

GAME ONLINE VS REMAJA

Maya Elvira Sari Br Ginting

SMP NI Kota Pinang

ABSTRAK

Dalam beberapa pernyataan yang ada di atas, penulis memberikan himbauan untuk pemerintah dan juga untuk orang tua. Untuk pemerintah berikan tindakan kusus bagi anak-anak yang sudah kecanduan game online untuk merubah perilaku mereka agar tidak hanya terfokus untuk bermain game online saja dan ketika mereka belajar, mereka tidak fokus untuk belajar karena pikiran mereka hanya game online saja. Sedangkan untuk orang tua, batasi anak-anak anda dalam menggunakan alat elektronik yang bisa digunakan untuk bermain game online agar tidak kecanduan game online karena jika sudah mulai ketergantungan atau kecanduan game online akan susah untuk berhenti bermain game online.

Kata Kunci: *Game online, Remaja*

PENDAHULUAN

Pada era globalisasi seperti ini, kemajuan dan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi (IPTEK) sangatlah pesat. Salah satu hasil dari kemajuan IPTEK adalah internet. Banyak manfaat yang bisa kita dapatkan dari internet, mulai dari mempermudah dan mempercepat pekerjaan, memudahkan komunikasi dengan seseorang yang jauh, menambah wawasan adalah beberapa manfaat yang bisa dirasakan dari penggunaan internet.

Game online adalah salah satu produk dari berkembangnya internet. Game online sendiri adalah media hiburan yang sangat populer dikalangan remaja. Game online tidak hanya dapat dimainkan dengan komputer saja, namun juga dapat dimainkan dengan perangkat lain. Misalkan smartphome, konsol, laptop maupun tablet.

Seiring meningkatnya gamers(pemain game) terutama remaja, rela menghabiskan waktunya dan bahkan bolos sekolah hanya untuk bermain game onlinesehingga menyebabkan aktivitas sekolah menjadi terganggu, bahkan tidak jarang gamers mau mengeluarkan uang yang jumlahnya tidak sedikit untuk bermain game online, dengan demikian diperlukan adanya pengawasan dan pengendalian dalam penggunaan internet.

Telah banyak media massa yang memberitakan mengenai game online dikalangan siswa. Dari pemberitaan yang ada, game onlinememberikan dampak negatif terhadap disiplin siswa. Siswa membolos sekolah, terlambat masuk sekolah, tidak mengerjakan tugas yang diberikan guru, kurangnya perhatian ketika dikelas karena bermain game online di warnet dan game center.

Menurut Asmani (2012) disiplin adalah kunci kesuksesan. Bagi setiap orang yang ingin menggapai kesuksesan dan kegemilangan, disiplin adalah kuncinya. Sebagaimana pula dalam belajar, belajar memiliki tujuan untuk memperoleh dan mengembangkan ilmu

pengetahuan, keterampilan dan memiliki sikap yang baik. Untuk mencapai tujuan belajar ada beberapa faktor yang diperlukan, salah satunya adalah disiplin.

Dalam 10 tahun terakhir, permainan elektronik atau yang kita sering sebut dengan game online telah mengalami kemajuan yang sangat pesat. Ini bisa kita lihat di kota-kota besar tidak terkecuali juga kota-kota kecil, banyak sekali game center yang muncul. Game center itu sendiri tidak seperti halnya warnet, mereka memiliki pelanggan tetap yang lebih banyak dari pada warnet. Inilah yang membuat game center hanya bisa maksimal dimainkan dua orang, sekarang dengan kemajuan teknologi terutama jaringan internet, game bisa dimainkan 100 orang lebih sekaligus dalam waktu yang bersamaan. Walaupun game ditujukan untuk anak-anak, tidak sedikit pula orang dewasa kerap memainkannya bahkan tidak sedikit yang menjadikannya sebagai pekerjaan dan mendapat penghasilan dari bermain game. Game online juga membawa dampak yang besar terutama pada perkembangan anak maupun jiwa seseorang. Walau kita dapat bersosialisasi dalam game online dengan pemain lainnya, game online kerap membuat pemainnya melupakan kehidupan sosial dalam kehidupan sebenarnya.

SEJARAH DAN PERKEMBANGAN GAME ONLINE

Perkembangan game online sendiri tidak lepas juga dari perkembangan teknologi computer ataupun perkembangan teknologi seperti HP dll. Meledaknya game online sendiri merupakan cermin dari pesatnya jaringan internet yang dahulunya berskala kecil sampai menjadi berskala besar dan terus berkembang sampai sekarang. Game online saat ini tidaklah sama seperti ketika game online diperkenalkan untuk pertamakalinya. Pada saat muncul pertama kalinya tahun 1960, game online yang hanya ada di computer hanya bisa dipakai untuk 2 orang saja untuk bermain game. Lalu muncullah computer dengan kemampuan time-sharing sehingga pemain yang bisa memainkan game tersebut bisa lebih banyak dan tidak harus berada di satu ruangan yang sama. Lalu pada tahun 1970 ketika muncul jaringan computer berbasis paket, jaringan computer tidak hanya sebatas LAN saja tetapi sudah mencakup WAN dan menjadi internet. Game online pertama kali muncul kebanyakan adalah game-game simulasi perang ataupun pesawat yang dipakai untuk kepentingan militer yang akhirnya dilepas lalu direkomendasikan, game-game ini kemudian menginspirasi game-game yang lain muncul dan berkembang. Pada tahun 2001 adalah puncak dari demam dotcom, sehingga penyebaran informasi mengenai game online semakin cepat.

PERKEMBANGAN GAME ONLINE DI INDONESIA

Menurut liga game Indonesia, game online di Indonesia muncul pada tahun 2001, dimulai dengan masuknya Nexia Online. Game online yang beredar di Indonesia sendiri cukup beragam, mulai dari yang bergenre action, sport, maupun RPG. Tercatat lebih dari 20 judul game online yang beredar di Indonesia. Ini menandakan betapa besarnya antusiasme para gamer di Indonesia dan juga besarnya pasar games di Indonesia. Berikut adalah beberapa tipe game online

1. First Person Shooter
2. Real-Time Strategi
3. Cross-Platform Online

4. Browser Games
5. Massive Multiplayer Online Games

Dari beberapa tipe game online di atas ada yang menggunakan teknologi grafis 2 Dimensi dan 3 Dimensi. Akan tetapi di era sekarang ini kebanyakan game online sudah menggunakan grafis 3 Dimensi untuk lebih memikat perhatian para remaja saat ini.

Dampak Game Online

Menurut Aji (2012) game online adalah suatu bentuk permainan yang dihubungkan melalui jaringan internet. Game online tidak terbatas pada perangkat yang digunakan, game online bisa dimainkan di komputer, laptop, konsol, smartphone bahkan di tablet sekalipun. Asal perangkat tersebut terhubung dengan jaringan internet, game online dapat dimainkan.

Menurut Alex (2008) game online adalah game yang dimainkan oleh minimal 2 orang atau lebih dalam suatu jaringan komputer yang terkoneksi (online). Game online sebenarnya tidak harus terkoneksi dengan internet. Game online bisa terhubung dalam suatu jaringan lokal saja. Berikut ini adalah pembagian game berdasarkan genre atau jenisnya menurut Aji (2012): Shooter game, Adventure game, Action Game, Role Playing game, Real Time Strategi, Simulation, Society game, Browser game, Music/Dance game, Cross-Platform game

Ada banyak dampak yang bisa dirasakan para pemain game. Menurut Soleman (dalam Bahana, 2008) para pemain tidak tahu kapan akan dapat menyelesaikan game karena para pembuat game membuat pemain ketagihan dengan cara membuat para pemain gamemencapai suatu level atau posisi baru, ataupun memiliki kekuatan baru secara acak.

Soleman (dalam Bahana, 2008) menyatakan bahwa game online berdampak negatif secara sosial, psikis, dan fisik.

Menurut Schwausch dan Chung (2005) dalam Affandi, Muhammad tujuan bermain *Game Online* yaitu dilihat secara natural dan format pembentukan *game online* dapat menjadi tempat pelarian dari dunia nyata yang menyediakan kesenangan dalam memainkannya sehingga dapat menyebabkan kecanduan.

Alasan Bermain *Game Online*

Memberi Kesenangan dan Tantangan

Banyak orang merasa tidak punya kekuatan di masyarakat, tetapi ketika mereka bermain *game online*, mereka memiliki kekuatan untuk mengendalikan tentara, kota, atau orang lain," ujar Goh Chee Leong, Kepala Departemen Psikologi di HELP University College, Kuala Lumpur. "Kekuatan ini membawa kegembiraan bagi mereka dan memberikan tantangan mental yang dicari oleh otak mereka".

Menghilangkan stress.

Para peneliti di Indiana University menjelaskan bahwa bermain *game* dapat mengendurkan ketegangan syaraf. Jelas dari pada berantem lebih baik berantem lewat game, darahnya bohongan, senjata bohongan, semuanya serba bohongan, hal ini lah yang harus dimanfaatkan .

Mengisi Waktu Luang.

Game online sering digunakan untuk mengisi waktu luang setelah beraktifitas yang melelahkan. Hal ini dapat menyegarkan pikiran yang penat. Beberapa orang menggunakan hal ini untuk mengisi waktu luang.

Dampak *Game Online*

Dampak Positif

Game online itu membuat orang pintar.

Game itu membuat orang pintar. Penelitian di Manchester University dan Central Lancashire University membuktikan bahwa *gamer* yang bermain game 18 jam per minggu (rata-rata 2.5 jam/hari) memiliki koordinasi yang baik antara tangan dan mata setara dengan kemampuan atlet.

Meningkatkan konsentrasi.

Dr. Jo Bryce, kepala penelitian di suatu universitas di Inggris menemukan bahwa *gamer* sejati punya daya konsentrasi tinggi yang memungkinkan mereka mampu menuntaskan beberapa tugas.

Ketajaman mata yang lebih cepat.

Penelitian di Rochester University mengungkapkan bahwa anak-anak yang memainkan *game action* secara teratur memiliki ketajaman mata yang lebih cepat daripada mereka yang tidak terbiasa bermain game.

Meningkatkan kinerja otak dan memacu otak dalam menerima cerita.

Sama halnya dengan belajar, bermain *game* yang tidak berlebihan dapat meningkatkan kinerja otak bahkan memiliki kapasitas jenuh yang lebih sedikit dibandingkan dengan belajar dan membaca buku.

Meningkatkan kemampuan membaca.

Psikolog di Finland University menyatakan bahwa video game bisa membantukanak-anak untuk meningkatkan kemampuan baca mereka. Jadi, keluhan soal bermain game yang dapat menurunkan budaya membaca tidaklah beralasan.

Meningkatkan kemampuan berbahasa Inggris.

Riset di Indonesia membuktikan bahwa banyak pria yang mahir bahasa Inggris disekolah ataupun di universitas tanpa melalui kursus adalah mereka yang sukabermain *game*.

Membantu bersosialisasi jarak jauh.

Beberapa profesor di Loyola University, Chicago telah mengadakan penelitiandan menurut mereka *game online* dapat menumbuhkan interaksi sosial yang menentang stereotip *gamer* yang terisolasi. *Friendship, brotherhood*, organisasi (*guild*), menghadapi *conflict* bersama (*guild wars*), *managing people* (jika menjadi *guild leader*), kontrol emosi, politik, dsb.

Memulihkan kondisi tubuh.

Dr. Mark Griffiths, psikolog di Nottingham Trent University melakukan penelitian sejauh mana manfaat game dalam terapi fisik.

Mengurangi kepikunan pada saat menjelang berumur

"Bermain (*video game*) bersama cucu sangat baik bagi para lansia. Sebab, kami tahu bahwa interaksi sosial mampu meningkatkan kemampuan daya pikir para manula," kata peneliti yang juga profesor psikologi dari University of Illinois, Amerika Serikat, Dr Arthur F. Kramer. Dalam penelitian yang dilansir jurnal *Psychology and Aging* edisi Desember disebutkan, studi itu melibatkan 40 lansia sehat dengan *range* usia antara 60-70 tahun. Awalnya, para partisipan mengikuti beberapa variasi tes mental. Ketika penelitian berakhir, kemampuan mental mereka kembali diuji. Jika dibandingkan dengan mereka yang tidak memainkan *video game*, pemain *game* manula menunjukkan peningkatan yang lebih besar soal cara kerja otak, ingatan jangka pendek, daya nalar, dan kemampuan berganti tugas.

Dampak Negatif *Game Online*.

Akio Mori seorang professor dari Tokyo's Nihon University

melakukan riset mengenai dampak video game pada aktifitas otak. Dari penelitian Akio Mori tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat 2 poin penting yang antara lain:

- a. Pertama, penurunan aktivitas gelombang otak depan yang memiliki peranan sangat penting, dengan pengendalian emosi dan agresivitas sehingga mereka cepat mengalami perubahan *mood*, seperti mudah marah, mengalami masalah dalam hubungan sosial, tidak konsentrasi dan lain sebagainya.
- b. Kedua, penurunan aktifitas gelombang *beta* merupakan efek jangka panjang yang tetap berlangsung meskipun gamer tidak sedang bermain *game*. Dengan kata lain para gamer mengalami "*autonomic nerves*" yaitu tubuh mengalami pengelabuan kondisi dimana sekresi adrenalin meningkat, sehingga denyut jantung, tekanan darah, dan kebutuhan oksigen terpacu untuk meningkat. Bila tubuh dalam keadaan seperti ini maka yang terjadi pada gamer adalah otak mereka merespon bahaya sesungguhnya.

Menyebabkan kepribadian ganda Hasil

Hasil penelitian fakultas Kedokteran Universitas Hanover mengatakan, *game online* bisa mengakibatkan kepribadian ganda. Seorang wanita yang sering main *game online* tiap hari selama 3 bulan, dengan memainkan beberapa tokoh yang berbeda. Ternyata, tokoh-tokoh imajinasi itu mengambil alih kepribadiannya. Sehingga, wanita tersebut kehilangan kendali atas identitas dan kehidupan sosialnya.

Menimbulkan efek ketagihan.

Hal ini yang berakibat melalaikan kehidupan nyata. Inilah masalah sebenarnya yang dihadapi oleh para gamer yang intinya adalah pengendalian diri.

Kurang bersosialisasi langsung.

Membuat orang terisolasi dengan lingkungan sekitar. Ini adalah efek karena terlalu seringnya bermain game sehingga lupa akan kehidupan nyatanya.

Mempengaruhi pola pikir.

Jika terlalu sering akan menimbulkan pengaruh psikologis. Menghayal dan pikiran yang selalu tertuju pada game adalah efek negatif yang ditimbulkannya.

Mengganggu Kesehatan

Dr Partono mengatakan, jika sering bermain *game* berada di depan komputer selama 24 jam tanpa henti, terus-terusan memacu mata dan otak bekerja, itu bisa melemahkan saraf. Umumnya, dampak kesehatan yang dirasakan oleh para gamer yang hobi main game 24 jam tanpa henti adalah, resiko terkena penyakit ginjal, lambung, jantung dan kerusakan saraf mata dan otak. Dokter yang bekerja di RS Adi Husada Kapasari Surabaya ini menjelaskan, jika otak dan mata terus-terusan dipacu untuk bermain game, apalagi 24 jam *non stop*, itu akan mengakibatkan kelelahan saraf. Jika hal tersebut tetap dilakukan sangat sering, bisa mengakibatkan tegang saraf.

Mengganggu Psikologis

Penelitian yang dilakukan oleh peneliti dari Universitas Brisol, Inggris, tersebut melibatkan 1.000 anak berusia sepuluh hingga sebelas tahun. Hasil dari penelitian ini menemukan kesulitan psikologis naik sebesar 60 % pada anak-anak yang menghabiskan lebih dari dua jam dalam waktu sehari untuk *game* atau menonton televisi.

Cara Mengatasi Kecanduan Bermain Game Online.

Niat.

Dalam mengatasi kecanduan game online yang paling utama adalah niat yang kuat untuk mengurangi bermain game online secara berlebihan. Karena dengan niat yang kuat secara psikologis akan mempermudah dalam menghadapi hal tersebut.

Mencari kesibukan lain

Mencari kesibukan lain yang positif terutama kebiasaan yang disukai, seperti berolahraga, membaca buku atau berekreasi. Sehingga tidak ada waktu kosong untuk bermain game online.

Mengatur jadwal bermain game online

Mengurangi waktu bermain dengan mulai menentukan jam bermain dan hari bermain dandiusahakan mematuhi jadwal tersebut. Untuk tahap awal sehari bermain 3 jam dan untuk hari-hari berikutnya dikurangi sedikit demi sedikit.

Menghitung jumlah uang yang dikeluarkan

Dengan menghitung banyaknya uang yang dikeluarkan untuk bermain game online di warnet akan membuat seseorang lebih berfikir untuk tidak menghabiskan uangnya demi game online.

Meminta bantuan Teman

Meminta orang terdekat untuk sementara menjadi pengingat setiap kali hendak ke warnet atau ingin bermain game. Akan sangat baik apabila dia bukan seorang gamers juga.

KASUS-KASUS GAME ONLINE

Liputan6.com, Jenewa - Untuk pertama kalinya dalam sejarah, Organisasi Kesehatan Sedunia (WHO) menambahkan gangguan akibat bermain gim (game) ke dalam Gangguan Mental dan Adiktif dalam Klasifikasi Penyakit Internasional (ICD).

ICD menyediakan data mengenai penyebab ribuan penyakit, cedera dan kematian di seluruh dunia, serta informasi mengenai pencegahan dan pengobatan. ICD terakhir kali direvisi 28 tahun lalu. Demikian seperti dikutip dari *VOA Indonesia*, Selasa (19/6/2018).

Perubahan yang terjadi sejak itu tercatat dalam edisi terbaru ini. Gangguan akibat main game ditambahkan ke dalam gangguan mental dan adiktif, karena permintaan akan layanan untuk mengatasi kondisi ini telah meningkat.

Gangguan akibat main gim biasanya terkait dengan sistem imbalan atau insentif, seperti akumulasi poin dalam kompetisi dengan orang lain atau memenangkan uang. *Game* ini pada umumnya dimainkan dengan perangkat elektronik dan video.

Para pejabat WHO mengatakan bahwa statistik, terutama dari negara-negara Asia Timur dan Selatan, menunjukkan hanya 2 atau 3 persen orang kecanduan gim.

Direktur Kesehatan Mental dan Penyalahgunaan Obat WHO, Shekhar Saxena, menggambarkan beberapa tanda-tanda kecanduan *game*.

"Hati-hati apabila orang yang dekat dengan Anda, seorang anak atau orang lain, bermain gim secara berlebihan. Apabila menghabiskan terlalu banyak waktu dan apabila mengganggu keseharian orang itu, entah itu sekolah, sosialisasi, atau kerja, maka Anda perlu waspada dan mungkin mencari bantuan," ungkap Saxena.

KOMPAS.com- Organisasi kesehatan dunia (WHO) bakal menetapkan kecanduan bermain game sebagai salah satu gangguan mental. Berdasarkan dokumen klasifikasi penyakit internasional ke-11 (Internatioal Classified Disease/ICD) yang dikeluarkan WHO, gangguan ini dinamai gaming disorder. Gaming disorder oleh WHO digambarkan sebagai perilaku bermain game dengan gigih dan berulang, sehingga menyampingkan kepentingan hidup lainnya. Adapun gejalanya bisa ditandai dengan tiga perilaku. Pertama dan terutama, pengidap gangguan gaming disorder akan bermain game secara berlebihan, baik dari segi frekuensi, durasi, maupun intensitas. Gejala kedua, pengidap gaming disorder juga lebih memprioritaskan bermain game. Hingga akhirnya muncul gejala ketiga, yakni tetap melanjutkan permainan meskipun pengidap sadar jika gejala atau dampak negatif pada tubuh mulai muncul. Berdasarkan arahan dari WHO, penyembuhan gangguan gaming disorder harus dilakukan selama kurang lebih 12 bulan melalui arahan psikiater. Namun, jika gangguan yang terjadi sudah sangat parah, pengobatan bisa saja berlangsung lebih lama.

SOLUSI

Dalam beberapa pernyataan yang ada di atas, penulis memberikan himbauan untuk pemerintah dan juga untuk orang tua. Untuk pemerintah berikan tindakan kusus bagi anak-anak yang sudah kecanduan game online untuk merubah perilaku mereka agar tidak hanya terfokus untuk bermain game online saja dan ketika mereka belajar, mereka tidak fokus untuk belajar karena fikiran mereka hanya game online saja. Sedangkan untuk orang tua, batasi anak-anak anda dalam menggunakan alat elektronik yang bisa digunakan untuk bermain game online agar tidak kecanduan game online karena jika sudah mulai ketergantungan atau kecanduan game online akan susah untuk berhenti bermain game online.

DAFTAR PUSTAKA

- <https://www.liputan6.com/global/read/3563757/who-nyatakan-kecanduan-game-sebagai-penyakit>
- <https://tekno.kompas.com/read/2018/01/03/18460017/kecanduan-main-game-kini-masuk-kategori-gangguan-mental>
- Soleman, M. 2008. *Dampak Buruk dan Tips Berhenti dari Kecanduan Bermain Game Online*. Dari Majalah Bahana. diterbitkan April 2008 Vol. 204.
- Asmani, J.M. 2012. *Kiat Mengatasi Kenakalan Remaja di Sekolah*. Yogyakarta: PT. Buku Biru.
- Aji, C.Z. 2012. *Berburu Rupiah Lewat Game Online*. PT. Bounabooks.
- Nakita. 2001. *Bermain dan Permainan*. Jakarta: PT Sarana Kinasih Satya Sejati.
- Alex. 2008. *Ketika anak anda kecanduan gae online*. Dari majalah Bahana, diterbitkan Apeil 2008 Vol.204.
- Affandi, Muhammad. 2013. *Pengaruh Game Online Terhadap Tingkat Efektivitas Komunikasi Interpersonal Pada Kalangan Pelajar Kelas 5 SDN 009 Samarinda*.eJournal ilmu komunikasi. Fisip-unmul.ac.id
- 1.[http://en.wikipedia.org/History ofOnline Games](http://en.wikipedia.org/History%20of%20Online%20Games)
- [http://en.wikipedia.org/Online Games](http://en.wikipedia.org/Online%20Games)
- [http://www.ketok.com/Jessica Muligan , History Of Game Online,Februari 2000.](http://www.ketok.com/Jessica%20Muligan%20,%20History%20Of%20Game%20Online,%20Februari%202000)
- [http://imaginaryrealities.imaginary.com/5.](http://imaginaryrealities.imaginary.com/5)
- <http://www.ligagames.com/sejarah-perkembangan-games-online-di-indonesia>