



Pengaruh Game Online terhadap Prestasi Belajar pada Siswa SMA Nurul Falaah Gunung Sindur

Muh Zhafri¹, Amanudin²

^{1,2}Universitas Pamulang

¹dosen01823@unpam.ac.id, ²dosen01795@unpam.ac.id

Kata kunci:	Abstrak
Game Online, Prestasi Belajar	Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui Pengaruh <i>Game Online</i> Terhadap Prestasi Belajar Siswa Kelas XI SMA Nurul Falaah Gunung Sindur. Pendekatan ini menggunakan pendekatan kuantitatif yaitu pendekatan yang menggunakan pencatatan dan penganalisaan pada data hasil penelitian melalui perhitungan statistik. Dalam penelitian ini metode yang dipakai oleh yaitu metode asosiatif. Populasi berjumlah 101 siswa dan sampelnya 81 siswa. Penelitian ini menggunakan metode asosiasi dengan teknik pengumpulan data berupa observasi, wawancara, dokumentasi, dan angket. Teknis analisis data yang digunakan adalah analisis regresi linear sederhana. Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat pengaruh yang signifikan dari <i>game online</i> terhadap prestasi belajar siswa kelas XI SMA Nurul Falaah Gunung Sindur dengan persamaan regresi linear sederhana sebagai berikut $Y = 40,093 - 0,79x$ tingkat hubungan antara dua variabel yang kuat. Berdasarkan hasil penelitian bahwa besarnya nilai hubungan (R) sebesar 0,015, determinan R square sebesar 0,11 artinya besar atau sumbangsih Pengaruh <i>Game Online</i> Terhadap Prestasi Belajar Siswa Kelas XI SMA Nurul Falaah Gunung Sindur sebesar 11% sedangkan sisanya 89% dipengaruhi oleh faktor lain diluar penelitian ini.

Pendahuluan

Pada dasarnya pendidikan menjadi salah satu acuan dalam proses perkembangan manusia ke kehidupan yang lebih sejahtera dan selayaknya. Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional menyatakan bahwa pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa. Pendidikan merupakan usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar serta proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara.

Dalam rangka mewujudkan hal tersebut, maka diperlukan sarana pendukung yang komprehensif. Pemerintah dan masyarakat harus secara bersama-sama memajukan pendidikan nasional, dengan cara menyediakan sarana dan prasarana pendidikan agar proses pembelajaran dapat berjalan dengan baik. Proses pembelajaran pada hakekatnya diarahkan untuk mengembangkan aktivitas dan kreativitas peserta didik melalui berbagai interaksi dan pengalaman belajar. Aktivitas dan kreativitas merupakan unsur dasar yang penting bagi

keberhasilan proses pembelajaran. Dengan aktivitas dan kreativitas pembelajaran maka akan diperoleh hasil belajar yang baik, karena belajar yang berhasil harus melalui berbagai macam aktivitas, baik fisik maupun psikis. Aktivitas fisik adalah siswa giat aktif dengan anggota badan sedangkan aktifitas psikis adalah jika daya jiwa bekerja sebanyak-banyaknya atau banyak berfungsi dalam rangka pembelajaran.

Dengan pesatnya perkembangan dan kemajuan teknologi, maka hal ini dapat menjadi salah satu peluang penting untuk mendukung proses pembelajaran yang memudahkan peserta didik dalam mengeksplorasi berbagai hal dalam rangka meningkatkan kualitas pembelajaran peserta didik. Peserta didik akan memperoleh informasi untuk menambah pengetahuan mereka dalam hal belajar dan juga mendapatkan hal-hal lainnya seperti hiburan. Salah satu hiburan yang dapat diakses menggunakan jaringan internet tersebut adalah game online.

Sebagai hasil perkembangan teknologi, game online memberikan dampak positif dan negatif. Dampak positif dari game online yaitu game online dapat meningkatkan kemampuan pemain dalam hal menganalisa, merencanakan, serta pemain game online juga mempunyai fokus yang lebih baik daripada orang lain. Menurut (Syahrani, 2015) dan (Masya & Candra, 2016) dampak positif dari game online yaitu: remaja mendapatkan ilmu dan keterampilan mengenai teknologi lebih baik daripada yang lain; remaja lebih mendapatkan kosa kata baru serta dapat mengerti bahasa asing seperti bahasa Inggris yang terdapat dalam game online; dapat memudahkan orang tua dalam mengawasi remaja; remaja akan lebih aktif, cepat serta kreatif dalam berpikir; remaja dapat meluapkan emosional mereka saat bermain game online. Kehadiran game online ini juga media media pelarian bagi anak-anak yang mengalami stress, depresi ataupun batinnya tertekan. Disaat suasana hati tertimpa masalah anak-anak akan berpaling ke game untuk menghibur dirinya, (Ayu Rini, 2011 : 11). Namun disisi lain, game online juga mengakibatkan remaja sulit berkonsentrasi dalam hal belajar serta menurunkan motivasi belajar pada siswa (Fauziah, 2013). Selain itu juga dapat menyebabkan prestasi akademik menurun (Kuss & Griffiths, 2012). Remaja yang bermain game online dalam waktu yang berlebihan akan mengabaikan aktivitas yang lain seperti belajar karena dengan meningkatnya durasi bermain game online remaja akan lebih banyak menghabiskan waktu di dunia maya daripada dunia nyata (Müller et al., 2015).

Penggunaan game online telah menjadi fenomena yang semakin merajalela di kalangan pelajar pada era digital saat ini. Game online menawarkan berbagai jenis hiburan, tantangan, dan interaksi sosial yang tak terhindarkan. Fenomena game online telah menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari banyak remaja. Sebagian besar konsumen game online memiliki durasi main yang panjang. Data dari laporan Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet (APJII) yang berjudul Survei Penetrasi & Perilaku Internet 2023 menunjukkan bahwa, dari 8.510 orang yang disurvei, ada 43,29% yang pernah bermain game online. Dari kelompok konsumen game online tersebut, mayoritasnya atau 42,23% menghabiskan waktu bermain lebih dari 4 jam per hari. Kemudian yang main game online dengan durasi 3-4 jam sehari ada 27,46%, yang main 2-3 jam sehari ada 11,94%, dan yang bermain 1-2 jam sehari ada 11,10%. Adapun konsumen yang bermain game kurang dari 1 jam sehari hanya 7,26%, paling sedikit dibanding kelompok lainnya.

Terlepas dari potensi positifnya, ada kekhawatiran bahwa penggunaan berlebihan atau tidak terkendali dari game online dapat memberikan dampak negatif pada prestasi belajar siswa. Game online menjadi salah satu faktor menurunnya konsentrasi belajar siswa (Human Behavior, 2019 : 187). Remaja yang lebih banyak menghabiskan waktu untuk bermain, menjadi malas untuk belajar menunda tugas sekolah dan bermain game saat proses pembelajaran. Remaja yang mengalami kecanduan game online berdampak pada pencapaian prestasinya. Perolehan nilai di sekolah berpotensi mengalami penurunan disebabkan pemain lebih cenderung memikirkan dan fokus terhadap game online dibandingkan dengan pelajarannya di sekolah, bahkan cenderung mengabaikan penurunan nilainya di sekolah. Seringkali ditemukan bahwa remaja yang bermain game online memiliki permasalahan dalam motivasi belajarnya, misalnya malas belajar, tidak memiliki persiapan yang cukup dalam mengikuti proses pembelajaran di Sekolah, dan konsentrasinya menurun. Sejumlah penelitian sebelumnya telah mencoba mengkaji hubungan antara game online dan prestasi

belajar, namun temuan-temuan tersebut masih beragam dan kadang-kadang kontradiktif. Beberapa studi mengaitkan penggunaan game online yang intensif dengan penurunan konsentrasi, peningkatan tingkat kelelahan, dan penurunan nilai akademik. Salah satu penelitian yang relevan mengenai pengaruh game online terhadap prestasi belajar menghasilkan kesimpulan bahwa prestasi belajar dipengaruhi oleh 2 (dua) unsur yaitu mahasiswa yang memfokuskan diri untuk belajar dan mahasiswa yang mengabaikan belajar demi kepentingan lainnya (Paksi Bergas Segara, Jurnal Pendidikan, 2020).

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan pada siswa kelas XI SMA Nurul Falaah Gunung Sindur, ternyata banyak siswa yang gemar bermain game online baik di rumah maupun di Sekolah. Hal demikian dilakukan oleh mereka untuk mencari kesenangan, hingga lupa waktu yang dimana hal tersebut berdampak terhadap banyaknya dari mereka yang telat datang ke sekolah, tidak mengerjakan tugas sekolahnya, serta enggan untuk belajar dan selalu ingin merasa bebas. Hal tersebut terjadi karena siswa lebih memilih untuk bermain game online dibandingkan melaksanakan tugasnya sebagai seorang pelajar. Dari data yang dikumpulkan menunjukkan bahwa nilai rata-rata raport siswa mendapatkan nilai di bawah KKM yaitu 75 dari jumlah siswa kelas XI sebagaimana tabel berikut:

Nilai	Jumlah Siswa	Persentase	Keterangan
>75	31	30,7%	Tuntas
< 75	70	69,3%	Belum tuntas
Jumlah	101	100%	

**Tabel 1.1. Nilai Rata-Rata Raport SMA Nurul Falaah Gunung Sindur TA
2022/2023**

Sumber : Staf SMA Nurul Falah, Gunung Sindur, 2023

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa nilai raport yang di bawah KKM (75), masih terdapat 70 siswa dan yang di atas KKM sebanyak 31 siswa. Sehingga dapat disimpulkan berdasarkan data tabel tersebut yaitu 69,3% siswa yang hasil belajarnya di bawah KKM dan 30,7% siswa yang mendapatkan nilai di atas KKM. Artinya bahwa masih banyak siswa yang memperoleh hasil belajarnya di bawah rata-rata yang telah ditentukan oleh sekolah.

Banyak faktor yang dapat mempengaruhi hasil belajar siswa menurun, salah satunya dapat disebabkan oleh bermain game online. Dalam penelitian Kautsar tahun 2019 dengan judul "Pengaruh Game Online Terhadap Prestasi Akademik Peserta Didik di SMAN 3 Aceh Besar" menunjukkan hasil penelitian bahwa terdapat pengaruh signifikan sebesar 30% dari game online terhadap prestasi belajar dan 70% dipengaruhi oleh faktor lainnya. Hasil penelitian oleh Paksi, Bergas Segara di tahun 2022 dengan judul "Pengaruh Game Online Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa Pendidikan Agama Islam UINRI" menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki ketergantungan terhadap aktivitas game, sehingga dapat mengurangi waktu belajar dan motivasi belajar. Sehubungan dengan keragaman hasil penelitian sebelumnya, serta dengan berkembangnya teknologi dan perubahan perilaku pelajar, sangat penting untuk melakukan penelitian yang lebih mendalam dan komprehensif mengenai dampak game online terhadap prestasi belajar. Dengan pemahaman yang lebih baik tentang hubungan ini, kita dapat mengembangkan strategi pendidikan yang lebih efektif dan memberikan panduan kepada orangtua, guru, dan pelajar dalam pengelolaan waktu yang dihabiskan untuk bermain game online. Oleh karena itu, penelitian mengenai pengaruh game online terhadap prestasi belajar memiliki relevansi dalam konteks pendidikan dan perkembangan anak-anak dan remaja di era digital ini.

Metode

Dalam penelitian ini, penulis menggunakan pendekatan kuantitatif. Pendekatan kuantitatif yaitu pendekatan yang menggunakan pencatatan dan penganalisaan pada data hasil penelitian melalui perhitungan statistik. Dalam penelitian ini metode yang dipakai yaitu metode asosiatif. Asosiatif merupakan suatu rumusan masalah penelitian yang bersifat menanyakan hubungan antara dua variabel atau bahkan lebih.

Populasi dalam penelitian ini yaitu siswa kelas XI di SMA Nurul Falaah Gunung Sindur kelas XI IPS 1, kelas XI IPS 2, kelas XI IPS 3 yang berjumlah 101 siswa didasarkan atas pertimbangan bahwa populasi merupakan suatu wilayah generalisasi yang terdiri dari objek atau subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditentukan oleh peneliti kemudian dipelajari untuk mengambil suatu keputusan. Adapun rincian populasi adalah sebagai berikut:

No	Kelas	Jumlah Siswa
1	X1 IPS 1	34
2	X1 IPS 2	33
3	X1 IPS 3	34
	Jumlah	101

Tabel 1. Populasi Siswa

Peneliti mengambil sampel dengan menggunakan teknik random sampling dimana teknik ini merupakan penentuan sampel dengan setiap kelompok memberikan kesempatan yang sama untuk dipilih sebagai sampel (Herdiani dan Arieska 2018:166). Metode pengambilan sampel dalam penelitian ini yaitu dari 3 kelas dengan penggunaan rumus slovin bertujuan untuk mengetahui jumlah sampel penelitian, baik dengan cara random maupun secara sistematis. Jumlah sampel yang dipakai pada penelitian ini berdasarkan rumus slovin adalah berjumlah 81 orang.

Kelas	Jumlah siswa	Jumlah sampel
XI IPS 1	34	27
XI IPS 2	33	27
XI IPS 3	34	27
	Jumlah	81 siswa

Tabel 2. Rincian Sebaran Sampel

Teknik dan instrumen pengumpulan data menggunakan teknik observasi dan angket atau kuesioner. Teknik Observasi adalah teknik yang spesifik yang dilakukan jika berkenan pada perilaku manusia, proses kerja, gejala-gejala alam dan apabila responden yang diamati dalam ukuran kecil. Tujuan utama melakukan observasi yaitu untuk mengumpulkan data dan juga informasi terkait dengan suatu fenomena, diikuti juga dengan mengukur perilaku atau tindakan, interaksi antara responden, maupun faktor lainnya yang sedang diamati. (Arifin, 2019 : 23). Observasi dilakukan saat berjalannya proses penelitian di SMA Nurul Falaah Gunung Sindur. Adapun Angket atau Kuesioner dilakukan dengan seperangkat pertanyaan untuk para responden untuk dijawab. Angket merupakan instrumen penelitian yang berisi serangkaian pertanyaan untuk menjangkau data ataupun informasi yang harus diberikan oleh responden secara bebas sesuai dengan pendapat mereka masing-masing. Pada pertanyaan ada yang terbuka, dan juga tertutup dan ada juga yang terstruktur. Penyebaran angket akan dilakukan kepada siswa kelas X1.

Instrumen diuji untuk menentukan kevalidan dan realibilitas instrumen sebelum digunakan dalam pengambilan data. Selanjutnya, data yang diperoleh dianalisis dengan menggunakan statistic deskriptif dan uji prasyarat, sebelum dilakukan uji hipotesis.

Hasil dan Pembahasan

Uji Validitas

Pada variabel *game online* terdapat 25 pernyataan yang diuji, sehingga memperoleh nilainya masing-masing. Variabel *game online* berdasarkan uji validitasnya didapatkan dari seluruh indikator yang telah diuji, R_{tabel} pada $N = 81$ dan di dapatkan nilai tabel sebesar 0,220 dan semua indikator mempunyai koefisien korelasi positif dan lebih besar dari r_{tabel} 0,220. Artinya terdapat hubungan yang signifikan antara skor tiap indikator sehingga bisa digunakan.

Uji Reliabilitas

Dalam pengolahannya dengan bantuan SPSS terdapat 25 pernyataan yang diolah untuk mengetahui reabilitas data instrumen yang digunakan.

Cronbach's Alpha	N of Items
,923	25

Tabel 3. Hasil Reliabilitas Game Online

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa nilai R hitung yang diperoleh adalah sebesar 0,923 dan nilai R tabel yang diperoleh berdasarkan tabel R dengan $N = 81$ yaitu sebesar 0,220. Maka diketahui bahwa $0,923 > 0,220$ perbandingan tersebut dinyatakan reliabel.

Hasil Uji Prasyarat

Uji Normalitas

Uji normalitas pada penelitian ini menggunakan *uji one sampel kolmogrov-sminov*. Berikut tabel *Uji One Sampel –Kolmogorov-Sminorv Test*.

		Unstandardized Residual
N		81
Normal Parameters(a,b)	Mean	,0000000
	Std. Deviation	6,21658870
	Most Extreme Differences	
	Absolute	,177
	Positive	,177
	Negative	-,163
Kolmogorov-Smirnov Z		1,589
Asymp. Sig. (2-tailed)		,013
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
a Test distribution is Normal.		
b Calculated from data.		

Tabel 4 . Uji One Sampel –Kolmogorov-Sminorv Test

Berdasarkan data di atas pada kolom Kolmogorov-Smirnov diperoleh nilai yang menunjukkan data berdistribusi normal.

Uji Linieritas

			Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
x * y	Between Groups	(Combined)	2043,222	15	136,215	2,576	,004
		Linearity	60,467	1	60,467	1,144	,289
		Deviation from Linearity	1982,755	14	141,625	2,679	,004
	Within Groups		3436,778	65	52,874		
	Total		5480,000	80			

Tabel 5. Hasil Uji Linieritas

Hasil Uji Hipotesis
Analisis Regresi Linier Sederhana

Model Summary

Model	R	R square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
	,105(a)	,011	-,001	6,25581

Tabel 6. Output Model Summary Game Online

Berdasarkan tabel di atas diperoleh nilai R yaitu 0,105 yang artinya $0,60 \leq 0,105 \leq 0,80$, sehingga mempunyai hubungan yang sedang. Sesuai tingkat hubungan dengan nilai R pada interval koefisien tabel dibawah ini.

Interval koefisien	Tingkat hubungan
0,00 ≤ 0,20	Sangat rendah
0,20 ≤ 0,40	Rendah
0,40 ≤ 0,60	Sedang
0,60 ≤ 0,80	Kuat
1,00	Sangat kuat

Tabel 7. Kategori Nilai R *Game Online*

Sedangkan, R² adalah suatu indikator yang digunakan untuk menggambarkan berapa banyak variasi yang dijelaskan dalam model. Berdasarkan nilai R² diperoleh nilai 0,11 yang artinya pengaruh game online terhadap prestasi belajar 11% dan 89 % dipengaruhi oleh faktor lain.

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	34,495	1	34,495	,881	,351(a)
	Residual	3091,678	79	39,135		
	Total	3126,173	80			

a Predictors: (Constant), x *game online*

b Dependent Variable: y prestasi belajar

Tabel 8. Output Model Anova *Game Online*

Berdasarkan output model anova pada tabel di atas di peroleh informasi data yaitu nilai sig 0,351 > 0,05 maka Ho ditolak dan H1 diterima. Yang artinya terdapat pengaruh yang signifikan dari game online (X) terhadap prestasi belajar siswa (Y).

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	95% Confidence Interval for B	
		B	Std. Error	Beta			Lower Bound	Upper Bound
1	(Constant)	40,093	5,966		6,721	,000	28,219	51,967
	x	-,079	,085	-,105	-,939	,351	-,248	,089

a. Dependent Variable: y

Tabel 4.12. Output Model Coefficients bermain *Game Online*

Berdasarkan tabel di atas terdapat nilai T hitung sebesar -939 terletak pada area negatif, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh negatif bermain game online terhadap prestasi belajar siswa. Selanjutnya, dalam perolehan nilai regresi linear sederhana pada output model coefficient game online terdapat hasil sebesar 40,093. Karena angkanya constant maka jika tidak terdapat kecanduan game online (X) maka nilai (Y) prestasi belajar sebesar 40,093. Sedangkan koefisien regresi sebesar -0,79 dalam artian bahwa setiap ada penambahan angka maka nilai Y juga akan semakin meningkat sebesar -40,093 dikarenakan nilai koefisiennya bernilai negatif atau minus (-).

Maka dapat dikatakan bahwa kecanduan variabel X akan berpengaruh terhadap variabel Y. Sehingga dapat menggunakan rumus persamaan regresi linear sederhana

$$Y = a + bX$$

$$Y = 40,093 + (-0,79)X$$

$$Y = 40,093 - 0,79X.$$

Berdasarkan analisis data melalui penyebaran angket sebanyak 25 pernyataan pada variabel game online dengan status valid, data berdistribusi normal, homogen, memiliki hubungan yang linear. Siswa yang bermain game online pada kelas XI SMA Nurul Falaah Gunung Sindur tergolong tinggi dengan 25 pernyataan dari total 81 sampel (responden) penelitian. Selain itu berdasarkan uji hipotesis pada variabel game online terdapat hasil nilai sig 0,04 < 0,05 maka Ho ditolak dan H1 di terima, artinya bahwa terdapat pengaruh antara bermain game online terhadap prestasi belajar siswa. Kemudian, dari hasil nilai R bahwa kecanduan game online diperoleh data sebesar 0,105 yang artinya $0,60 \leq 0,105, < 0,80$ sehingga memiliki tingkat hubungan yang sedang sesuai dengan pedoman tingkat hubungan nilai R pada interval koefisien. Sedangkan koefisien determinasi R² (r square) diperoleh nilai sebesar 0,11 yang artinya pengaruh bermain game online terhadap prestasi belajar siswa pada mata pelajaran ekonomi siswa XI SMA Nurul Falaah Gunung Sindur sebesar 11% dan 89 % dipengaruhi oleh faktor lain.

Perolehan persamaan regresi linear sederhana pada output model coefficients game online terdapat hasil sebesar 40,093. Angka tersebut merupakan angka konstan yang berarti bahwa apabila tidak terdapat kecanduan untuk bermain game online (X) maka nilai konsisten prestasi belajar siswa (Y) sebesar 40,093. Sedangkan koefisien regresi sebesar -0,79 angka ini mengandung arti bahwa setiap penambahan nilai kecanduan game online (X) maka prestasi belajar siswa akan meningkat sebesar -0,79, karena nilai koefisien regresi bernilai negatif (-). Terdapat T hitung sebesar -939 terletak pada area negatif, maka mampu dikategorikan bahwa variabel bebas (X) berpengaruh negatif terhadap variabel terikat (Y).

Berdasarkan hasil perhitungan dan pengolahan data pada penelitian ini maka dapat disintesis bahwa variabel game online terdapat pengaruh yang signifikan terhadap variabel prestasi belajar siswa. Hal ini juga diperkuat dengan teori menurut Kurniawati, I., dan Utomo, H (2021) bahwa game online dapat memberikan berbagai dampak salah satunya yaitu dapat menurunkan prestasi belajar peserta didik. Sejalan dengan pandangan Angela (2018 : 140) mengungkapkan bahwa seorang anak yang kecanduan dengan rutinitas game, maka waktu untuk belajarnya akan berkurang hingga mempengaruhi prestasi belajar dan juga bersosialisasi dengan teman sebayanya.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang pengaruh game online terhadap prestasi belajar pada siswa SMA Nurul Falaah Gunung Sindur dapat disimpulkan bahwa hasil penelitian tersebut didapatkan pengaruh antara game online dengan prestasi belajar siswa dengan persamaan regresi linear sederhana sebagai berikut $Y = 40,093 - 0,79x$ tingkat hubungan antara dua variabel yang kuat dengan besar sumbangsih game online terhadap prestasi belajar sebesar 11% dan sisanya 89% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Terdapat beberapa hal yang patut menjadi pertimbangan dalam menghadapi persoalan game online di kalangan siswa agar tidak mempengaruhi prestasi belajar dan mengambil nilai positif dari perkembangan teknologi saat ini, antara lain:

1. Pengaturan Waktu Bermain; Manajemen Waktu yang Baik
Penting untuk mengatur waktu bermain game online agar tidak mengganggu waktu belajar dan istirahat. Orang tua dan guru dapat membantu siswa untuk membuat jadwal harian yang seimbang antara waktu belajar, bermain game, dan aktivitas lainnya.
2. Pendidikan tentang Penggunaan Teknologi; Edukasi Tentang Dampak Game Online
Memberikan pemahaman kepada siswa tentang dampak positif dan negatif dari game online. Edukasi ini bisa dilakukan melalui seminar, workshop, atau diskusi kelas yang melibatkan psikolog atau ahli pendidikan.
3. Pengawasan dan Bimbingan Orang Tua; Keterlibatan Aktif Orang Tua
Orang tua perlu terlibat aktif dalam mengawasi kegiatan anak mereka, termasuk permainan game online. Mereka bisa membatasi waktu bermain dan memastikan game yang dimainkan sesuai dengan usia dan tidak mengandung konten yang tidak pantas.
4. Memanfaatkan Game untuk Pendidikan; Mengintegrasikan Game Edukasi
Beberapa game edukasi bisa digunakan sebagai alat bantu belajar. Ini bisa menjadi cara untuk memanfaatkan minat siswa pada game online untuk tujuan yang positif dan mendukung proses belajar.
5. Fokus pada Kesehatan Mental dan Fisik; Memantau Kesehatan Mental dan Fisik
Bermain game berlebihan dapat berdampak buruk pada kesehatan mental dan fisik siswa. Orang tua dan guru harus memastikan bahwa siswa tetap aktif secara fisik, mendapatkan cukup tidur, dan menjaga keseimbangan emosional.
6. Promosi Aktivitas Alternatif; Mendorong Kegiatan Lain yang Positif
Mendorong siswa untuk terlibat dalam kegiatan ekstrakurikuler, olahraga, seni, atau hobi lain yang bisa membantu mereka mengembangkan keterampilan sosial dan mengurangi waktu yang dihabiskan untuk bermain game online.
7. Evaluasi dan Intervensi; Melakukan Evaluasi Rutin

Sekolah dan orang tua perlu melakukan evaluasi rutin terhadap pengaruh game online terhadap prestasi akademik siswa. Jika ditemukan penurunan prestasi belajar, perlu dilakukan intervensi dini untuk mengatasi masalah tersebut.

8. Pengembangan Keterampilan Manajemen Diri; Mengajarkan Self-Regulation
Mengajarkan siswa keterampilan manajemen diri dan disiplin untuk mengatur waktu bermain dan belajar dengan efektif. Ini bisa melalui program pengembangan diri di sekolah atau bimbingan konseling.

Dengan pendekatan yang tepat dan kolaborasi antara siswa, orang tua, dan guru, pengaruh negatif dari game online terhadap prestasi belajar siswa SMA bisa diminimalisir. Sebaliknya, potensi positif dari game online juga bisa dioptimalkan untuk mendukung perkembangan kognitif dan keterampilan siswa.

Daftar Pustaka

- A.A, Tristiar, & I, Malawi. (2016). Pengaruh Konsentrasi dan Kemampuan Berpikir Kritis terhadap Prestasi Belajar IPS Siswa Kelas V SDN Manisrejo I Kabupaten Magetan. *Premiere Educandum: Jurnal Pendidikan Dasar dan Pembelajaran*, 3(02).
- Adnyani, N. P. S., Manuaba, I. S., & Putra, D. K. N. S. (2020). Pengaruh Model Discovery Learning Berbantuan Media Audio Visual Terhadap Kompetensi Pengetahuan IPA. *Jurnal Penelitian dan Pengembangan Pendidikan*, 4(3), 398-408.
- Anhar. (2010). *Panduan Bijak Belajar Internet Untuk Anak*. Jakarta.: Adamsains.
- APJII. Laporan Survei Penetrasi & Perilaku Internet 2023. Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia. 2023. Available from: <https://apjii.or.id/survei2023x>
- Aprizan, A., Subhanadri, S., & Avana, N. (2021). Pengaruh Pembelajaran Daring terhadap Motivasi Belajar Mahasiswa PGSD STKIP Muhammadiyah Muara Bungo. *Jurnal Basicedu*, 5(5), 3445-3459.
- Ardyanto, E. R. (2016, December). Mengembangkan Instrumen Kognitif (Pengetahuan) Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan Kelas XII. In *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Jasmani Pascasarjana UM* (pp. 334-348).
- Chairia, P., Maskun, Y. S. E., & Ekwandari, Y. S. (2016). Pengaruh Model Pembelajaran Time Token Terhadap Peningkatan Motivasi Belajar Sejarah Siswa. *Pesagi (Jurnal Pendidikan dan Penelitian Sejarah)*, 4(2).
- Darma. 2011. *Buku Pintar Menguasai Internet*. Jakarta: Media Kita
- Efendi, Novian Azis, 2014. "Faktor Penyebab Bermain Game online dan Dampak Negatifnya Bagi Pelajar (Studi Kasus pada Warung Internet di Dusun Mendungan Desa Pabelan Kecamatan Kartasura Kabupaten Sukoharjo)" Skripsi Surakarta : Fakultas Keguruan dan ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah
- Fauzen, F. (2021). *Pengaruh Game Online Terhadap Minat Belajar Siswa Kelas IX SMP Negeri 4 Satu Atap Kecamatan Geger (Doctoral dissertation, STKIP PGRI Bangkalan)*.
- Fauziah, E. R. (2013). *Pengaruh Game Online Terhadap Perubahan Perilaku Anak SMP Negeri 1 Samboja*, *eJournal.ilkom.fisip-unmul.ac.id* (pp. 1-16).
- Griffiths, MD, Kuss, DJ, & King, DL (2012), "Video Game Addiction : Past , Present and Future". *Current Psychiatry Reviews*, vol.8, no. 4. DOI: /10.2174/157340012803520414
- Hanum, W. (2019). *Pengaruh Internet Addiction Terhadap Prestasi Belajar Di SMA Negeri 13 Medan Tahun Pelajaran 2017-2018 (Doctoral dissertation, UNIMED)*.
- King DL, Delfabbro PH, Zwaans T, Kaptis D. (2013) Clinical features and axis i comorbidity of Australian adolescent pathological Internet and video gameusers. *Aust N Z J Psychiatry*. 2013;47(11):1058–67.
- Malawi, I., & Tristiar, A.A. (2016). "Pengaruh Konsentrasi Dan Kemampuan Berpikir Kritis Terhadap Prestasi Belajar Ips Siswa Kelas V Sdn Manisrejo I Kabupaten Magetan". *Premiere Educandum: Jurnal Pendidikan Dasar dan Pembelajaran*, 3, (02)

- Masya, H., & Candra, D. A. (2016). Faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku gangguan kecanduan game online pada peserta didik kelas x di madrasah aliyah al furqon prabumulih tahun pelajaran 2015/2016, 03(1), 153–169.
- Mustopa, Z. (2017). Penerapan Model Pembelajaran Pjbl (Project Based Learning) Untuk Menumbuhkan Kreatifitas Dan Hasil Belajar Siswa Dalam Pembelajaran Tematik (Penelitian Tindakan Kelas pada Tema Selalu Berhemat Energi Sub Tema Gaya dan Gerak Di Kelas IV SDN Bojongkaso 2 Kec. Cikancung Kab. Bandung) (Doctoral dissertation, FKIP UNPAS).
- Narwoto dan Soeharto. (2013). Faktor-Faktor Yang Berpengaruh Terhadap Prestasi Belajar Teori Kejuruan Siswa SMK. *Jurnal Pendidikan Vokasi*, Volume 3, Nomor 2, Juni 2013.
- Nurazmi, dkk. (2018). Hubungan Kecanduan Bermain Game Online. Terhadap Regulasi Emosi Pada Remaja. *Jom Fkp*. Vol. 5. No.2.
- Novrialdy. E (2019). Kecanduan game online pada remaja: dampak dan pencegahan. *Buletin Psikologi* ISSN 0854-7106 (Print) 2019, Vol. 27, No. 2, 148 – 158 ISSN 2528-5858 (Online) DOI: 10.22146/buletinpsikologi.47402 <https://jurnal.ugm.ac.id>
- Piyeke, Phainel Jhonly, dkk. (2014). Hubungan Tingkat Stres Dengan Durasi Waktu Bermain Game Online Pada Remaja Di Manado
- Putra, D. W., & Uyun, K. (2020). Pengaruh Profesionalisme guru Terhadap kegiatan belajar Mengajar siswa kelas VII A di MTS Negeri 5 Jember. *Al-Tadzkiyyah: Jurnal Pendidikan Islam*, 11(1), 83-92.
- Rini, Ayu. (2011). Menanggulangi Kecanduan Game online Pada Anak. Jakarta : Pustaka Mina
- Sakban, A., & Wahyudin, W. (2020). Penerapan Model Cooperative Learning Tipe Numbered Head Together (NHT) Terhadap Hasil Belajar Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan Sekolah Menengah Pertama. *CIVICUS: Pendidikan-Penelitian-Pengabdian Pendidikan Pancasila Dan Kewarganegaraan*, 18-24.
- Shabrina, N., Darmadi, D., & Sari, R. (2020). Pengaruh Motivasi dan Stres Kerja Terhadap Kinerja Karyawan CV. Muslim Galeri Indonesia. *Jurnal Madani: Ilmu Pengetahuan, Teknologi, Dan Humaniora*, 3(2), 164-173.