

PENGARUH ADIKSI GAME ONLINE TERHADAP PRESTASI AKADEMIK SISWA KELAS V SDN 32 SUNGAI JARING

Fajrul Illahi¹, Ridho Rismi²

Faculty of Economics and Business, Universitas Putra Indonesia YPTK Padang

fajrulilahi700@gmail.com

Info Artikel

Sejarah artikel:

Received: 10 Des 2025

Revised: 7 Jan 2026

Accepted: 7 Jan 2026

Published: 8 Jan 2026

Kata kunci:

adiksi game online,
interaksi sosial,
prestasi akademik.

ABSTRAK

Game online merupakan fenomena yang sangat mengkhawatirkan pada era digital saat ini. Kecanduan game online dapat menimbulkan permasalahan dalam kehidupan sehari-hari. Adanya adiksi game online semakin meningkat dengan seiring mudahnya akses teknologi pada anak-anak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh adiksi game online terhadap prestasi akademik dan interaksi sosial untuk anak-anak usia sekolah dasar. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei, melibatkan 24 siswa di SD N 32 Sungai Jaring. Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh negatif yang signifikan antara tingkat adiksi game online dengan prestasi akademik siswa. Selain itu, adiksi game online juga berdampak pada penurunan kualitas interaksi sosial, seperti kurangnya komunikasi dengan teman sebaya dan keluarga. Penemuan ini menunjukkan peran orang tua dan guru sangat penting dalam mengawasi waktu bermain game online serta mendukung pengembangan keterampilan sosial dan akademik siswa. Intervensi berupa edukasi teknologi dan pengelolaan waktu dapat menjadi langkah preventif dalam mengurangi dampak negatif adiksi game online pada anak-anak.

Ini adalah artikel akses terbuka di bawah [lisensi CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).



PENDAHULUAN

Era sekarang merupakan era serba digital yang memberikan dampak besar dalam kehidupan kita, karena adanya perkembangan teknologi. Perkembangan ini juga berdampak kepada anak-anak balita dan anak usia sekolah dasar. Anak-anak mulai mengenal alat komunikasi canggih atau gadget berawal dari masa pandemi. Seluruh siswa mampu melaksanakan kegiatan pembelajaran melalui online dengan menggunakan berbagai macam aplikasi pembelajaran.

Banyak latar belakang orang tua yang akhirnya memberikan anaknya gadget secara pribadi karena alasan pekerjaan atau hal lainnya. Usia anak siswa sekolah dasar ini belum saatnya mereka memegang gadget tanpa pendampingan orang tua, karena mereka belum bisa memilah mana hal yang diperbolehkan mereka lihat dan mana yang tidak diperbolehkan mereka lihat. Salah satu fenomena yang cukup banyak terjadi adalah meningkatnya penggunaan gadget untuk bermain game online. Pada awalnya game online digunakan untuk hiburan disaat anak-anak bosan karena saat pandemi tidak boleh keluar rumah, akan tetapi kenyataannya sudah terbiasa membudidaya digunakan setiap harinya. Namun, penggunaan yang berlebihan dapat

menimbulkan dampak negatif, terutama dalam aspek akademik dan sosial. Menurut **(Kusumaningrum, 2021)** saat ini penggunaan internet digunakan untuk berbagai macam keperluan. Ada seseorang yang menggunakan internet untuk memenuhi kebutuhan mencari informasi, untuk komunikasi, atau untuk pembelajaran. Saat ini internet menyediakan berbagai fitur yang mendukung beragam kebutuhan, salah satunya adalah game online yang menjadi sarana hiburan favorit banyak orang.

Pemakaian game yang berlebihan menimbulkan pengaruh negatif untuk anak-anak. Pada usia sekolah dasar mereka memiliki tahap perkembangan yang krusial baik dari segi kognitif, emosional, maupun sosial **(Jamun et al., 2023)**. Adanya diksi game online ditandai dengan ketergantungan dan kesulitan mengontrol waktu bermain. Hal ini juga mempengaruhi fokus dan konsentrasi anak dalam belajar. Selain itu anak yang sudah mengalami fase adiksi ini cenderung mudah emosi ketika mereka merasa terganggu ketika game online sedang berlangsung. Akibatnya, prestasi akademik mereka cenderung menurun karena jam belajar atau istirahat tergantikan oleh game. Berdasarkan data dari World Health Organization (WHO) tahun 2024, jumlah gamer di seluruh dunia mencapai 1,3 miliar. Dengan populasi global sebesar 7,1 miliar, ini berarti sekitar 17% penduduk dunia adalah gamer. Di Indonesia, jumlah yang menyukai game online tercatat 6 juta orang, mayoritas berusia remaja, yakni sekitar 40%. Kondisi ini menimbulkan dampak negatif bagi mereka yang kesulitan mengontrol waktu bermain dan berhenti dari aktivitas tersebut **(Rahayuningrum et al., 2022)**.

Semakin meningkatnya adiksi game online sangat mempengaruhi interaksi sosial siswa. Anak-anak yang sering bermain game hanya menggunakan waktunya di dunia maya dibandingkan berinteraksi langsung dengan teman sebaya atau keluarga. Hal ini dapat mengurangi kemampuan sosial mereka, seperti komunikasi tatap muka, empati, dan kemampuan bekerja sama dalam lingkungan sosial. Saat ini interaksi sosial perlu menjadi perhatian, terutama bagi orang tua, guru, dan pihak sekolah. Pemahaman mengenai faktor-faktor penyebab serta dampak adiksi ini sangat penting agar dapat dilakukan dengan mencegah dan menangani secara efektif. Dengan demikian, dapat memanfaatkan teknologi secara sehat dan seimbang tanpa mengorbankan prestasi akademik dan perkembangan sosial mereka.

METODE

Metode penelitian yang digunakan yaitu kualitatif dengan metode survei secara mendalam pengalaman dan persepsi siswa terkait game online serta dampaknya. Pendekatan yang digunakan adalah studi kasus dengan fenomena yang sedang terjadi. Penelitian dilaksanakan di SD N 32 Sungai Jaring. Subjek penelitian adalah siswa kelas V. Instrumen penelitian yang digunakan berupa wawancara kepada wali murid dan siswa yang bersangkutan. Observasi terhadap perilaku siswa di kelas dan lingkungan sosial. Analisis data menggunakan analisis deskriptif yakni mengidentifikasi pola-pola dampak game online terhadap prestasi dan interaksi sosial.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Bermain merupakan hal yang umum dilakukan oleh anak-anak, karena dengan bermain mereka bisa menyalurkan hobi, bakat bahkan bisa menambah rasa kerukunan dengan teman. Selain itu kegiatan bermain adalah sesuatu yang dibutuhkan anak untuk dapat mengeksplorasi diri, menumbuhkan rasa bahagia, interaksi sosial terhadap teman dan lingkungan. Permainan yang dilakukan oleh seorang individu memiliki manfaat, diantaranya mampu mengembangkan aspek sosial. Selain itu perkembangan komunikasi dengan lingkungan sekitarnya yang membangun perilaku sosial berkembang secara baik **(Safitri, 2022)**. Aneka ragam permainan saat ini baik permainan secara tradisional maupun modern, permainan tradisional misalnya gobak sodor, lompat tali, egrang, bola bekel dan lain-lain sebagainya. Namun, saat ini permainan tradisional sudah mengalami pergeseran dengan banyaknya game online pada aplikasi gadget.

Permainan secara online merupakan permainan yang dilakukan dengan bantuan jaringan internet dan membutuhkan alat teknologi modern. Pada era digital ini semua anak sudah mengenali tentang game online dan bagaimana cara penggunaannya. Sayangnya banyak sekali anak-anak yang mengalami adiksi online dan menimbulkan dampak negatif yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari. Banyaknya fenomena yang terjadi di lingkungan sekolah yang mana siswa mengalami adiksi game online, yang membuat siswa kurang fokus dalam menerima pelajaran serta mereka cenderung mengantuk di kelas. Adapun kegiatan wawancara terhadap siswa dan orang tua yang dilakukan peneliti untuk mengetahui tentang adiksi game online tersebut terdapat pada tabel 3.1 di bawah ini: Berikut tabel wawancara dengan orang tua siswa.

Tabel 3.1 Wawancara Siswa

No	Aspek pertanyaan		Aspek pertanyaan
1	Kebiasaan bermain game online	5	Kebiasaan bermain game online
	Seberapa sering anak bermain game online dalam sehari?		Berapa lama dalam sehari kalian bermain game ?
	Apakah anda merasa anak anda terlalu sering bermain game?		Game online yang saat ini sering dimainkan ?
2	Dampak pada Prestasi Akademik		Apakah kalian pernah meninggalkan sholat saat game online?
	Apakah anda melihat perubahan pada nilai atau kinerja akademik anak sejak ia mulai sering bermain game?		Apakah pernah merasa sulit mau berhenti game online ketika waktunya untuk tidur ?
	Apakah anak anda pernah mengabaikan tugas sekolah karena bermain game?	6	Dampak pada Prestasi Akademik
3	Interaksi Sosial		Apakah game online berpengaruh pada waktu belajarmu ?
	Bagaimana hubungan anak anda dengan teman dan anggota keluarga?		Apakah game online berpengaruh terhadap tugas-tugas sekolah yang diberikan guru kalian ?
	Apakah anda melihat anak lebih suka menghabiskan waktu di depan layar dibandingkan bermain di luar rumah?		Apakah game online membuat kalian tidak fokus belajar ?
4	Upaya Pengendalian		Apakah game online membuat prestasi belajar kalian menurun ?
	Apakah anda pernah mencoba membatasi waktu bermain game anak ?	7	Interaksi Sosial
	Bagaimana reaksi anak anda terhadap aturan tersebut?		Seberapa sering kalian bermain diluar rumah ?
			Apakah kamu lebih senang game online daripada berkumpul di acara keluarga ?

			Berapa lama kalian berkumpul bersama keluarga saat game online
--	--	--	--

Setelah melakukan wawancara kepada siswa kelas V di SD N 32 Sungai Jaring. Dari 24 siswa terdapat 3 siswa diantaranya yang terindikasi dalam adiksi game online, dan 19 di antaranya masih dalam batas normal dalam game online. Siswa yang memiliki ciri adiksi game online rata-rata mereka bermain game selama kurang lebih dari 6 jam dalam sehari. Bahkan ketika waktu tidur mereka cenderung bermain hp hingga larut malam. Ketika weekend cenderung bermain hp untuk game online mulai dari pagi hari hingga sore hari bahkan malam. Serta anak-anak yang adiksi game online lebih suka menyendiri dikamar untuk bermain daripada mengikuti kegiatan keluarga. Prestasi akademik juga menurun Karena kurang fokus dalam menerima pelajaran serta sering merasa ngantuk ketika dikelas. Bahkan sesekali mereka membolos masuk sekolah dengan alasan yang bermacam-macam.

Banyak cara yang sudah dilakukan orang tua untuk membatasi dalam game online tetapi kadang anak-anak masih mencuri kesempatan saat malam hari dan ketika dinasehati anak-anak lebih mudah terpacu emosinya. Selain itu, wawancara juga dilakukan kepada siswa kelas 3 SD N 32 Sungai Jaring. Dari 28 siswa ada 1 siswa yang terindikasi dalam adiksi game online dan 27 diantaranya masih dalam batas normal dalam penggunaan game online. Siswa yang terindikasi game online ini, dia cenderung susah diatur, dan ketika di marahi oleh orang tua siswa tersebut tantrum marah kepada orang tua dan sempat pernah mengancam orang tuanya kalau ia akan pergi dari rumah, pernah juga ketika ia dimarahi ia pergi dan bersembunyi di gubuk belakang rumahnya. Selain itu yang terjadi di rumah, disekolah pun siswa tersebut juga mengalami penurunan akademik karena kurang fokus dalam pembelajaran dan juga tidur di dalam kelas saat pembelajaran. Bahkan sesekali ia membolos dengan alasan sakit. Namun, semua itu karena lingkungan keluarga yang juga menjadi contoh bagi anak tersebut, karena ia melihat kakanya juga seperti itu. Orang tua sudah berusaha dalam menasehati tetapi selalu di abaikan. Kecanduan ini sangat berdampak buruk terhadap perubahan sikap dan psikologi anak. Berikut adalah dokumentasi ketika wawancara :



Gambar 1. Dokumentasi Wawancara

Game online adalah kegiatan bermain yang membutuhkan jaringan internet agar dapat mengakses perangkat seperti komputer, laptop, ponsel, atau perangkat lainnya. Permainan ini memungkinkan banyak pemain untuk bermain secara bersamaan melalui internet.

Game online ada beberapa macam, mulai dari yang teks hingga yang menampilkan grafik yang kompleks yang membentuk dunia virtual. Melalui game online, pemain dapat berinteraksi dan beraktivitas sosial secara virtual, bahkan membentuk komunitas di dalam permainan tersebut (Martini et al., 2018). Hingga akhir tahun 2017, game online yang paling populer berasal dari platform Android dan iOS. Beberapa contohnya adalah Hay Day, sebuah permainan bertema pertanian yang sangat populer di 122 negara dan banyak dimainkan oleh perempuan. Selain itu, game lain yang juga sangat digemari adalah Clash of Clans (COC) dan Get Rich, yang mayoritas dimainkan oleh laki-laki, serta Mobile Legends, yang juga mendapatkan banyak penggemar. Pada jurnal (Satura & Rifayani, 2024) menjelaskan Menurut Detria, ada dua faktor yang menjadi penyebab ketertarikan secara terus menerus game online, yaitu faktor eksternal serta internal (Irawan dan Siska W., 2021).

a) Faktor Internal

Penyebab kecanduan game online antara lain:

Tidak mampu mengatur prioritas yang melibatkan diri dalam kegiatan penting, hal ini merupakan salah satu penyebab kecanduan game online. Sering merasa bosan yang dialami saat berada di sekolah atau di rumah. Anak yang cenderung impulsif sulit dalam mengendalikan dorongan untuk terus bermain game, terutama anak yang mendapat kepuasan yang instan. Selain itu anak yang mempunyai sifat kompetitif akan sering terpacu untuk terus bermain, ditambah dengan rasa tantangan baru terhadap game online yang terus berinovasi (Susiatik et al., 2022).

Game online juga dapat dijadikan pelarian dari masalah yang dihadapi pada kehidupan nyata, dengan bermain dapat memberikan rasa kontrol serta hiburan yang membuat mereka lupa sejenak pada permasalahan yang sedang dihadapi. Ini menunjukkan bahwa game online menjadi kebutuhan psikologis pada zaman saat ini. Selain itu, game online yang terlewat batas dalam penggunaan akan menumbuhkan pengaruh buruk untuk perkembangan

anak termasuk pengaruh psikologi anak. Pengaruh psikologis diantaranya merasa sepi, jam istirahat yang tidak teratur, depresi, serta kurang fokus. Selain itu, adiksi gadget juga menyebabkan pengaruh terhadap fisiologis seperti kegemukan (Yunita et al., 2021). Adanya penggunaan smartphone yang semakin tinggi pada anak mampu menyebabkan risiko adiksi yang mampu menimbulkan masalah fisik dan dampak mental anak. Hal ini butuh strategi penanganan tepat serta melibatkan orang tua sebagai komponen utama yang dapat mempengaruhi perkembangan anak (Amalia & Hamid, 2020).

Rendahnya kemampuan dalam mengontrol diri yang membuat siswa kesulitan mengendalikan diri ketika bermain hingga berlebihan. Dampak yang timbul pada anak yang berlebihan dalam bermain game online bisa berakibat fatal pada fisik. Seperti, gangguan penglihatan, kurangnya siklus tidur pada anak, dan juga kurangnya aktivitas fisik di lingkungan rumah maupun sekolah, dan mudah marah atau emosi. Kecanduan gadget dan penggunaan internet yang berlebihan dapat mengganggu kegiatan sehari-hari, hal ini mengakibatkan keasyikan tersendiri dan sikap tidak peduli terhadap lingkungan sekitar serta sikap mudah emosi apabila ada yang mengganggu. (Rini & Huriah, 2020). Ia akan cenderung pasif, di banding dengan anak lainnya. Karena kurangnya sosialisasi dan interaksi terhadap teman. Tidak teraturnya siklus tidur pada anak berakibat pada akademik anak yang seharusnya berkembang dengan baik, justru akan mengalami perkembangan yang tidak optimal. Sehingga ketika di dalam kelas akan merasa ngantuk dan menurunnya motivasi belajar. Ditambah lagi menurunnya Kesehatan mata juga menjadi factor menurunnya akademik anak.

b) Faktor eksternal penyebab kecanduan game online

Selain faktor internal, faktor eksternal pun juga menyebabkan anak kecanduan game online. Yang pertama pada lingkungan keluarga, kurangnya pengawasan dan motivasi orang tua, kasih sayang dan dan juga perhatian menjadi faktor anak bermain game online. Kesibukan orang tua di dunia kerja, anak yang tidak terurus dan kurangnya nasihat- nasihat spiritual. Orang tua diharuskan berperan penting dalam mengontrol anak, perlu adanya kendali dan aturan dari orang yang harus di terapkan. Anak harus dapat mentaati aturan yang berlaku. Hak orang tua memberi sanksi apabila anak melanggar. Orang tua harus berupaya agar anak dapat menjalankan aturan dan mengurangi bermain game online. Pola asuh yang sesuai dapat mendorong perkembangan sikap positif pada anak. Dengan pengasuhan yang tepat, anak mampu mengembangkan kemampuan self-regulation yang baik dan meningkatkan rasa tanggung jawab, termasuk tanggung jawab penggunaan smartphone (**Amalia & Hamid, 2020**). Selain lingkungan keluarga, lingkungan sekitar dan teman sebaya, juga menjadi faktor anak bermain game online.

Lingkungan tempat anak tumbuh dan berkembang harusnya lingkungan yang baik terutama dalam pemanfaatan teknologi. Gadget adalah salah satu teknologi yang berkembang pesat saat ini. Namun, penggunaan gadget secara berlebihan dapat berdampak negatif pada perkembangan sosial dan emosional anak, terutama pada anak usia prasekolah, karena pada tahap ini kepribadian mereka mulai terbentuk. (**Kurniastuti & Rusmariana, 2021**) Lingkungan yang kurang terawasi, terutama dengan banyaknya teman sebaya yang aktif bermain game online, dapat mendorong seseorang untuk ikut serta dalam aktivitas tersebut. Minimnya hubungan sosial yang positif membuat peserta didik cenderung memilih game online sebagai pilihan hiburan pengganti. Karena bermain game online dirasa adalah teman dan aktifitas yang memberikan kepuasan tersendiri.

Penggunaan smartphone yang semakin meningkat pada anak dapat meningkatkan risiko kecanduan, yang tidak hanya memengaruhi kesehatan fisik tetapi juga berdampak pada kesehatan mental mereka. Untuk mengatasi dampak tersebut, diperlukan strategi pencegahan yang efektif dengan melibatkan keluarga atau orang tua sebagai faktor penting dalam mendukung perkembangan anak.

Dampak Negatif Adiksi Game Online Terhadap Interaksi Sosial

Game atau permainan merupakan kegiatan yang dilakukan untuk memberikan kesenangan, dengan aturan tertentu yang memungkinkan adanya pemenang dan pihak yang kalah. Game juga dapat diartikan sebagai bentuk kompetisi yang melibatkan aspek fisik dan mental. Namun, dalam kerangka aturan yang jelas, game dapat berfungsi sebagai media hiburan sekaligus sarana untuk mencapai kemajuan tertentu yang telah diraih (**Dayani, 2023**).

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian ini, diketahui bahwa penggunaan game online secara berlebihan membawa banyak dampak kurang baik bagi anak, baik dari segi fisik, akademik, psikologis, maupun sosial-emosional, yang secara signifikan memengaruhi perkembangan mereka. Selain itu, lingkungan keluarga, lingkungan sekitar, dan teman yang seumuran yang berperan penting dalam pembentukan perilaku anak terhadap game online. Model asuh orang tua yang baik dapat mengurangi risiko anak mengalami ketergantungan game online. Oleh karena itu, orang tua perlu lebih aktif dalam mengingatkan dan membimbing anak agar terhindar dari dampak buruk yang disebabkan oleh game online.

Dampak negatif game online mencakup berbagai aspek. Secara fisik, anak dapat mengalami kurangnya waktu istirahat, nafsu makan yang terganggu, baik karena pola makan yang tidak teratur maupun konsumsi makanan ringan yang berlebihan, terganggunya mata, nyeri punggung karena lamanya duduk di depan monitor komputer, pembengkakan dan nyeri pada jari akibat penggunaan tombol atau joystick secara intensif, serta gangguan pola tidur. Dari segi psikologi, mengalami penurunan kemampuan bersosialisasi dengan teman sekolah, kurang peka terhadap lingkungan sekitar, melupakan kewajiban belajar dan menyelesaikan tugas rumah,

kesulitan fokus dalam pada pelajaran, serta stres saat mengalami kekalahan dalam bermain game online.

REFERENSI

- Amellia Hardanti, H., Nurhidayah, I., & Yuyun Rahayu, S. (2013). Faktor-faktor yang Melatarbelakangi Perilaku Adiksi Bermain Game Online pada Anak Usia Sekolah. *Jurnal Keperawatan Padjadjaran*, *v1*(n3), 166–175. <https://doi.org/10.24198/jkp.v1n3.5>
- Dayani, M. (2023). *Pengaruh Kecanduan Game Online Terhadap Interaksi Sosial Remaja di SMP Negeri 4 Takengon*. 89.
- Fajar Amalia, R., & Yani Syuhaimie Hamid, A. (2020). Adiksi Smartphone, Kesehatan Mental Anak, Dan Peranan Pola Asuh. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, *3*(2), 221–240.
- Fatimah Ummul Izzah, Tri Mayang Sari, Isnainun Wahyu Saputra, & Muhamad Afandi. (2024). Analisis Dampak Game Online Pada Interaksi Sosial Peserta Didik Sekolah Dasar. *Jurnal Ilmiah Research and Development Student*, *2*(2), 171–179. <https://doi.org/10.59024/jis.v2i2.771>
- Haidar, W. M., & Antika, E. R. (2022). Prestasi Akademik Siswa Ditinjau Dari Kecanduan Bermain Game Online Mobile Legends. *TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, *5*(3), 319–325. <https://doi.org/10.26539/teraputik.53872>
- Jamun, Y. M., Ntelok, Z. R. E., & Bosco, F. H. (2023). Pengaruh Kecanduan Game Online terhadap Prestasi Akademik Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Basicedu*, *7*(1), 709–719. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v7i1.4239>
- Kurniastuti, Y., & Rusmariana, A. (2021). Hubungan Penggunaan Gadget Terhadap Perkembangan Sosial Emosional Anak Prasekolah 3-6 Tahun : Literature Review. *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan*, *1*, 1217–1223. <https://doi.org/10.48144/prosiding.v1i.816>
- Kusuma Rini, M., & Huriah, T. (2020). Prevalensi dan Dampak Kecanduan Gadget Pada Remaja: Literature Review. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, *5*(1), 185–194. <https://doi.org/10.30651/jkm.v5i1.4609>
- Kusumaningrum, D. (2021). Adiksi game online: dampak dan pencegahannya. *Jurnal Medika Utama*, *02*(04), 1231–1235.