

Edukasi Bahaya *Game Online* Pada Remaja

Nel Efni^{1*}, Tina Yuli Fatmawati²

^{1,2}Program Studi SI Keperawatan, ²Program Studi Ilmu Gizi, STIKes Baiturrahim Jambi, Indonesia.

*Email Korespondensi : nelefn@gmail.com

Abstract

Adolescence is a transition period from childhood to adulthood. During this period there are many rapid changes that need attention from parents. The use of gadgets at school is considered to have disrupted children's health and social relationships. When a child is addicted to playing online games, it will make the child feel anxious if separated from gadgets. The aim of this community service is for students to understand the dangers of online games. The methods used in community service are lectures, discussions, questions and answers and providing educational media, namely leaflets. A series of service activities were carried out for 45 students of SMA N 4 Jambi City. The results of community service obtained an average student knowledge before education of 4.2 and after education of 8.8. This means that there was an increase in students' knowledge before and after education with an average of 4.6. Online games can affect children's brain development. Therefore, the role of parents is very important in accompanying children. Parents must know the limits of when children are allowed to play online games and how long children can play online games..

Keywords: *adolescence, education, game online*

Abstrak

Remaja adalah masa transisi dari periode anak menuju periode dewasa. Pada masa ini terjadi banyak perubahan pesat yang perlu mendapat perhatian dari orangtua. Penggunaan gadget di sekolah dianggap telah mengganggu kesehatan dan hubungan sosial anak. Ketika anak telah kecanduan bermain game online akan membuat anak merasa gelisah jika dipisahkan dengan gadget. Tujuan pengabdian kepada masyarakat ini agar siswa memahami tentang bahaya Game online. Metode yang digunakan dalam pengabdian kepada Masyarakat ini adalah ceramah, diskusi, tanya jawab dan pemberian media edukasi yaitu Leaflet. Rangkaian kegiatan pengabdian dilaksanakan pada Siswa/i SMA N 4 Kota Jambi berjumlah 45 siswa. Hasil pengabdian masyarakat diperoleh rata-rata pengetahuan siswa sebelum edukasi sebesar 4,2 dan setelah edukasi sebesar 8,8. Artinya terjadi peningkatan pengetahuan siswa sebelum dan setelah dilakukan edukasi dengan rata-rata sebesar 4,6. Game online dapat mempengaruhi perkembangan otak anak. Maka dari itu peran orang tua menjadi sangat penting dalam mendampingi anak. Orang tua harus mengetahui batasan kapan anak diperbolehkan untuk bermain game online dan berapa lama durasi anak boleh bermain game online

Kata Kunci: *edukasi, game online, remaja*

PENDAHULUAN

Remaja adalah masa transisi dari periode anak menuju periode dewasa. Pada masa ini terjadi banyak perubahan pesat yang perlu mendapat perhatian dari orangtua. Agar remaja dan orangtua dapat mengatasi transisi ini dengan baik, penting untuk mengerti bagaimana dan apa yang terjadi selama transisi ini secara fisik, kognitif, sosial serta bagaimana peran orangtua dan dewasa lainnya membantu proses ini (Djama et al., 2021). Pada masa remaja sering kali muncul dorongan untuk mengetahui dan mencoba hal-hal baru seperti game online.

Penggunaan *gadget* di sekolah dianggap telah mengganggu kesehatan dan hubungan sosial anak. Ketika anak telah kecanduan bermain *game online* akan membuat anak merasa gelisah jika dipisahkan dengan *gadget*. Sebagian besar waktu habis untuk bermain *game online*. Akibatnya tidak hanya kurangnya kedekatan antara orang tua anak-anak, juga cenderung menjadi *introvert*. *Game online* dapat mempengaruhi perkembangan otak anak. Maka dari itu peran orang tua menjadi sangat penting dalam mendampingi anak. Orang tua harus mengetahui batasan kapan anak diperbolehkan untuk bermain game online dan berapa lama durasi anak boleh bermain *game online* (Ulya et al., 2021).

World Health Organization (2018) mendefinisikan kecanduan game online sebagai gangguan mental yang dimasukkan ke dalam *International Classification of Diseases* (ICD-11). Hal ini ditandai dengan gangguan kontrol atas game dengan meningkatnya prioritas yang diberikan pada game lebih dari kegiatan lain. Perilaku tersebut terus dilanjutkan walaupun memberikan konsekuensi negatif pada dirinya. Permasalahan yang terkait dengan penggunaan game online telah mendapat banyak perhatian dari masyarakat luas. Game online merupakan permainan yang dapat dimainkan oleh banyak orang pada waktu bersamaan melalui jaringan internet. Sejak kemunculannya game online menjadi sangat populer dan mudah untuk diakses. *Game online* dapat dimainkan di berbagai *platform*, seperti komputer pribadi (PC), konsol *game* (alat khusus untuk bermain game) dan *smartphone*, Kiraly et al., 2014 dalam (Novrialdy, 2019).

Hasil penelitian sebelumnya diperoleh bahwa fenomena remaja kecanduan *game online* di Desa Deli Tua mencapai titik terparah saat pandemi covid-19 terjadi. Rata-rata yang kecanduan *game online* adalah anak usia sekolah, mulai dari usia 12-18 tahun. Banyak hal yang mempengaruhi dan menjadi penyebab mengapa fenomena tersebut terjadi. Mulai dari remaja itu sendiri, orangtua atau keluarga, faktor lingkungan, maupun proses pembelajaran yang diikuti oleh remaja di sekolah. Dampak yang ditimbulkan dari kecanduan *game online* ini berdampak pada aspek kehidupan remaja yang meliputi aspek kesehatan, psikologis, akademik, sosial, dan keuangan (Hasibuan & Anggreni, 2022).

SMA N 4 Kota Jambi terletak terletak di daerah Kebun Jeruk Kec. Telanai Pura Kota Jambi. Memiliki siswi dengan latar belakang suku yang berbeda –dan banyak yang tinggal di lingkungan warnet yang pada umumnya buka tanpa batas waktu . Dari survey yang telah dilakukan kepada beberapa siswa mengatakan pernah main game online dan belum tahu tentang bahaya game online. Tujuan pengabdian kepada masyarakat ini agar siswa memahami tentang bahaya *Game online*

METODE

Metode pengabdian kepada Masyarakat ini menggunakan ceramah, diskusi, tanya jawab dan pemberian media edukasi yaitu *Leaflet*. Rangkaian kegiatan pengabdian dilaksanakan pada bulan Siswa/i SMA N 4 Kota Jambi, Kegiatan Penyuluhan dilaksanakan bulan April - Juni 2021. Dengan jumlah siswa 45 orang. Tujuan pengabdian masyarakat ini agar siswa memahami tentang bahaya *Game online*. Secara rinci tahapan pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah sebagai berikut :

Persiapan

Pada tahap persiapan tim pengabdian kepada masyarakat melakukan *survey* dengan cara berdiskusi dengan kepala sekolah dan guru kelas. Tahap berikutnya adalah menyusun proposal, modul edukasi (leaflet).

Pelaksanaan

Pada tahap ini sebelum diberikan materi, terlebih dahulu dilakukan *pretest*. Setelah dilakukan edukasi dilanjutkan dengan *posttest* untuk mengevaluasi kemampuan siswa dalam menyerap materi yang disampaikan.

Monitoring dan Evaluasi

Monitoring dan *evaluasi* (Monev) dilakukan secara langsung kepada siswa meliputi monev perencanaan dan pelaksanaan dan evaluasi hasil. Evaluasi bertujuan untuk mengetahui sejauh mana respon dan peningkatan pemahaman terhadap materi yang telah diberikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian ini diikuti oleh 45 orang peserta yang merupakan Siswa/i SMA N 4 Kota Jambi, Kegiatan Penyuluhan dilaksanakan bulan April - Juni 2021. Metode edukasi dengan diskusi, tanya jawab dan pemberian media edukasi yaitu Leaflet. Selama penyampaian materi, para siswa menyimak dengan antusias. Setelah selesai menyampaikan materi dibuka forum tanya jawab mengenai materi yang telah disampaikan. Ada beberapa pertanyaan yang diajukan oleh peserta yang terkait dengan bahaya *Game Online* dan bagaimana solusinya untuk menghindarinya

Hasil Kegiatan diperoleh terjadi peningkatan rata-rata pengetahuan siswa sebelum dilakukan edukasi dan setelah edukasi sebagaimana tabel dibawah ini:

Tabel 1. Pengetahuan siswa sebelum dilakukan edukasi dan setelah edukasi

Variabel	Pre-edukasi Rata-Rata	Post-edukasi Rata-Rata	Perubahan/Beda
Pengetahuan	4,2	8,8	4,6

Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat rata-rata pengetahuan siswa sebelum edukasi sebesar 4,2 dan setelah edukasi sebesar 8,8. Artinya terjadi peningkatan pengetahuan siswa sebelum dan setelah dilakukan edukasi dengan rata-rata sebesar 4,6. Kecanduan game online membuat remaja lebih banyak menghabiskan waktu didepan komputer ataupun smartphone sehingga menghambat interaksi sosial dengan teman-teman seusianya hingga menyebabkan perubahan perilaku pada remaja tersebut. Tetapi disisi lain apabila ia mampu mengendalikan waktu dan membangun self control yang baik, tentu saja seorang individu dapat handle rasa ketergantungan pada game online. Hal ini akan berdampak positif bagi pengguna game online yang dimana dia dapat mengatur pola kegiatan sehari-hari sehingga dapat mengatur waktu bermain dan belajar atau bekerja (Syahputra, 2018) dalam (Fadila et al., 2022). Remaja dianggap lebih sering dan lebih rentan terhadap kecanduan game online daripada orang dewasa. Masa remaja yang berada pada periode ketidakstabilan, cenderung lebih mudah terjerumus terhadap percobaan hal-hal baru (Jordan & Andersen, 2016).

Kebanyakan generasi Z memiliki pemahaman literasi digital yang amat rendah dalam memanfaatkan smartfon yang menyebabkan pada umumnya mereka menggunakan hanya untuk hiburan saja. Dalam satu hari generasi Z mampu menghabiskan waktu bermesraan dengan *smarthphone* nya lebih dari 9 jam sehingga membuat mereka ketergantungan

terhadap smarthphone (Gofar, 2023). Oleh karena itu *game online* sebagai bentuk dari perkembangan teknologi perlu disikapi dengan bijak supaya tidak berdampak buruk bagi remaja. Sehingga remaja perlu diberikan edukasi dalam upaya pecegahan terhadap kecanduan *game online* sehingga terhindar dari kecanduan *game online*.



Gambar 1. Kegiatan Edukasi



Gambar 2. Kegiatan pre test

SIMPULAN

Kesimpulan dalam kegiatan pengabdian ini adalah rata-rata pengetahuan siswa sebelum edukasi sebesar 4,2 dan setelah edukasi sebesar 8,8. Artinya terjadi peningkatan pengetahuan siswa sebelum dan setelah dilakukan edukasi dengan rata-rata sebesar 4,6. Kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman siswa bagaimana cara mengatasi supaya tidak kecanduan Game Online Disarankan kepada bagi orang tua agar dapat mengontrol anaknya saat bermain game online sehingga terhindar dari penyimpangan. Bagi siswa dapat selektif menggunakan teknologi informasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Djama, N. T., Lante, N., & Bansu, I. A. (2021). *Buku Ajar Kesehatan Reproduksi Remaja*. Jawa Tengah: Eureka Media Aksara.
- Fadila, E., Robbiyanto, S. N., & Handayani, Y. T. (2022). Pengaruh Game Online Terhadap Perubahan Perilaku Remaja Influence of Games Online on Changes in Adolescent Behavior. *Jurnal Ilmiah Kedokteran Dan Kesehatan*, 1(2). <http://ejurnal.stie-trianandra.ac.id/index.php/klinik/article/view/531/394>
- Gofar, M. (2023). Dampak Game Online terhadap Kesehatan Mental Generasi Z. *Gunung Djati Conference Series*, 19, 640–648.
- Hasibuan, J., & Anggreni, A. (2022). Fenomena Kecanduan Game Online Pada Remaja Di Desa Deli Tua Kecamatan Namorambe. *Learning Society: Jurnal CSR, Pendidikan Dan Pemberdayaan Masyarakat*, 3(1), 20–28. <https://jurnal.fkip.unmul.ac.id/index.php/ls/article/view/1148%0Ahttps://jurnal.fkip.unmul.ac.id/index.php/ls/article/download/1148/763>
- Novrialdy, E. (2019). Kecanduan Game Online pada Remaja: Dampak dan Pencegahannya. *Buletin Psikologi*, 27(2), 148–158. <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.47402>
- Ulya, L., Sucipto, S., & Fathurohman, I. (2021). Analisis Kecanduan Game Online Terhadap Kepribadian Sosial Anak. *Jurnal Educatio FKIP UNMA*, 7(3), 1112–1119. <https://doi.org/10.31949/educatio.v7i3.1347>
- World Health Organization. (2018). Gaming disorder. Diakses 8 Juli 2021, dari <https://www.who.int/standards/classifications/frequently-asked-questions/gaming-disorder>