

PENGENALAN LITERASI MEDIA DIGITAL UNTUK MENCEGAH DAMPAK NEGATIF BERMAIN GAME ONLINE**Darmawati¹, Muhammad Rizqi Ramadhan²**¹² UIN Sultan Syarif Kasim, Riau, Ilmu Komunikasi¹²email rizqiramadhanss@gmail.com, darmawati@uin-suska.ac.id**Abstract**

Digital media literacy is a crucial skill in today's technological era, especially for preventing the negative impacts of online gaming among youth. This study explores the importance of digital media literacy education and its role in mitigating negative behaviors such as addiction, social isolation, and academic decline caused by excessive online gaming. Through a qualitative approach, this research identifies strategies for integrating digital literacy into educational programs and raising awareness among parents, educators, and students. The findings highlight the effectiveness of early interventions and collaborative efforts in promoting balanced media consumption habits.

Article History*Submitted: 17 Desember 2024**Accepted: 22 Desember 2024**Published: 23 Desember 2024***Key Words***Digital Media Literacy, Online Gaming, Youth Behavior, Preventive Education***Abstract**

Literasi media digital merupakan keterampilan penting di era teknologi saat ini, terutama untuk mencegah dampak negatif dari bermain game online di kalangan anak muda. Penelitian ini membahas pentingnya pendidikan literasi media digital dan perannya dalam mengurangi perilaku negatif seperti kecanduan, isolasi sosial, dan penurunan prestasi akademik akibat bermain game online secara berlebihan. Melalui pendekatan kualitatif, penelitian ini mengidentifikasi strategi untuk mengintegrasikan literasi digital dalam program pendidikan dan meningkatkan kesadaran di kalangan orang tua, pendidik, dan siswa. Temuan menunjukkan efektivitas intervensi dini dan upaya kolaboratif dalam mempromosikan kebiasaan konsumsi media yang seimbang.

Sejarah Artikel*Submitted: 17 Desember 2024**Accepted: 22 Desember 2024**Published: 23 Desember 2024***Kata Kunci:** Literasi Media Digital, Game Online, Perilaku Remaja, Pendidikan Preventif**PENDAHULUAN**

Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi telah menghadirkan perubahan besar dalam berbagai aspek kehidupan masyarakat. Dalam konteks hiburan, terutama bagi kalangan anak muda, teknologi telah membuka peluang untuk mengeksplorasi berbagai bentuk hiburan yang sebelumnya tidak terbayangkan. Salah satu bentuk hiburan yang sangat populer adalah game online. Game online menjadi sarana rekreasi yang menarik karena menawarkan pengalaman bermain yang interaktif, kompetitif, dan sering kali bersifat sosial dengan melibatkan banyak pemain dari berbagai penjuru dunia. Teknologi ini memberikan kesempatan bagi anak muda untuk menjalin koneksi, mengembangkan keterampilan strategi, dan menikmati waktu luang dengan cara yang menyenangkan.¹

Namun, di balik berbagai manfaat tersebut, terdapat sisi negatif yang memerlukan perhatian serius. Game online, jika tidak dikendalikan dengan baik, dapat membawa dampak buruk pada kehidupan penggunanya. Salah satu dampak yang paling mengkhawatirkan adalah kecanduan. Anak muda yang terlalu sering bermain game online cenderung kehilangan kontrol atas waktu yang mereka habiskan, sehingga aktivitas lain yang penting, seperti belajar atau beristirahat, menjadi terabaikan. Kondisi ini tidak hanya memengaruhi kesehatan fisik, seperti kurang tidur atau kelelahan, tetapi juga kesehatan mental, termasuk meningkatnya stres dan rasa cemas ketika tidak bermain.

¹ Buckingham, D. (2003). *Media Education: Literacy, Learning and Contemporary Culture*. Cambridge: Polity Press.

Selain itu, game online dapat menyebabkan penurunan kualitas interaksi sosial. Anak muda yang terlalu fokus pada dunia virtual sering kali mengesampingkan hubungan sosial di dunia nyata, baik dengan keluarga maupun teman sebaya. Hal ini dapat menciptakan jarak emosional dan mengurangi kemampuan mereka untuk membangun hubungan yang sehat. Isolasi sosial yang disebabkan oleh ketergantungan pada game online dapat menjadi penghambat perkembangan keterampilan sosial yang esensial, seperti komunikasi efektif dan empati terhadap orang lain.²

Tidak kalah penting, dampak negatif dari game online juga terlihat dalam aspek prestasi akademik. Waktu belajar yang seharusnya digunakan untuk memahami pelajaran sering kali tergantikan oleh waktu bermain game. Akibatnya, konsentrasi menurun, tugas sekolah terabaikan, dan hasil akademik pun menjadi tidak optimal. Selain itu, kebiasaan bermain game hingga larut malam dapat mengganggu pola tidur, yang pada gilirannya berdampak pada performa belajar di sekolah.

Fenomena ini menuntut pendekatan yang lebih bijaksana dalam memanfaatkan teknologi sebagai sarana hiburan. Edukasi tentang literasi media digital menjadi salah satu langkah penting yang dapat diambil. Literasi media tidak hanya membantu anak muda memahami cara menggunakan teknologi secara bijak, tetapi juga membekali mereka dengan keterampilan untuk mengelola waktu, menghindari kecanduan, dan menjaga keseimbangan antara dunia virtual dan dunia nyata. Dukungan dari keluarga, pendidik, dan lingkungan sosial juga sangat diperlukan untuk memastikan bahwa teknologi, termasuk game online, digunakan sebagai alat yang mendukung perkembangan positif, bukan sebaliknya.³

Literasi media digital menjadi solusi potensial untuk mengatasi masalah ini. Literasi media digital tidak hanya mencakup kemampuan teknis menggunakan perangkat, tetapi juga kemampuan kritis dalam memahami, mengevaluasi, dan memanfaatkan media digital secara bijak. Oleh karena itu, penting untuk memperkenalkan literasi media digital kepada anak muda sebagai langkah preventif dalam menghadapi dampak negatif game online.⁴

METODOLOGI

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi pustaka dan wawancara mendalam. Data dikumpulkan dari literatur terkait literasi media digital, dampak game online, dan strategi pendidikan. Selain itu, wawancara dilakukan dengan guru, orang tua, dan siswa di beberapa sekolah menengah di Pekanbaru untuk memahami tingkat kesadaran dan kebutuhan akan literasi media digital. Prosedur penelitian meliputi: Pengumpulan Data: Melalui buku, artikel jurnal, dan laporan penelitian. Analisis Data: Data dianalisis secara tematik untuk mengidentifikasi pola dan hubungan antara literasi media digital dan perilaku bermain game online. Validasi Temuan: Temuan divalidasi melalui diskusi kelompok terarah dengan para ahli pendidikan.⁵

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Tingkat Kesadaran Literasi Media Digital

² Gee, J. P. (2007). *What Video Games Have to Teach Us About Learning and Literacy*. New York: Palgrave Macmillan

³ Livingstone, S., & Helsper, E. (2007). "Gradations in digital inclusion: Children, young people, and the digital divide." *New Media & Society*, 9(4), 671-696

⁴ Prensky, M. (2001). *Digital Game-Based Learning*. New York: McGraw-Hill

⁵ UNESCO. (2011). *Media and Information Literacy Curriculum for Teachers*. Paris: UNESCO Publishing

Hasil wawancara menunjukkan bahwa mayoritas siswa memiliki akses yang cukup luas terhadap perangkat digital, seperti smartphone, tablet, atau komputer. Kemudahan akses ini memberikan peluang besar bagi mereka untuk mengeksplorasi dunia digital, mulai dari mencari informasi hingga berkomunikasi melalui berbagai platform. Namun, di balik kemudahan tersebut, terdapat tantangan besar terkait kurangnya pemahaman mendalam tentang literasi media. Banyak siswa hanya terbatas pada penggunaan teknis perangkat, seperti membuka aplikasi atau bermain game, tanpa disertai kemampuan kritis untuk memahami, mengevaluasi, dan memanfaatkan media digital dengan cara yang bertanggung jawab dan produktif.⁶

Kondisi ini diperburuk oleh kesenjangan pemahaman antara generasi muda dengan orang tua dan guru. Para orang tua sering kali merasa kesulitan dalam membimbing anak-anak mereka untuk menggunakan media digital secara bijak, terutama karena mereka sendiri tidak sepenuhnya memahami dinamika dunia digital yang berkembang begitu cepat. Banyak orang tua cenderung membatasi penggunaan perangkat digital tanpa memberikan panduan yang jelas tentang bagaimana menggunakan teknologi secara positif. Di sisi lain, sebagian orang tua bahkan tidak sadar akan potensi dampak negatif dari penggunaan media digital yang tidak terkendali, sehingga cenderung membiarkan anak-anak mereka menjelajahi dunia digital tanpa pengawasan yang memadai.⁷

Guru juga menghadapi tantangan serupa dalam upaya membimbing siswa. Meskipun mereka memiliki peran penting dalam pendidikan literasi media, banyak dari mereka merasa kurang memiliki pengetahuan atau sumber daya yang cukup untuk mendidik siswa tentang penggunaan media digital. Kurikulum sekolah yang belum secara spesifik mengintegrasikan literasi media sebagai bagian dari pembelajaran turut menjadi hambatan. Akibatnya, siswa sering kali menggunakan perangkat digital secara tidak terarah, tanpa memahami risiko seperti paparan terhadap konten yang tidak sesuai, kecanduan game online, atau penyalahgunaan media sosial.⁸

Situasi ini menciptakan kebutuhan mendesak akan pendekatan edukasi yang lebih sistematis dan kolaboratif. Baik orang tua maupun guru perlu diberdayakan melalui pelatihan dan peningkatan kesadaran tentang pentingnya literasi media. Dengan bekal pengetahuan yang memadai, mereka dapat menjadi panduan yang efektif bagi anak-anak dalam memahami dunia digital. Selain itu, pendidikan literasi media harus menjadi bagian integral dari sistem pendidikan formal untuk memastikan bahwa siswa tidak hanya menguasai teknologi, tetapi juga mampu menggunakannya dengan bijak untuk mendukung perkembangan pribadi dan sosial mereka.⁹

2. Dampak Negatif Game Online

Hasil studi mengungkapkan bahwa bermain game online dapat memberikan dampak negatif yang signifikan pada anak-anak, terutama ketika aktivitas ini dilakukan secara berlebihan tanpa kendali yang memadai. Salah satu dampak yang paling mencolok adalah kecanduan. Anak-anak yang kecanduan bermain game online cenderung menghabiskan waktu berlebihan untuk bermain, sering kali mengorbankan

⁶ Anderson, C. A., & Dill, K. E. (2000). "Video Games and Aggressive Thoughts, Feelings, and Behavior in the Laboratory and in Life." *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(4), 772-790

⁷ Bavelier, D., Green, C. S., & Dye, M. W. (2010). "Children, Wired: For Better and for Worse." *Neuron*, 67(5), 692-701.

⁸ Jenkins, H. (2006). *Convergence Culture: Where Old and New Media Collide*. New York: NYU Press

⁹ Kirschner, P. A., & Karpinski, A. C. (2010). "Facebook® and academic performance." *Computers in Human Behavior*, 26(6), 1237-1245

aktivitas penting lainnya seperti belajar, beristirahat, atau berinteraksi dengan keluarga. Kecanduan ini tidak hanya memengaruhi kesehatan fisik, seperti kelelahan akibat kurang tidur, tetapi juga membawa dampak pada kesehatan mental, seperti munculnya rasa gelisah atau marah ketika tidak dapat bermain.¹⁰

Selain kecanduan, isolasi sosial menjadi dampak serius lainnya dari kebiasaan bermain game online secara berlebihan. Anak-anak yang terlalu fokus pada dunia virtual cenderung menarik diri dari interaksi sosial di dunia nyata. Hubungan dengan keluarga menjadi renggang karena waktu yang seharusnya digunakan untuk berkomunikasi dihabiskan di depan layar. Begitu pula dengan hubungan pertemanan; anak-anak ini sering kehilangan kesempatan untuk bersosialisasi secara langsung dengan teman sebaya, yang penting untuk perkembangan sosial dan emosional mereka. Dalam jangka panjang, isolasi sosial ini dapat menyebabkan rasa kesepian dan kesulitan dalam membangun keterampilan interpersonal yang penting untuk kehidupan mereka.¹¹

Penurunan prestasi akademik juga menjadi salah satu dampak utama dari kebiasaan bermain game online yang tidak terkontrol. Anak-anak yang kecanduan game sering kali kehilangan fokus terhadap tanggung jawab akademik mereka. Waktu belajar yang seharusnya dimanfaatkan untuk menyelesaikan tugas sekolah atau mempersiapkan ujian dialihkan untuk bermain game. Selain itu, gangguan konsentrasi akibat terlalu banyak terpapar layar digital dapat membuat anak-anak sulit memahami materi pelajaran. Akibatnya, prestasi akademik mereka menurun, yang pada gilirannya dapat memengaruhi motivasi dan rasa percaya diri mereka di lingkungan sekolah.¹²

Secara keseluruhan, dampak negatif ini menunjukkan perlunya intervensi yang serius untuk mengatasi kebiasaan bermain game online secara berlebihan. Pendekatan holistik yang melibatkan keluarga, sekolah, dan masyarakat sangat penting untuk membantu anak-anak mengembangkan kebiasaan bermain yang sehat dan seimbang. Dengan memberikan pendidikan tentang literasi media digital dan mengajarkan manajemen waktu yang baik, anak-anak dapat belajar untuk menikmati manfaat teknologi tanpa terjebak dalam dampak negatifnya.¹³

3. Strategi Peningkatan Literasi Media Digital

Strategi untuk meningkatkan literasi media digital bertujuan menciptakan kesadaran yang lebih baik tentang penggunaan teknologi secara bijak, terutama dalam menghadapi tantangan seperti dampak negatif bermain game online. Salah satu upaya utama adalah melalui edukasi formal, di mana literasi media digital diintegrasikan langsung ke dalam kurikulum sekolah. Pendekatan ini memungkinkan siswa belajar sejak dini tentang bagaimana memahami, mengevaluasi, dan memanfaatkan media digital secara kritis. Materi pembelajaran dapat mencakup berbagai aspek, seperti cara mengenali informasi yang valid, dampak sosial dari penggunaan media digital, serta pentingnya menjaga keseimbangan antara aktivitas online dan kehidupan nyata.

¹⁰ Tapscott, D. (2009). *Grown Up Digital: How the Net Generation is Changing Your World*. New York: McGraw-Hill

¹¹ Boyd, D. (2014). *It's Complicated: The Social Lives of Networked Teens*. New Haven: Yale University Press

¹² Selwyn, N. (2011). *Education and Technology: Key Issues and Debates*. London: Continuum.

¹³ Papert, S. (1993). *Mindstorms: Children, Computers, and Powerful Ideas*. New York: Basic Books

◆ Dengan demikian, siswa tidak hanya mengembangkan keterampilan teknis, tetapi juga membangun pemahaman etis dan kritis terhadap media digital.¹⁴

◆ Selain itu, pelatihan untuk orang tua juga menjadi komponen penting dalam meningkatkan literasi media digital. Banyak orang tua merasa kesulitan dalam membimbing anak-anak mereka karena kurangnya pemahaman tentang teknologi modern. Pelatihan ini dirancang untuk membantu orang tua memahami dunia digital anak mereka, termasuk platform dan aplikasi yang sering digunakan, serta risiko dan peluang yang terkait dengan media digital. Dalam pelatihan ini, orang tua diajarkan cara mendampingi anak-anak mereka secara aktif, menetapkan batasan yang sehat untuk waktu layar, serta menciptakan komunikasi terbuka tentang aktivitas digital anak. Dengan keterlibatan orang tua yang lebih baik, anak-anak dapat merasa lebih terarah dalam penggunaan media digital mereka.¹⁵

Kampanye kesadaran yang melibatkan komunitas juga menjadi langkah strategis untuk meningkatkan literasi media digital. Kampanye ini dapat berbentuk seminar, lokakarya, atau kegiatan komunitas lainnya yang bertujuan menyebarkan informasi tentang pentingnya literasi media. Melalui kampanye ini, masyarakat diajak untuk memahami dampak positif dan negatif teknologi, serta cara-cara memanfaatkannya secara optimal. Pendekatan ini tidak hanya menjangkau siswa dan orang tua, tetapi juga melibatkan guru, tokoh masyarakat, dan pemangku kepentingan lainnya untuk menciptakan budaya digital yang lebih sehat. Dengan kerja sama yang erat antar berbagai pihak, kampanye ini dapat membangun lingkungan yang mendukung tumbuhnya generasi yang cerdas digital.¹⁶

Melalui kombinasi edukasi formal, pelatihan untuk orang tua, dan kampanye kesadaran, literasi media digital dapat ditingkatkan secara menyeluruh. Strategi ini memberikan fondasi yang kuat untuk memitigasi risiko penggunaan teknologi secara berlebihan dan mempromosikan keseimbangan dalam kehidupan digital dan nyata.¹⁷

PENUTUP

Literasi media digital merupakan keterampilan esensial di tengah perkembangan teknologi yang semakin pesat, terutama bagi generasi muda yang rentan terhadap pengaruh negatif dari penggunaan media digital, termasuk game online. Dalam era di mana akses terhadap perangkat digital menjadi semakin mudah, kebutuhan akan pemahaman mendalam tentang penggunaan teknologi secara bijak menjadi semakin mendesak. Literasi media tidak hanya berfungsi sebagai upaya preventif, tetapi juga sebagai alat pemberdayaan yang memungkinkan anak muda mengelola waktu dan aktivitas digital mereka dengan lebih efektif, serta menghindari dampak buruk seperti kecanduan, isolasi sosial, dan penurunan prestasi akademik.

Keberhasilan dalam meningkatkan literasi media digital memerlukan pendekatan yang terintegrasi dan kolaboratif. Sekolah berperan sebagai tempat utama untuk mengajarkan keterampilan ini melalui kurikulum formal, sementara keluarga memberikan dukungan dan

¹⁴ Lenhart, A., Kahne, J., Middaugh, E., Macgill, A. R., Evans, C., & Vitak, J. (2008). *Teens, Video Games, and Civics*. Washington, D.C.: Pew Internet & American Life Project

¹⁵ Shaffer, D. W., Squire, K. R., Halverson, R., & Gee, J. P. (2005). "Video Games and the Future of Learning." *Phi Delta Kappan*, 87(2), 104-111

¹⁶ Anderson, C. A., Gentile, D. A., & Buckley, K. E. (2007). *Violent Video Game Effects on Children and Adolescents: Theory, Research, and Public Policy*. New York: Oxford University Press

¹⁷ Hobbs, R. (2010). *Digital and Media Literacy: Connecting Culture and Classroom*. Thousand Oaks, CA: Corwin

pengawasan yang konsisten di lingkungan rumah. Masyarakat, termasuk komunitas lokal dan organisasi terkait, turut berkontribusi melalui kampanye kesadaran yang menciptakan ekosistem digital yang sehat. Dengan sinergi dari berbagai pihak, literasi media dapat menjadi alat strategis yang tidak hanya melindungi anak muda dari dampak negatif teknologi, tetapi juga mempersiapkan mereka untuk memanfaatkan teknologi secara produktif dan bertanggung jawab.

Pada akhirnya, literasi media digital adalah investasi jangka panjang untuk membangun generasi yang tidak hanya cakap secara teknis, tetapi juga memiliki kecerdasan kritis dalam menghadapi kompleksitas dunia digital. Hal ini menjadi dasar bagi terciptanya keseimbangan antara manfaat teknologi dan kehidupan nyata, sehingga anak muda dapat tumbuh sebagai individu yang berdaya, berintegritas, dan mampu berkontribusi positif di tengah dinamika zaman.

DAFTAR PUSTAKA

- Buckingham, D. (2003). *Media Education: Literacy, Learning and Contemporary Culture*. Cambridge: Polity Press.
- Gee, J. P. (2007). *What Video Games Have to Teach Us About Learning and Literacy*. New York: Palgrave Macmillan.
- Livingstone, S., & Helsper, E. (2007). "Gradations in digital inclusion: Children, young people, and the digital divide." *New Media & Society*, 9(4), 671-696.
- Prensky, M. (2001). *Digital Game-Based Learning*. New York: McGraw-Hill.
- UNESCO. (2011). *Media and Information Literacy Curriculum for Teachers*. Paris: UNESCO Publishing.
- Anderson, C. A., & Dill, K. E. (2000). "Video Games and Aggressive Thoughts, Feelings, and Behavior in the Laboratory and in Life." *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(4), 772-790.
- Bavelier, D., Green, C. S., & Dye, M. W. (2010). "Children, Wired: For Better and for Worse." *Neuron*, 67(5), 692-701.
- Jenkins, H. (2006). *Convergence Culture: Where Old and New Media Collide*. New York: NYU Press.
- Kirschner, P. A., & Karpinski, A. C. (2010). "Facebook® and academic performance." *Computers in Human Behavior*, 26(6), 1237-1245.
- Tapscott, D. (2009). *Grown Up Digital: How the Net Generation is Changing Your World*. New York: McGraw-Hill.
- Boyd, D. (2014). *It's Complicated: The Social Lives of Networked Teens*. New Haven: Yale University Press.
- Selwyn, N. (2011). *Education and Technology: Key Issues and Debates*. London: Continuum.
- Papert, S. (1993). *Mindstorms: Children, Computers, and Powerful Ideas*. New York: Basic Books.
- Lenhart, A., Kahne, J., Middaugh, E., Macgill, A. R., Evans, C., & Vitak, J. (2008). *Teens, Video Games, and Civics*. Washington, D.C.: Pew Internet & American Life Project.
- Shaffer, D. W., Squire, K. R., Halverson, R., & Gee, J. P. (2005). "Video Games and the Future of Learning." *Phi Delta Kappan*, 87(2), 104-111.
- Anderson, C. A., Gentile, D. A., & Buckley, K. E. (2007). *Violent Video Game Effects on Children and Adolescents: Theory, Research, and Public Policy*. New York: Oxford University Press.
- Hobbs, R. (2010). *Digital and Media Literacy: Connecting Culture and Classroom*. Thousand Oaks, CA: Corwin.

- Leu, D. J., Kinzer, C. K., Coiro, J., & Cammack, D. (2004). "Toward a Theory of New Literacies Emerging From the Internet and Other Information and Communication Technologies." *Theoretical Models and Processes of Reading*, 5(1), 1570-1613.
- Suparman, U. (2014). *Literasi Media: Teori dan Praktik*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Greenfield, P. M. (2009). "Technology and Informal Education: What Is Taught, What Is Learned." *Science*, 323(5910), 69-71.