

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Landasan Teori

1. *Game online*

a. Pengertian *Game online*

Menurut Najuah (2022:2), *game* berasal dari kata bahasa inggris yang memiliki arti dasar permainan. Setiap kontestan atau para pemain yang berinteraksi satu sama lain dengan mengikuti aturan-aturan tertentu melakukan persaingan untuk mencapai tujuan. Dalam permainan ini, biasanya terdapat pemenang dan pemain yang kalah. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, permainan online adalah aktivitas yang dilakukan untuk bermain *game* atau berbagai jenis aktivitas yang dapat dimainkan.

Game online dapat diartikan sebagai program permainan yang terhubung melalui jaringan internet, memungkinkan pemain untuk bermain kapan saja dan di mana saja (Rompas dkk., 2023). *Game online* merupakan hasil dari perkembangan teknologi internet. Salah satu istilah yang sering digunakan dalam konteks ini adalah MMORPG, yang berarti *Massively Multiplayer Online Role-Playing Game*. Jenis permainan ini memungkinkan pemain untuk terhubung melalui server dan bermain dengan ribuan pemain dari seluruh dunia.

Selain itu, *game* ini juga mencakup elemen permainan peran dan fitur *multiplayer*, sehingga pemain dapat berinteraksi satu sama lain. *Game online* bukan sekadar tontonan, melainkan memungkinkan pemain untuk berpartisipasi secara aktif dengan mengendalikan elemen-elemen dalam permainan. Ini merupakan bentuk permainan yang berbasis visual dan elektronik. *Game online* dapat dimainkan dengan memanfaatkan berbagai media visual dan alat elektronik, yang melibatkan banyak jenis permainan di dalamnya (Aula dkk., 2020).

b. Jenis-jenis *Game online*

Menurut Purnamasari Dan Sabrina (2020: 157-158), *game online* memiliki beragam jenis, mulai dari permainan yang sederhana hingga yang menggunakan grafik kompleks yang menciptakan dunia virtual yang dapat dijelajahi oleh banyak pemain secara bersamaan. Berikut adalah beberapa jenis *game online* berdasarkan kategorinya:

(1) *Massively Multiplayer Online First-person shooter games*
(MMOFPS)

Game online jenis ini mengambil sudut pandang orang pertama sehingga seolah-olah pemain berada dalam permainan tersebut dalam sudut pandang tokoh karakter yang dimainkan, di mana setiap tokoh memiliki kemampuan yang berbeda dalam tingkat akurasi, refleks, dan lainnya. Permainan ini dapat melibatkan banyak orang dan biasanya permainan ini mengambil setting peperangan dengan

senjata-senjata militer. Contoh : permainan jenis ini antara lain *Counter Strike, Call of Duty, Point Blank, Quake, Blood, Unreal.*

(2) *Massively Multiplayer Online Real-time strategy games* (MMORTS)

Game jenis ini menekankan kepada kehebatan strategi pemainnya. Permainan ini memiliki ciri khas di mana pemain harus mengatur strategi permainan. Dalam RTS, tema permainan bisa berupa sejarah (misalnya seri *Age of Empires*), fantasi (misalnya *Warcraft*), dan fiksi ilmiah (misalnya *Star Wars*)

(3) *Massively Multiplayer Online Role-playing games* (MMORPG)

Game jenis ini biasanya memainkan peran tokoh-tokoh khayalan dan berkolaborasi untuk merajut sebuah cerita bersama. RPG biasanya lebih mengarah ke kolaborasi sosial daripada kompetisi. Pada umumnya dalam RPG, para pemain tergabung dalam satu kelompok. Contoh dari genre permainan ini *Ragnarok Online, The Lord of the Rings Online: Shadows of Angmar, Final Fantasy, DotA, Mobile Legend, PUBG, Fire Fire.*

(4) *Cross-platform online play*

Jenis ini dapat dimainkan secara online dengan perangkat yang berbeda. Saat ini mesin permainan konsol (*console games*) mulai berkembang menjadi seperti komputer yang dilengkapi dengan jaringan sumber terbuka (*open source networks*), seperti *Dreamcast, PlayStation 2*, dan *Xbox* yang memiliki fungsi online. misalnya

Need for Speed Underground, yang dapat dimainkan secara online dari PC maupun Xbox 360.

(5) *Massively Multiplayer Online Browser Game*

Game jenis ini dimainkan pada browser seperti Mozilla Firefox, Opera, atau Internet Explorer. *Game* sederhana dengan pemain tunggal dapat dimainkan dengan browser melalui HTML dan teknologi scripting HTML (JavaScript, ASP, PHP, MySQL). Perkembangan teknologi grafik berbasis web seperti Flash dan Java menghasilkan permainan yang dikenal dengan “Flash *games*” atau “Java *games*” yang menjadi sangat populer. Permainan sederhana seperti Pac-Man bahkan dibuat ulang menggunakan pengaya (plugin) pada sebuah halaman web. Browser *games* yang baru menggunakan teknologi web seperti Ajax yang memungkinkan adanya interaksi multiplayer.

(6) *Simulation games*

Game jenis ini bertujuan untuk memberi pengalaman melalui simulasi. Ada beberapa jenis permainan simulasi, di antaranya *life-simulation games*, *construction and management simulation games*, dan *vehicle simulation*. Pada *life-simulation games*, pemain bertanggung jawab atas sebuah tokoh atau karakter dan memenuhi kebutuhan tokoh selayaknya kehidupan nyata, namun dalam ranah virtual. Karakter memiliki kebutuhan dan kehidupan layaknya

manusia, seperti kegiatan bekerja, bersosialisasi, makan, belanja, dan sebagainya. Biasanya, karakter ini hidup dalam sebuah dunia virtual yang dipenuhi oleh karakter-karakter yang dimainkan pemain lainnya. Contoh permainannya adalah *Second Life*

(7) *Massively Multiplayer Online Games* (MMOG)

Pemain bermain dalam dunia yang skalanya besar (lebih dari 100 pemain), di mana setiap pemain dapat berinteraksi langsung seperti halnya dunia nyata. MMOG muncul seiring dengan perkembangan akses internet broadband di negara maju, sehingga memungkinkan ratusan, bahkan ribuan pemain untuk bermain bersama-sama. MMOG sendiri memiliki banyak jenis seperti:

- a) MMORPG (*Massively Multiplayer Online Role-Playing Game*)
- b) MMORTS (*Massively Multiplayer Online Real-Time Strategy*)
- c) MMOFPS (*Massively Multiplayer Online First-Person Shooter*)
- d) MMOSG (*Massively Multiplayer Online Social Game*)

Jenis permainan biasanya disebut sebagai genre *game*. Selain merujuk pada jenis, genre juga mengacu pada gaya atau format dari sebuah *game*. Menurut Samuel (2010:112), format sebuah *game* bisa berupa genre yang murni atau kombinasi (*hybrid*) dari beberapa genre yang berbeda, diantaranya:

(a) *Board Game*

Game jenis ini sama dengan *game* board tradisional seperti monopoli. Hanya saja permainan tradisional ini dimainkan melalui komputer.

(b) *Puzzle Game*

Jenis *game* ini memberi tantangan dengan cara menjatuhkan atau melenyapkan sesuatu dari sisi atas ke bawah atau dari kiri ke kanan. Contoh *game* ini adalah Tetris.

(c) *Fighting Game*

Jenis *game* ini sesuai dengan namanya berisi tentang pertarungan. Contoh *game* ini yaitu *Street Fighter*, *Samurai Showdown*, *Virtual Fighter* dan *Kungfu*.

(d) *Racing Game*

Racing game adalah *game* tentang balapan. Contoh *game* ini yaitu *Need for Speed Underground* dan *Toca Race Driver*.

(e) *Mobile Legend*

Game android pertama yang kami rekomendasikan ke kamu adalah Mobile Legends, kenapa? Karena *game* ini sedang menjadi *game* terpopuler di Indonesia, *game* dengan genre MOBA(Multiplayer online battle arena) ini dimainkan secara online membutuhkan koneksi internet, dalam pertandingan akan dibagi menjadi 2 tim 5 lawan 5. Di satu map dengan 3

lorong untuk melawan tower musuh, 3 area hutan, 18 tower pertahanan, 2 boss yang buas. Hancurkan tower lawan dan kamu bisa menang. Membutuhkan kerjasama tim yang baik.

(f) *PUBG mobile*

Game selanjutnya ada PUBG Mobile, *game* ini sebenarnya pertama rilis di PC pada Maret 2017 dan sangat-sangat populer. Hingga pada bulan Maret 2018, Tencent *Games* selaku developer mobilenya merilis PUBG versi mobile secara resmi. Dan langsung menjadi populer, sempat melewati kepopuleran Mobile Legends.

(g) *Free fire*

Free Fire Battlegrounds ini memiliki konsep yang sama dengan PUBG Mobile, yaitu bertahan hidup melawan kejamnya pulau hingga menjadi orang yang bisa hidup di akhir *game*. *Game* ini rilis pada Januari 2018 dan langsung melesat dan disukai banyak orang. Terbukti dengan dalam waktu 3 bulan *game* ini sudah di unduh lebih dari 50 juta lebih.

(h) *Adventure Game*

Adventure game merupakan genre *game* petualangan. Di sepanjang perjalanan pemain akan menemukan peralatan

yang akan disimpan dan berguna sebagai petunjuk perjalanan.

Contoh *game* ini yaitu *Sam and Max* atau *Beyond and Evil*.

c. Sejarah *Game online*

Sejarah *video game online* merupakan bidang yang kompleks dan berakar kembali ke awal 1970-an ketika *game* komputer pertama kali mulai muncul. Seiring waktu, perkembangan teknologi dan minat masyarakat terhadap *video game* telah membawa perubahan signifikan dalam cara *game* diproduksi, dimainkan, dan diterima di masyarakat. Dalam konteks ini, *game online* telah berkembang dari bentuk sederhana menjadi lebih interaktif dan imersif, mendorong pemain untuk terlibat dalam pengalaman yang melibatkan narasi dan interaksi sosial (Daneels dkk., 2021; Vandewalle dkk., 2023).

Salah satu aspek penting dari sejarah *game online* adalah kemunculan *game edukasi* yang mengintegrasikan elemen-elemen sejarah ke dalam *gameplay*. *Game* seperti "*Assassin's Creed*" telah menjadi contoh populer bagaimana *video game* dapat menggabungkan elemen kegembiraan dengan pelajaran sejarah (Cole, 2022). Melalui narasi yang mendalam dan lingkungan yang dirancang dengan cermat, pemain tidak hanya terhibur tetapi juga diberi informasi tentang peristiwa sejarah, budaya, dan makna di balik lokasi-lokasi ikonik (Kolek dkk., 2021). *Game edukasi* dapat efektif dalam meningkatkan motivasi dan keyakinan diri siswa terhadap pembelajaran (Banfi, 2024).

Sejarah *game online* juga diwarnai oleh kemunculan teknologi baru yang mendorong pengalaman bermain ke tingkat yang lebih tinggi. Dengan adanya *platform multiplayer online* dan perkembangan internet, *game online* memungkinkan interaksi sosial di antara pemain dari seluruh dunia. Hal ini mendemonstrasikan evolusi dari pengalaman bermain individu menjadi pengalaman kolektif yang lebih mendalam. Dalam konteks ini, *game* edukasi seperti "*Hack the Map*" dapat meningkatkan pemahaman pemain terhadap sejarah melalui keterlibatan emosional dan kerja kelompok (Diamantis dkk., 2022). Pengintegrasian *game* dalam pembelajaran dapat memfasilitasi metode pengajaran yang interaktif dan menyenangkan, menjadikannya alat yang efektif dalam pendidikan sejarah.

Namun, tantangan tetap ada, terutama dalam hal representasi sejarah yang akurat. Banyak *game* sering kali mengambil kebebasan artistik ketika menghadapi peristiwa sejarah, yang dapat menimbulkan kebingungan mengenai akurasi naratif sejarah yang disampaikan kepada pemain (Burgess dan Jones, 2022; Šisler dkk., 2022). Hal ini menyebabkan perlunya debat kritis tentang bagaimana hubungan antara sejarah dan *video game* harus dikelola untuk memastikan representasi yang tepat dan adil. Upaya untuk menggaris bawahi tantangan ini harus melibatkan peneliti, pengembang *game*, dan pendidik guna menciptakan dialog yang produktif di bidang ini (Gheitasi dkk., 2023).

Secara keseluruhan, sejarah *game online* menggambarkan perjalanan panjang transformasi budaya, teknologi, dan sosial yang berinteraksi dengan cara kita memahami dan meresapi sejarah. Melalui pendekatan interdisipliner yang mencakup penelitian di bidang pendidikan, psikologi, dan analisis media, kita dapat terus menjelajahi dan memahami potensi luar biasa yang dimiliki *video game* dalam menggambarkan dan mempertahankan sejarah (Matei, 2025; Šosvald & Kolek, 2024). Dengan terus mengembangkan metode dan strategi yang tepat, *game online* bisa berperan sebagai alat pendidikan yang berharga untuk generasi mendatang, memadukan hiburan dengan pengetahuan yang mendalam.

2. Intensitas Bermain *Game online*

Intensitas bermain *game online* merujuk pada seberapa sering dan berapa lama seseorang terlibat dalam aktivitas bermain *game* melalui jaringan internet. Ini mencakup dua komponen utama yaitu frekuensi dan durasi bermain. Frekuensi mengacu pada seberapa sering individu memainkan game dalam periode tertentu (misalnya per hari atau per minggu), sedangkan durasi mencakup total waktu yang dihabiskan untuk bermain *game* dalam periode yang sama (Genesaret dan Situmorang, 2022; Ningrum dan Cahyono, 2022).

Secara kuantitatif, intensitas bermain *game online* dapat diukur dengan menghitung total jam permainan yang dilakukan oleh seorang individu setiap minggu, yang sering kali digunakan untuk mengevaluasi potensi risiko kecanduan dan dampaknya terhadap aktivitas lain dalam kehidupan sehari-hari. Terdapat kaitan signifikan antara intensitas bermain *game* dengan perilaku prokrastinasi akademik di kalangan siswa, di mana semakin tinggi intensitas bermain *game*, semakin besar kemungkinan siswa tersebut untuk menunda tugas mereka (Genesaret dan Situmorang, 2022).

Selain itu, pola bermain *game online* memiliki dampak pada kesehatan mental dan sosial seseorang. Remaja yang menghabiskan waktu lebih dari 3,5 jam per hari untuk bermain game memiliki risiko dua kali lipat lebih tinggi untuk mengalami pola tidur buruk dibandingkan mereka yang bermain dalam waktu yang lebih singkat (Kurniasih, 2022). Kecanduan *game online* yang sering kali terindikasi oleh intensitas bermain yang berlebihan berdampak pada penurunan kemampuan sosial dan interaksi dengan orang lain, yang penting dalam perkembangan sosial anak dan remaja (Rizal & Pratiwi, 2022).

Orang tua dan pendidik juga memiliki peran penting dalam mengawasi intensitas bermain *game* anak. Dukungan dan perhatian dari orang tua dapat membantu mengontrol durasi dan frekuensi bermain *game*, sehingga anak tetap dapat bersosialisasi secara sehat dan mencapai perkembangan yang optimal (Herman dan Setiawati, 2022; Hermawan dan Kudus, 2021).

Seiring dengan meningkatnya akses dan popularitas *game online*, penting untuk memahami bahwa intensitas bermain tidak hanya sekedar mengukur waktu yang digunakan untuk bermain, tetapi juga mencerminkan potensi masalah yang dapat timbul jika tidak dikelola dengan baik, seperti kecanduan, prokrastinasi, dan dampak negatif terhadap kesehatan mental dan fisik (Genesaret dan Situmorang, 2022; Pardede dkk., 2023). Menurut Feldman (2019), penginderaan memiliki sifat kuantitatif yang berkaitan dengan intensitas rangsangan atau kekuatan perilaku maupun pengalaman, seperti intensitas reaksi emosional, serta kekuatan yang mempengaruhi pendapat atau sikap seseorang.

Individu yang kecanduan bermain *game online* umumnya menunjukkan intensitas bermain yang tinggi. Dalam perspektif psikologi, intensitas merujuk pada kekuatan atau energi stimulus yang dirasakan dan respons yang dihasilkan secara fisik maupun mental.

- 1) Intensitas stimulus mempengaruhi kecepatan dan kekuatan respons
- 2) Intensitas emosi diukur secara kuantitatif menggunakan metode skala *difference scaling*
- 3) *Motivational intensity* mempengaruhi mobilisasi sumber daya *effort* secara subjektif dan fisiologis

Individu yang kecanduan *game online* umumnya menunjukkan intensitas bermain yang tinggi. Intensitas dalam psikologi mencerminkan kekuatan stimulus dan respons, baik pada level sensory maupun

emosional dan motivasional. Penelitian Laub dan Frings (2021) menunjukkan bahwa intensitas stimulus berpengaruh signifikan terhadap kecepatan dan kekuatan respons sensorik. Reizenstein dan Junge (2024) mengembangkan metode kuantitatif untuk mengukur intensitas emosi secara presisi menggunakan *difference scaling*. Sementara Gendolla (2025) menegaskan bahwa intensitas motivasi terkait erat dengan mobilisasi sumber daya fisik dan fisiologis saat individu berhadapan dengan tuntutan tugas tertentu.

3. Faktor yang Mempengaruhi Kecanduan Bermain *Game online*

Terdapat beberapa faktor yang menyebabkan seseorang mengalami kecanduan terhadap *game online*. Faktor-faktor tersebut antara lain: pelarian dari realitas, kepribadian neurotik, minat yang tinggi terhadap teknologi, dukungan sosial dan lingkungan, minimnya pengawasan orang tua, karakteristik *game*, perilaku *copying* negatif.

1. *Escapism* (Pelarian dari Realitas)

Pelarian dari masalah sehari-hari adalah motivasi yang sering diidentifikasi dalam kecanduan *game*. Individu yang mencari melarikan diri dari stres dan tuntutan hidup cenderung lebih mungkin terjerat dalam kecanduan *game online*. Dalam konteks ini, *game* menyediakan lingkungan yang aman dan menyenangkan untuk melupakan realitas (Maxentia dan Rahmandani, 2022).

2. Kepribadian Neurotik

Penelitian Afiani dkk, (2023), menemukan bahwa individu dengan tingkat *neurotisisme* yang lebih tinggi lebih cenderung mengalami kecanduan *game online*, karena mereka mungkin mencari kepuasan dan penghiburan dalam permainan sebagai cara untuk mengatasi ketidakpuasan hidup mereka.

3. Minat yang Tinggi Terhadap Teknologi

Tingginya minat terhadap teknologi dan game digital, terutama di kalangan remaja, menjadi salah satu pendorong kecanduan. Ketertarikan yang mendalam pada *game* dapat mengubah perhatian anak-anak dari aktivitas lain ke *game online* sebagai kegiatan utama mereka (Ulya dkk., 2021). Kecenderungan untuk mengeksplorasi dan menikmati inovasi dalam teknologi serta *game* membuat mereka lebih mudah terlibat dalam sesi permainan yang berkepanjangan.

4. Dukungan Sosial dan Lingkungan

Lingkungan sosial juga memainkan peran penting dalam kecanduan game. Remaja yang memiliki lingkungan sosial yang mendukung dalam bermain *game* lebih mungkin mengalami kecanduan (KILIÇ, 2023). Teman sebaya yang juga bermain *game* dapat memotivasi individu untuk terus bermain agar tetap terhubung, menciptakan budaya bermain yang jelas dalam kelompok tersebut.

5. Minimnya Pengawasan Orang Tua

Keterlibatan orang tua dan pengawasan terhadap aktivitas anak sangat berpengaruh. Penelitian menunjukkan bahwa rendahnya komunikasi dan pengawasan dari orang tua berhubungan dengan meningkatnya risiko kecanduan *game online* (Mardiana dkk., 2023). Keluarga yang tidak menerapkan batasan yang konsisten terkait waktu bermain *game* membuat anak lebih rentan terhadap kecanduan.

6. Karakteristik *Game* (Desain dan Alur)

Sifat dan desain dari *game online* itu sendiri juga dapat menarik pemain untuk terlibat dalam waktu yang lama. Karakteristik permainan yang mendebarkan dan menantang, serta mekanisme *reward* yang kuat, dapat mendorong individu untuk terus bermain. Karakteristik struktural permainan, termasuk elemen seperti sistem *level-up* dan imbalan dalam game, dapat meningkatkan ketertarikan dan keterlibatan pemain (Gui, 2023).

7. Perilaku *Copyng* Negatif

Penggunaan *game* sebagai strategi penghadapan dapat menyebabkan kecanduan. Pemain sering menggunakan *game* untuk mengatasi stres daripada menghadapi masalah secara langsung, yang dapat berkontribusi pada pengembangan pola kecanduan (Yildiz Durak dkk., 2022). Penghindaran masalah dengan *game*

menimbulkan ketergantungan yang lebih besar terhadap permainan sebagai cara untuk mengatasi emosi negatif.

Sedangkan menurut Saputra, sebagaimana dikutip oleh Masya dan Candra (2016:156) terdapat faktor internal dan faktor eksternal yang menyebabkan kecanduan remaja terhadap *game online*. Faktor-faktor internal yang dapat menyebabkan terjadinya kecanduan terhadap *game online*, sebagai berikut:

1. Keinginan yang kuat dari diri remaja untuk memperoleh nilai yang tinggi dalam *game online*, karena *game online* dirancang sedemikian rupa agar *gamer* semakin penasaran dan semakin ingin memperoleh nilai yang lebih tinggi;
2. rasa bosan yang dirasakan remaja ketika berada di rumah atau di sekolah c.ketidakmampuan mengatur prioritas untuk mengerjakan aktivitas penting lainnya juga menjadi penyebab timbulnya adiksi terhadap *game online*; dan
3. kurangnya self control dalam diri remaja, sehingga remaja kurang mengantisipasi dampak negatif yang timbul dari bermain *game online* secara berlebihan.

Menurut faktor-faktor eksternal yang menyebabkan terjadinya adiksi bermain *game online* pada remaja, sebagai berikut:

1. lingkungan yang kurang terkontrol, karena melihat teman-temannya yang lain banyak yang bermain *game online*;

2. kurang memiliki hubungan sosial yang baik, sehingga remaja memilih alternatif bermain *game* sebagai aktivitas yang menyenangkan; dan
3. harapan orang tua yang melabung terhadap anaknya untuk mengikuti berbagai kegiatan seperti kursus-kursus atau les-les, sehingga kebutuhan primer anak, seperti kebersamaan, bermain dengan keluarga menjadi terlupakan.

Dari pernyataan diatas dapat disimpulkan bahwa factor yang menyebabkan seseorang mengalami *game online* berdasarkan dari diri sendiri (faktor internal) dan berdasarkan keadaan di luar individu (eksternal).

4. Dampak Terhadap Intensitas Bermain *Game online*

Intensitas bermain *game online* memiliki dampak signifikan terhadap kesehatan fisik dan mental individu. Kecanduan *game online* dapat menyebabkan berbagai keluhan kesehatan, termasuk gangguan visual, kualitas tidur yang buruk, dan dampak psikologis. Dalam konteks ini, penting untuk mempertimbangkan aspek-aspek yang berhubungan dengan penggunaan *game online* dan bagaimana hal tersebut mempengaruhi kesehatan pemain.

- 1) Intensitas bermain *game online* berdampak langsung pada kondisi fisik dan mental pemain.

Penggunaan *game online* secara berlebihan terbukti memberikan pengaruh negatif, baik secara fisiologis maupun psikologis. Gangguan yang muncul meliputi keluhan pada mata, gangguan tidur, serta penurunan kesehatan mental secara umum (Rahmawati dan Wijayanti, 2023; Rudiyanto dkk., 2023).

- 2) Postur tubuh yang salah saat bermain game dapat memperparah keluhan visual dan fisik lainnya.

Menurut Rudiyanto dkk (2023), posisi tubuh yang tidak ergonomis saat bermain *game* memperbesar kemungkinan munculnya keluhan pada mata. Nur Kurniawan dkk (2021) juga menegaskan bahwa penggunaan gadget yang tidak terkontrol menyebabkan gangguan penglihatan dan nyeri punggung, yang sering dialami oleh pemain dengan kebiasaan duduk lama dalam posisi tidak ideal.

- 3) Kebiasaan bermain *game* dalam durasi panjang meningkatkan risiko gangguan muskuloskeletal.

Wahyuni & Putra (2023) menyebutkan adanya hubungan antara lamanya waktu bermain *game* dengan risiko munculnya *Carpal Tunnel Syndrome*, yaitu gangguan pada pergelangan tangan yang disebabkan oleh tekanan berulang dalam waktu lama.

- 4) Kualitas tidur menurun akibat kecanduan *game online*.

Rahmawati & Wijayanti (2023) menyatakan bahwa durasi bermain *game* yang tinggi berdampak pada pola tidur remaja,

terutama selama masa pandemi. Gangguan tidur ini berdampak pada kesehatan mental, memicu gejala kecemasan, dan stres.

- 5) Kecanduan *game online* berkorelasi dengan peningkatan risiko gangguan psikologis.

Adiksi *game online* dapat memicu stres emosional, terutama pada remaja, yang cenderung mengalami kesulitan dalam mengatur waktu bermain dan aktivitas harian lainnya (Putri dkk., 2023).

- 6) Gangguan tidur sebagai indikator dampak lanjutan dari kecanduan *game*.

Kecanduan *game online* berkaitan erat dengan penurunan kualitas tidur secara signifikan, yang kemudian berdampak pada kesehatan mental dan performa belajar (Ardita Pramesti dkk., 2023).

- 7) Permainan yang berlebihan menguras energi dan menurunkan kualitas hidup.

Penggunaan game secara intensif menyebabkan kelelahan fisik, menurunnya produktivitas, serta menurunnya kualitas hidup secara umum (Pramandani dan Wirawan, 2021).

5. Karakteristik Perilaku Kecanduan *Game online*

Seseorang akan disebut kecanduan apabila memenuhi tiga dari enam kriteria yang diungkapkan oleh Şalvarlı dan Griffiths (2021). Kriteria tingkah laku kecanduan sebagai berikut :

1. *Salience*

Salience menunjukkan dominasi aktivitas bermain *game* dalam pikiran maupun tingkah laku. Seseorang dalam kehidupan sehari – harinya akan menerapkan gerakan *game* pada aktivitas sehari – harinya. Oleh sebab itu *salience* dibagi menjadi dua yaitu :

- 1) *Cognitive salience* : dominasi aktivitas bermain *game* pada level pikiran.
- 2) *Behavioral salience* : dominasi aktivitas bermain *game* pada level tingkah laku.

2. *Euphoria*

Euphoria mendapatkan kesenangan dalam aktifitas bermain *game online*. Hal ini dikarenakan banyaknya fitur – fitur yang disajikan dalam *game online*, sehingga seseorang mendapatkan kesenangan yang tidak tergantikan pada saat bermain *game online*.

3. *Conflict*

Conflict atau pertentangan yang muncul antara seseorang yang kecanduan dengan orang – orang yang ada disekitarnya (*external conflict*) dan juga dengan dirinya sendiri (*internal conflict*) tentang tingkat dari tingkah laku yang berlebihan.

- a. *Interpersonal conflict* (eksternal) : konflik yang terjadi dengan orang-orang disekitarnya yang maksudnya apabila individu merasa kalah dalam *game* dengan orang lain.

b. *Intrapersonal conflict* (internal) : konflik yang terjadi pada diri sendiri di mana seseorang merasa kecewa pada dirinya saat kalah ataupun tidak sukses dalam pencapaiannya di *game*.

4. *Tolerance*

Tolerance disini berarti aktivitas bermain *game online* mengalami peningkatan secara progresif selama rentang periode untuk mendapatkan efek kepuasann. *Tolerance* berkembang sebagai kebutuhan pada seseorang yang kecanduan untuk meningkatkan ketergantungannya pada tingkah laku bermain *game* oline untuk mendapatkan pengalaman yang sama dibandingkan pada saat bagian awal kecanduan.

5. *Withdrawal*

Withdrawal yaitu perasaan tidak menyenangkan pada saat tidak melakukan aktifitas bermain *game online*. Situasi ini terjadi dikarenakan individu sudah kecanduan *game online*, lebih tepatnya kecanduan dengan fitur *game* yang ada. Sehingga akan membuat individu gelisah apabila tidak bermain *game*.

6. *Relapse and reinstatement*

Relapse and reinstatement merupakan kecenderungan untuk melakukan pengulangan terhadap pola-pola awal tingkah laku kecanduan atau bahkan menjadi lebih parah walaupun setelah bertahun-tahun hilang

dan dikontrol. Hal ini menunjukkan kecenderungan ketidakmampuan untuk berhenti secara utuh dari aktivitas bermain *game online*.

6. Belajar dan Pembelajaran

a. Pengertian Belajar

Belajar adalah proses kompleks yang mencakup usaha sadar individu untuk memperoleh pengetahuan, keterampilan, dan sikap sebagai akibat dari pengalaman, interaksi dengan lingkungan, serta latihan (RAHMAWATI, 2023; Rofi'i, 2022). Proses belajar tidak hanya melibatkan perubahan dalam aspek kognitif, tetapi juga mencakup dimensi afektif dan psikomotorik, menjadikannya fenomena multidimensional yang berkontribusi pada perubahan perilaku individu secara menyeluruh (Inayah dkk., 2023).

Secara sederhana, belajar dapat didefinisikan sebagai modifikasi atau penguatan perilaku melalui pengalaman. Definisi ini menunjukkan bahwa belajar bukan sekadar aktivitas pasif, melainkan melibatkan keterlibatan aktif individu dalam mengolah informasi yang diterima dari lingkungannya (Ash shiddiqi dan Safitri, 2023). Proses ini dapat terjadi dalam berbagai konteks, baik formal maupun informal, dan memerlukan motivasi serta keinginan untuk belajar agar bisa mencapai hasil yang maksimal (Muharom dkk., 2022; Rafiska dan Susanti, 2023).

Belajar juga merupakan aktivitas yang berlanjut sepanjang hidup. Sejalan dengan pendapat ini, beberapa penelitian menyoroti pentingnya lingkungan belajar yang mendukung serta gaya belajar yang sesuai untuk memfasilitasi proses belajar yang efektif (Lestari dkk., 2023; Rafiska dan Susanti, 2023). Misalnya, gaya belajar auditori adalah salah satu dari berbagai gaya belajar yang mendeskripsikan cara individu menggunakan pendengaran untuk memahami dan menyerap informasi, menunjukkan bahwa setiap individu memiliki cara yang berbeda dalam belajar (Rafiska dan Susanti, 2023).

Selain itu, hasil belajar adalah indikator dari efektivitas proses belajar itu sendiri. Hasil belajar ini mencerminkan sejauh mana pengetahuan atau keterampilan baru telah dikuasai dan diterapkan oleh siswa (Anisa dkk., 2024; Az-Zahra dkk., 2024). Dalam konteks pendidikan, evaluasi melalui tes atau penilaian berkala sering digunakan untuk mengukur hasil belajar yang telah dicapai, dan penting untuk diingat bahwa evaluasi ini harus mencerminkan perubahan yang signifikan dan positif.

Dalam rangka mencapai keberhasilan dalam belajar, peran guru dan lingkungan pendidikan sangat vital. Guru tidak hanya berperan sebagai sumber pengetahuan tetapi juga sebagai fasilitator dalam menciptakan suasana belajar yang menyenangkan dan kondusif. Dengan demikian, penting bagi pendidik untuk menerapkan metode yang mendukung

proses belajar aktif dan kolaboratif untuk meningkatkan keterlibatan siswa.

Secara keseluruhan, belajar adalah proses yang mencerminkan interaksi antara individu dan lingkungannya, berkontribusi pada pengembangan pribadi dan sosial yang lebih baik, serta menciptakan individu yang mampu menghadapi dan beradaptasi dengan tantangan kehidupan yang terus berubah.

b. Pengertian Pembelajaran

Menurut Gagne dalam Siregar (2020:12), pembelajaran didefinisikan sebagai pengaturan yang cermat terhadap berbagai peristiwa dengan tujuan agar proses belajar dapat terjadi secara efektif dan berhasil guna. Proses ini bertujuan untuk mengaktifkan, mendukung, serta memperhatikan proses internal yang berlangsung dalam setiap peristiwa belajar.

Pembelajaran merupakan proses sistematis yang membawa perubahan dalam pengetahuan, keterampilan, dan sikap peserta didik melalui interaksi dengan lingkungan, baik secara langsung maupun tidak langsung. Pada dasarnya, pembelajaran tidak hanya terjadi di ruang kelas, tetapi juga dalam berbagai konteks dan situasi, baik formal maupun informal. Hal ini menunjukkan bahwa pembelajaran bersifat holistik dan mencakup dimensi kognitif, afektif, dan psikomotorik (ELVITON, 2022; Santoso, 2022).

Dari perspektif pendidikan, pembelajaran dapat dipandang sebagai suatu kegiatan yang melibatkan metode, strategi, dan pendekatan tertentu yang dirancang untuk memfasilitasi proses belajar mengajar agar mencapai tujuan pendidikan yang telah ditetapkan. Rancangan pada pembelajaran mencakup beberapa komponen, seperti tujuan pembelajaran, isi materi, pendekatan yang digunakan, serta evaluasi yang dilakukan. Tujuan utama dari pembelajaran adalah untuk meningkatkan pemahaman dan kemampuan peserta didik terhadap materi yang diajarkan sehingga mereka dapat menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari (Wahyu Ningsih dan Yuliana, 2024).

Model pembelajaran seperti *Project Based Learning* dan *Inquiry-Based Learning* merupakan contoh penerapan pendekatan aktif yang dirancang untuk meningkatkan keterlibatan siswa dalam proses belajar. Dalam konteks ini, siswa tidak hanya dianggap sebagai penerima informasi, tetapi juga sebagai partisipan aktif yang terlibat dalam pencarian pengetahuan dan penyelesaian masalah (Marbun, 2021). Oleh karena itu, sangat penting bagi pendidik untuk menciptakan suasana belajar yang mendukung, sehingga siswa merasa termotivasi dan memiliki kebebasan untuk mengeksplorasi ide-ide serta berdiskusi dengan teman sebayanya (Jahja dkk., 2023).

Selain itu, penggunaan teknologi dalam pembelajaran, seperti *blended learning* dan *e-learning*, telah memperluas kemungkinan

interaksi dan aksesibilitas pendidikan. Dalam situasi ini, pembelajaran dapat dilakukan secara fleksibel dengan memanfaatkan berbagai media dan sumber daya, yang membuat pembelajaran lebih menarik dan interaktif bagi siswa (Suriyana dan Novianti, 2021; Uzlal dan Suryana, 2022).

Secara keseluruhan, pengertian pembelajaran mencakup berbagai aspek yang berhubungan dengan cara individu belajar, mengembangkan diri, serta mengakuisisi pengetahuan dan keterampilan baru. Dengan pemahaman yang komprehensif tentang proses ini, diharapkan pendidikan dapat berjalan dengan efektif dan berkualitas, sehingga dapat menghasilkan individu yang tidak hanya cerdas secara akademis, tetapi juga siap menghadapi tantangan di dunia nyata (Rachmadian dkk., 2021).

7. Motivasi Belajar

a. Pengertian Motivasi

Motivasi sebagai upaya untuk menciptakan kondisi tertentu agar seseorang melakukan hal-hal yang disenangi dan menghindari hal-hal yang tidak disenangi. Motivasi dapat berasal dari luar, tetapi juga dapat timbul dari dalam diri seseorang (Rahman, 2021). Dalam konteks motivasi belajar, motivasi merupakan dorongan internal yang mendorong siswa untuk terlibat dalam kegiatan pembelajaran dan memberikan arah pada proses belajar agar mencapai tujuan pembelajaran.

Motivasi sebagai kondisi psikologis yang mendorong individu untuk bertindak (Haqiqi dan Cahya, 2023). Dalam konteks belajar, motivasi merupakan dorongan dari dalam diri siswa untuk aktif dalam kegiatan pembelajaran dan mengarahkan upaya belajar menuju pencapaian tujuan. Kehadiran motivasi sangat penting dalam pembelajaran karena tanpa motivasi, individu tidak akan aktif dalam aktivitas pembelajaran. Selain itu menurut Siregar (2020) motivasi sebagai perubahan energi dalam diri seseorang yang ditandai oleh munculnya perasaan tertentu.

Dari beberapa definisi tersebut, dapat disimpulkan bahwa motivasi adalah dorongan atau respons internal yang muncul dalam diri seseorang untuk terlibat dalam kegiatan belajar dengan tujuan mencapai hasil belajar yang diinginkan. Motivasi belajar dapat dipengaruhi oleh faktor eksternal yang merangsang individu. Dalam konteks pembelajaran, siswa juga memerlukan rangsangan eksternal untuk tetap termotivasi dalam melaksanakan kegiatan di lingkungan sekolah.

Berdasarkan pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa belajar dan pembelajaran adalah dua teori yang tidak dapat dipisahkan, dimana belajar itu sendiri adalah kegiatan untuk menanamkan perubahan tingkah laku terhadap diri peserta didik setelah proses belajar mengajar, sedangkan pembelajaran itu sendiri adalah sebuah upaya yang mengatur

jalannya kegiatan belajar mengajar supaya terwujudnya tujuan dari kegiatan pembelajaran yang telah dilaksanakan.

b. Fungsi Motivasi Dalam Belajar

Ryan dan Deci (2023) menyebutkan beberapa fungsi motivasi dalam belajar diantaranya adalah:

- 1) Mendorong manusia untuk berbuat, motivasi sebagai penggerak dari setiap kegiatan yang akan dilakukan;
- 2) Menentukan arah perbuatan, motivasi dapat memberikan arah tujuan yang akan dicapai dalam melakukan kegiatan;
- 3) Menyeleksi perbuatan, menentukan perbuatan yang akan dikerjakan untuk mencapai tujuan dan menyingkirkan kegiatan yang dapat menghambat tujuan tersebut;
- 4) Pendorong usaha mencapai prestasi, dengan adanya usaha yang tekun dan motivasi yang baik dalam belajar akan menunjukkan hasil prestasi yang baik.

Wahab, (2017:131) menyebutkan bahwa motivasi merupakan peranan yang strategis dalam aktivitas belajar, berikut fungsi motivasi dalam belajar, diantaranya:

- 1) Motivasi sebagai pendorong perbuatan

Siswa belajar karena ingin mencari tahu sesuatu yang belum dipahami.

2) Motivasi sebagai penggerak perbuatan

Dorongan psikologis yang melahirkan sikap terhadap anak didik akan membentuk sikap yang tak terbendung yang kemudian menjelma menjadi gerakan psikofisis.

3) Motivasi sebagai pengarah perbuatan

Siswa yang memiliki motivasi dapat menyeleksi perbuatan yang harus dilakukan dan harus diabaikan.

Fungsi motivasi dijelaskan sebagai dorongan dan penunjuk arah tindakan. Harapannya, motivasi dapat mendorong siswa untuk aktif dalam menjalankan tugas yang diberikan, sehingga mereka dapat mencapai tujuan pembelajaran dengan terarah.

c. Faktor Mempengaruhi Motivasi Belajar

Menurut Uno (2021) faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi belajar siswa bisa berasal dari dalam maupun dari luar.

1. Faktor intern (dari dalam diri peserta didik)

a) Sifat, kebiasaan dan kecerdasan.

Karakteristik siswa dipengaruhi oleh kepribadian, kebiasaan, dan tingkat kecerdasan individu masing-masing. Motivasi cenderung meningkat seiring dengan peningkatan tingkat kecerdasan siswa. Di sisi lain, siswa dengan kemampuan di bawah rata-rata mungkin memiliki tingkat motivasi yang rendah.

b) Kondisi fisik dan psikologis

Kondisi fisik seorang siswa akan berdampak pada kesejahteraannya psikologisnya. Siswa dengan postur tubuh yang kecil mungkin akan menghadapi perlakuan yang berbeda dari teman-temannya, dan jika mendapat ejekan, ini bisa mengurangi rasa percaya diri dan menyebabkan perasaan rendah diri. Tingkat kepercayaan diri siswa memiliki kaitan erat dengan motivasi belajar. Siswa yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi cenderung bersemangat dan antusias dalam kegiatan belajar, karena mereka yakin mampu melaksanakan tugas dengan baik. Sebaliknya, siswa yang kurang percaya diri mungkin merasa malu dan takut melakukan kesalahan di depan teman-temannya dan guru. Rasa takut ini dapat mengurangi motivasi siswa untuk berpartisipasi dalam kegiatan belajar.

2. Faktor *ekstern* (dari lingkungan peserta didik)

a) Guru

Sikap guru, baik di dalam maupun di luar kelas, memiliki dampak signifikan terhadap motivasi belajar siswa. Ketika guru menunjukkan kehangatan, keramahan, dan perhatian terhadap siswa, hal ini dapat meningkatkan motivasi belajar mereka. Sebaliknya, jika guru bersikap cuek, kasar, atau sering marah,

ini dapat menyebabkan siswa kehilangan minat untuk berpartisipasi dalam aktivitas pembelajaran.

Penggunaan media pembelajaran juga memiliki dampak yang besar terhadap motivasi belajar siswa di kelas. Media pembelajaran membantu menyajikan materi yang abstrak menjadi lebih konkret bagi siswa, sehingga memudahkan pemahaman mereka terhadap materi. Selain itu, media pembelajaran juga dapat merangsang rasa ingin tahu siswa terhadap materi yang diajarkan.

b) Lingkungan Belajar

Faktor lingkungan belajar juga memengaruhi motivasi siswa dalam proses pembelajaran. Lingkungan yang mendukung akan lebih memotivasi siswa untuk belajar, sedangkan lingkungan yang tidak kondusif dapat membuat siswa kehilangan semangat belajar.

c) Sarana Prasarana

Tersedianya fasilitas dan sarana di sekolah akan berdampak pada motivasi siswa. Ketersediaan fasilitas yang memadai akan mendorong siswa untuk belajar karena mereka akan merasa lebih nyaman dan terbantu dalam memahami materi pelajaran.

d) Orangtua

Keterlibatan dan peran orang tua dalam mengawasi perkembangan belajar anaknya juga memiliki dampak signifikan terhadap motivasi belajar anak. Anak akan lebih termotivasi untuk belajar jika orang tua selalu memberikan perhatian terhadap kemajuan dan perkembangannya dalam pembelajaran. Peserta didik yang merasa didukung oleh keluarga akan merasa termotivasi untuk belajar karena mereka merasakan adanya dukungan dan dorongan. Sebaliknya, jika orang tua dan keluarga kurang peduli terhadap kemajuan belajar anak, anak juga mungkin kehilangan minat dalam belajar.

d. Indikator motivasi

Motivasi belajar adalah dorongan untuk terlibat dalam proses pembelajaran, dan umumnya memiliki indikator yang menandakan tingkat keberhasilan. Menurut Kompri, (2015: 247), indikator motivasi belajar siswa meliputi: memiliki gairah dan semangat tinggi, rasa ingin tahu yang besar, kemampuan untuk mandiri dalam mengerjakan tugas, kepercayaan diri, tingkat konsentrasi yang tinggi, melihat kesulitan sebagai tantangan yang harus diatasi, dan memiliki kesabaran serta semangat juang yang tinggi.

Ryan dan Deci (2020) juga menggambarkan indikator motivasi belajar, baik intrinsik maupun ekstrinsik, sebagai berikut:

- 1) Keinginan untuk berhasil: Ini merujuk pada dorongan untuk mencapai kesuksesan dalam belajar, yang disebut motif berprestasi, yang merupakan bagian dari kepribadian dan perilaku manusia yang dapat berkembang dan diperkuat melalui proses pembelajaran.
- 2) Dorongan dan kebutuhan untuk belajar: Dorongan yang kuat untuk menghindari kegagalan yang mungkin timbul dari ketakutan akan kegagalan dalam menyelesaikan tugas. Kesuksesan seseorang dalam belajar juga dapat dipicu oleh dorongan atau motivasi dari luar dirinya.
- 3) Harapan dan impian untuk masa depan: Harapan berkaitan dengan keyakinan bahwa individu dipengaruhi oleh gambaran hasil dari tindakan yang dilakukannya.
- 4) Penghargaan dalam pembelajaran: Pujian verbal atau penghargaan dalam bentuk lain atas perilaku yang positif merupakan cara yang efektif untuk meningkatkan motivasi belajar.
- 5) Kegiatan belajar yang menarik: Suasana pembelajaran yang menarik dapat membuat proses belajar menjadi lebih bermakna, mudah dipahami, dihargai, dan diingat. Simulasi atau permainan sering kali digunakan dalam pembelajaran untuk menciptakan suasana yang menarik.
- 6) Lingkungan pembelajaran yang kondusif: Motif dasar individu muncul dari tindakan mereka yang dipengaruhi oleh lingkungan

sekitarnya. Lingkungan pembelajaran yang kondusif menjadi faktor penting dalam memengaruhi motivasi belajar, memungkinkan siswa untuk belajar dengan efektif.

8. Hubungan Intensitas Bermain *Game online* di Smartphone

Anak yang gemar bermain *game online* dapat mengalami gangguan konsentrasi dalam belajar, karena pikiran mereka sering kali hanya terfokus pada permainan atau membayangkan *game* yang mereka mainkan (Prasetyo dkk., 2023). Hal ini dapat berdampak negatif pada proses belajar akademis mereka, terutama dalam menyerap materi pelajaran yang disampaikan oleh guru (Lukiyana dan Wulandari, 2023).

Bermain *game online* dapat mempengaruhi perilaku siswa, termasuk menyebabkan kurangnya fokus terhadap pelajaran dan tugas sekolah. Siswa sering kali lebih memprioritaskan bermain *game* daripada hal-hal yang lebih penting seperti belajar, mengerjakan PR, bersekolah, beribadah, atau menjalankan tanggung jawab lainnya. Bahkan, dalam beberapa kasus, siswa dapat membolos sekolah hanya untuk bermain *game*.

Namun, yang menarik, beberapa penelitian menunjukkan bahwa anak-anak yang sangat antusias bermain *game* sering kali memiliki tingkat intelegensi yang tinggi, motivasi kuat, dan berorientasi pada prestasi. Hal ini membuka peluang untuk mengaitkan motivasi belajar dengan perilaku bermain *game*. Motivasi belajar pada siswa dapat dipengaruhi oleh cara

mereka memusatkan minat dan energi. Jika minat ini dapat diarahkan dengan tepat, keterampilan yang sama seperti fokus, strategi, dan pemecahan masalah yang mereka gunakan dalam *game* dapat dimanfaatkan dalam konteks akademis. Dengan pendekatan yang tepat, motivasi yang muncul dari bermain *game* dapat diadaptasi untuk meningkatkan performa dan konsentrasi dalam kegiatan belajar.

Pemahaman ini juga bisa menjadi dasar bagi guru dan orang tua untuk mencari keseimbangan antara aktivitas bermain *game* dan belajar, dengan memanfaatkan motivasi yang tinggi dalam bermain *game* sebagai pendorong bagi motivasi belajar siswa.

B. Kajian Penelitian yang Relevan

1. Penelitian dari Prasetyo tahun 2023 dengan judul Dampak Permainan *Game online* Terhadap Prestasi Belajar Siswa Sekolah Dasar. Penelitian ini dilakukan untuk mengkaji dampak permainan *game online* terhadap prestasi belajar siswa Sekolah Dasar (SD), dengan studi kasus di SDN Sembaturagung 01, Kecamatan Jakenan, Kabupaten Pati. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, dengan metode studi kasus yang melibatkan siswa kelas V, guru, serta orang tua sebagai subjek penelitian. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi, yang kemudian dianalisis secara interaktif.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *game online* memiliki dampak negatif yang signifikan terhadap prestasi belajar siswa. Beberapa dampak yang teridentifikasi antara lain penurunan prestasi belajar, perilaku kurang sopan, kesulitan dalam mengatur waktu antara belajar dan bermain, serta gangguan kesehatan seperti penurunan fungsi mata dan pendengaran. Siswa yang sering bermain *game online* cenderung mengalami kesulitan fokus saat belajar dan sering terlambat mengumpulkan tugas. Selain itu, mereka juga sering mendapatkan nilai yang rendah dalam ujian harian dan mengalami kesulitan dalam pelajaran seperti Matematika.

Selain aspek akademis, dampak sosial dari *game online* juga terlihat pada perubahan perilaku siswa, seperti penggunaan kata-kata kasar yang dipelajari dari interaksi dalam *game*. Beberapa siswa juga mengalami kesulitan beradaptasi secara sosial dengan teman-teman di dunia nyata karena terlalu sering terlibat dalam dunia virtual *game online*.

Penelitian ini menyarankan agar orang tua lebih aktif dalam mengawasi kegiatan anak-anak, terutama dalam penggunaan gadget dan *game online*. Selain itu, kolaborasi antara guru dan orang tua sangat penting untuk memastikan anak-anak dapat mengatur waktu dengan baik antara belajar dan bermain. Pembatasan waktu bermain *game online* dan

pengawasan yang ketat menjadi kunci untuk mengurangi dampak negatif dari kecanduan *game online* terhadap prestasi dan perilaku siswa.

2. Penelitian yang dilakukan Lukiyana dan Wulandari tahun 2023 dengan judul Pengaruh *Game online* Terhadap Konsentrasi Belajar Dengan Manajemen Waktu dan Efikasi Diri Sebagai Pemoderasi. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis dan membuktikan adanya pengaruh *game online* terhadap manajemen waktu, efikasi diri, serta konsentrasi belajar. Sampel penelitian terdiri dari 170 siswa sekolah atau masyarakat yang sering bermain *game online*. Metode analisis yang digunakan adalah *structural equation modelling* (SEM) dengan bantuan perangkat lunak Smart PLS. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *game online* memiliki dampak negatif yang tidak signifikan terhadap konsentrasi belajar. Sebaliknya, manajemen waktu berpengaruh positif dan signifikan terhadap konsentrasi belajar. Efikasi diri juga memiliki pengaruh positif dan signifikan sebagai variabel moderasi terhadap konsentrasi belajar, meskipun tidak ada hubungan signifikan antara efikasi diri dan pengaruh *game online* terhadap konsentrasi belajar. Selain itu, moderasi manajemen waktu tidak menunjukkan hubungan signifikan terhadap pengaruh *game online* terhadap konsentrasi belajar.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *game online* memiliki dampak negatif terhadap konsentrasi belajar dengan nilai P value sebesar 0,907, yang menunjukkan bahwa pengaruh tersebut tidak signifikan.

Sebaliknya, manajemen waktu menunjukkan pengaruh positif dan signifikan terhadap konsentrasi belajar dengan P value sebesar 0,000. Efikasi diri juga menunjukkan pengaruh positif dan signifikan terhadap konsentrasi belajar, dengan P value sebesar 0,000. Namun, efek moderasi efikasi diri terhadap pengaruh *game online* terhadap konsentrasi belajar tidak signifikan, dengan P value sebesar 0,605. Moderasi manajemen waktu juga tidak menunjukkan hubungan signifikan terhadap pengaruh *game online* terhadap konsentrasi belajar, dengan P value sebesar 0,041 yang menunjukkan pengaruh yang positif namun tidak signifikan secara kuat.

Implikasi penelitian ini memberikan wawasan bagi para pemain *game online*, terutama pelajar, untuk mengelola waktu mereka dengan baik agar tidak mengganggu konsentrasi belajar. Hasil ini juga menekankan bahwa pengaruh *game online* tidak selalu negatif, melainkan tergantung pada bagaimana seseorang mengatur waktunya dengan baik.

3. Penelitian berikutnya dari Susmita Sari tahun 2024 dengan judul Hubungan Intensitas Bermain *Game online* Terhadap Motivasi dan Prestasi Belajar Siswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi hubungan antara intensitas bermain *game online* dengan motivasi belajar dan prestasi siswa di SMPN 2 Sikur. Berdasarkan hasil penelitian, ditemukan bahwa intensitas bermain *game online* tidak memiliki

hubungan signifikan dengan motivasi belajar maupun prestasi siswa. Analisis statistik menunjukkan bahwa meskipun siswa yang bermain *game online* dalam waktu yang tinggi atau sedang tidak menunjukkan penurunan yang signifikan dalam motivasi belajar atau prestasi akademis, ada kecenderungan bahwa intensitas bermain *game* tidak berkontribusi langsung terhadap peningkatan dalam kedua aspek tersebut.

Dari 110 responden yang diteliti, sebagian besar siswa (70,9%) memiliki intensitas bermain *game* yang sedang, dengan motivasi belajar yang cenderung tinggi (54,5%). Namun, prestasi akademik siswa umumnya tetap baik, terlepas dari tingginya waktu bermain *game online*, di mana 85,5% siswa memiliki prestasi yang baik dan hanya sedikit yang mengalami penurunan prestasi.

Kesimpulan yang dapat diambil dari penelitian ini adalah bahwa intensitas bermain *game online* tidak berpengaruh signifikan terhadap motivasi belajar atau prestasi akademik siswa. Oleh karena itu, meskipun *game online* semakin populer di kalangan siswa, perhatian dari guru dan orang tua terhadap penggunaan teknologi oleh siswa sangat penting, agar aktivitas bermain *game* tidak mengganggu perkembangan akademik mereka. Pengawasan yang bijak dapat membantu memastikan siswa tetap fokus dalam pembelajaran meskipun mereka juga menikmati hiburan melalui *game online*.

4. Penelitian yang dilakukan Remildo tahun 2022 dengan judul Pengaruh *Game online* Terhadap Motivasi Belajar Siswa Kelas XI IPS SMA Negeri 1 Lobalain. Penelitian yang dilakukan bertujuan untuk memahami pengaruh *game online* terhadap motivasi belajar siswa, khususnya pada kelas XI IPS di SMA Negeri 1 Lobalain. Latar belakang penelitian ini didasarkan pada rendahnya motivasi belajar siswa, yang diperkirakan salah satunya disebabkan oleh intensitas bermain *game online* yang cukup tinggi. *Game online*, meskipun menawarkan manfaat dalam meningkatkan keterampilan analisis dan strategi, juga memiliki dampak negatif jika tidak dikendalikan, yaitu mengurangi fokus belajar dan menurunkan motivasi siswa dalam kegiatan akademik.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik pengambilan sampel quota sampling, melibatkan 40 siswa. Data dikumpulkan melalui kuesioner yang mengukur hubungan antara *game online* dan motivasi belajar. Berdasarkan hasil analisis regresi linear sederhana, penelitian menunjukkan adanya pengaruh signifikan *game online* terhadap motivasi belajar siswa, dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($<0,05$) dan t-hitung sebesar 4,180 ($> t$ -tabel 2,024). Ini berarti *game online* memiliki kontribusi sebesar 32,9% terhadap motivasi belajar siswa.

Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa *game online* berpengaruh terhadap motivasi belajar siswa, baik secara positif maupun

negatif. Beberapa siswa yang mampu membagi waktu dengan baik antara bermain *game* dan belajar menunjukkan peningkatan dalam kemampuan analisis dan pemecahan masalah, yang berkontribusi pada motivasi belajar mereka. Namun, siswa yang kecanduan *game online* cenderung kehilangan fokus dan mengalami penurunan motivasi belajar. Berdasarkan temuan ini, disarankan agar guru mengadopsi metode pembelajaran berbasis permainan dan orang tua mengawasi penggunaan *game online* oleh anak-anak mereka agar tetap produktif.

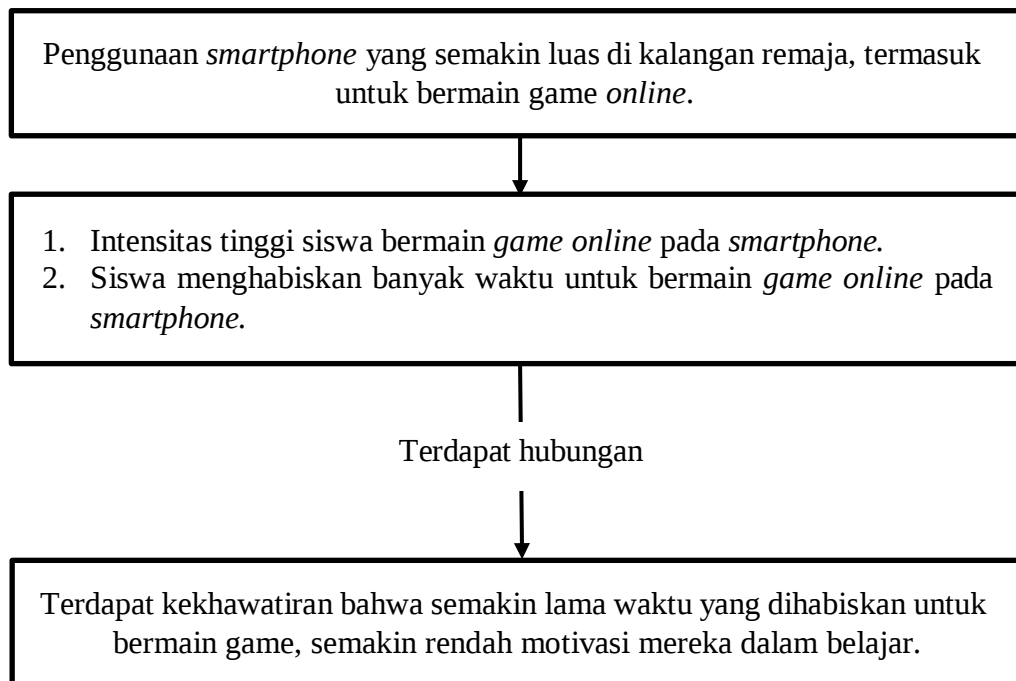
C. Kerangka Pikir

Game online merupakan platform hiburan yang digemari oleh berbagai kalangan, termasuk siswa SMA. Dalam konteks penelitian ini, intensitas bermain *game online* menjadi variabel X. Pengaruh hubungan bermain *game online* terhadap para pemainnya, termasuk siswa, sangat signifikan karena dapat berdampak pada aspek akademik, khususnya motivasi belajar. Pengaruh tersebut bisa bersifat positif atau negatif. Motivasi belajar, yang menjadi variabel Y dalam penelitian ini, dapat dipengaruhi oleh intensitas bermain *game online*. Jika siswa terlalu sering bermain *game online*, hal ini berpotensi menurunkan motivasi belajar mereka, yang pada akhirnya dapat menyebabkan kemalasan dalam belajar. Namun, ada kemungkinan bahwa dalam beberapa kasus, bermain *game online* justru dapat memicu motivasi belajar yang lebih tinggi, sehingga

game online bisa menjadi salah satu faktor pendukung keberhasilan dalam belajar.

Motivasi belajar adalah dorongan yang muncul dari dalam diri siswa atau dari faktor eksternal yang menyebabkan perubahan perilaku individu sebagai hasil dari interaksi mereka dengan lingkungan untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Motivasi belajar memainkan peran penting dalam meningkatkan semangat dan minat siswa untuk belajar. Siswa dengan motivasi tinggi akan memiliki energi lebih dalam melaksanakan kegiatan belajar, yang pada gilirannya dapat meningkatkan prestasi akademik.

Permasalahan yang diangkat dalam penelitian ini berkaitan dengan bagaimana penggunaan dengan intensitas tinggi bermain *game online* memengaruhi motivasi belajar siswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi apakah ada pengaruh yang signifikan antara *game online* dan motivasi belajar siswa. Peneliti menggunakan teori yang relevan untuk memandu arah penelitian sehingga dapat membangun kerangka pemikiran yang jelas. Jawaban sementara terhadap permasalahan penelitian ini disebut dengan hipotesis, yang nantinya akan diuji dalam penelitian.



Gambar 2. 1. Kerangka Berpikir

D. Hipotesis Penelitian

1) Hipotesis Alternatif (Ha):

Terdapat hubungan yang signifikan antara intensitas tinggi bermain *game online* di *smartphone* dengan motivasi belajar siswa kelas XI SMA Negeri 1 Kayan Hulu. Artinya, semakin tinggi intensitas bermain *game online*, semakin rendah motivasi belajar siswa.

2) Hipotesis Nol (Ho):

Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara intensitas tinggi bermain *game online* di *smartphone* dengan motivasi belajar siswa kelas XI SMA Negeri 1 Kayan Hulu. Dengan kata lain, intensitas tinggi bermain *game online* tidak mempengaruhi motivasi belajar siswa secara signifikan.

