

Dampak Game Online dalam Rumah Tangga

Fajarwati

STIS Al-Hilal Sigli, Aceh

<p>Received Date. 2 Juni 2021 Revised Date. 15 Juni 2021 Accepted Date. 25 Juni 2021</p>	<p>ABSTRACT</p> <p><i>The influence of online games on the household is when the husband plays online games, the effects that arise in the household are causing disharmony in the household, such as the occurrence of squabbles, the business of helping to take care of the children or other things that occur neglected, not having time with family, the absence of good communication between family members. domestic life is often a commotion or fight. If a person is addicted to playing online games, it causes rapid mood changes, irritability, difficulty concentrating, damages the eyes, and so on. Even economically, online games have the potential to plunge players into bankruptcy. Not infrequently a fractured household leading to divorce becomes a threat, so this must be avoided because if it continues, it is not impossible that addiction to this game will bring various other negative impacts that are detrimental.</i></p>
<p>The Keywords: Online Game Household</p>	
<p>Kata Kunci: Game Online Rumah tangga</p>	<p>ABSTRAK</p> <p>Pengaruh game online terhadap rumah tangga yaitu ketika suami bermain game online, adanya efek yang ditimbulkan dalam rumah tangga yaitu menimbulkan ketidakharmonisan dalam rumah tangga, seperti terjadinya percecokan, urusan membantu mengurus anak atau hal lainnya terjadi terbengkala, tidak memiliki waktu lagi bersama keluarga, tidak adanya komunikasi yang baik antara anggota keluarga. kehidupan rumah tangga sering terjadi keributan atau pertengkaran. Apabila seseorang telah kecanduan bermain game online maka menimbulkan perubahan mood secara cepat, mudah marah, susah konsentrasi, merusak mata, dan lain sebagainya. Secara ekonomi pun, game online berpotensi menjerumuskan pemainnya kepada kebangkrutan. Tak jarang rumah tangga retak berujung perceraian menjadi ancaman, sehingga hal ini harus dihindari karena jika terus dibiarkan, bukan tidak mungkin kecanduan game ini akan membawa berbagai dampak negatif lainnya yang merugikan.</p>

PENDAHULUAN

Tujuan perkawinan dalam Islam selain untuk memenuhi kebutuhan hidup jasmani dan rohani manusia, juga sekaligus untuk membentuk keluarga yang sakinah, mawadah, warahmah dan memelihara serta meneruskan keturunan dalam menjalani hidupnya di dunia ini, juga mencegah perzinahan, agar tercipta ketenangan dan ketenteraman jiwa bagi yang bersangkutan, ketenteraman keluarga dan masyarakat. Setiap usaha untuk menyepelkan dan melemahkan hubungan perkawinan sangat dibenci oleh Islam, karena merusak kebaikan dan menghilangkan kemaslahatan antara suami dan istri (Ali, 2002). Salah satu perbuatan yang bisa menimbulkan keharmonisan rumah tangga adalah game online.

Game online merupakan permainan yang dapat diakses oleh banyak pemain, di mana mesin-mesin yang digunakan pemain dihubungkan oleh jaringan internet. Indikasi game online

adalah ketergantungan individu secara berlebihan terhadap game online dengan ingin melakukan secara terus-menerus yang pada akhirnya menimbulkan efek negatif pada fisik maupun psikologis individu, khususnya pada keharmonisan rumah tangga.

Game online menyebabkan penurunan gelombang otak depan yang berakibat pada penurunan kemampuan mengendalikan emosi. Sehingga akan menimbulkan perubahan mood secara cepat, mudah marah, susah konsentrasi, merusak mata, dan lain sebagainya. Secara ekonomi pun, game online berpotensi menjerumuskan pemainnya kepada kebangkrutan. Tak jarang rumah tangga retak berujung perceraian yang diakibatkan oleh game online (Styawan, 2021). Dalam hukum Islam game-game dimainkan sesuai dengan porsinya, dan tidak berlebihan. Jangan sampai hiburan menyita seluruh waktu, menghalangi dari aktifitas lainnya dan mengambil waktu-waktu belajar serta bekerja. Game jangan sampai melalaikan seseorang dari tugas-tugas pokoknya dalam beribadah, dan tanggung jawab terhadap keluarga.

Masalah yang sering terjadi sekarang ini adalah timbulnya ketidakharmonisan rumah tangga yang disebabkan oleh game online, seseorang suami yang sudah kecanduan game bisa berakibat fatal terhadap keutuhan rumah tangga, suami terlalu asyik main game sehingga kerap kali bertengkar dan adu argumen dengan istrinya, serta nafkah keluarga tidak terpenuhi dan mengabaikan hak dan kewajiban terhadap anak istrinya.

Seharusnya suami yang masih bermain game online hingga larut malam, sebaiknya berfikir realistis dan rasional kembali. Jangan sampai kebutuhan dharuriyyat (pokok) mencari nafkah untuk istri dan anak terlupakan, kebutuhan hajiyyat (sekunder) dan kebutuhan tasniyyat (tersier) dikesampingkan juga. Seharusnya suami atau istri melawan keinginan untuk bermain game, mencari kesibukan lain yang lebih bermakna, berolahraga, dan menjadi motivator terbaik bagi diri sendiri. Peran dan pendekatan keluarga juga akan sangat membantu agar bisa terlepas dari kecanduan ini.

Penelitian ini sangat menarik bagi penulis untuk meneliti, karena dalam kehidupan keluarga seorang pecandu akan sering terlibat cekcok dengan anggota keluarga, menurunkan kualitas dan etos kerja, menurunkan daya konsentrasi di sekolah, menjadi kurang perhatian kepada anggota keluarga lain dan lingkungan sekitarnya. Bahkan bisa merusak kebahagiaan keluarga, berakhir dengan keretakan rumah tangga, perceraian dan lain sebagainya. Oleh karena itu hal ini dilarang dalam hukum Islam.

Dampak yang dirasakan dari segi kesehatan maupun ekonomi game online lebih banyak memberikan mudarat dari pada manfaatnya.. Dampak lain juga bisa menimbulkan percekcoakan dalam rumah tangga, tidak bisa memenuhi kewajiban terhadap istri dan anaknya. Selain itu dapat mengalami penurunan aktivitas gelombang otak yang tidak bisa mengatur pengendalian emosi dan agresivitas. Sehingga mengalami masalah dalam hubungan sosial, khususnya dengan anggota keluarga.

Berdasarkan latar belakang yang menjadi tujuan penelitian adalah untuk mengetahui dampak game online dalam keharmonisan rumah tangga.

METODE PENELITIAN

Adapun metode penelitian yang penulis gunakan dalam penelitian ini adalah deskriptis yaitu suatu metode yang pemecahan masalahnya diselidiki dengan menggambarkan atau melukiskan keadaan subjek atau objek penelitian pada saat sekarang berdasarkan fakta-fakta yang tampak atau sebagaimana adanya (Nawawi, 2007).

Pendekatan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif. Metode kualitatif adalah prosedur penelitian yang menghasilkan data dekskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang diamati (Moleong, 2007). Tujuan

penelitian kualitatif yaitu untuk memahami fenomena sosial melalui gambaran holistik dan memperbanyak pemahaman mendalam makna (Masyhuri, 2008).

Penelitian ini bersifat Penelitian kepustakaan yaitu pengumpulan data yang teoritis melalui kepustakaan dengan cara membaca buku-buku, jurnal, artikel, kitab-kitab, dan lukisan-lukisan lainnya yang ada kaitannya dengan penelitian ini. Adapun buku yang dipakai adalah buku Fiqh Munakahat (Khitbah, Nikah dan Talak).

LANDASAN TEORI

Pengertian *Game Online*

Game online adalah gabungan dari dua kata yang berasal dari bahasa Inggris. *Game* artinya adalah permainan dan *online* artinya adalah dalam jaringan. Jika dua kata ini digabungkan, maka akan terbentuk suatu makna baru yang tak jauh dari pengertian dasar kedua kata itu. *Game online* adalah suatu bentuk permainan yang dihubungkan melalui jaringan internet (Aji, 2012).

Game online merupakan salah satu hasil dari perkembangan internet. *Game online* merupakan salah satu bentuk permainan yang berbasis elektronik dan visual. *Game online* dimainkan dengan memanfaatkan media visual elektronik yang melibatkan banyak pemain di dalamnya, di mana permainan tersebut membutuhkan jaringan internet (Syahrizal, 2005).

Game online atau sering disebut dengan *online games* adalah sebuah permainan (games) yang dimainkan di dalam suatu jaringan (baik LAN maupun Internet), permainan ini biasanya dimainkan secara bersamaan dengan pemain yang tidak terbatas banyaknya. Menurut Januar dan Turmudzi game online ialah sebagai game komputer yang dapat dimainkan oleh multi pemain melalui internet (Januar dan Turmudzi, 2006). Menurut pendapat Samuel, *game online* adalah permainan dengan jaringan, di mana interaksi antara satu orang dengan yang lainnya untuk mencapai tujuan, melaksanakan misi, dan meraih nilai tertinggi dalam dunia virtual (Samuel, 2010).

Pengertian *game online* sebenarnya adalah sebuah jenis video permainan yang hanya dapat dijalankan apabila suatu perangkat yang digunakan untuk bermain game terhubung dengan jaringan internet. Jadi, apabila seseorang yang ingin bermain *game online* maka perangkat yang ia miliki itu harus terhubung internet. Jika tidak terhubung, maka yang akan terjadi *game online* itu tidak dapat dimainkan

Game online biasanya memungkinkan suatu pemain (player) game untuk saling terhubung dengan pemain lain. Sehingga hal itu juga memungkinkan para pemain saling berkontak antar satu pemain dengan pemain yang lainnya, baik dalam bentuk permainan, seperti pukul-memukul, tembak-menembak, ataupun berkiriman pesan. Hal ini memang mirip seperti layanan jejaring sosial media (Aji, 2012).

Game online, kata yang sering digunakan untuk merepresentasikan sebuah permainan digital yang sedang marak di zaman yang modern ini. Game online ini banyak dijumpai dalam kehidupan sehari-hari. Walaupun ada orang yang berpikir bahwa *game online* identik dengan komputer, game tidak hanya beroperasi di komputer. Game dapat berupa konsol, handheld, bahkan game juga ada di telepon genggam. *Game online* berguna untuk refreshing atau menghilangkan rasa jenuh si pemain baik itu dari kegiatan sehari-hari (kerja, belajar, dan faktor lainnya) maupun sekadar mengisi waktu luang

Jadi *game online* adalah suatu permainan yang dimainkan dengan komputer dan dilakukan secara *online* (melalui internet) dan bisa dimainkan oleh banyak orang secara bersamaan dalam satu waktu. Biasanya permainan daring disediakan sebagai tambahan layanan dari perusahaan penyedia jasa online, atau dapat diakses langsung melalui sistem yang

disediakan dari perusahaan yang menyediakan permainan tersebut. Sebuah game online bisa dimainkan secara bersamaan dengan menggunakan komputer yang terhubung ke dalam sebuah jaringan tertentu.

Jenis-Jenis Game Online

Game online memiliki jenis yang banyak, mulai dari permainan sederhana berbasis teks sampai permainan yang menggunakan grafik kompleks dan membentuk dunia *virtual* yang ditempati oleh banyak pemain sekaligus. Jenis-jenis game *online* sebagai berikut:

a) *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 (Candra Zebah Aji, 2012).

b) *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 MMRTS, tema permainan bisa berupa sejarah, fantasi dan fiksi ilmiah (Januar dan Turmudzi, 2006).

c) *Massively Multiplayer Online Role-playing Games* (MMORPG)

Game jenis ini biasanya memainkan peran tokoh-tokoh khayalan dan berkolaborasi untuk merajut sebuah cerita bersama. MMORPG biasanya lebih mengarah ke kolaborasi sosial dari pada kompetisi. Pada umumnya dalam MMORPG, para pemain tergabung dalam satu kelompok (Januar dan Turmudzi, 2006).

d) *Cross Plat Formonline Play*

Jenis ini dapat dimainkan secara online dengan perangkat yang berbeda. Saat ini mesin permainan konsol mulai berkembang menjadi seperti komputer yang dilengkapi dengan jaringan sumber terbuka (*open source networks*) (Akhdia, 2021).

e) *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).

f) *Simulation Game*

Pada game jenis ini, pemain akan mendapatkan pengalaman dari simulasi yang diberikan. Ada berbagai macam permainan jenis simulasi, yaitu *construction and management simulation games*, *vehicle simulation*, dan *life-simulation games*. Karakter pada jenis ini memiliki kebutuhan tokoh yang hidup pada dunia virtual seperti makhluk hidup pada umumnya (Candra Zebah Aji, 2012).

g) *Massively Multiplayer Online Games* (MMOG)

Pemain bermain dalam dunia yang skalanya besar (>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 (Januar dan Turmudzi, 2006).

h) *Musik/dance game*

Permainan musik/*dance game* adalah jenis pengembangan baru di dunia game. Permainan ini menyajikan fitur yang mengedepankan musik dan tarian. Permainan ini

bahkan cukup populer dimainkan dikeramaian seperti di mall. Permainan musik/dancer game di dunia online sangat banyak, salah satunya *ayodance, showtime, dan streetidol* (Benny, 2021).

i) *Cross-platform game*

Game ini mempunyai konsep permainan yang dapat dimainkan di mana saja. *Cross-platform game* adalah pengembangan satu jenis game yang dapat dimainkan di semua perangkat game, seperti *playstation, nintendo*, maupun *PC* (Aji, 2012). *Games online* mempunyai jenis yang bermacam-macam dengan mode yang berbeda-beda. Berikut ini adalah pembagian game berdasarkan genre/jenisnya yaitu: (Candra Zebeh Aji, 2012).

j) *Shooter Game*

Game ini dikonsepsikan adalah game berjenis tembak- menembak. Game pada genre ini antara lain *Counter Strike, Point Blank, Mercenary Ops, dll. Shooter game* dulu dinominasi oleh FPS (*first player shooter*), tetapi setelah berkembang sekarang menjadi *Thrid person shooter dan Mmo-FPS (multi massive online fps)*.

k) *Adventure Game*

Game petualangan adalah game yang paling menarik dikembangkan dan dimainkan. Game dengan konsep petualangan adalah jenis permainan awal yang kemudian berkembang. Game petualangan seperti Mario boss dan sonic adalah game yang terkenal pada tahun 90an.

l) *Action Game*

Game action mengandalkan teknik dan kecepatan tangan untuk menyelesaikan permainan. *Game action* pada perkembangannya sering digabungkan dengan adventure game dan menjadi genre baru *action adventure game*, game yang mengandalkan teknik dan kecepatan tangan juga mempunyai jalan cerita yang menarik untuk diselesaikan.

m) *Role Playing Game*

Game ini sangat cocok untuk dimainkan secara online konsep *role playing game* disini artinya setiap pemain yang memainkan game tersebut “bebas” melakukan apa saja yang diinginkan pada game itu sendiri. Bebas maksudnya adalah bebas memilih fitur-fitur yang disediakan game tersebut. Game ini mempunyai banyak quest dan tingkatan level yang membuat para pemainnya tidak dapat meninggalkan game ini.

n) *Real time strategy*

RTS pada dasarnya adalah permainan yang mengandalkan kemampuan para gamers dalam mengolah taktik dan strategi. permainan ini memicu pemainnya untuk berpikir lebih cepat. Menang tidaknya kita dalam game ini juga ditentukan oleh pengalaman kita dalam bermain game RTS. Game online RTS yang paling terkenal di Indonesia adalah *defence of the ancient*.

o) *Simulation*

Permainan simulasi adalah permainan yang dikembangkan untuk menggambarkan keadaan yang sesungguhnya dari sebuah obyek. Permainan simulasi tidak jauh beda dengan aslinya, bahkan sebagian perusahaan mengembangkan game simulasi sebagai test seperti simulasi pesawat terbang. Game simulasi dikembangkan untuk mengurangi resiko yang muncul jika menggunakan objek tersebut secara riil.

p) *Society game*

Permainan sosial adalah permainan yang fokus kepada kehidupan sehari-hari. Permainan ini lebih kepada pengembang permainan tamagochi atau permainan Barbie. Permainan ini bertujuan untuk membentuk karakter kita sesuai dengan yang kita inginkan di dunia game itu sendiri.

q) *Browser game*

Game browser adalah jenis permainan yang termasuk baru dikalangan *developer game*. Permainan ini mulai dikenal ketika internet menyebar ke seluruh dunia. Permainan ini mengedepankan “simple”, kita tinggal membuka browser dan dapat bermain tanpa ada syarat apapun. Permainan ini lebih cenderung dimainkan untuk mengisi waktu luang ketika bosan, misalnya game zynga.

r) *Music/dance game*

Permainan Musik/dance adalah jenis pengembangan baru di dunia game. Permainan ini menyajikan fitur yang mengedepankan musik dan tarian. Permainan ini bahkan cukup populer dimainkan dikeramaian seperti di mall. Permainan musik/dance di dunia online sanyat banyak, salah satunya ayodance, showtime, streetidol, dll.

s) *Cross-platform game*

Game ini mempunyai konsep permainan yang dapat dimainkan dimana saja. *Cross-platform game* adalah pengembangan satu jenis game yang dapat dimainkan di semua perangkat game, seperti *playstation, nintendo, PC*, dll.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Dampak Permanen Game Online

Bermain *game online* pada remaja maupun orang yang sudah berkeluarga memiliki dampak positif dan negatif. Dampak positif dari bermain *game online* yaitu dapat mengaktifkan sistem motorik, dengan koordinasi yang tepat antara informasi yang diterima oleh mata kemudian diteruskan ke otak untuk diproses dan diperintahkan kepada tangan untuk menekan tombol tertentu. Bermain *game online* memang dapat berdampak positif, tetapi jika dibiarkan berlarut-larut hingga mengarah pada adiksi tentu akan memberikan dampak negatif, diantaranya menjadi tidak memiliki skala prioritas dalam menjalani aktivitas sehari-hari. Selain itu mendorong seseorang untuk bertindak asosial, karena aktivitas bermain *game online* cukup menyita waktu berkomunikasi, baik berkomunikasi dengan keluarga maupun teman sebaya. Akan berdampak menimbulkan kemalasan disebabkan kelelahan yang ditimbulkan setelah bermain *game online*, sehingga dapat memicu tindakan kekerasan. Adapun lebih rinci mengenai dampak positif dan negatif dari *game online*, antara lain (Saputra, 2021):

1. Dampak Positif Game Online. Adapun dampak positif dari *game online* sebagai berikut:
 - a. Penggunaan Bahasa Inggris. Salah satu permainan yang cukup populer di kalangan masyarakat adalah *game online*. Permainan ini biasanya dibuat oleh perusahaan luar negeri yang menggunakan Bahasa Inggris. Saat memainkannya, seseorang secara tak langsung diharuskan untuk menguasai Bahasa Inggris agar bisa menyelesaikan tantangannya.
 - b. Melatih Logika. Game ini ber-genre strategi. Saat bermain, seseorang harus menggunakan berbagai strategi untuk memenangkan *game* tersebut. Permainan bisa membantu melatih penggunaan logika, menganalisa, dan memecahkan masalah yang dihadapi.
 - c. Melatih Kemampuan Spasial. Melalui permainan, kemampuan spasial seseorang yang berhubungan dengan kecerdasan gambar dan visualisasi akan terasah atau terlatih. Kemampuan ini akan berpengaruh dengan kemampuan berhitung. Selain itu, permainan juga akan membantu penggunaan motorik halus (Januar dan Turmuzdi, 2006).

- d. Pengenalan Teknologi. Game online secara tak langsung akan mengajarkan seseorang untuk lebih memahami teknologi informasi yang sedang berkembang sekarang ini.
 - e. Kemampuan Membaca. Bagi anak yang belum lancar membaca, Game konsol bisa jadi alat bantu yang tepat untuk membantu anak belajar membaca. Beberapa game ada yang bersifat edukasi dan bisa membantu anak untuk belajar dengan cara yang lebih menarik. Selain itu, saat bermain anak juga diharuskan membaca setiap perintah yang diberikan oleh tokoh game dan narrator game. Maka, secara tak langsung anak bisa belajar membaca dan mengeja secara signifikan
 - f. Stimulasi Otak. Para pemain bisa membuat permainan sendiri sesuai dengan yang diinginkannya. Hal ini akan membantu stimulasi otak dan proses berpikir untuk menciptakan skenario yang panjang dan rumit sebagai bagian dari pengembangan kreatifitas mereka.
 - g. Mengembangkan Imajinasi. Permainan bisa membantu anak untuk mengembangkan imajinasi mereka. Anak bisa menggunakan imajinasi ini untuk menyeimbangkan berbagai kejadian dalam game dan diaplikasikan di dunia nyata (yang sesuai dan positif).
2. Dampak Negatif *Game Online*. Adapun dampak negatif dari *game online* sebagai berikut:
- a. Menimbulkan adiksi (kecanduan)
Sebagian besar *game* yang beredar saat ini memang didesain supaya menimbulkan kecanduan para pemainnya. Semakin seseorang kecanduan pada suatu *game* maka pembuat *game* semakin diuntungkan karena peningkatan pembelian gold/tool/karakter dan sejenisnya semakin meningkat. Tapi keuntungan produsen ini justru menghasilkan dampak yang buruk bagi kesehatan psikologis pemainnya.
 - b. Mendorong melakukan hal-hal yang negative
Walaupun jumlahnya tidak banyak tetapi cukup sering kita menemukan kasus pemain *game online* yang berusaha mencuri ID pemain lain dengan berbagai cara. Kemudian mengambil uang didalamnya atau melucuti perlengkapannya yang mahal-mahal. Kegiatan mencuri ID ini biasanya juga berlanjut pada pencurian akun lain seperti facebook maupun email dengan menggunakan keylogger, software cracking atau yang sejenisnya yang bisa membobol akun seseorang (Januar dan Turmufzi, 2006).
 - c. Berbicara kasar dan kotor
Para pemain *game online* sering mengucapkan kata-kata kotor dan kasar saat bermain di warnet atau game center.
 - d. Terbengkalainya kegiatan di dunia nyata
Keterikatan pada waktu penyelesaian tugas di *game* dan rasa asik memainkannya seringkali membuat berbagai kegiatan terbengkalai. Waktu beribadah Apalagi banyak permainan yang terus berjalan meskipun kita sudah offline.
 - e. Perubahan pola makan dan istirahat
Perubahan pola istirahat dan pola makan sudah lumrah terjadi pada gamers karena menurunnya kontrol diri. Waktu makan menjadi tidak teratur dan mereka sering tidur pagi demi mendapat happy hour (internet murah pada malam-pagi hari).
 - f. Pemborosan

Uang untuk membayar sewa komputer di warnet dan membeli gold/poin/karakter kadangkala nilainya bisa mencapai jutaan rupiah. Belum lagi koneksi internet, dan upgrade spesifikasi komputer di rumah.

- g. **Mengganggu Kesehatan**
Duduk terus menerus di depan komputer selama berjam-jam jelas menimbulkan dampak negatif bagi tubuh
- h. **Dampak negatif *game online* Secara Sosial**
Hubungan dengan teman, keluarga jadi renggang karena waktu bersama mereka menjadi jauh berkurang. Pergaulan kita hanya di games online saja, sehingga membuat para pecandu game online jadi terisolir dari teman-teman dan lingkungan pergaulan nyata. Ketrampilan sosial berkurang, sehingga semakin merasa sulit berhubungan dengan orang lain. Perilaku jadi kasar dan agresif karena terpengaruh oleh apa yang kita lihat dan mainkan di games online.
- i. **Dampak negatif *game online* Secara Psikis**
Pikiran seseorang jadi terus menerus memikirkan *game* yang sedang dimainkan. seseorang jadi sulit konsentrasi terhadap studi, pekerjaan, sering bolos atau menghindari pekerjaan. Membuat seseorang jadi cuek, acuh tak acuh, kurang peduli terhadap hal-hal yang terjadi di sekelilingnya. Melakukan apapun demi bisa bermain *game*, seperti berbohong, mencuri uang, dll. Terbiasa hanya berinteraksi satu arah dengan komputer membuat kita jadi tertutup, sulit mengekspresikan diri ketika berada di lingkungan nyata.
- j. **Secara Fisik**
Terkena paparan cahaya radiasi komputer dapat merusak saraf mata dan otak. Kesehatan jantung menurun akibat bergadang 24 jam jam bermain *game online*. Ginjal dan lambung juga terpengaruh akibat banyak duduk, kurang minum, lupa makan karena keasyikan main. Berat badan menurun karena lupa makan, atau bisa juga bertambah karena banyak ngemil dan kurang olahraga. Mudah lelah ketika melakukan aktivitas fisik, kesehatan tubuh menurun akibat kurang olahraga. Yang paling parah adalah dapat mengakibatkan kematian (Mrian, 2021).

Menurut Aqila Smart, mengemukakan bahwa ada 5 dampak negatif games online antara lain (Smart, 2021):

- a. **Merusak mata dan menimbulkan kelelahan**
Biasanya, jarak normal yang harus dilakukan orang dari depan televisi adalah sekitar 1 m lebih, sedangkan anak-anak akan terasa tidak puas saat mereka sedang bermain game dengan jarak segitu apalagi saat bermain game mereka sampai melakukannya dalam waktu yang tidak sebentar alis lama. Hal tersebut juga menimbulkan efek-efek negatif lainnya, tidak hanya dapat merusak penglihatan, tapi juga dapat membuat anak menjadi terlena karena keasyikan apalagi ada perasaan tanggung dalam diri mereka saat mereka sudah terlanjur bermain games.
- b. **Mengajarkan kekerasan**
Biasanya, anak-anak akan memilih permainan yang memiliki tingkatan ketegangan yang tinggi, seperti game action dan lain sebagainya yang bisa saja justru akan memberikan contoh dan dampak yang negatif pada diri anak. Anak akan cenderung menirukan setiap kejadian dan tingkah laku dari aktor dalam game mereka tersebut sehingga dapat membuat anak untuk melakukan kekerasan yang mungkin secara tidak sengaja dilakukan oleh anak.

- c. Berpeluang mengajarkan judi
Biasanya orang saat *nge-game* tidak lepas dari taruhan. Mulai dari taruhan yang kecil dan tidak menggunakan uang karena untuk mendapatkan sensasi lain dari bermain games. Apalagi, game tersebut merupakan salah satu game pertarungan. Mulai dari taruhan yang kecil tersebut jika dibiarkan terus-menerus tanpa adanya pengawasan dari anda akan berakibat buruk dan anak bisa kebablasan dengan perjudian besar.
- d. Berisiko kecanduan
Dalam masa ini segala sesuatunya yang terjadi adalah kegiatan yang belum menimbulkan kerusakan serius meskipun sebagian orang sudah terlihat adanya gejala kecanduan. Namun pada penelitian terbaru pada usia awal belasan tahun menemukan hamper sepertiganya game setiap harinya dan yang lebih mengkhawatirkan lagi, yaitu sekitar 7% bermain games sekitar 30 menit. Menanggapi hal tersebut, Griffiths mengatakan betapa besar dampak pada jangka panjang dari kegiatan yang menghabiskan waktu luang sekitar 30 jam per minggu tersebut pada perkembangan pendidikan, kesehatan, dan social anak dan remaja (Smart, 2021).

Pengaruh Game Online dalam Rumah Tangga

Penggunaan *smartphone* yang berlebihan sebuah hubungan bisa menimbulkan ketidakharmonisan, termasuk hubungan awalnya harmonis pun bisa tiba-tiba berantakan karena pasangan lebih konsentrasi pada gadgetnya ketimbang mengobrol ketika sampai di rumah. Ada beberapa pengaruh dari game online bagi sebuah rumah tangga, yaitu: 1) menimbulkan ketidakharmonisan dalam rumah tangga. 2) Urusan membantu mengurus anak atau hal lainnya terjadi terbengkalai. 3) Terganggunya aktifitas suami dalam mencari nafkah, sehingga menimbulkan percecokan antara suami dan istri, 5) Suami malas bekerja. 5) serta sering marah-marah sama istri. 6) suami jarang memiliki waktu bersama keluarga, karena terlalu asyik bermain game online.

Perlu disadari bahwa Ketika bermain game online, kehidupan rumah tangga sering terjadi keributan atau pertengkaran karena kurangnya komunikasi dengan pasangan, disamping itu istri menegur disaa sedang asyik main game dan kebutuhan juga tidak terpenuhi. Kebiasaannya suami terlalu fokus main game. Istri yang melihat suami main game terlalu sering geram, dan menuding, suaminya itu mengikuti judi online.

Dengan bermain game online, suami tidak melakukan kekerasan dalam rumah tangga, hanya sering cecok saja, karena istri sering menegur saat main game. Begitu juga dengan pengakuan istrinya bahwa suaminya tidak melakukan kekerasan dalam rumah tangga, mereka hanya cecok dan bertengkar saja. Kecanduan terhadap game online bisa dihilangkan secara perlahan-lahan. Adapun Cara Yang bisa dilakukan dalam meningkatkan kesejahteraan keluarga adalah mengurangi durasi dalam bermain game online, dengan meluangkan waktu lebih banyak dengan keluarga, memenuhi hak dan kewajiban sebagai suami dalam rumah tangga dengan cara bekerja.

Kemudian dampak positif bermain game online terhadap adalah pikiran menjadi santai, sedangkan dampak negatif akibat bermain game online adalah hubungan dengan keluarga menjadi renggang, terganggunya komunikasi antara suami dan istri, istri tidak menghargai suami lagi. Kebanyakan Istri berpendapat bahwa tidak ada dampak positif bermain game online, yang ada hanyalah dampak negatif. Yaitu suami tidak ada waktu bermain dengan anak-anak dan tidak dapat memantau pendidikan anak, sering terjadi keributan, suami terlalu sibuk bermain

game hingga melupakan semuanya. Waktu makan, berduaan dengan istri, bahkan untuk tidur jadi tergantikan dengan bermain game.

Solusi dalam menghadapi ketidak harmonisan rumah tangga akibat bermain game online adalah meluangkan waktu bersama keluarga, mencukupkan kebutuhan sehari-hari, berinteraksi dengan keluarga istri, membantu istri dalam aktifitas rumah tangga. Jika suami terlalu sibuk dengan bermain game online, maka istri bisa menegur secara baik-baik suami tanpa menyakiti perasaan suami. memberikan jadwal kepada suami sampai jam berapa atau berapa jam setiap harinya meluangkan waktu untuk bermain game.

Keharmonisan keluarga adalah suatu keadaan dimana anggota keluarga penuh dengan ketenangan, ketenteraman, terjalin kasih sayang, saling pengertian, dialog dan kerjasama yang baik antara anggota keluarga. Keluarga yang harmonis adalah keluarga yang dapat mengantarkan seseorang hidup lebih bahagia, lebih layak dan lebih tenteram. Konsep keharmonisan rumah tangga yang sesuai dengan hukum Islam adalah keluarga yang *sakinah, mawaddah, dan warahmah*. Atau bisa diartikan dengan keluarga yang damai tentram, penuh cinta kasih atau harapan, dan kasih sayang. Bermain game online dapat menimbulkan ketidak harmonisan rumah tangga, karena di zaman sekarang game online menjadi salah satu penyebab terjadinya ketidakharmonisan rumah tangga, karena jika seseorang kecanduan game online, maka tidak memperdulikan lagi orang-orang disekitarnya bahkan untuk mencari nafkah untuk anak dan istri, kecanduan game kini sudah menjadi salah satu masalah rumah tangga yang memerlukan komunikasi, kejujuran dan keterbukaan. Di samping itu game online ada yang mengandung unsur judi, sehingga dapat menghabiskan banyak uang atau harta benda lainnya, sehingga kebutuhan keluarga menjadi berkurang dan terabaikan, hal ini dapat memicu pertengkaran dan perselisihan, disamping itu ada juga game online hanya permainan saja, namun dapat menyebabkan pemainnya laai, sehingga waktu untuk mencari nafkah dan waktu bersama keluarga jadi berkurang.

Solusi untuk mengatasi kecanduan game online adalah dengan melawan keinginan untuk bermain game, mencari kesibukan lain yang lebih bermakna, berolahraga, dan menjadi motivator terbaik bagi diri sendiri. Peran dan pendekatan keluarga juga akan sangat membantu agar bisa terlepas dari kecanduan game online. Solusi supaya orang yang sudah kecanduan game bisa berubah yaitu membatasi penggunaan smartphone, terutama di saat istirahat, melakukan perubahan secara bertahap dengan mengurangi durasi bermain game per harinya. Misalnya dengan mengurangi 10 hingga 15 menit per hari, lalu ditingkatkan menjadi 15 hingga 20 menit keesokan harinya, meminta bantuan kepada ahli kesehatan yang profesional.

Dari pernyataan di atas dapat dipahami bahwa Solusi untuk mengatasi kecanduan game online adalah miliki niat yang besar untuk berubah, dan mulailah menata kembali berbagai aktifitas harian yang selama ini terganggu akibat kecanduan game ini. Sematkan beberapa aktifitas harian yang menyenangkan dan bermanfaat Batasi penggunaan smartphone di dalam aktifitas harian, terutama di saat-saat jam istirahat yang pada umumnya selalu digunakan untuk mengakses permainan game.

KESIMPULAN

Permainan game online sering digunakan oleh sebagian suami dengan alasan mudahnya mengakses layanan internet, menghibur diri disaat suntuk, sehingga mengganggu aktifitas sehari-hari dengan durasi permainan sekitar 3 sampai 5 jam. Sehingga hal ini rentan kecanduan, ketika suami bermain game online, maka kebutuhan rumah tangga tidak dapat terpenuhi, serta dapat menimbulkan kemalasan, tidak terpenuhinya hak dan kewajiban suami istri. Selanjutnya pengaruh game online terhadap keharmonisan rumah tangga yaitu sering terjadinya percecokan,

urusan membantu mengurus anak atau hal lainnya terjadi terbelenggu, tidak memiliki waktu lagi bersama keluarga, tidak adanya komunikasi yang baik antara anggota keluarga. kehidupan rumah tangga sering terjadi keributan atau pertengkaran. Diharapkan kepada suami untuk membatasi penggunaan smartphone, terutama di saat istirahat, melakukan perubahan secara bertahap dengan mengurangi durasi bermain game per harinya sehingga tidak terjadi perselisihan dan pertengkaran, serta dapat membina kehidupan rumah tangga yang sakinah, mawaddah, warahmah.

REFERENSI

- Akhdia, 2021, "*Jenis-jenis game Online*", <https://akhdia>
- Aqila Smart, 2010, *Cara Cerdas Mengatasi Anak Kecanduan Game*, Jogjakarta: A+Plus Books.
- Benny, 2021, *Pengertian Game Online dan Jenis-jenis Game Online*", <https://bennyberbagi.com/2017/02/10/pengertian-game-online-dan-jenis-jenis-game-online-yang-harus-kamu-ketahui/>.
- Candra Zebeh Aji, 2012, *Berburu Rupiah Lewat Game Online*, Yogyakarta: Bouna Books.
- Dwilky Bagas Styawan, 2021, *Dampak Game Online terhadap Pemenuhan Hak dan Kewajiban Suami-Istri (2020) See* - <https://ibtimes.id/>
- Gunarsa, Y.S., 1994, *Asas-Asas Psikologi Keluarga Idaman*, Jakarta: Gunung Mulia.
- Henry, Samuel, 2010, *Cerdas dengan Game*, Jakarta: PT Gramedia Pustaka.
- Idad Suhada, 2014, *Ilmu Sosial Dasar*, Bandung: CV. Insan Mandiri.
- Iyannehemiah, 2021, *Dampak Game Online*", <https://iyannehemiah.wordpress.com/2013/11/20/>
- Januar dan Turmudzi, 2006, *Game Mania*, Jakarta: Gema Insani.
- Khoiruddin Nasution, 2015, *Peran Kursus Nikah Membangun Keluarga Sejahtera*, (Yogyakarta, Uin Suna Kalijaga).
- Laufi Dian Deodo Saputra, 2021, *Dampak Game Online Terhadap Remaja*", <http://compas.com/2013/11/>