

Evaluasi dampak adiksi *Game Online* di Gen Z

Alessandro Hendrata

ahendrata@student.ciputra.ac.id

Visual Communication Design, School of Creative Industry

Universitas Ciputra Surabaya

ABSTRAK

Perkembangan teknologi yang terjadi di Indonesia berjalan dengan sangat pesat, begitu juga dengan game *online*. Dengan berkembangnya game *online* ini menimbulkan berbagai dampak pada kalangan remaja di Indonesia. Dampak tersebut beragam dari positif hingga negatif yang bergantung pada individu tertentu. Penelitian ini adalah penelitian dengan cara Kualitatif terhadap 3 individu yang memiliki adiksi game *online* yang berbeda-beda. Narasumber pertama adalah Adiksi berat, Narasumber kedua sebagai variabel kontrol, dan narasumber ketiga sebagai pemain game amatir. Penelitian ini bertujuan untuk mencari tahu dampak dari adiksi game *online* pada Remaja di Indonesia dan pengaruh adiksi game *online* pada Remaja di Indonesia. Ternyata dari ketiga narasumber tersebut dampak yang diterima berbeda-beda. Ada yang bisa mendapatkan uang dari bermain game, dan juga ada yang tuna karya karena bermain game.

Kata Kunci: Game *Online*, Adiksi Game *Online*, IGD

ABSTRACT

The development of technology in Indonesia is progressing very rapidly, as is online gaming. With the development of online games, various impacts have arisen among teenagers in Indonesia. The impact varies from positive to negative, depending on the individual. This research is a qualitative study involving 3 individuals with different levels of online gaming addiction. The first respondent is a heavy addict, the second respondent is a control variable, and the third respondent is an amateur gamer. This research aims to investigate the impact of online game addiction on adolescents in Indonesia and the influence of online game addiction on adolescents in Indonesia. It turns out that the impact received by the three sources was different. Some can earn money from playing games, while others become unemployed because of playing games.

Keywords: Online Game, Online Game Addiction, IGD

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi yang terjadi di Indonesia berjalan dengan sangat pesat. Hal ini dimulai dengan masuknya internet dan ponsel pintar ke Indonesia. Internet sendiri menjadi asal muasalnya suatu masalah yang sangat besar di dunia saat ini, yaitu *Internet Addiction Disorder* (IAD) yang juga mencangkup *Internet Gaming Disorder* (IGD)/*Online Gaming Addiction* (OGA). OGA didefinisikan sebagai subtipe kecanduan internet dan menyiratkan ketergantungan psikologis maladaptif pada subset artefak teknologi informasi tertentu, yaitu game *online* (Wang et al., 2021). Berdasarkan (APJII, 2024), pengguna internet di Indonesia naik dari 132,7 juta pengguna atau sekitar 51,5% dari jumlah penduduk di tahun 2016, menjadi 221 juta pengguna atau sekitar 79,5% di tahun 2024. Angka tersebut membuktikan bahwa perkembangan internet sangat pesat di 8 tahun terakhir. Terdapat sebesar 77,5% atau 887.003 putra dan 22,5% atau 241.989 putri yang berusia 15-18 tahun Di Indonesia yang mengalami kecanduan Game *Online* (Gurusinha, 2020). Salah satu dari dampak perkembangan internet yang pesat adalah munculnya beberapa game *online* di Indonesia. Suatu game dapat dikategorikan sebagai game *online* apabila game tersebut terkoneksi pada jaringan internet. Namun game tersebut tidak hanya terbatas pada satu gadget saja, sekarang bisa dimainkan di hampir semua gadget yang ada. Kekurangan dari kedua jenis game ini tentu berbeda. Game *offline* dapat dimainkan dengan waktu yang lebih lama, sehingga bisa membuat adiksi dan merusak kesehatan, sedangkan game *online* bisa membuat *cyberbullying*, *cyber attack*, dan banyaknya oknum-oknum pedofil (Kidssafe.lk, 2024). Selain itu juga terdapat penemuan bahwa lebih banyak pemain *Massively Multiplayer Online Role Playing Game* (MMO RPG) memiliki gejala *Gaming Disorder* dibandingkan pemain game *offline* (Bodi, et all., 2021).

Di Indonesia sendiri Game *online* mulai berkembang dengan pesat pada 90 hingga 2000-an, saat game bernama CS1.6, DOTA, dan Point Blank masuk di warnet-warnet Indonesia (Sebutan dari Warung Internet). Dikarenakan hal tersebut, banyak anak 90 hingga 2000-an yang memiliki adiksi game *online*. Oleh karena itu kita juga perlu tau apa alasan anak-anak mengalami kecanduan dari Game

online, pengaruh apa saja yang didapatkan, dan manfaat apa saja yang didapatkan oleh mereka dari bermain game *online* tersebut, serta perbedaan dari pemain-pemain adiksi parah, pemain biasa, dan juga pemain yang bisa mendapatkan uang dari bermain game.

Bila dilihat dari dampak positif nya, banyak anak-anak yang juga mendapatkan lapangan pekerjaan karena game *online*. Contoh dari pemain-pemain tersebut yang telah mendunia di bidang *esports* (Electronic Sports) adalah Whitemon (DOTA2), Forsaken (Valorant), Sanz (Mobile Legend) dan masih banyak lagi. Dampak buruk terjadi bila *Internet Gaming Disorder* pada anak sangat tinggi maka akan menyumbang pengangguran yang lebih tinggi (Tullett-Prado et al., 2021).

Maka dari itu kecanduan terhadap game *online* bukanlah hal yang buruk, namun apabila bisa ditekuni dan bertanggung jawab, maka bisa menghasilkan lapangan pekerjaan yang sangat bagus. Namun apabila tidak bertanggung jawab maka akan menjadi kecanduan yang buruk. Kecanduan tersebut tidak bisa dianggap remeh lagi. Bahkan *Internet Gaming Disorder* sudah masuk ke *International Classification of Diseases* (WHO.int, 2020).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan dengan cara pendekatan kualitatif dengan *interview* mendalam kepada beberapa sumber yang memiliki kasus yang sesuai dengan penelitian ini. Narasumber pertama adalah pemain yang sangat teradiksi dengan game *online*, narasumber kedua adalah pemain game *online* biasa yang bertanggung jawab. Dan narasumber ketiga adalah pemain yang sudah bisa mendapatkan uang dan berprestasi bermain game *online*.

Interview dimulai dengan cara memberikan *google form* singkat berisi pengisian data diri dan pertanyaan singkat berupa pilihan dan jawaban singkat. Kemudian

setelah menjawab *form* tersebut akan langsung dilakukan *interview* untuk mengulik jawaban narasumber lebih dalam.

DISKUSI DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil dari wawancara dan observasi pribadi terhadap 3 narasumber. Penelitian tentang adiksi game *online* ini mendapatkan hasil sebagai berikut.

No	Pertanyaan	Narasumber 1	Narasumber 2	Narasumber 3
1	Inisial Nama	MS	AK	AA
2	Usia	25	21	22
3	Jenis Adiksi	Adiksi bermain game berat	Adiksi bermain game sedang	Adiksi bermain game berat (Pemain game Amatir)
4	Apa game pertama yang dimainkan?	Tetris	Game and Watch	Clash Royale
5	Kapan pertama kali main game?	SD	SD	SMA
6	Pertama kali tahu game karena apa?	Pertama kali tahu game dari youtube	Pertama kali mencoba coba sendiri	Pertama kali bermain karena diajak teman sekolah
7	Berapa jam rata-rata bermain kamu saat <i>Weekdays</i> ?	Rata-rata bermain 2-4 Jam <i>Weekdays</i>	Rata-rata bermain 1-2 Jam <i>Weekdays</i>	Rata-rata bermain 2-4 Jam <i>Weekdays</i>
8	Berapa jam rata-rata bermain kamu saat <i>Weekend</i> ?	Rata-rata bermain 2-4 Jam <i>Weekend</i>	Rata-rata bermain 2-4 Jam <i>Weekend</i>	Rata-rata bermain 4-6 Jam <i>Weekend</i>
9	Paling lama kamu bermain berapa jam?	Paling lama bermain >12 Jam	Paling lama bermain >12 Jam	Paling lama bermain 8-12 Jam
10	Game apa yang saat ini kamu mainkan?	-Genshin Impact -Honkai Star rail -Pokemon TCG Pocket -Minecraft	-Valorant -Ark Knights -Honkai Star rail -Genshin Impact	-Mobile Legend
11	Game apa yang saat ini kamu tekuni?	Honkai Star Rail	Ark Knights	Mobile Legend

12	Apa saja prestasi mu dalam bermain game <i>online</i> ?	Tidak ada	Tidak ada	Top Global 4 Hero Mobile Legend Juara 1 Mobile Legend Rektor Cup UC Juara 1 Mobile Legend Dekan Cup UC Juara 1 Turnamen Mobile Legend MKS Juara 2 Turnamen Mobile Legend TP
13	Mengapa kamu bisa teradiksi dengan game itu?	Alasan adiksi dengan game Honkai Star Rail: -Karakter desain Honkai Star Rail nya keren banget -Honkai Star Rail memiliki gacha, dan gachanya addicting	Alasan adiksi dengan game Ark Knights: -Karena Ark knights merupakan game HP, bisa dimainkan dimana-mana -Ark Knights adalah idle game, bisa membagi fokus dalam bermain -Ark Knights adalah game	Alasan adiksi dengan game Mobile Legend: -Karena game nya seru
			gacha, dan gachanya sangat addicting -Ark Knights juga memiliki karakter game yang relate dengan dia, sehingga lebih bisa merasakan	
14	Apa dampak positif yang kamu dapatkan dari	Dampak positif dari bermain:	Dampak positif dari bermain	Dampak positif dari bermain

	bermain game <i>online</i> ?	<ul style="list-style-type: none"> -Bisa belajar bahasa lain yaitu jepang, sehingga sekarang cukup fasih dalam bahasa jepang -Bisa menghilangkan Stress 	<ul style="list-style-type: none"> game <i>online</i>: -Bisa menghilangkan Stress -Menambah kepuasan batin 	<ul style="list-style-type: none"> Mobile Legend: -Bisa membantu otak untuk berpikir lebih kritis -Bisa membangun jiwa kompetitif
15	Apa dampak negatif yang kamu dapatkan dari bermain <u>game online</u> ?	<p>Dampak negatif dari bermain game <i>online</i>:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Karena adiksi berat sampai sekarang belum mendapatkan pekerjaan -Saat kuliah belum sampai habis namun sudah DO 	<p>Dampak negatif dari bermain game <i>online</i>:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Bisa lupa waktu karena terlalu asyik bermain 	<p>Dampak negatif dari bermain game <i>online</i>:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Bisa lupa waktu karena terlalu asyik bermain -Kurang bersosialisasi di dunia nyata karena terlalu banyak bermain -Menjadi lebih emosional saat bermain maupun tidak bermain
16	Apakah kamu mementingkan game atau hal lainnya	Dulu lebih mementingkan game, sekarang sudah mulai mementingkan yang lain	Bila ada suatu hal yang penting maka akan lebih mementingkan hal lain daripada game	Lebih mementingkan lainnya daripada game
17	Apakah bermain game tersebut berpengaruh terhadap jam tidur kamu	Karena terlalu asyik bermain game maka akan tidur jam 2 lebih	Bila tidak ada kegiatan maka bisa tidur jam 12 lebih, bila ada kegiatan lain maka akan tidur jam 10 malam	Karena ingin <i>push rank</i> maka akan tidur larut malam, sekitar jam 12, tapi kalau tidak bermain maka tidur jam 9 malam
18	Apakah keluarga mendukung kamu dalam bermain game?	Dulu keluarga mendukung untuk bermain game, namun sekarang sudah mulai dilepas	Keluarga tidak pernah membatasi bermain di hari apa sampai jam berapa dari kecil	Dulu saat masih kompetitif keluarga sangat mendukung dan membiarkan bermain hingga malam dan

				berlatih dengan tim
19	Berapa penghasilanmu dalam bermain game online?	Tidak mempunyai penghasilan dari game sama sekali	Tidak mempunyai penghasilan dari game sama sekali	Total dari bermain, menang lomba adalah kurang lebih Rp. 4.000.000,00
20	Berapa pengeluaranmu dalam bermain game <i>online</i> ?	Kurang lebih mengeluarkan uang sebanyak Rp. 1.000.000,00 untuk transaksi dalam game	Kurang lebih mengeluarkan uang sebanyak Rp. 500.000,00 untuk transaksi dalam game	Kurang lebih mengeluarkan uang sebanyak Rp. 3.000.000,00 untuk transaksi dalam game dan membeli <i>skin</i>

Tabel 1. Hasil wawancara dan observasi pribadi 3 narasumber
sumber: dokumentasi penulis

Dari hasil wawancara dan observasi terhadap ketiga narasumber tersebut, dapat dipastikan bahwa adiksi game *online* adalah hal yang nyata. Dampak dan pengaruh kehidupan terhadap narasumber tersebut tentu berbeda juga, dari yang adiksi berat hingga pemain amatir.

Menurut penelitian (Gurusinha, 2020), 44 dari 69 orang yang diteliti mengalami gangguan pada jam tidur karena bermain game *online*. Narasumber pertama memiliki jam tidur yang hancur, narasumber kedua masih bisa mengatur jam tidur dengan bijak, dan narasumber ketiga juga memiliki jam tidur yang hancur. Menurut Narasumber kedua Game Ark Knights adalah game yang *adikting* karena memiliki unsur Gacha yang adiksi, Visual yang menarik, dan karakter yang *relatable*. Visualnya menarik karena segala hal kecil telah dipikirkan oleh mereka. Lokasi segala elemen dari Upgrade Level, hingga Level Up terlihat bagus dimata. Desain UI/UX dari game Ark Knights mengenai target market dari mereka yaitu Milenial dan Gen Z yang menggunakan banyak desain simetri dan geometris. Gen Z menggemari *design style art deco*, yaitu penggunaan

elemen yang simetris, geometris yang estetik (Dean & Anggrianto, 2023). Visual yang menarik juga tidak lepas dengan penggunaan tipografi di game Ark knights. Penggunaan tipografi yang *condensed* dan *futuristis* sangat cocok dengan tema game Ark knights. Tipografi yang bagus adalah penyusunan elemen-elemen dari suatu huruf yang ditulis dapat dibaca dengan mudah dan menyampaikan makna yang jelas (Iswanto, 2023). Tipografi dari game Ark knights dapat memberikan kesan robot dan futuristik sesuai dengan tema game tersebut. Alasan berikutnya adalah desain karakter yang *relatable*. Dengan pembuatan karakter yang mirip dengan target market mereka, maka terdapat unsur *relatable* antara karakter dengan pemain. Oleh karena itu pemain bisa belajar dan merefleksi diri dengan karakter yang *relatable* tersebut (Atraba & Sutejo, 2024).

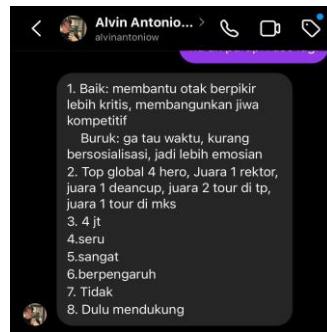
Perbedaan pertama terletak pada jam bermain yang berbeda antara ketiga narasumber, namun terdapat kesamaan antara narasumber pertama dan narasumber ketiga pemain game amatir di Weekdays. Namun perbedaannya terdapat pada prestasi dan juga penghasilan yang didapatkan antara keduanya. Dimana narasumber ketiga berhasil mendapatkan Rp.4.000.000 dari pengalamannya bermain game. Sedangkan narasumber pertama tidak memiliki penghasilan sama sekali. Serta narasumber ketiga juga memiliki prestasi yang sangat bagus dari bermain game tersebut, sedangkan narasumber pertama merupakan tuna karya.

Terdapat juga usia-usia narasumber saat terkena adiksi pertama kali, narasumber pertama ada usia SD karena youtube, narasumber kedua pada usia SD saat sosial media mulai meledak, dan narasumber ketiga saat SMA karena pengaruh teman (Faktor Sosial). Motivasi sosial adalah salah satu motif dasar orang dalam melakukan sesuatu, game *online* juga menyediakan platform untuk berkomunikasi di dunia maya (Darmawan, 2020).

Dan yang terakhir adalah dukungan orang tua dari ketiga narasumber. Narasumber kedua dan ketiga didukung orang tua hingga sekarang, namun narasumber pertama awalnya didukung, namun sekarang sudah dilepas. Menurut penelitian (Akbar, 2020), pola asuh orang tua yang demokratis bisa menyebabkan

kecanduan game terhadap anak-anak. Karena anak bisa melakukan apapun yang mereka inginkan karena merasa orang tua mereka memberikan mereka kebebasan. Oleh karena itu orang tua harus tetap menjaga anak-anak mereka tidak bermain berlebihan (Irawan & Siska, 2021).

Dokumentasi Wawancara *Online*



Gambar 1. Wawancara berupa Chat kepada narasumber ke 3 (Alvin Antonio)
sumber: dokumentasi penulis

Berapa jam rata-ratamu main game jam sehari di **Week Days** *

<1 Jam
 1-2 Jam
 2-4 Jam
 4-6 Jam
 >6 Jam

Berapa jam rata-ratamu main game jam sehari di **Week End** *

<1 Jam
 1-2 Jam
 2-4 Jam
 4-6 Jam

Gambar 2: Gambaran dari Google Form yang disebar kepada 3 orang dengan soal yang sama tentang pertanyaan seputar bermain game
sumber: dokumentasi penulis

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, H. (2020). Penyuluhan Dampak Perilaku Kecanduan Game Online Terhadap Kesehatan Remaja di SMA Negeri 1 Kotamobagu.
- Andri Daviano, Reni Aryani, & Daniel Arsa. (2024). User Experience Game Arknights: Sebuah Penerapan Metode Cognitive Walkthrough. *Jurnal PROCESSOR*, 19(1). <https://doi.org/10.33998/processor.2024.19.1.1637>
- APJII. (2024, February 7). *APJII Jumlah Pengguna Internet Indonesia Tembus 221 Juta Orang*.
- https://apjii.or.id/berita/d/apjii-jumlah-pengguna-internet-indonesia-t_embus-221-juta-orang
- Atraba, H., & Aris Sutejo. (2024). Designing 'Aku yang Bersinar' Illustration Book as an Educational Media for Teenage Self-Confidence. *VCD*, 9(1). <https://doi.org/10.37715/vcd.v9i1.4343>
- Bodi, G., Maintenant, C., & Pennequin, V. (2021). The role of maladaptive cognitions in gaming disorder: Differences between online and offline gaming types. *Addictive behaviors*, 112, 106595.
- Darmawan, M. A. (2020). PENGARUH FLOW DAN MOTIVASI SOSIAL TERHADAP ADIKSI GAME ONLINE PADA REMAJA, 1–129.
- Dean, O. K., & Anggrianto, C. (2023). PERANCANGAN GAYA DESAIN UI/UX YANG SESUAI UNTUK APLIKASI LAVINA DI KALANGAN GENERASI Z DAN MILENIAL. *Journal Vicidi*, 13(2), 204–211.
- Gurusinha, M. F. (2020). Hubungan kecanduan game online dengan pola tidur pada remaja usia 16-18 tahun di sma negeri 1 deli tua kecamatan deli tua kabupaten deli serdang tahun 2019. *Jurnal Penelitian Keperawatan Medik*, 2(2), 1-8.
- Irawan, S., & Dina Siska, W. (2021). Faktor-faktor yang mempengaruhi kecanduan game online peserta didik. *Jurnal Konseling Gusjigang*, 7(1), 9-19.
- Iswanto, R. (2023). *Buku Ajar Tipografi*. Penerbit Universitas Ciputra.
- Kidssafe.lk. (2024, June 3). *Offline vs. Online Gaming: What Every Kid and Parent Should Know*. Kidssafe. <https://kidssafe.lk/2024/06/03/offline-vs-online-gaming-what-every-kid-and-parent-should-know/>
- Tullett-Prado, D., Stavropoulos, V., Mueller, K., Sharples, J., & Footitt, T. A. (2021). Internet gaming disorder profiles and their associations with social engagement behaviours. *Journal of Psychiatric Research*, 138, 393-403.

Wang, X., Abdelhamid, M., & Sanders, G. L. (2021). Exploring the effects of psychological ownership, gaming motivations, and primary/secondary control on online game addiction. *Decision Support Systems*, 144, 113512.

WHO.int. (2020, October 22). Addictive behaviors: gaming disorder. WHO. <https://www.who.int/news-room/questions-and-answers/item/addictive-behaviours-gaming-disorder>