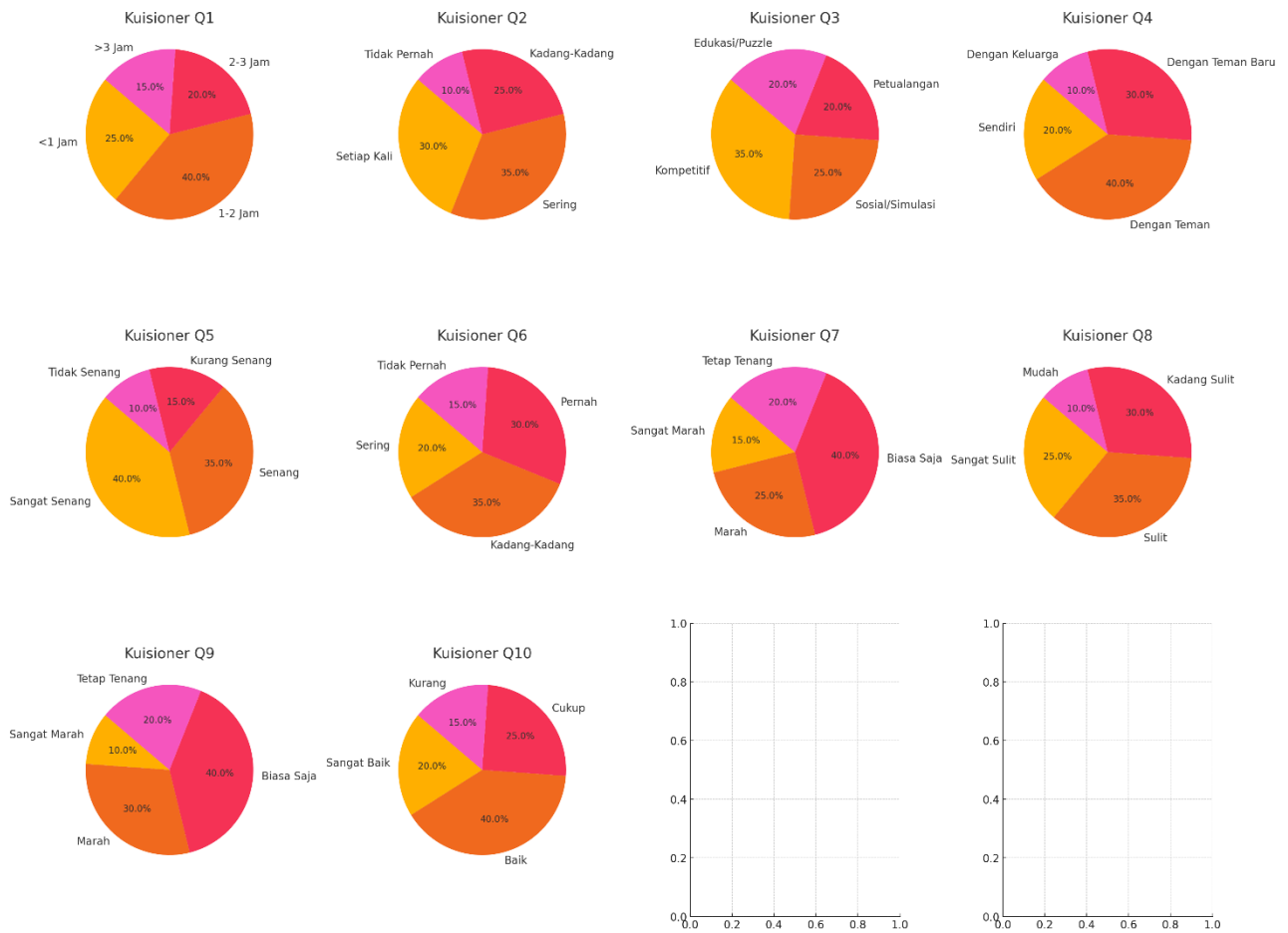
Gambar 4.1 gambar diagram pie hasil wawancara

Berdasarkan hasil survei yang dilakukan, mayoritas orang tua mengungkapkan bahwa anak-anak mereka hanya sesekali tertarik pada pelajaran setelah bermain game online, yang menunjukkan bahwa game online belum memberikan pengaruh signifikan terhadap minat belajar. Lebih dari setengah anak juga merasa kesulitan untuk berhenti bermain game meskipun sudah diberi waktu atau peringatan, yang mengindikasikan adanya kecanduan ringan hingga sedang. Selain itu, sebagian besar anak sering merasa tidak puas dan ingin terus bermain lebih lama setelah selesai bermain, yang dapat mencerminkan perilaku impulsif. Mengenai pengaruh umum bermain game online terhadap psikologi anak, sebagian besar orang tua menilai adanya dampak campuran, dengan fokus pada efek negatif yang dirasakan. Untuk mengurangi dampak negatif tersebut, orang tua lebih cenderung mengutamakan pengaturan waktu bermain sebagai solusi utama, diikuti dengan pengawasan terhadap jenis game yang dimainkan serta dorongan untuk lebih banyak beraktivitas fisik. Selain itu, mayoritas orang tua juga melaporkan bahwa bermain game online memengaruhi kualitas tidur anak, dengan sebagian besar anak tidur larut malam, yang berpotensi berdampak negatif pada kesehatan fisik dan mental mereka. Secara keseluruhan, temuan ini menunjukkan bahwa meskipun ada beberapa manfaat dari bermain game online, dampak negatif yang ditimbulkan, seperti gangguan tidur dan kesulitan berhenti bermain, perlu mendapatkan perhatian lebih dari orang tua.

- **Pertanyaan dan jawaban hasil kuisioners.**

No	Pertanyaan	Jawaban 1	Jawaban 2	Jawaban 3	Jawaban 4
1	Berapa lama anak Anda bermain game online setiap kali sesi?	5 (Kurang dari 1 Jam)	8 (1-2 Jam)	4 (2-3 Jam)	3 (Lebih dari 3 Jam)
2	Seberapa sering anak Anda bermain dengan teman atau orang asing secara online?	6 (Setiap kali bermain)	7 (Sering)	5 (Kadang-kadang)	2 (Tidak Pernah)
3	Apa jenis game yang paling sering dimainkan?	7 (Kompetitif)	5 (Sosial/Simulasi)	4 (Petualangan)	4 (Edukasi/Puzzle)
4	Ketika bermain game online, apakah anak Anda lebih suka bermain sendiri atau dengan orang lain?	4 (Sendiri)	8 (Teman Dikenal)	6 (Teman Baru)	2 (Keluarga)
5	Bagaimana perasaan anak Anda saat bermain bersama teman?	8 (Sangat Senang)	6 (Senang)	4 (Kurang Senang)	2 (Tidak Senang)
6	Apakah anak Anda pernah mengalami konflik saat bermain?	4 (Sering)	7 (Kadang-kadang)	6 (Pernah)	3 (Tidak Pernah)
7	Bagaimana respons anak Anda saat kalah?	3 (Sangat Marah)	6 (Marah)	7 (Biasa Saja)	4 (Tetap Tenang)
8	Apakah anak merasa sulit berhenti bermain game meskipun sudah lama bermain?	4 (Sangat Sulit)	7 (Sulit)	6 (Kadang-kadang Sulit)	3 (Mudah)
9	Bagaimana perasaan anak jika tidak diizinkan bermain game selama beberapa hari?	2 (Sangat Marah)	5 (Marah)	8 (Biasa Saja)	5 (Tetap Tenang)
10	Seberapa baik anak Anda bekerja sama dengan pemain lain dalam game?	6 (Sangat Baik)	8 (Baik)	4 (Cukup)	2 (Kurang)

tabel 4.2 tabel hasil kuisioner



Gambar 4.2 diagram pie hasil kuisiener

Berdasarkan hasil survei, sebagian besar anak bermain game online selama 1–2 jam setiap kali sesi, menunjukkan durasi bermain yang sedang. Anak-anak cenderung sering bermain dengan teman sebaya atau orang asing, yang mencerminkan aspek sosial dari game online. Jenis game yang paling sering dimainkan adalah game kompetitif, yang mendominasi permainan anak-anak dan dapat memengaruhi perilaku mereka, baik secara positif (kerja tim) maupun negatif (agresivitas).

Saat bermain, mayoritas anak lebih suka bermain dengan teman, baik yang dikenal maupun baru dalam game, yang menunjukkan bahwa game online menjadi sarana interaksi sosial. Sebagian besar anak merasa sangat senang atau senang saat bermain game bersama teman, yang memberikan dampak positif terhadap kebahagiaan mereka. Namun, konflik dalam game cukup sering terjadi, yang dapat memicu stres atau perilaku agresif.

Ketika kalah dalam permainan, sebagian besar anak dapat mengendalikan emosi mereka, tetapi ada juga yang merasa marah. Sebagian besar anak menghadapi kesulitan untuk berhenti bermain game meskipun sudah lama bermain, yang menunjukkan tanda-tanda keterikatan terhadap game. Mengenai larangan bermain, sebagian besar anak dapat menerima dengan sikap biasa atau tenang, meskipun ada yang menunjukkan rasa marah.

Terakhir, sebagian besar anak dapat berinteraksi dan bekerja sama dengan baik dalam game, yang menunjukkan potensi mereka dalam mengembangkan keterampilan sosial. Secara keseluruhan, meskipun ada dampak positif berupa interaksi sosial dan kebahagiaan, ada juga tanda-tanda keterikatan, stres, dan konflik yang perlu diperhatikan terkait kebiasaan bermain game online anak.

4.2 Faktor yang mempengaruhi dampak Game online

1. Durasi Bermain: Bermain lebih dari 2 jam meningkatkan risiko kecanduan dan gangguan tidur.
2. Jenis Game: Game kompetitif melatih kerja tim tetapi bisa memicu agresivitas; game edukatif mendukung kognitif.
3. Pengawasan Orang Tua: Kontrol waktu dan pemilihan game penting untuk meminimalkan dampak negatif.
4. Interaksi Sosial: Bermain dengan teman mendorong kebahagiaan, tetapi interaksi dengan pemain asing dapat memicu konflik.
5. Rutinitas Harian: Jadwal tidur dan aktivitas fisik yang teratur membantu menjaga keseimbangan.
6. Lingkungan Sosial: Anak yang kurang interaksi di dunia nyata lebih rentan bergantung pada game online.

4.3 Kendala dalam pengaruh game online

Dari hasil survei mengenai pengaruh permainan game online terhadap anak, beberapa kendala utama yang dapat diidentifikasi adalah:

1. **Kesulitan Mengendalikan Durasi Bermain:** Banyak anak yang mengalami kesulitan untuk berhenti bermain game, bahkan meskipun sudah diberi waktu atau peringatan. Hal

ini menunjukkan adanya kecanduan ringan hingga sedang, yang dapat mengganggu aktivitas lain seperti belajar, tidur, dan interaksi sosial offline.

2. **Pengaruh Negatif Terhadap Kualitas Tidur:** Sebagian besar orang tua melaporkan bahwa game online memengaruhi kualitas tidur anak, dengan banyak anak tidur larut malam setelah bermain game. Ini dapat berdampak negatif terhadap kesehatan fisik dan mental anak.
3. **Konflik dan Stres Dalam Bermain:** Konflik dengan pemain lain dalam game sering terjadi, yang dapat menyebabkan stres, frustrasi, atau perilaku agresif. Ini menandakan bahwa meskipun game online dapat menjadi sarana sosial, ia juga membawa tantangan terkait pengelolaan emosi dan interaksi antar pemain.
4. **Keterikatan Emosional dengan Game:** Banyak anak yang merasa sangat marah atau kesal ketika kalah dalam permainan atau ketika tidak diizinkan bermain game dalam beberapa hari. Hal ini mengindikasikan bahwa game online dapat memengaruhi keseimbangan emosi anak dan membentuk keterikatan yang terlalu kuat.
5. **Pengaruh Sosial yang Ambigu:** Meskipun game online memberikan peluang bagi anak untuk berinteraksi dan bekerja sama dengan teman, ada juga risiko bahwa interaksi ini lebih berfokus pada dunia virtual daripada dunia nyata, yang dapat mengurangi kualitas hubungan sosial offline.
6. **Ketergantungan pada Game Kompetitif:** Mayoritas anak lebih suka memainkan game kompetitif, yang dapat memengaruhi perilaku mereka. Jika tidak dikelola dengan baik, jenis game ini bisa meningkatkan perilaku agresif atau meningkatkan tingkat frustrasi ketika anak tidak dapat mencapai kemenangan.

Secara keseluruhan, kendala utama yang ditemukan adalah masalah terkait pengaturan waktu bermain, dampak terhadap kesehatan dan emosi anak, serta pengaruh sosial yang dapat menimbulkan stres atau konflik. Hal ini menandakan perlunya pengawasan lebih lanjut dari orang tua untuk memastikan anak dapat bermain game secara sehat dan seimbang.

4.4 Usulan untuk kendala pengaruh game online

Berdasarkan kendala-kendala yang ditemukan dari hasil survei, berikut adalah beberapa usulan yang dapat membantu mengatasi dampak negatif dari bermain game online terhadap anak:

1. **Pembatasan Waktu Bermain:**

- Orang tua perlu menetapkan batasan waktu bermain yang jelas setiap hari. Misalnya, mengatur waktu bermain maksimal 1–2 jam per sesi untuk mencegah kecanduan dan gangguan terhadap aktivitas lainnya seperti belajar dan tidur.
- Menggunakan aplikasi atau fitur pengontrol waktu pada perangkat yang digunakan anak bisa membantu mengatur durasi bermain dengan lebih efektif.

2. Pengawasan Terhadap Jenis Game yang Dimainkan:

- Orang tua sebaiknya mengawasi jenis game yang dimainkan oleh anak-anak. Memilih game yang tidak hanya kompetitif tetapi juga edukatif, sosial, atau berbasis kolaborasi dapat membantu anak mengembangkan keterampilan positif seperti kerja sama tim dan pemecahan masalah.
- Membatasi game yang mengandung kekerasan atau yang dapat memicu perilaku agresif juga penting untuk kesehatan psikologis anak.

3. Meningkatkan Kegiatan Fisik dan Sosial Offline:

- Mendorong anak untuk lebih banyak beraktivitas fisik, seperti berolahraga atau bermain di luar ruangan, dapat membantu mengurangi waktu yang dihabiskan untuk bermain game online.
- Memfasilitasi anak untuk melakukan kegiatan sosial offline, seperti berkumpul dengan teman-teman, dapat mengurangi ketergantungan pada interaksi sosial dalam dunia maya dan membantu mereka mengembangkan hubungan yang lebih sehat di kehidupan nyata.

4. Mengatur Kualitas Tidur:

- Orang tua dapat mengatur rutinitas tidur yang baik dengan memastikan anak tidak bermain game setidaknya 1-2 jam sebelum waktu tidur. Ini akan membantu meningkatkan kualitas tidur anak dan mencegah dampak negatif terhadap kesehatan fisik dan mental mereka.
- Mengatur perangkat atau aplikasi yang mengingatkan waktu tidur juga bisa menjadi langkah yang baik untuk membantu anak mengatur kebiasaan tidur.

5. Mendampingi Anak Saat Bermain:

- Orang tua sebaiknya terlibat dalam aktivitas permainan anak dengan bermain bersama atau memantau permainan mereka, terutama jika anak bermain game kompetitif atau dengan teman-teman yang belum dikenal.
- Menjadi contoh dalam mengelola emosi ketika kalah dalam permainan dan mengajarkan cara menyelesaikan konflik dalam game secara positif dapat membantu anak mengelola frustrasi dan stres.

6. Pendidikan tentang Pengelolaan Emosi:

- Mengajarkan anak tentang pentingnya pengelolaan emosi, terutama ketika kalah dalam permainan atau ketika merasa marah saat tidak bisa bermain, dapat membantu mereka lebih baik dalam mengendalikan perasaan mereka.
- Orang tua juga bisa melibatkan anak dalam kegiatan yang dapat mengasah keterampilan sosial dan emosional mereka, seperti diskusi tentang pengalaman bermain game dan bagaimana perasaan mereka setelah bermain.

7. Melakukan Evaluasi Berkala:

- Orang tua perlu secara berkala mengevaluasi dampak bermain game terhadap anak, baik dari segi akademik, sosial, maupun emosional. Jika ditemukan masalah atau kecenderungan negatif, langkah-langkah perbaikan dapat segera diterapkan.

Dengan mengikuti usulan-usulan ini, diharapkan orang tua dapat menciptakan lingkungan yang lebih seimbang dan sehat bagi anak-anak dalam berinteraksi dengan game online, sekaligus meminimalkan dampak negatif yang dapat ditimbulkan.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil survei, sebagian besar anak (40%) bermain game online selama 1–2 jam setiap kali sesi, menunjukkan durasi bermain yang moderat. Ketika bermain, 65% anak cenderung berinteraksi dengan teman sebaya atau orang asing, yang mencerminkan sifat sosial dari permainan tersebut. Jenis game yang paling sering dimainkan adalah game kompetitif (35%), diikuti oleh game sosial atau simulasi (25%), dan game edukasi atau puzzle (20%), yang menunjukkan bahwa anak lebih tertarik pada permainan yang menantang atau berbasis kompetisi.

Dari segi interaksi sosial, 70% anak lebih suka bermain dengan teman (baik yang dikenal maupun baru dalam game), dengan 75% merasa sangat senang atau senang saat bermain game bersama teman, yang menunjukkan dampak positif terhadap kebahagiaan mereka. Namun, konflik dalam permainan terjadi cukup sering, dengan 55% anak mengalami konflik atau pertengkaran dengan pemain lain, yang berpotensi menyebabkan stres dan mempengaruhi perilaku mereka.

Ketika kalah dalam permainan, mayoritas anak (60%) mampu mengendalikan emosi mereka dengan merespon secara biasa saja atau tetap tenang, tetapi 40% menunjukkan reaksi emosional negatif, seperti marah. Selain itu, 65% anak mengungkapkan kesulitan untuk berhenti bermain setelah waktu yang lama, yang menunjukkan adanya keterikatan terhadap permainan dan indikasi kecanduan ringan.

Sebagian besar anak juga melaporkan bahwa game online memengaruhi kualitas tidur mereka, dengan 75% orang tua melaporkan anak tidur larut malam, yang dapat berdampak pada kesehatan fisik dan mental anak.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa meskipun anak-anak menikmati manfaat sosial dan kebahagiaan dari bermain game online, terdapat sejumlah kendala signifikan, seperti kesulitan mengatur durasi bermain, dampak terhadap kualitas tidur, dan potensi pengaruh negatif dari konflik dalam game. Oleh karena itu, perlu adanya pengawasan orang tua yang lebih intensif, pembatasan waktu bermain yang lebih ketat, serta pemilihan jenis game yang lebih sesuai untuk mengurangi dampak negatif yang dapat ditimbulkan.

5.2 Saran berdasarkan hasil penelitian

1. Pembatasan Waktu Bermain Game Online

Mengingat bahwa sebagian besar anak bermain game selama 1–2 jam setiap sesi dan kesulitan untuk berhenti, sangat disarankan agar orang tua menetapkan batasan waktu bermain yang lebih ketat. Misalnya, membatasi durasi bermain maksimal 1 hingga 2 jam per sesi, dan menggunakan aplikasi kontrol atau pengaturan waktu pada perangkat untuk memastikan anak tidak menghabiskan waktu berlebihan di depan layar.

2. Pemilihan Jenis Game yang Tepat

Karena sebagian besar anak lebih suka bermain game kompetitif, penting bagi orang tua untuk mengawasi jenis game yang dimainkan. Disarankan untuk memilih game yang tidak hanya kompetitif, tetapi juga edukatif dan mengandung nilai-nilai positif, seperti kerja sama tim, pemecahan masalah, atau kreativitas. Ini dapat membantu mengurangi dampak negatif dari game kompetitif yang berisiko meningkatkan perilaku agresif.

3. Peningkatan Aktivitas Fisik dan Sosial Offline

Agar anak tidak terlalu tergantung pada game online, orang tua harus mendorong mereka untuk berpartisipasi dalam aktivitas fisik di luar ruangan, seperti olahraga atau permainan di alam terbuka. Selain itu, mengatur waktu untuk berinteraksi dengan teman-teman di dunia nyata, seperti melalui kegiatan kelompok atau hobi, dapat memperkaya kehidupan sosial anak di luar dunia virtual.

4. Pengawasan Terhadap Kualitas Tidur

Mengingat bahwa game online memengaruhi kualitas tidur anak, orang tua perlu memastikan bahwa anak tidak bermain game setidaknya 1 hingga 2 jam sebelum waktu tidur. Ini akan membantu meningkatkan kualitas tidur dan mendukung kesehatan fisik dan mental anak. Selain itu, menciptakan rutinitas tidur yang teratur dan menenangkan, seperti membacakan cerita atau mendengarkan musik yang menenangkan, dapat membantu anak tidur lebih cepat.

5. Pengelolaan Konflik dan Emosi dalam Bermain

Konflik dalam game online cukup sering terjadi, sehingga penting untuk mengajarkan anak cara mengelola konflik dan mengendalikan emosi saat bermain. Orang tua dapat mendampingi anak ketika bermain game, membantu mereka memahami cara menyelesaikan masalah secara positif, dan memberikan contoh dalam mengelola emosi, terutama saat kalah dalam permainan.

6. Evaluasi dan Diskusi Berkala

Orang tua sebaiknya melakukan evaluasi berkala terkait dampak bermain game terhadap anak. Diskusi tentang pengalaman bermain game, apa yang disukai atau tidak disukai anak, serta dampaknya terhadap kehidupan mereka sehari-hari akan memberikan wawasan lebih dalam mengenai bagaimana game memengaruhi perkembangan anak. Ini juga menjadi kesempatan untuk mengajarkan anak tentang pentingnya keseimbangan antara dunia maya dan dunia nyata.

7. Peningkatan Pendidikan tentang Penggunaan Teknologi yang Sehat

Mengajarkan anak tentang penggunaan teknologi yang sehat, termasuk batasan waktu layar dan pemilihan konten yang sesuai, sangat penting. Pendidikan ini dapat melibatkan pembicaraan mengenai risiko dan manfaat game online serta bagaimana menggunakan teknologi secara bijak tanpa mengabaikan aspek-aspek penting dalam kehidupan nyata.

Dengan menerapkan saran-saran ini, diharapkan anak-anak dapat menikmati manfaat dari bermain game online tanpa terganggu oleh dampak negatif yang mungkin timbul, sambil tetap menjaga keseimbangan dengan kegiatan sosial, fisik, dan akademik mereka.

Daftar Pustaka

- Anderson, C. A., & Bushman, B. J. (2001). Effects of violent video games on aggressive behavior, aggressive cognition, aggressive affect, physiological arousal, and prosocial behavior: A meta-analytic review of the scientific literature. *Psychological Science*, 12(5), 353-359.
- Anderson, C. A., & Dill, K. E. (2000). Video games and aggressive thoughts, feelings, and behavior in the laboratory and in life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(4), 772-790.
- Byron, T. (2008). Safer children in a digital world: The report of the Byron review.
- Gentile, D. A., et al. (2014). Pathological video game use among youths: A two-year longitudinal study. *Pediatrics*, 127(2), e319-e329.
- Gee, J. P. (2003). What video games have to teach us about learning and literacy. *ACM Computers in Entertainment*, 1(1), 20-20.
- Gee, J. P. (2007). *What Video Games Have to Teach Us About Learning and Literacy*. Palgrave Macmillan.
- Granic, I., Lobel, A., & Engels, R. C. (2014). The benefits of playing video games. *American Psychologist*, 69(1), 66.
- Juul, J. (2005). *Half-real: Video games between real rules and fictional worlds*. MIT Press.
- Kirkpatrick, G. (2013). *Computer games and the social imaginary*. Polity Press.
- Livingstone, S., & Helsper, E. J. (2008). Parental mediation of children's internet use. *Journal of Broadcasting & Electronic Media*, 52(4), 581-599.
- Nikken, P., & Jansz, J. (2006). Parental mediation of children's videogame playing: A comparison of the reports by parents and children. *Learning, Media and Technology*, 31(2), 181-202.
- Prensky, M. (2001). *Digital game-based learning*. McGraw-Hill.
- Shaw, A. (2010). What is video game culture? *Cultural studies and game studies*. *Games and Culture*, 5(4), 403-424.
- Van Rooij, A. J., et al. (2011). Online video game addiction: Identification of addicted adolescent gamers. *Addiction*, 106(1), 205-212.
- Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in society: The development of higher psychological processes*. Harvard University Press.
- Whang, L. S., & Chang, G. (2004). Lifestyles of virtual world residents: Living in the online game 'Lineage'. *CyberPsychology & Behavior*, 7(5), 592-600.
- Wolf, M. J. P. (2001). *The Medium of the Video Game*. University of Texas Press.
- Newman, J. (2004). *Videogames*. Routledge.

