

## “Congklak Milenial”: Mengatasi Kecanduan Game Online Pada Siswa Sekolah Dasar

Atika Azzahro Hazima<sup>1</sup>, Muhammad Nur Cholis Alfatah<sup>2</sup>,  
Calista Amalia Setiaji<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Universitas Muhammadiyah Surakarta, Indonesia  
Email : a510200116@student.ums.ac.id

### Abstrak

*Pada era digital seperti sekarang ini dimana perkembangan semakin canggih. Game online sudah menjadi bagian dari gaya hidup anak SD selama ini. Game online dinikmati oleh anak-anak SD jika hanya bermian sementara tidak menyebabkan masalah. Tujuan dari artikel ini adalah menguraikan gagasan menghilangkan kecanduan game online dengan permainan tradisional, menguraikan prediksi keberhasilan gagasan baru, dan menguraikan pihak-pihak yang dapat membantu. Pendekatan yang digunakan dalam penulisan ini adalah deskriptif kualitatif berdasarkan kajian kepustakaan dan pengamatan. Congklak milineal merupakan gagasan baru dari kami untuk mengatasi kecanduan game online pada anak sekolah dasar. Dalam gagasan ini kita menerapkan berupa permainan tradisional congklak. Dengan hal ini anak juga bisa melestarikan permainan tradisional kembali yang hampir hilang karena game online. Pada permainan congklak milineal dilakukan hampir sama dengan congklak pada umumnya. Namun dalam gagasan kami, adanya peran guru dalam permainan sebagai konselor siswa saat bermain agar siswa tidak kembali bermain game online. Kata Kunci : permainan congklak, game online, sekolah dasar*

*Kata Kunci : Game, Siswa Sekolah Dasar*

### PENDAHULUAN Latar Belakang

Game adalah sesuatu yang dapat dimainkan dengan aturan tertentu sehingga ada yang menang dan ada yang kalah, biasanya dalam konteks tidak serius atau dengan tujuan refreshing. Game Online adalah game yang berbasis elektronik dan visual. Game Online dimainkan dengan memanfaatkan media visual elektronik yang biasanya menyebabkan radiasi pada mata, sehingga mata pun lelah dan biasanya di iringi rasa sakit kepala (Ivan C, 2009).

Menurut data Newzoo (2019), Indonesia menempati peringkat ke-17 sebagai pemain online terbanyak dengan lebih dari 52 juta pengguna. Hal tersebut didukung dari ajang PINC (PUBG Mobile National Championship) lebih dari 51 ribu menjadi pemain di ajang tersebut. Data dari Mencominfo Rudiantara dalam konferensi PUBG Mobile National Championship, sebanyak 67% laki-laki dan 59% Perempuan. Hal tersebut merupakan beberapa data yang menyatakan bahwa game online di Indonesia sudah ramai digunakan.

Game Online juga membawa dampak yang besar terutama pada perilaku seorang anak. Anak yang sering memainkan suatu game online, akan menyebabkan ia menjadi ketagihan atau kecanduan. Ketagihan memainkan game online akan berdampak buruk, terutama dari segi akademik dan sosialnya. Walaupun kita dapat bersosialisasi dalam game online dengan pemain

lainnya, Game online kerap membuat pemainnya melupakan kehidupan sosial dalam kehidupan sebenarnya.

Menurut data lapangan, dampak buruk yang di akibatkan oleh game online juga mengganggu kesehatan anak. Menurut Samuel, (2010) misalnya gangguan jiwa dan gangguan mata. Dampak selanjutnya banyak anak kesehatannya terganggu akibat kecanduan game online. Dari segi pendidikan anak pun juga terganggu akibat mereka kurang fokus dalam proses pembelajaran (Dinas Pendidikan Jakarta, 2017). Dari hal tersebut mempengaruhi hasil belajar anak-anak yang semakin dampak dari kecanduan game online.

Mengingat dampak buruk dari kecanduan game online tersebut, kita ingin membantu menghilangkan rasa kecanduan tersebut dengan bermain permainan tradisional, yaitu Congklak. Hal ini ditunjukkan pada siswa SD agar kelestarian permainan tradisional tetap terjaga seiring dengan perkembangan game online.

## **Tujuan**

Melalui karya ilmiah ini, kita dapat mengetahui alasan yang melatarbelakangi pentingnya mengatasi kecanduangame online dengan permainan tradisional, yaitu congklak.

Tujuan yang ingin dicapai

- Menguraikan gagasan menghilangkan kecanduan game online dengan permainan tradisional.
- Menguraikan prediksi keberhasilan gagasan baru
- Menguraikan pihak-pihak yang dapat membantu

## **GAGASAN Realita Siswa Sekolah Dasar**

Pada era digital seperti sekarang ini dimana perkembangan semakin canggih. Game online sudah menjadi bagian dari gaya hidup anak SD selama ini. Game online dinikmati oleh anak-anak SD jika hanya bermian sementara tidak menyebabkan masalah. Namun, realitanya game online tersebut telah menjadikan anak-anak SD kecanduan. Tentu hal ini sangat mengkhawatirkan mengingat anak-anak masa produktif dalam proses belajar. Produktivitas belajar yang semestinya berdampak pada peningkatan kecerdasan anak-anak SD ternyata berbanding terbalik. Anak-anak SD lebih menghabiskan waktunya untuk bermain game online daripada belajar.

Ketika anak-anak SD telah kecanduan bermain game online maka regulasi emosinya dinilai rendah yang disebabkan karena permainan tersebut adalah hal yang dianggap lebih menyenangkan dan bisa menemukan hal-hal baru yang lebih menantang serta dapat menghilangkan rasa jenuh, sehingga apabia terus berlanjut akan mempengaruhi kesehatan mereka. Misalnya gangguan kesehatan mata dan yang paling buruk adalah gangguan kejiwaan.

Di usia anak-anak SD mereka masih tergolong dikatakan anak kecil. Yang dimana mereka masih sangat mudah terganggu akibat dampak-dampak yang ditimbulkan oleh game online. Seharusnya pada usia anak-anak SD mereka masih memainkan permainan tradisional. Karena di dalam permainan tradisional mereka bisa meningkatkan jiwa sosial mereka dengan

teman-teman sebayanya. Namun, karena perkembangan game online membuat permainan tradisional tersebut menjadi hilang.

### **Hakikat Game Online**

Menurut KBBI (Kamus Besar Bahasa Indonesia) pengertian game online ini dipisah menjadi dua kata yaitu “Game” dan “Online”. Dalam bahasa Indonesia Game dapat diartikan sebagai permainan, sedangkan online diartikan sebagai daring. Dalam KBBI arti dari permainan yaitu sesuatu yang digunakan untuk bermain. Sedangkan arti kata daring adalah sesuatu yang terhubung dengan jaringan internet.

Menurut Bobby Bodenheimer(1999) game online adalah sebuah program permainan yang tersambung oleh jaringan yang bisa kita mainkan kapanpun, dimanapun dan dapat dimainkan bersamaan berkelompok di seluruh dunia dan permainan itu sendiri menampilkan gambar-gambar menarik seperti yang diinginkan, yang didukung oleh komputer.

Maka dari itu dapat disimpulkan bahwa pengertian game online atau permainan dari para ahli yaitu sesuatu (dalam video game) yang digunakan untuk bermain yang harus menggunakan jaringan internet dan bisa kita mainkan kapanpun, dimanapun, dan dapat dimainkan bersama kelompok atau sendiri.

### **Gagasan Lama Yang Pernah Diterapkan**

Mengantisipasi kecanduan game online, di dalam gagasan ini anak di ajak melatih dirinya seperti terapi untuk mengatasi kecanduan game online (Suciati 2019). Namun cara ini kurang efektif karena kelemahannya sulit jika anak tidak mengikuti prosedur yang di arahkan dan sulit jika anak belum bisa berpikir dengan kritis. Selanjutnya. pendekatan rational-emotiv behavior therapy, di dalam gagasan ini juga sama melakukan terapi agar anak melupakan kecanduan dari game online (Casmini 2018). Namun, dari gagasan ini masih mengandung kelemahan berupa kurangnya dukungan dari orang tua anak dan masih banyaknya pengaruh dari lingkungan anak yang membuat gagasan ini kurang berhasil. Konseling teman sebaya, ini merupakan gagasan lama selanjutnya. Di dalam gagasan ini juga masih sama menerapkan sistem terapi yaitu bermain peran (Prasetiawan, 2018). Kelemahana dari gagasan ini adalah sulit jika anak tidak berpikir kritis dan tidak menedengarkan perkataan dari teman sebayanya. Teknik Token Economy, dalam gagasan ini yaitu teknik pengumpulan hadiah lewat permainan. Dilakukan di sekolah dan di rumah, yan bertujuan merubah tingkah laku siswa (Nuriyah, 2018). Kelemahan dari gagasan ini adalah kurangnya dukungan dari orang tua klien. Permainan tradisional, dalam gagasan ini siswa diajak bermain tradisional (Kusumaningrum, 2018). Dilakukan di sekolah dengan batuan peran guru. Kelemahan dari gagasan ini banyak anak yang bosan dengan permainan tradisional yang sederhana.

Gagasan selanjutnya adalah mengantisipasi kecanduan game online Gaming Addiction Awareness Programme (Game) dalam gagasan ini dilakukan di sekolah (Iriati, 2018). Kelemahan dari gagasan ini adalah sulitnya jika anak tidak bisa mengikuti peraturan. Selanjutnya yaitu penerapan konseling individu. Gagasan ini dilakukan di sekolah yang bertujuan meubah tingkah laku siswa yang kecanduan game online. (Labaika, 2018). Kelemahan dari gagasan ini adalah sulit jika anak tidak bisa berpikir kritis. Gagasan yang lain adalah penerapan konseling kelompok (Pilpala, 2018) kelemahan dari ini sulit jika anak tidak berpikir kritis. Selanjutnya adalah penerapan CBT (Siregar, 2018) kelemahan dari ini juga sama

sulit jika anak tidak berpikir kritis. Gagasan berikutnya adalah penerapan terapi pasir kinetik (Nurhidayah, 2018) kelemahan dari ini anak harus memiliki konsentrasi yang tinggi. Dan gagasan yang terakhir adalah komunikasi verbal (Gusnita, 2018) kelemahan dari gagasan ini tidak akan berhasil tanpa peran orang tua.

## **METODE PENULISAN**

### **Pendekatan Penulisan**

Pendekatan yang digunakan dalam penulisan ini adalah deskriptif kualitatif berdasarkan kajian kepustakaan dan pengamatan.

### **Data Penulisan dan Sumber Data**

Data primer mencakup data hasil pengamatan. Data sekunder mencakup: (1) buku-buku yang relevan dengan topik penulisan, (2) karya ilmiah, (3) artikel dari internet, dan (4) hasil penelitian.

### **Metode Pengumpulan dan Analisis Data**

Metode pengumpulan data yaitu data primer yang berupa data hasil pengamatan. Adapun data sekunder yang berupa teori-teori yang relevan diperoleh dengan metode telaah pustaka. Data yang diperoleh, dianalisis secara deskriptif kualitatif.

### **Prosedur Penyusunan Karya Tulis**

Penyusunan karya tulis ini telah melalui langkah-langkah yang sistematis, sehingga diperoleh hasil kajian yang lengkap dan terstruktur. Adapun langkah-langkah yang dilakukan dalam penulisan karya tulis ini yaitu: (1) menemukan dan merumuskan masalah, (2) mencari dan menyeleksi sumber-sumber kepustakaan yang relevan, (3) menganalisis data-data untuk menjawab permasalahan, (4) merumuskan alternatif pemecahan masalah, (5) menarik simpulan dan merekomendasikan saran, dan (6) menyusun karya tulis.

## **Gagasan Baru Hakikat Congklak Milineal**

Congklak milineal merupakan gagasan baru dari kami untuk mengatasi kecanduan game online pada anak sekolah dasar. Dalam gagasan ini kita menerapkan berupa permainan tradisional congklak. Dengan hal ini anak juga bisa melestarikan permainan tradisional kembali yang hampir hilang karena game online.

Pada permainan congklak milineal dilakukan hampir sama dengan congklak pada umumnya. Namun dalam gagasan kami, adanya peran guru dalam permainan sebagai konselor siswa saat bermain agar siswa tidak kembali bermain game online.

## **Urgensi Congklak Milenial**

Menurut data yang telah diperoleh bisa diketahui bahwa dampak buruk dari kecanduan game online sangatlah merugikan, terutama untuk anak-anak. Misalnya seperti gangguan belajar dan gangguan kesehatan. Oleh karena itu, dengan adanya media congklak ini kecanduan game online tersebut bisa diatasi.

Kembalinya pelestariannya permainan tradisional. Selain kecanduan game online bisa diatasi, dengan congklak ini permainan tradisional bisa kembali dimainkan oleh anak-anak SD dan permainan tradisional pun tak kalah saing dengan game online yang semakin pesat perkembangannya.

### **Pihak-pihak Terkait yang Menunjang Keberhasilan Gagasan**

Pihak-pihak yang berkontribusi untuk keberhasilan gagasan Congklak Milineal Mengatasi Keanduan Game Online antara lain :

#### ***Guru***

Guru memiliki unsur yang penting dalam menunjang keberhasilan gagasan baru ini. Guru secara langsung berinteraksi dengan siswa, sehingga butuh keuletan dan kesabaran. Usia sekolah dasar masih meniru, sehingga guru ikut serta dalam aktivitas siswa. Jika siswa harus bermain congklak saat istirahat maka guru juga harus melakukannya. Selain itu, guru harus kreatif dalam melakukan permainan congklak, sehingga siswa dapat menikmatinya dan tidak cepat bosan.

#### ***Orang tua***

Orang tua merupakan unsur pendukung gagasan yang memiliki peran penting pula dalam perubahan siswa untuk mengatasi kecanduan game online, sehingga orang tua memiliki pengaruh besar dalam keberhasilan gagasan ini. Orang tua bisa mengajak anak bermain congklak di rumah sehingga anak bisa lupa untuk tidak bermain game online kembali.

### **Pelaksanaan Congklak Milineal Mengatasi Kecanduan Game Online**

#### ***Tahap Awal***

Sebelum memulai permainan congklak, siswa terlebih dahulu dikenalkan dengan permainan congklak. Guru perlu menjelaskan cara bermain congklak yang baik dan benar. Setelah mereka paham, guru menjelaskan peraturan saat bermain congklak.

#### ***Tahap Pelaksanaan***

Setelah siswa sudah jelas mengenal congklak, cara bermain, dan peraturan bermainnya, selanjutnya guru memilih 2 siswa untuk memainkannya. Guru memantau jalannya permainan agar tidak terjadinya kecurangan saat bermain. Di tengah-tengah permainan guru mengajak siswa bercerita dan berbagi pengalaman tentang permainan tradisional congklak. Dengan hal tersebut, tanpa sadar siswa terbangun jiwanya untuk menyukai permainan congklak. Setelah itu, rasa kecanduan dengan game online pun bisa teratasi.

Permainan dilakukan saat jam istirahat setiap harinya, semua siswa wajib mengikuti permainannya. Guru juga harus rajin mengingatkan siswa dan membangun kesadaran kepada siswa bahwa permainan tradisional haruslah tetap dilestarikan serta mengingatkan betapa bahayanya game online.

Di akhir permainan guru mengevaluasi permainan siswa, apabila siswa melakukan dengan baik saat bermain congklak maka siswa berhak mendapatkan stiker. Sebaliknya

apabila siswa melakukan kecurangan saat bermain congklak maka jumlah stiker harus dikurangi. Hal tersebut berguna untuk membangunkan semangat siswa dan tidak mudah bosan untuk bermain congklak.

## KESIMPULAN

Congklak milineal merupakan gagasan baru dari kami untuk mengatasi kecanduan game online pada anak sekolah dasar. Dalam gagasan ini kita menerapkan berupa permainan tradisional congklak. Dengan hal ini anak juga bisa melestarikan permainan tradisional kembali yang hampir hilang karena game online. Pada permainan congklak milineal dilakukan hampir sama dengan congklak pada umumnya. Namun dalam gagasan kami, adanya peran guru dalam permainan sebagai konselor siswa saat bermain agar siswa tidak kembali bermain game online.

Tahap pelaksanaan congklak milineal yaitu, guru mengenalkan cara bermain dan peraturannya. Selanjutnya guru memilih 2 siswa. Dalam permainan dilakukan saat jam istirahat setiap harinya, semua siswa wajib mengikuti permainannya. Guru juga harus rajin mengingatkan siswa dan membangun kesadaran kepada siswa bahwa permainan tradisional haruslah tetap dilestarikan serta mengingatkan betapa bahayanya game online.

Di akhir permainan guru mengevaluasi permainan siswa, apabila siswa melakukan dengan baik saat bermain congklak maka siswa berhak mendapatkan stiker. Sebaliknya apabila siswa melakukan kecurangan saat bermain congklak maka jumlah stiker harus dikurangi. Hal tersebut berguna untuk membangunkan semangat siswa dan tidak mudah bosan untuk bermain congklak.

## Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Jurusan Pendidikan Guru Sekolah Dasar Universitas Muhammadiyah Surakarta atas dukungannya dalam kelancaran pelaksanaan penulisan ini.

## Daftar Pustaka

Casmini, F. S. (2018, Januari 19). Dipetik Oktober 02, 2019, dari <http://ejournal.uinsuka.ac.id/dakwah/hisbah/article/view/1075>.

Data Newzoo (2019). Diakses dari <https://www.google.com/amp/s/m.republika.co.id/amp/qd1n1d291> pada 17 Desember 2023.

DepKes. (2018, Juli 08). *Bermain Game Onkine: Mengisi Waktu Luang, Bersenang-senang atau Ketergantungan*. Retrieved Oktober 09, 2019, from [depkes.go.id](http://depkes.go.id):

<http://www.depkes.go.id/article/view/18070600009/bermain-game-onlie-mengisiwaktuluang-bersenang-senang-atau-ketergantungan.html>

- Gusnita, S. (2017, Agustus 29). Dipetik September 28, 2019, dari <http://repositori.umsu.ac.id/xmlui/bitstream/123456789/4274/1/Psikologi%20Komunikasi%20Orang%20Tua%20Dalam%20Mengatasi%20Dampak%20Gaming%20Disorder%20Pada%20Anak.pdf>.
- Kusuma, A. I. (2019, Mei 31). *Cegah Anak Kecanduan Game Online dengan Kembali ke Permainan Tradisional*. Dipetik Oktober 12, 2019, dari Suara.com: <https://www.google.com/m?q=terapkan+permainan+tradisional+sebagai+mengatasi+kecanduan+game+online&client=ms-opera-mobile&channel=news&espv=1>
- Labaika, M. (t.thn.). Dipetik Agustus 28, 2019, dari <http://jurnalmahasiswa.unisri.ac.id/index.php/fkipbk/article/viewFile/79/59>.
- Nur, H. (2013). Dipetik September 23, 2019, dari [http://scholar.google.co.id/scholar?hl=id&as\\_sdt=0%2C5&q=permainan+tradisional&btnG=#d=gs\\_qabs&u+%23p%3DfzQ0dm5nVZEJ](http://scholar.google.co.id/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=permainan+tradisional&btnG=#d=gs_qabs&u+%23p%3DfzQ0dm5nVZEJ).
- Nurhidayah. (2019). Dipetik September 27, 2019, dari <http://jurnal.stikesganeshahusada.ac.id/index.php/juke/article/view/96>.
- Nuriyah. (2018, Juli 02). Dipetik Oktober 02, 2019, dari <http://repository.uinbanten.ac.id/638/>.
- Prasetiawan, H. (2018). Retrieved September 23, 2019, from <http://ejournal.unipma.ac.id/index.php/GBK/article/view/435>.
- Putri, G. S. (2018, Januari 18). *WHO Resmi Tetapkan Kecanduan Game Sebagai Gangguan Mental*. Dipetik Oktober 11, 2019, dari Kompas.com: <https://www.google.com/amp/s/amp.komps.com/sains/read/2018/06/19/192900123/who-resmi-tetapkan-kecanduan-game-sebagai-gangguan-mental?espv=1>
- REPUBLIKA.co.id. (2016, April 25). *KPAI Catat Kasus Pencurian oleh Anak Akibat Game Online*. Dipetik Oktober 11, 2019, dari Republika: <https://www.google.com/amp/s/m.republika.co.id/amp/o66q96361?espv=1>
- Suciati. (n.d.). Retrieved Agustus 28, 2019, from <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jubk/article/view/2727>.