



## **PENGARUH GAME ONLINE TERHADAP PERILAKU REMAJA**

### **THE INFLUENCE OF ONLINE GAMES ON TEENAGE BEHAVIOR**

**Isak Iskandar<sup>1</sup>, Hilda Asihatul Afiyah<sup>2</sup>**

Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten

Email : [isak.iskandar@uinbanten.ac.id](mailto:isak.iskandar@uinbanten.ac.id)<sup>1</sup>, [asyihatulhilda@gmail.com](mailto:asyihatulhilda@gmail.com)<sup>2</sup>

---

#### **Article Info**

##### **Article history :**

Received : 16-05-2025

Revised : 18-05-2025

Accepted : 20-05-2025

Published : 22-05-2025

#### **Abstract**

*This research examines the influence of online gaming on adolescent behavior based on data analysis from 10 respondents. The results show significant impacts of online gaming on various aspects of adolescent life with an average negative behavior score of 31.1 out of a maximum of 60 (standard deviation 14.34). The most common behaviors observed include losing track of time, postponing academic tasks, sleep pattern disturbances, and emotional changes such as irritability and stress. The research instrument proved highly reliable with a Cronbach's Alpha value of 0.988 and strong correlations between indicators ( $r > 0.90$ ,  $p < 0.01$ ). These findings are supported by previous research identifying negative impacts of online gaming addiction on adolescents' health, psychological, academic, and social aspects. Online gaming addiction is also associated with antisocial behavior, decreased interaction with family and friends, and increased aggressive behavior, especially when games contain violent elements. Family environment factors, particularly lack of parental firmness, contribute to increasing the risk of addiction. This research concludes that online gaming has a significant influence on changes in adolescent behavior, necessitating supervision and education from families and the environment to minimize negative impacts.*

**Keywords : online gaming, adolescent behavior, psychological impact**

---

#### **Abstrak**

Penelitian ini mengkaji pengaruh game online terhadap perilaku remaja berdasarkan analisis data dari 10 responden. Hasil penelitian menunjukkan dampak signifikan *game online* pada berbagai aspek kehidupan remaja dengan rata-rata skor perilaku negatif mencapai 31,1 dari maksimal 60 (standar deviasi 14,34). Perilaku yang paling umum ditemukan meliputi lupa waktu, penundaan tugas akademik, gangguan pola tidur, dan perubahan emosi seperti mudah marah dan stres. Instrumen penelitian terbukti sangat reliabel dengan nilai Cronbach's Alpha 0,988 dan korelasi antar indikator yang kuat ( $r > 0,90$ ,  $p < 0,01$ ). Temuan ini diperkuat oleh penelitian terdahulu yang mengidentifikasi dampak negatif kecanduan game online pada aspek kesehatan, psikologis, akademik, dan sosial remaja. Kecanduan *game online* juga dikaitkan dengan perilaku antisosial, penurunan interaksi dengan keluarga dan teman, serta peningkatan perilaku agresif terutama ketika game yang dimainkan mengandung unsur kekerasan. Faktor lingkungan keluarga, khususnya kurangnya ketegasan orang tua, turut berperan dalam meningkatkan risiko kecanduan. Penelitian ini menyimpulkan adanya pengaruh nyata *game online* terhadap perubahan perilaku remaja, sehingga diperlukan pengawasan dan edukasi dari keluarga serta lingkungan untuk meminimalisir dampak negatifnya.

**Kata Kunci : game online, perilaku remaja, dampak psikologis**

#### **PENDAHULUAN**

Di era digital yang berkembang pesat seperti saat ini, teknologi telah menjadi bagian tak terpisahkan dari kehidupan manusia, termasuk dalam dunia hiburan. Salah satu bentuk hiburan digital yang sangat populer di kalangan remaja adalah *game online*. Fenomena *game online* telah



menjadi tren global yang memberikan dampak signifikan terhadap pola perilaku dan gaya hidup remaja modern.

*Game online* awalnya dikembangkan sebagai simulasi perang atau pesawat untuk keperluan militer sebelum dikomersialkan. Kemudian, permainan-permainan ini menjadi inspirasi bagi pengembangan dan munculnya berbagai jenis permainan lainnya.

Selain berfungsi sebagai hiburan, *game online* juga menjadi sarana sosialisasi. Permainan ini dapat mengajarkan hal-hal baru karena intensitas bermain yang tinggi. Seseorang yang sering bermain dan melihat permainan daring cenderung akan meniru adegan-adegan yang ada di dalamnya. Namun, penggunaan sarana hiburan seperti permainan daring secara berlebihan dapat menimbulkan dampak negatif. Khususnya bagi remaja, hal ini dapat mempengaruhi perilaku mereka menuju penyimpangan sosial yang berdampak buruk.

*Game online* pertama kali diperkenalkan sebagai hasil pengembangan teknologi simulasi militer, berupa simulasi perang atau pesawat terbang yang awalnya dirancang untuk kepentingan pelatihan dan strategi militer. Setelah masa kegunaan militernya berakhir, teknologi ini kemudian dikomersialkan untuk pasar umum, yang kemudian menginspirasi terciptanya berbagai jenis *game* dengan beragam tema dan genre yang kita kenal saat ini.

Bagi remaja, *game online* tidak hanya sekadar sarana hiburan untuk mengisi waktu luang, tetapi juga menjadi wadah sosialisasi virtual di mana mereka dapat berinteraksi dengan pemain lain dari berbagai belahan dunia. Intensitas bermain yang tinggi dan konten yang disajikan dalam *game online* secara tidak langsung memberikan pengaruh terhadap pola pikir, sikap, dan perilaku remaja. Melalui frekuensi bermain yang sering, remaja cenderung mengadopsi atau meniru berbagai adegan, karakter, dan nilai-nilai yang ditampilkan dalam *game online* tersebut.

Namun, penggunaan *game online* secara berlebihan tanpa pengawasan yang baik dapat menimbulkan dampak negatif bagi perkembangan remaja. Penelitian terkini menunjukkan adanya korelasi antara kecanduan *game online* dengan berbagai perubahan perilaku remaja yang mengarah pada penyimpangan sosial. Fenomena ini menjadi perhatian serius bagi para orang tua, pendidik, dan ahli kesehatan mental, mengingat masa remaja merupakan periode kritis dalam pembentukan identitas dan perkembangan kepribadian.

Artikel ini akan mengkaji secara mendalam bagaimana *game online* memengaruhi perilaku remaja, baik dari sisi positif maupun negatif, serta memberikan panduan bagi orang tua dan pendidik dalam mendampingi remaja menghadapi tantangan digital ini. Dengan pemahaman yang komprehensif tentang fenomena ini, diharapkan dapat tercipta keseimbangan yang baik antara pemanfaatan teknologi dan perkembangan sosial-emosional yang sehat bagi generasi muda.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini mengadopsi pendekatan kuantitatif eksplanatif dengan kuesioner sebagai alat pengumpulan data utama. Metode survei eksplanatif asosiatif diimplementasikan dalam penelitian ini. Untuk menganalisis data, peneliti menggunakan dua teknik statistik: analisis regresi yang bertujuan mengidentifikasi hubungan fungsional atau persamaan antara dua variabel, serta analisis korelasi yang diterapkan untuk mengukur seberapa kuat hubungan antara kedua variabel tersebut.



## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Berdasarkan hasil analisis data dari 10 responden mengenai pengaruh *game online* terhadap perilaku remaja, dapat disimpulkan bahwa *game online* memberikan dampak yang cukup signifikan pada berbagai aspek kehidupan remaja. Rata-rata skor total perilaku negatif akibat game online adalah 31,1 dari maksimal 60, dengan standar deviasi 14,34, menunjukkan bahwa sebagian besar responden cukup sering mengalami perilaku seperti lupa waktu, menunda tugas sekolah, tidur larut malam, hingga perubahan emosi seperti mudah marah dan stres. Rata-rata skor tiap indikator berkisar antara 1,8 hingga 2,4 dengan standar deviasi antara 0,84 hingga 1,15, yang menandakan adanya variasi pengalaman antar individu. Instrumen yang digunakan untuk mengukur perilaku ini sangat reliabel dengan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,988, dan korelasi antar indikator sangat kuat serta signifikan ( $r > 0,90$ ,  $p < 0,01$ ), sehingga hasil survei dapat dipercaya dan konsisten.

Penelitian terdahulu dan literatur lain oleh Wahyuni Dalimunthe yang berjudul "*Dampak Game Online terhadap Perilaku Remaja di Desa Huraba Kecamatan Siabu Kabupaten Mandailing Natal*" yaitu menguatkan bahwa kecanduan *game online* dapat berdampak negatif pada aspek kesehatan, psikologis, akademik, dan sosial remaja. Remaja yang kecanduan cenderung mengabaikan waktu tidur dan makan, mengalami penurunan konsentrasi belajar, serta lebih mudah mengalami perubahan suasana hati seperti mudah marah, stres, bahkan depresi. Selain itu, perilaku antisosial dan kecenderungan untuk menarik diri dari lingkungan sekitar juga ditemukan, di mana remaja lebih memilih menghabiskan waktu di depan layar daripada berinteraksi langsung dengan keluarga atau teman. Pengaruh lingkungan keluarga, terutama kurangnya ketegasan orang tua, juga berperan dalam meningkatkan risiko kecanduan *game online* pada remaja. Tidak jarang, remaja yang kecanduan *game online* menunjukkan perilaku membangkang, berbicara kasar, hingga meniru tindakan agresif yang mereka lihat di dalam permainan.

Dampak negatif ini semakin diperparah jika *game online* yang dimainkan mengandung unsur kekerasan, sehingga dapat memicu perilaku agresif dan menurunkan kemampuan berkomunikasi secara santun. Selain itu, kecanduan game online juga dapat menyebabkan gangguan kesehatan fisik, seperti kelelahan, kurang tidur, dan menurunnya daya tahan tubuh. Dari sisi akademik, remaja yang kecanduan game online cenderung malas belajar, sulit fokus, dan prestasi sekolah pun menurun.

Berdasarkan data dan temuan ini, dapat disimpulkan bahwa *game online* memang memberikan pengaruh nyata terhadap perubahan perilaku remaja, baik dari aspek kebiasaan sehari-hari, emosi, sosial, hingga kesehatan fisik dan mental, sehingga diperlukan perhatian, pengawasan, serta edukasi dari keluarga dan lingkungan sekitar agar dampak negatifnya dapat diminimalisir.

### Pembahasan

#### Pengertian Game Online

Secara terminologi, *game online* merupakan gabungan dari kata "*game*" yang berarti permainan dan "*online*" yang berarti terhubung dengan internet. Dengan demikian, game online dapat didefinisikan sebagai permainan yang terhubung melalui koneksi internet atau LAN, memungkinkan para pemainnya untuk berinteraksi dengan pemain lain yang memainkan permainan yang sama.



Aji (2012) mendefinisikan *game online* sebagai bentuk permainan yang dihubungkan melalui jaringan internet. *Game online* tidak dibatasi oleh jenis perangkat, sehingga dapat dimainkan pada berbagai gadget seperti komputer, laptop, smartphone, maupun tablet. Selama perangkat tersebut terhubung dengan jaringan internet, *game online* dapat diakses dan dimainkan.

*Game online* adalah permainan yang dimainkan oleh banyak orang dari berbagai wilayah dunia secara simultan dan terhubung melalui jaringan internet (Harun & Arsyad, 2020). *Game* didefinisikan sebagai aktivitas pencarian kesenangan yang diatur oleh seperangkat peraturan, mengharuskan adanya pihak yang menang dan kalah. *Game* juga dapat diartikan sebagai kompetisi fisik atau mental dengan aturan tertentu, yang dilakukan untuk hiburan, rekreasi, atau untuk memperebutkan hadiah. *Game online* merupakan permainan yang dapat dimainkan secara bersamaan dalam waktu nyata meskipun para pemainnya berada di lokasi yang berbeda. Permainan ini memerlukan koneksi internet atau Local Area Network (LAN). *Game online* adalah teknologi kontemporer yang dapat diakses dengan mudah melalui berbagai perangkat elektronik. Permainan ini hadir dalam beragam genre seperti *action*, *Role Playing Game (RPG)*, *Multiplayer Online Battle Arena (MOBA)*, hingga *Sport* (Putra et al., 2019).

Berdasarkan sifat dan format pembentukannya, *game online* dapat menjadi sarana pelarian dari realitas kehidupan yang mampu memberikan kesenangan kepada pemainnya, sehingga berpotensi menimbulkan kecanduan (Affandi, 2013).

Akbar (2012) dalam Adiningtias (2017) menjelaskan bahwa *game online* merupakan salah satu jenis permainan komputer yang memanfaatkan jaringan internet sebagai medianya. Seringkali, *game online* ditawarkan oleh penyedia jasa internet sebagai layanan tambahan bagi pelanggan mereka. Atau bahkan, *game online* tersebut dapat langsung diakses melalui sistem yang telah disiapkan oleh operator *game*.

*Game online* adalah permainan digital yang dimainkan melalui jaringan komputer (LAN atau internet), yang melibatkan banyak pemain secara simultan baik individual maupun berkelompok. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (Poerwadarminta, 2001), *game* didefinisikan sebagai aktivitas rekreasional atau hiburan yang dapat dimainkan oleh satu orang atau lebih.

Kim (dikutip dalam Kustiawan & Utomo, 2018) menjelaskan bahwa *game online* merupakan permainan yang dimainkan oleh beragam orang dari berbagai lokasi geografis secara bersamaan melalui koneksi internet.

Samuel (2010) mendefinisikan *game online* sebagai permainan berbasis jaringan yang memungkinkan interaksi antar pemain untuk mencapai tujuan, menyelesaikan misi, dan mendapatkan skor tertinggi dalam lingkungan virtual. *Game online* dapat diakses melalui berbagai perangkat, tidak hanya komputer melainkan juga konsol, perangkat genggam (*handheld*), hingga telepon seluler.

Menurut Firdaus et al (2018), *game online* adalah bentuk permainan elektronik yang terhubung dengan internet dan dapat dimainkan melalui berbagai perangkat seperti komputer, smartphone, konsol game, laptop, dan perangkat gaming lainnya, dengan karakteristik *multiplayer* yang memungkinkan banyak pengguna bermain secara bersamaan.



## **Pengertian Perilaku**

Perilaku adalah hasil dari berbagai pengalaman dan interaksi individu dengan lingkungannya. Manifestasi perilaku dapat berbentuk pengetahuan, sikap, dan tindakan. Perilaku manusia terbentuk dari perspektif psikologis, fisiologis, dan sosial yang bersifat komprehensif. Perspektif-perspektif ini memiliki pengaruh dan peran yang sulit dipisahkan dalam pembentukan perilaku manusia (Budiharto, 2013).

Perilaku merupakan tanggapan atau reaksi individu terhadap rangsangan eksternal. Hal ini terjadi melalui proses interaksi antara individu dengan lingkungan sekitarnya sebagai kondisi mental untuk berpendapat, berpikir, dan bersikap yang mencerminkan berbagai aspek, baik fisik maupun non-fisik. Sebagian besar perilaku manusia adalah perilaku yang terbentuk dan dipelajari. Terkait dengan hal tersebut, salah satu permasalahan yang muncul adalah bagaimana cara membentuk perilaku tersebut agar sesuai dengan yang diharapkan (Bimo, 2003: 17).

## **Pengertian Remaja**

Menurut Hasan Basri dalam Soetjiningsih (2004:56), remaja adalah individu yang sedang memasuki fase peralihan dari masa kanak-kanak yang penuh ketergantungan menuju periode pembentukan tanggung jawab. Periode remaja ditandai dengan berbagai pengalaman baru yang sebelumnya tidak pernah dibayangkan atau dialami, baik dalam aspek fisik-biologis maupun psikologis. Peristiwa seperti menstruasi pertama pada wanita dan mimpi basah pertama pada pria merupakan penanda penting yang menunjukkan bahwa seseorang telah memasuki masa remaja suatu fase kehidupan yang indah namun penuh dengan pertanyaan.

Hartono dan Aziz dalam Soetjiningsih (2004:50) mengutip artikel dari Kompas yang menggambarkan masa remaja sebagai periode transisi yang secara psikologis sangat kompleks. Pada fase ini, remaja berpotensi mengalami kondisi anomie (keadaan tanpa norma atau hukum) akibat adanya kontradiksi norma dan orientasi yang tidak jelas dalam diri mereka.

Menurut berbagai lembaga, definisi remaja memiliki rentang usia yang berbeda. WHO mendefinisikan remaja sebagai individu berusia 10-19 tahun. Menteri Kesehatan RI melalui Peraturan Nomor 25 tahun 2014 menetapkan remaja sebagai penduduk berusia 10-18 tahun. Sementara itu, BKKBN memberikan definisi yang lebih luas yaitu individu berusia 10-24 tahun yang belum menikah.

Data sensus penduduk menunjukkan bahwa di Indonesia, jumlah remaja dalam kelompok usia 10-19 tahun cukup signifikan. Secara global, WHO (2014) memperkirakan bahwa populasi remaja mencapai 1,2 miliar orang, yang merepresentasikan sekitar 18% dari total populasi dunia.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil analisis data dari 10 responden tentang pengaruh game online terhadap perilaku remaja, dapat disimpulkan bahwa game online memberikan dampak yang signifikan pada berbagai aspek kehidupan remaja. Dengan rata-rata skor perilaku negatif mencapai 31,1 dari maksimal 60 dan standar deviasi 14,34, penelitian ini membuktikan bahwa sebagian besar remaja mengalami perubahan perilaku seperti lupa waktu, menunda tugas sekolah, gangguan pola tidur, dan perubahan emosional. Instrumen penelitian terbukti sangat reliabel dengan nilai Cronbach's Alpha 0,988 dan korelasi antar indikator yang kuat ( $r > 0,90$ ,  $p < 0,01$ ).



Temuan ini diperkuat oleh penelitian terdahulu yang mengidentifikasi dampak negatif kecanduan game online pada kesehatan fisik (kelelahan, gangguan tidur), psikologis (mudah marah, stres, depresi), akademik (penurunan konsentrasi, prestasi menurun), dan sosial (perilaku antisosial, penarikan diri dari lingkungan). Faktor lingkungan keluarga, terutama kurangnya ketegasan orang tua, juga berperan signifikan dalam meningkatkan risiko kecanduan. Dampak negatif semakin parah jika game yang dimainkan mengandung unsur kekerasan, yang dapat memicu perilaku agresif dan menurunkan kemampuan komunikasi yang santun. Oleh karena itu, diperlukan perhatian, pengawasan, serta edukasi dari keluarga dan lingkungan sekitar untuk meminimalisir dampak negatif game online pada perkembangan remaja.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah memberikan dukungan dan kontribusi dalam pelaksanaan penelitian ini. Terima kasih disampaikan kepada Fakultas Dakwah, Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam, UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten atas fasilitas dan kesempatan yang diberikan. Ucapan terima kasih juga ditujukan kepada para responden mahasiswa dari berbagai perguruan tinggi yang telah bersedia meluangkan waktu untuk mengisi kuesioner penelitian ini. Tidak lupa, penulis menyampaikan apresiasi kepada rekan-rekan sejawat dan pembimbing yang telah memberikan masukan dan dukungan selama proses penelitian dan penyusunan artikel ini berlangsung.

### DAFTAR PUSTAKA

- Dalimunthe, W. (2023). *Dampak Game Online Terhadap Perilaku Remaja di Desa Huraba kecamatan Siabu Kabupaten Mandailing Natal*.
- Fadila, E., Robbiyanto, S. N., & Handayani, Y. T. (2022). Pengaruh Game Online Terhadap Perubahan Perilaku Remaja. *Jurnal Ilmiah Kedokteran Dan Kesehatan*, 1(2), 17–31.
- Henukh, L. R., Abolladaka, J., & Br Simanungkalit, E. F. (2022). Pengaruh Game Online Terhadap Motivasi Belajar Siswa Kelas Xi Ips Sma Negeri 1 Lobalain. *Journal Economic Education, Business and Accounting*, 1(1), 1–6. <https://doi.org/10.35508/jeeba.v1i1.6412>
- Rompas, Y. F., Zakarias, J. D., & Kawung, E. J. R. (2023). Pengaruh Game Online Terhadap Interaksi Sosial Di Kalangan Mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial Dan Politik Universitas Sam Ratulangi. *Jurnal Ilmiah Society*, 3(1), 1–11.
- Suharya, R. (2019). Fenomena Perjudian Dikalangan Remaja Kecamatan Samarinda Seberang. *Jurnal Sosiatri-Sosiologi*, 7(3), 326–340.
- Ulfa, M. (2021). Effect of addiction online game center. *Jurnal Ilmu Sosiologi*, 4(1), 1–13.