

PENCEGAHAN KETERIKATAN GAME ONLINE PADA REMAJA AWAL

Jansen Surya Aruan , Andar Gunawan Pasaribu

Jansenaruan12@gmail.com , andargunawanpasaribu@gmail.com

Institut Agama Kristen Negeri Tarutung

Abstract

Online games damage the lives of teenagers in the current digital age. The attachment to online games in early adolescents can be anticipated through the role of Christian Religious Education. The role of Christian Religious Education in anticipating online game engagement in early adolescents is educating, fostering and providing direction using the literature method. The literature method is carried out by reading various sources, articles, books and journals regarding online game engagement in adolescents.

Keywords: Online games, Christian Religious Education, Early Adolescents

Abstrak

Game online merusak kehidupan remaja di zaman digital saat ini keterikatan game online pada remaja awal dapat diantisipasi melalui peranan Pendidikan Agama kristen. Peranan Pendidikan Agama kristen dalam mengantisipasi keterikatan game online pada remaja awal yaitu mendidik, membina dan memberikan arahan dengan menggunakan metode literatur metode literatur dilakukan dengan membaca berbagai sumber, artikel, buku dan jurnal mengenai keterikatan game online pada remaja.

Kata kunci : Game online, Pendidikan Agama Kristen, Remaja Awal

PENDAHULUAN

Pada masa remaja awal, remaja mengalami pertumbuhan fisik yang signifikan dan mulai mengalami tahap awal pubertas. Selain itu, remaja awal juga dapat menghadapi beberapa masalah khas dalam fase perkembangan mereka, salah satunya adalah keterikatan pada game online yang dapat berdampak negatif pada beberapa aspek kehidupan, seperti aspek kesehatan, psikologis, akademik, sosial, dan keuangan.

Peran Pendidikan Agama Kristen dalam mengantisipasi keterikatan game online pada remaja dengan mendidik, membina serta memberikan arahan karna Pendidikan Agama Kristen menurut R. Boehkle adalah usaha sengaja untuk menolong orang dari semua golongan umur yang di percayakan kepada pemeliharaan untuk menjawab pertanyaan Allah dan Yesus Kristus, Alkitab dan kehidupan gereja supaya mereka dibawah pimpinan Roh Kudus dapat di lengkapi guna melayani Tuhan di tengah

Keluarga, gereja, masyarakat, dan dunia. Oleh karena ini Pendidikan Agama Kristen ini diharapkan dapat menolong agar para kaum remaja di era digital ini tidak menjadikan game online tersebut menjadi sesuatu hal yang sangat penting dan berpengaruh dalam hidup mereka sehingga mereka menjadi kecanduan.

Game online memiliki dampak positif dan negatif. Dampak positif bermain game online seperti menambah teman, menambah kecepatan pola pikir, meningkatkan kemampuan berbahasa asing, mengurangi stres, melatih kesabaran dan melatih ketangkasan. Sedangkan dampak negatif dari bermain game online seperti menjadi kecanduan, malas, kurang tidur, mengalami kerugian finansial, radiasi hp membuat mata kurang sehat, dan lupa waktu. Penggunaan game online ini merusak banyak kaum remaja hampir 50 % remaja remaja yang menggunakan game online. Jika kaum remaja tersebut tidak dapat membatasi diri mereka dalam bermain game online ini maka kemungkinan besar yang akan terjadi mereka akan mengalami kecanduan dan mereka hanya akan terus mengagap dunia game online tersebut sebagai sesuatu hal yang sangat penting bahkan berpengaruh dalam hidup mereka.

Oleh karena itu, perlu adanya upaya pencegahan dan penanganan kecanduan game online pada remaja awal untuk menghindari dampak negatif yang dapat terjadi. Pencegahan dan penanganan kecanduan game online pada remaja dapat dilakukan dengan mengurangi waktu bermain game online, menemukan hobi baru, mengatur jadwal waktu, dan berbicara dengan orang terdekat. Pencegahan kecanduan game online dapat dilakukan dengan mengawasi waktu bermain game online, membatasi akses internet, dan memberikan alternatif kegiatan yang positif. Beberapa sumber yang dapat digunakan untuk mempelajari materi pencegahan keterikatan game online pada remaja awal antara lain jurnal ilmiah, skripsi, dan buku.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini menggunakan metode literatur dengan menggunakan pendekatan kepustakaan. Penelitian kepustakaan merupakan suatu jenis penelitian yang digunakan dalam pengumpulan informasi dan data secara mendalam melalui berbagai literatur, buku, jurnal, dan majala referensi lainnya, sebagai hasil penelitian sebelumnya yang relevan untuk mendapatkan informasi (jawaban) dan landasan teori mengenai masalah yang akan di teliti.

PEMBAHASAN / HASIL

1. KETERIKATAN GAME ONLINE PADA REMAJA

Keterikatan pada game online dapat berdampak pada beberapa aspek kehidupan remaja, seperti aspek kesehatan, psikologis, akademik, dan sosial. Beberapa faktor penyebab kecanduan game online pada remaja antara lain terbengkalainya kegiatan di dunia nyata, keterikatan pada waktu penyelesaian tugas di game, dan rasa asik memainkannya.

Penelitian Rahmi (2019) menunjukkan bahwa kecanduan game online dapat mempengaruhi pembentukan perilaku remaja. Faktor penyebab kecanduan game online pada remaja antara lain adanya ketersediaan internet, achievement, hubungan sosial, immersion, dan keluarga.¹

Kecanduan game online pada remaja dapat berdampak pada beberapa aspek kehidupan, seperti aspek kesehatan, aspek psikologis, aspek akademik, aspek sosial dan lain-lain. Oleh karena itu, perlu adanya upaya pencegahan dan penanganan kecanduan game online pada remaja.

2. KECANDUAN GAME ONLINE

Kecanduan game online pada remaja dapat memberikan dampak negatif pada beberapa aspek kehidupan, seperti aspek kesehatan, psikologis, akademik, sosial, dan keuangan. Beberapa faktor penyebab kecanduan game online pada remaja antara lain adanya ketersediaan internet, achievement, hubungan sosial, immersion, dan keluarga.²

Beberapa cara yang dapat dilakukan untuk mengatasi kecanduan game online pada remaja antara lain dengan mengurangi waktu bermain game online, menemukan hobi baru, mengatur jadwal waktu, dan berbicara dengan orang³.

3. REMAJA AWAL

Remaja awal mencakup fase perkembangan remaja yang terjadi pada rentang usia 10-13 tahun. Pada fase ini, remaja mengalami pertumbuhan fisik yang signifikan dan mulai mengalami tahap awal pubertas. Beberapa karakteristik dan perubahan yang terjadi pada remaja awal antara lain⁴:

¹ Rahmi. (2019). Fenomena Kecanduan Game Online di Kalangan Remaja Desa Pesisir Kecamatan Kuala Pesisir Kabupaten Nagan Raya

² Budhi, F.H., dan Indrawati, E. S. (2016). Hubungan antara kontrol diri dengan intensitas bermain game online pada mahasiswa pemain game online di game center x.

³ Ismi Zakiah. (2017). Kecanduan Game Online pada Remaja dan Penanganannya.

⁴ Konsep Remaja - Skripsi Muhammad Syarif Hidayatullah.

- a. Pertumbuhan fisik: Remaja awal mengalami peningkatan yang cepat dalam pertumbuhan dan pematangan fisik. Baik anak laki-laki maupun perempuan mengalami perubahan dalam ukuran tubuh, perkembangan organ reproduksi, dan perubahan hormon.
- b. Minat seksual: Pada fase remaja awal, remaja mulai mengalami peningkatan minat seksual. Mereka mulai menyadari ketertarikan terhadap lawan jenis dan mungkin mengalami perubahan dalam gairah seksual.
- c. Kebutuhan privasi: Remaja awal cenderung mengalami peningkatan kebutuhan privasi. Mereka mulai mencari cara untuk mandiri dari keluarga dan mengeksplorasi identitas pribadi mereka. Tidak jarang, remaja juga memberikan batasan atau bereaksi keras jika orang tua terkesan terlalu mengekang atau mencampuri urusan pribadi⁵.

Selain itu, remaja awal juga dapat menghadapi beberapa masalah khas dalam fase perkembangan mereka. Beberapa masalah yang mungkin timbul pada remaja awal antara lain kesulitan dalam menghadapi perubahan fisik, perubahan emosi yang intens, dan tekanan dari teman sebaya⁶.

4. PENYEBAB KECANDUAN GAME ONLINE

Pengertian kecanduan game online: Kecanduan game online adalah kondisi di mana seseorang menggunakan game online secara terus-menerus dan mengisolasi diri dari lingkungan sosialnya. Kecanduan game online dapat mempengaruhi beberapa aspek kehidupan, seperti aspek kesehatan, psikologis, akademik, sosial, dan keuangan.

Faktor penyebab kecanduan game online: Beberapa faktor penyebab kecanduan game online pada remaja antara lain adanya ketersediaan internet, achievement, hubungan sosial, immersion, dan keluarga. Dampak kecanduan game online: Kecanduan game online dapat memberikan dampak negatif atau bahaya bagi remaja yang mengalaminya, seperti penurunan daya tahan tubuh, kurang tertarik terhadap kegiatan lain, penurunan prestasi akademik, relasi sosial, dan kesehatan⁷.

Pencegahan dan penanganan kecanduan game online: Beberapa cara yang dapat dilakukan untuk mengatasi kecanduan game online pada remaja antara lain dengan

⁵ Klasifikasi Remaja: Remaja Awal, Remaja Pertengahan, dan Remaja Akhir - Gramedia Literasi.

⁶ Perkembangan Remaja: Definisi, Ciri-ciri, dan Tugasnya - Kompas.com.

⁷ Puspita, S. T., & Mulyana, O. P. (2018). Hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan game online pada remaja akhir.

mengurangi waktu bermain game online, menemukan hobi baru, mengatur jadwal waktu, dan berbicara dengan orang terdekat Pencegahan kecanduan game online dapat dilakukan dengan mengawasi waktu bermain game online, membatasi akses internet, dan memberikan alternatif kegiatan yang positif⁸.

KESIMPULAN

Keterikatan pada game online pada remaja awal dapat berdampak negatif pada beberapa aspek kehidupan, seperti aspek kesehatan, psikologis, akademik, sosial, dan keuangan. Beberapa faktor penyebab kecanduan game online pada remaja antara lain adanya ketersediaan internet, achievement, hubungan sosial, immersion, dan keluarga. Pencegahan dan penanganan kecanduan game online pada remaja awal dapat dilakukan dengan mengurangi waktu bermain game online, menemukan hobi baru, mengatur jadwal waktu, dan berbicara dengan orang terdekat. Selain itu, pencegahan kecanduan game online dapat dilakukan dengan mengawasi waktu bermain game online, membatasi akses internet, dan memberikan alternatif kegiatan yang positif. Oleh karena itu, perlu adanya upaya pencegahan dan penanganan kecanduan game online pada remaja awal untuk menghindari dampak negatif yang dapat terjadi.

DAFTAR PUSTAKA

- Budhi, F.H., dan Indrawati, E. S. (2016). Hubungan antara kontrol diri dengan intensitas bermain game online pada mahasiswa pemain game online di game center x.
- Ismi Zakiah. (2017). Kecanduan Game Online pada Remaja dan Penangannya.
- Kecanduan Game Online pada Remaja: Dampak dan Pencegahannya - Jurnal UGM.
- Klasifikasi Remaja: Remaja Awal, Remaja Pertengahan, dan Remaja Akhir - Gramedia Literasi.
- Konsep Remaja - Skripsi Muhammad Syarif Hidayatullah.
- Perkembangan Remaja: Definisi, Ciri-ciri, dan Tugasnya - Kompas.com.
- Puspita, S. T., & Mulyana, O. P. (2018). Hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan game online pada remaja akhir.
- Rahmi. (2019). Fenomena Kecanduan Game Online di Kalangan Remaja Desa Pesisir Kecamatan Kuala Pesisir Kabupaten Nagan Raya.
- Verdia. (2011). Game Online.

⁸ Verdia. (2011). Game Online