

Dampak Permainan Daring terhadap Aktivitas Belajar Siswa di SD Dharma Mulia

Rudi Muspito ¹, Suranto ², Parsiyono ³,

Pendidikan Keagamaan Buddha, Sekolah Tinggi Agama Buddha Syailendra
rudimuspito@gmail.com ¹, suranto.syailendra@gmail.com ², parsi.yono@gmail.com ³.

ABSTRACT

The purpose of this study is to determine the impact of online games on the learning activities of the students of Dharma Mulia Elementary School. This research uses a qualitative type of descriptive research. The data collection techniques used in this study are interviews, observations, and documentation based on the instruments that have been compiled. The data analysis uses data displays to make it easier for readers to understand the research results. The subjects in this study were the Principal, Class V teacher, parents, and the fifth grade Buddhist students at Dharma Mulia Elementary School. The results of this study indicate that the impact of online games for the fifth grade students of Dharma Mulia Elementary School is influenced by the pattern of student play, and the duration of online games which can have an impact of online games on student learning activities. The patterns of playing games are classified in several ways, namely when to play online games, places to play online games, and transactions in online games. The duration of online games played by Dharma Mulia Elementary School students is grouped into several phases, including durations of less than one hour, one to three hours, and more than three hours in one day. The impact of online games on student learning activities shows that there are two impacts, namely the negative impact and the positive impact. The negative impact on student learning activities, among others, on mental activities. and emotional activities. The negative impact on the mental activities is less responsive when learning, and solving problems or that learning achievement decreases. The impact of emotional activities on the fifth grade students of Dharma Mulia Elementary School is lack of interest in learning, feels bored, dares, and speaks harshly. The positive impact on the learning activities of Dharma Mulia Elementary School students. The positive impact of the online games on student learning activities, is the high socialization. The application of Visuddhimagga to overcome the online games can be carried out with several alternative activities. The first activity that can be done is by advocating or training the student to practice atthasila and to training the student to meditate either independently or by including the student in the retreat.

KEYWORDS: Online Games, Learning Activities, and Buddhist Students.

PENDAHULUAN

Perkembangan ilmu dan teknologi di era digital membawa perubahan dalam aspek kehidupan. Salah satu hasil perkembangan ilmu dan teknologi adalah internet yang berfungsi sebagai sarana hiburan, seperti; permainan daring. Sebagai salah satu hiburan di kalangan remaja, permainan daring memiliki banyak fitur yang mempunyai jumlah beragam dan koneksi internet yang tergolong murah. Perkembangan ilmu dan teknologi tersebut tidak hanya di wilayah perkotaan, tetapi telah masuk di daerah pedesaan.

Permainan daring atau biasa disebut dengan game online berasal dari Massively Multiplayer Online Role Playing Online Game (MMORPG). Pemain dapat menghubungkan perangkat mereka ke server dan bermain secara bersamaan dengan ribuan pemain di seluruh dunia. MMORPG menawarkan berbagai tantangan dan peluang untuk meningkatkan keterampilan karakter yang anda mainkan (Hermawan, 2009:20).

Permainan daring memiliki dampak negatif dan dampak positif bagi pengguna. Dampak negatif permainan daring adalah kekerasan yang muncul di kalangan masyarakat dan dampak positif dari permainan daring adalah pengguna dapat memanfaatkan kemajuan teknologi yang sedang berlangsung di setiap zaman. Bukan tidak mungkin 5-10 tahun lagi permainan tradisional seperti petak umpet, gobak sodor, dan lompat tali akan semakin susah dijumpai. kebanyakan dari para anak-anak justru menghabiskan waktunya untuk main game dirumahnya, maupun di warnet (Husein, 2021: 5). Namun, dari dua dampak tersebut banyak pengguna mengalami dampak negatif dari permainan daring. Pengguna permainan daring tidak hanya orang-orang kalangan dewasa, tetapi anak-anak juga salah satu pengguna permainan daring. Dampak negatif dari permainan daring bagi anak-anak adalah perilaku buruk yang dicontoh dari orang dewasa di kalangan masyarakat, kekerasan juga dapat terjadi seperti adegan yang ada dalam *Game Fighting*. Selain itu, kecanduan permainan daring merupakan dampak negatif yang dapat memengaruhi aktivitas belajar anak (Widyawati, 2018:1).

Sekolah Dasar (SD) Dharma Mulia merupakan salah satu sekolah yang berada di Desa Banaran yang memiliki siswa beragama Buddha yang cukup banyak. Jumlah siswa Buddhis dari kelas satu sampai dengan kelas lima di SD Dharma Mulia adalah 43 siswa. Berdasarkan observasi awal menunjukkan bahwa fasilitas teknologi yang ada di SD Dharma Mulia kurang memadai sehingga siswa kurang memperhatikan saat pembelajaran berlangsung. Siswa sering melamin, bermain dengan teman, dan tidur di kelas karena begadang untuk bermain permainan daring (Hasil wawancara dengan Badra pada 26 Juli 2021).

Mobile Legends merupakan permainan daring yang dimainkan oleh siswa SD Dharma Mulia (Hasil observasi awal). *Mobile Legends* adalah game yang dikembangkan dan dirilis oleh *Moonton Developer*. Permainan daring tersebut dimainkan oleh sepuluh orang yang terbagi menjadi dua tim dan permainan ini dimainkan di *platform mobile android* dan IOS. *Mobile Legends* dimulai dengan setiap pemain memilih satu karakter *hero* di mana setiap pemain akan mengendalikan satu *hero* dari daftar *hero* yang bisa diakses oleh pemain, karakter *hero* yang ada di permainan tersebut terdapat 107 karakter *hero*.

Karakter *hero* yang tersedia adalah *hero* yang telah dibeli dan *hero* yang sedang 'dipinjamkan' secara gratis kepada pemain oleh sistem. *Mobile Legends* memiliki delapan level *rank* yang mana semakin tinggi level *rank* akan semakin sulit permainan yang dimainkan. Durasi permainan berkisar sekitar lima belas menit untuk satu ronde. Permainan ini merupakan salah satu permainan yang dapat menguji adrenalin dan membuat pemain dapat mengucapkan kata-kata kasar. Pemain dapat berinteraksi dengan menggunakan *voice* dan chat antaranggota tim maupun dengan tim lawan.

Interaksi dalam permainan daring terbagi dalam dua jenis interaksi yaitu interaksi positif dan interaksi negatif. Maksud dari interaksi positif dalam permainan daring adalah dapat terbentuk melalui percakapan siswa untuk bekerja sama demi mencapai kemenangan dalam permainan dan menambah teman baru di dunia maya. Sedangkan, interaksi negatif dapat terbentuk melalui isi percakapan yang menggunakan

kata-kata kasar dan tidak mau berinteraksi terhadap sesama karena sibuk dengan dunia *game* (safitri, 2020:7).

Orang tua siswa SD Dharma Mulia kurang memperhatikan anak dalam menggunakan *handphone* karena orang tua berkerja sebagai petani yang pergi pagi pulang petang. Selain itu, banyak orang tua yang belum memahami konsep permainan daring sehingga tidak bisa mengendalikan aktivitas anak dalam permainan daring (hasil observasi awal). Menurut Sardiman dalam Pratiwi Puji, (2013:9) mengemukakan bahwa aktivitas belajar merupakan aktivitas yang bersifat fisik maupun mental yang saling berkaitan. Oleh karena itu, peneliti berpendapat bahwa dalam belajar dituntut keaktifan siswa yang memiliki arti siswa lebih banyak melakukan kegiatan dan guru hanya membimbing serta mengarahkan.

Samuel (2010:7) mengemukakan bahwa *game online* adalah permainan dengan jaringan, di mana interaksi antara satu orang dengan dengan yang lain untuk mencapai tujuan, melaksanakan misi, dan meraih nilai tertinggi dalam dunia virtual. Permainan daring dapat diartikan sebagai permainan yang dapat melatih kelincahan intelektual seseorang dalam mengambil keputusan aksi dalam permainan dengan mencapai target-target tertentu (Alam, 2010:25). Kecanduan merupakan salah satu dampak negatif dari permainan daring karena pemain akan ketagihan untuk mencapai level demi level yang ada dalam permainan tersebut. Kecanduan merupakan suatu kondisi di mana individu merasakan ketergantungan terhadap suatu hal yang disenangi akibat kurang kontrol terhadap perilaku ingin mengulangi secara terus menerus.

Pada dasarnya kecanduan bermain permainan daring yaitu tidak ada pengendalian diri pada diri sendiri. Pengendalian diri bukanlah hal yang mudah untuk dilakukan, tetapi dengan memiliki pengendalian diri akan memberikan manfaat bagi diri sendiri. Menurut agama Buddha terdapat lima cara untuk mengendalikan diri yang diuraikan oleh Buddha dalam *Visuddhimagga* (Buddhaghosa (Ed), 2010:11) yaitu pengendalian diri melalui kemoralan, pengendalian diri melalui kesadaran, pengendalian diri melalui pandangan terang, pengendalian diri melalui kesabaran, pengendalian diri melalui usaha atau semangat.

Pembelajaran yang efektif adalah pembelajaran yang menyediakan kesempatan belajar sendiri atau melakukan aktivitas sendiri. Proses pembelajaran yang dilakukan di dalam kelas merupakan aktivitas mentransformasikan pengetahuan, sikap, dan keterampilan (Yamin, 2007:75). Aktivitas belajar akan menjadikan pembelajaran yang efektif karena guru tidak hanya menyampaikan pengetahuan dan keterampilan, tetapi guru harus mampu membawa siswa untuk aktif dalam belajar. Paul B. diedrich (dalam Sardiman, 2014:101) menyebutkan bahwa aktivitas belajar terbagi dalam delapan kelompok yaitu; *visual activities, oral activities, listening activities, writing activities, drawing activities, motor activities, mental activities, dan emotional activities.*

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif kualitatif untuk mendeskripsikan dampak permainan daring terhadap aktivitas belajar siswa Buddhis di SD Dharma Mulia. Metode penelitian ini dipilih karena sesuai dengan tujuan penelitian sehingga peneliti dapat mendeskripsikan poin penting yang terkait dengan tema penelitian. Tempat yang dipilih peneliti untuk melaksanakan penelitian adalah SD Dharma Mulia yang berada di Dusun Banaran, Desa Wates, Kecamatan Getasan, kabupaten Semarang. Penelitian ini dilaksanakan selama tiga bulan yang dimulai dari April 2022 sampai dengan Juni 2022. Subjek utama dalam penelitian ini adalah dua

belas siswa Buddhis kelas V. Sedangkan, kepala sekolah dan wali kelas merupakan subjek penelitian untuk memperkuat data terkait aktivitas siswa di lingkungan sekolah. Aktivitas siswa di lingkungan keluarga dan masyarakat diperkuat dengan wawancara kepada orang tua siswa Buddhis. Objek penelitian ini adalah dampak permainan daring terhadap aktivitas belajar siswa Buddhis SD Dharma Mulia.

Teknik pengumpulan data yang digunakan peneliti adalah wawancara, observasi, dan dokumentasi sesuai dengan instrumen yang telah disusun dari tiga teknik tersebut (Sugiyono, 2017:309). Cara untuk menjamin keabsahan data yang diperoleh melalui ketekunan pengamatan, triangulasi, dan *member check* (Moleong, 2011 : 330). Data yang diperoleh dianalisis menggunakan display data untuk memudahkan pemvaca dalam memahami hasil penelitian ini.

PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SD Dharma Mulia yang berada di Dusun Banaran, Desa Wates, Kecamatan Getasan, Kabupaten Semarang. SD Dharma Mulia merupakan salah satu sekolah swasta yang ada di wilayah Kecamatan Getasan dan memiliki cukup banyak siswa beragama Buddha. Suasana sekolah ini adalah sejuk dan tenang karena berada di kaki Gunung Merbabu dan berjarak cukup jauh dari jalan raya sehingga tidak ada suara kendaraan yang dapat mengganggu siswa saat pembelajaran. Meskipun sekolah ini terletak di dusun, siswa tidak mengalami kesulitan untuk mengakses sekolah ini karena SD Dharma Mulia dapat diakses menggunakan sepeda motor dan jalan kaki.

SD Dharma Mulia terletak pada 7° Lintang selatan dan 110° Bujur Timur. Jarak SD Dharma Mulia dengan jalur utama wisata Gunung telomoyo berkisar 400 meter ke arah tenggara. Sebelah timur sekolah ini berbatasan dengan jalan dan rumah warga. Sedangkan, sebelah selatan dan barat berbatasan dengan kebun. Sekolah ini menghadap ke arah selatan yang berseberangan dengan kebun warga. Petunjuk arah menuju sekolah ini telah disiapkan untuk memudahkan siswa dari luar Kecamatan Getasan mengunjungi sekolah ini. Selain itu, sekolah ini juga dapat diakses menggunakan *google maps*.

SD Dharma Mulia berdiri pada tahun 2015, jumlah siswa yang mendaftar pada saat itu adalah enam belas siswa yang berasal dari wilayah Kecamatan Getasan. Sekolah ini berada di bawah naungan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan dan dikelola oleh Yayasan Sastri Badra. SD Dharma Mulia memiliki visi yaitu terwujudnya generasi yang cerdas, berakhlak mulia, berbudaya, dan berprestasi. Sedangkan misi dari sekolah ini terbagi menjadi tujuh yaitu; (1) menyelenggarakan pendidikan dengan sistem pendidikan berkarakter yang berusaha meletakkan dasar-dasar pendidikan secara proposional, utuh, menyeluruh, dan seimbang antara aspek kognitif, afektif, dan psikomotor. (2) meningkatkan program kualitas secara kegiatan belajar mengajar melalui supervisi, pelatihan, serta pembinaan profesional keguruan dan pendidikan. (3) meningkatkan kemampuan ilmiah, keterampilan hidup (*life skill*), dan kematangan sosial. (4) menanamkan keakraban dan kecintaan terhadap budaya luhur banga. (5) menanamkan rasa cinta, rasa syukur peserta didik kepada Tuhan yang Maha Esa. (6) menanamkan rasa cinta tanah air dan bangsa. (7) membelajarkan Teknologi Informasi dan Komunikasi (ICT).

Sarana dan prasarana yang ada di SD Dharma Mulia dapat menunjang kegiatan pembelajaran dengan baik. Sekolah ini memiliki lima ruang kelas, ruang guru, ruang kepala sekolah, ruang tata usaha, satu kamar mandi guru, dua kamar mandi siswa,

tempat parkir, lapangan, ruang Unit Kesehatan Sekolah (UKS), perpustakaan, dapur, dan mobil sekolah sebagai sarana antar jemput siswa. Sekolah ini termasuk dalam kategori baik karena memiliki sarana dan prasarana yang lengkap untuk mendukung pembelajaran.

Peneliti memfokuskan penelitian pada dampak permainan daring terhadap aktivitas belajar siswa di kelas V sebelum dan sesudah melakukan permainan daring. Lima siswa laki-laki menjadi subjek penelitian ini yang dipilih berdasarkan karakter siswa yang sering bermain permainan daring. Selain itu, jenis permainan daring yang dimainkan menjadi alasan pemilihan siswa yang menjadi subjek penelitian.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, pembahasan mengenai dampak permainan daring terhadap aktivitas belajar siswa diuraikan sebagai berikut;

1. Kondisi aktivitas belajar siswa SD Dharma Mulia kelas V

Aktivitas belajar siswa dapat dilihat dari kegiatan siswa saat mengikuti proses pembelajaran di sekolah dan proses belajar mandiri di luar sekolah. Peneliti akan menguraikan aktivitas belajar siswa berdasarkan lingkungan pembelajaran.

a. Aktivitas belajar siswa di sekolah

Aktivitas belajar siswa di sekolah merupakan kegiatan belajar siswa selama di sekolah sesuai dengan jadwal pelajaran yang telah ditetapkan. Kegiatan belajar siswa di sekolah diharapkan mampu meningkatkan kemampuan siswa secara kognitif, afektif, dan psikomotorik. Berdasarkan observasi pada 13 Agustus 2021, aktivitas belajar yang terlihat dari siswa SD Dharma Mulia adalah sebagai berikut; (1) memperhatikan guru saat mengikuti pembelajaran, (2) berinteraksi aktif dengan guru, (3) mencatat materi pada buku catatan pribadi, (4) berdiskusi dengan teman kelas, (5) mengerjakan latihan soal yang diberikan guru, (6) menanggapi materi yang disampaikan guru, (7) belajar mandiri ketika di luar pembelajaran kelas. Aktivitas belajar siswa di sekolah dibagi menjadi dua yaitu aktivitas belajar di dalam kelas dan di luar kelas.

1) Aktivitas belajar di dalam kelas

Aktivitas belajar siswa di dalam kelas merupakan segala kegiatan yang dilakukan dalam kelas saat proses pembelajaran yang menghasilkan suatu perilaku yang memengaruhi hasil belajar siswa. Siswa dituntut untuk aktif dalam menerima materi pembelajaran dengan cara, aktif pada saat mendengarkan penjelasan guru, aktif membaca ketika diberi kesempatan membaca, aktif menjawab saat guru memberikan pertanyaan, aktif memberikan pendapat saat diskusi, dan aktif bertanya saat tanya jawab (hasil observasi pada 13 Agustus 2021). Hal ini sesuai dengan penelitian Astuti, Sukodoyo & Kustiani (2018: 38) yang menyatakan proses pembelajaran di dalam kelas diawali dengan guru memberikan kesempatan kepada siswa untuk memimpin doa *Namakārapāṭha*. Selesaiannya doa baru seorang guru menjelaskan materi yang akan diajarkan, sesuai dengan jadwal yang telah ada.

Berdasarkan observasi pada 13 Agustus 2021 memperoleh data bahwa sebagian siswa terlihat antusias mendengarkan guru yang sedang menjelaskan dan terdapat beberapa siswa yang melamun dan bermain dengan teman. Mendengarkan materi yang disampaikan guru merupakan suatu kegiatan siswa yang harus dilakukan saat pembelajaran berlangsung. Siswa diharapkan mendengarkan penjelasan dan arahan dari guru, tetapi beberapa siswa kurang memperhatikan penjelasan guru dan mengantuk di kelas (hasil wawancara dengan Badra, 14 Juni 2022).

Membaca merupakan hal yang penting untuk dilakukan saat pembelajaran, melalui membaca siswa dapat memperoleh ilmu. Berdasarkan observasi pada 13

Agustus 2021, siswa laki-laki cenderung tidak membaca materi yang ada di buku maupun Lembar Kerja Siswa (LKS). Siswa laki-laki cenderung bermain sendiri dan satu siswa tertidur di kelas. Selain membaca, siswa cenderung tidak menjawab pertanyaan guru secara pribadi dengan mengangkat tangan terlebih dahulu. Namun, mereka memberikan jawaban secara bersamaan.

2) Aktivitas belajar di luar kelas

Pembelajaran dapat dilakukan di dalam kelas dan juga luar kelas. Aktivitas belajar di luar kelas siswa Buddhis SD Dharma Mulia kelas V dapat dilihat ketika siswa mengikuti pengamatan lingkungan sekitar sekolah bersama dengan guru, belajar mandiri ketika jam istirahat, ekstrakurikuler sekolah, dan pembekalan kemampuan siswa dalam bidang teknologi. Berdasarkan hasil wawancara dengan Bapak Sindu pada 14 Juni 2022, aktivitas siswa ketika mengikuti pengamatan lingkungan sekitar sekolah bersama guru, beberapa siswa aktif dalam mengikuti pengamatan lingkungan, aktif dalam mencatat dan mendengarkan guru. Namun, terdapat beberapa siswa yang bermain sendiri dan tidak memperhatikan guru.

Aktivitas siswa saat jam istirahat yaitu siswa lebih banyak memanfaatkan waktu istirahat untuk makan dan bermain. Ekstrakurikuler yang ada di SD Dharma Mulia adalah ekstrakurikuler dalam bidang pramuka yang dilaksanakan setiap jumat. Terdapat beberapa siswa yang aktif dan beberapa siswa yang cenderung senang bermain dengan teman satu kelas (hasil wawancara dengan Ibu Mugi pada 14 Juni 2022). Selain itu, Ibu Mugi juga menyampaikan bahwa aktivitas siswa saat pembekalan kemampuan dalam bidang teknologi yaitu siswa dibekali untuk mengoperasikan komputer, keaktifan beberapa siswa saat praktik mengoperasikan komputer dilihat dari siswa tersebut mendengarkan bimbingan guru.

b. Aktivitas belajar siswa di luar sekolah

Aktivitas belajar siswa di luar sekolah merupakan suatu kegiatan siswa saat berada di luar lingkungan sekolah dengan menggunakan tenaga dan pikiran (fisik psikis) yang mengarah pada pencapaian hasil belajar. Kegiatan ini dapat meliputi belajar secara mandiri di rumah, belajar kelompok maupun saat mengerjakan pekerjaan rumah (PR). Aktivitas belajar di luar sekolah menjadi suatu rangkaian kegiatan anak didik dalam menerima dan menanggapi dan menganalisis kembali bahan pelajaran yang disajikan dalam rangka memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru sebagai hasil pengalaman sendiri dalam berinteraksi dengan lingkungan.

Aktivitas belajar siswa di luar sekolah memungkinkan siswa untuk mengeksplor pengetahuan dan wawasan. Siswa memiliki kelonggaran waktu untuk menggeluti hal yang disukai. Kelonggaran waktu bisa siswa dapatkan karena tidak ada patokan jadwal seperti di sekolah. Kelonggaran waktu yang didapatkan oleh siswa dapat digunakan untuk memperdalam keterampilan dan pengetahuan.

Aktivitas belajar di luar sekolah dominan dengan aktivitas yang dilakukan oleh siswa saat di rumah. Aktivitas belajar di rumah merupakan suatu kegiatan siswa selama berada di luar lingkungan sekolah yang dilakukan siswa untuk memperoleh suatu perubahan secara kognitif, afektif, dan psikomotorik secara mandiri. Faktor internal yang memengaruhi aktivitas belajar siswa di rumah yaitu siswa cenderung malas untuk belajar secara mandiri, tugas yang diberikan guru terlalu sulit, siswa lebih menyukai hal yang menyenangkan. Malas yang terdapat pada diri siswa merupakan faktor utama pada siswa karena menuntut siswa ketika telah belajar di sekolah maka tidak perlu untuk belajar mandiri di rumah (hasil wawancara dengan Bapak Sarju 29 Juni 2022).

Faktor eksternal yang memengaruhi aktivitas belajar siswa di rumah yaitu kurangnya pengawasan orang tua terhadap siswa. Pengawasan orang tua merupakan peran penting orang tua untuk mendukung aktivitas belajar siswa. Berdasarkan wawancara yang dilakukan dengan Bapak Warsono pada 29 Juni 2022 memperoleh hasil bahwa orang tua siswa kebanyakan bekerja di ladang dan bekerja sebagai buruh pabrik yang membuat orang tua kurang dalam mengawasi siswa. Hal ini sesuai dengan penelitian Indriyani, Sukodoyo, & Endah Ekowati (2019: 13) yang menyatakan orang tua adalah point penting dalam hal ini, karena orang tua adalah lingkungan pertama atau utama dimana anak belajar. Orang tua harus mampu menciptakan suasana nyaman, menyenangkan dan menarik agar anak di rumah dapat memiliki semangat untuk belajar. Permainan daring di lingkungan siswa kebanyakan bermain di daerah yang memiliki akses *wi-fi* karena dalam permainan daring memerlukan akses internet yang lebih kencang (hasil observasi pada 1 Juli 2022).

2. Dampak Permainan Daring terhadap Aktivitas Belajar Siswa

Permainan daring menarik minat sebagian siswa SD Dharma Mulia khususnya siswa laki-laki pada kelas V. Berdasarkan wawancara dengan Bapak Windu pada 14 Juni 2022 memperoleh data bahwa kebanyakan siswa untuk saat ini karena terjadi pandemi di sekolah tidak *full*, jadi siswa lebih banyak bermain game *online* daripada belajar. Permainan daring yang sering dimainkan siswa laki-laki kelas V SD Dharma Mulia adalah permainan *Mobile Legends*. Permainan ini dapat dimainkan kapan dan di mana saja selama handphone mendapat koneksi internet. Kemudahan dalam mengakses permainan daring, beberapa dampak dari permainan daring. Dampak tersebut dipengaruhi oleh pola bermain siswa dan durasi permainan daring.

a. Pola bermain permainan daring

Pola bermain siswa diklasifikasikan dalam beberapa hal yaitu waktu bermain, tempat bermain, dan transaksi dalam permainan daring. 1) waktu bermain permainan daring dibagi dua fase yaitu siang dan malam hari. Dampak siswa yang bermain permainan daring saat siang hari dapat mengganggu istirahat siswa dan mengganggu aktivitas belajar siswa saat di rumah. Pada malam hari siswa akan bermain permainan daring saat orang tua siswa telah menyelesaikan pekerjaan karena siswa belum memiliki *handphone* akan meminjam *handphone* milik orang tua. Dampak bermain permainan daring saat malam hari adalah dapat mengurangi waktu istirahat siswa yang seharusnya waktu digunakan untuk istirahat dan mempersiapkan diri untuk melakukan aktivitas belajar pada pagi hari, tetapi siswa memanfaatkan waktu untuk bermain permainan daring. Hal ini sesuai dengan penelitian Koi (2017: 7) *game online* mempengaruhi aktivitas belajar pada anak usia sekolah karena dapat membuat anak lupa akan jadwal untuk belajar dan membagi waktu saat mana harus belajar dan harus bermain. 2) tempat bermain permainan daring dibagi menjadi dua kelompok yaitu siswa bermain permainan daring di rumah dan di luar rumah. Dampak yang dapat ditimbulkan ketika siswa bermain permainan daring di rumah, yaitu sosialisasi siswa terhadap orang tua kurang, siswa tidak mematuhi perintah atau instruksi dari orang tua (Ibu Rebe, Wawancara, Rabu, 29 Juni 2022). Dampak yang dapat ditimbulkan ketika siswa bermain permainan daring di luar rumah, yaitu pengawasan orang tua terhadap anak kurang, waktu bersama orang tua kurang. Pengawasan orang tua terhadap anak yang kurang dapat membuat anak berkata kasar ketika bermain permainan daring bersama teman mereka, orang tua tidak dapat mengontrol waktu anak saat bermain permainan daring.

Interaksi dengan orang tua terganggu, anak cenderung lebih suka bermain permainan daring bersama teman siswa ketimbang berbincang dengan orang tua atau keluarganya, tidak bisa bertukar cerita setelah selesai makan dengan keluarga. Interaksi sosial anak terganggu ketika sedang bermain di luar rumah, anak lebih suka memegang *gadgetnya* masing-masing ketimbang bertukar cerita mengenai hal lucu yang terjadi di sekolahan. (Bapak Sutresno, Wawancara, Rabu, 29 Juni 2022). 3) Transaksi dalam permainan daring. Dalam permainan *Mobile Legends* pengguna dapat membeli suatu *item* atau *skin hero* yang ada di permainan tersebut, cara membelinya sendiri dapat *top up* di *google play store* yang nantinya akan diganti dengan *diamond* dalam *game* tersebut. Harga *item* atau *skin hero* yang ada dalam permainan *Mobile Legends* berkisar Rp100.000-Rp300.000. Transaksi ini juga pernah dilakukan oleh salah satu siswa sebanyak Rp300.000 dimana orang tua siswa tidak mengetahui uang tersebut untuk melakukan transaksi dalam permainan *Mobile Legends* (Ibu Rebe, Wawancara, Rabu, 29 Juni 2022). Dampak yang dapat ditimbulkan dari transaksi dalam permainan *Mobile Legends* ini siswa dapat kecanduan untuk melakukan transaksi terus menerus, dan dapat menimbulkan perilaku buruk pada siswa. Siswa dapat kecanduan untuk melakukan transaksi terus menerus dikarenakan efek *skin hero* atau *item* yang terus melakukan *update*.

b. Durasi permainan daring

Durasi permainan daring yang dimainkan siswa dikelompokkan menjadi beberapa fase, antara lain durasi kurang dari 1 jam, 1 sampai 3 jam, dan lebih dari 3 jam dalam satu hari. Dampak yang dapat ditimbulkan ketika siswa bermain permainan daring kurang dari 1 jam, yaitu siswa dapat menggunakan waktu luang mereka untuk melakukan aktivitas lain. Aktivitas lain yang dapat dilakukan siswa seperti membantu orang tua, melakukan aktivitas belajar mandiri di rumah, dan bermain dengan teman sebaya (Rehan, Wawancara, Selasa, 14 Juni 2022).

Dampak yang dapat ditimbulkan ketika siswa bermain permainan daring selama 1 sampai 3 jam, yaitu siswa tidak dapat memanfaatkan waktu luang mereka untuk membantu orang tua, melakukan aktivitas belajar mandiri di rumah, dan bermain dengan teman sebaya (Marselo, Wawancara, Selasa, 14 Juni 2022). Dampak yang dapat ditimbulkan ketika siswa bermain permainan daring lebih dari 3 jam, yaitu siswa tidak dapat memanfaatkan waktu luang mereka untuk membantu orang tua, melakukan aktivitas belajar mandiri di rumah, bermain dengan teman sebaya, dan dapat memengaruhi kesehatan mata siswa (Badra, Wawancara, Selasa, 14 Juni 2022). Hal ini sesuai dengan penelitian Nabil Rifqy Anwar (2021: 570) yang berjudul Pengaruh Kecanduan Game Online Terhadap Prestasi Akademik Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 5 Banjar Di Masa Pandemi Covid-19 yang menyatakan bahwa game online di desain untuk membuat siswa mengalami kecanduan saat memainkannya. Akibatnya, siswa cenderung lebih memilih memanfaatkan waktu luangnya untuk bermain game dari padabelajar atau sekedar mengerjakan pekerjaan rumah. Selain itu, motivasi belajar siswa berkurang disebabkan oleh game online yang bersifat distraktor.

c. Dampak permainan daring

Peneliti menemukan bahwa siswa kelas lima di SD Dharma Mulia lebih terlibat dalam kegiatan belajar mereka ketika mereka menggunakan permainan daring untuk membantu mereka belajar. Secara khusus, anak laki-laki lebih terlibat daripada anak perempuan. Dalam pengamatan peneliti, ditemukan beberapa dampak negatif permainan daring khususnya pada aktivitas belajar anak. Kecanduan merupakan salah satu dampak permainan daring yang dapat memengaruhi kegiatan belajar anak. Kecanduan

permainan daring merupakan dampak negatif yang dapat memengaruhi aktivitas belajar anak (Widyawati, 2018:1). Dampak negatif terhadap aktivitas belajar siswa SD Dharma Mulia kelas V, yaitu *mental activities* dan *emotional activities*.

(1) Mental Activities

Mental activities belajar seperti menanggapi, mengingat, memecahkan soal, menganalisis, melihat, mengambil keputusan. Siswa SD Dharma Mulia kelas V yang bermain permainan daring berdampak negatif pada *mental activities*. Dampak negatif pada *mental activities*, yaitu kurang menanggapi saat pembelajaran, dan memecahkan soal atau prestasi belajar menurun.

1. Kurang menanggapi saat pembelajaran

Siswa saat mengikuti pembelajaran sangat dibutuhkan, karena ketika siswa mengikuti pembelajaran secara langsung siswa diharapkan dapat menanggapi penjelasan yang disampaikan guru dan memperhatikan penjelasan guru. Siswa yang kurang konsentrasi dikarenakan siswa kurang fokus saat mengikuti pembelajaran, melamun saat pembelajaran berlangsung (Raka, Wawancara, Selasa, 14 Juni 2022). Hal ini sesuai dengan penelitian Koi (2017: 8) Anak harus mempersiapkan diri baik secara fisik maupun psikis sebelum melakukan kegiatan belajar mengajar. Kesiapan ini perlu diperhatikan dalam proses belajar, karena jika siswa belajar dan padanya sudah ada kesiapan, maka hasil belajarnya akan lebih baik.

2. Memecahkan soal atau prestasi belajar menurun

Dampak permainan daring terhadap aktivitas siswa juga berpengaruh pada prestasi siswa. Prestasi siswa yang awalnya baik sebelum mengenal permainan daring akan menurun ketika siswa mengenal permainan daring. Hal ini sesuai dengan penelitian Nabil Rifqy Anwar (2021: 570) yang berjudul Pengaruh Kecanduan Game Online Terhadap Prestasi Akademik Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 5 Banjar Di Masa Pandemi Covid-19 yang menyatakan bahwa game online dapat memengaruhi prestasi siswa, akibat kecanduan *game online* prestasi akademik siswa menurun. Prestasi siswa yang kurang baik disebabkan oleh beberapa faktor, antara lain faktor internal, dan faktor eksternal siswa. faktor internal yang memengaruhi prestasi siswa, yaitu kurangnya siswa yang dapat manajemen waktu dengan baik, dan kurangnya siswa dalam mengasah otak mereka dengan belajar secara mandiri di rumah.

Sering bermain permainan daring dan kurang belajar mandiri di rumah akan menimbulkan prestasi siswa menurun, dikarenakan siswa lebih mementingkan bermain permainan daring dibandingkan dengan mengasah otak mereka, dan mempertajam ingatan siswa. Sebelum siswa mengenal permainan daring, siswa dapat mencapai peringkat 2 dan setelah siswa memiliki *handphone* dan sering memainkan permainan daring siswa mencapai peringkat 4 (Bapak Sutresno, Wawancara, Rabu, 29 Juni 2022).

Siswa yang kurang pengawasan dari orang tua akan semauanya sendiri untuk belajar secara mandiri, dan sering memanfaatkan waktu mereka untuk bermain permainan daring (Bapak Sutresno, Wawancara, Rabu, 29 Juni 2022). Siswa yang sering bermain permainan daring akan mencurahkan lebih sedikit waktunya untuk belajar dan membuat pekerjaan rumah. Setidaknya hal ini berimbas pada kegiatan pembelajaran sehingga prestasi akademik menjadi turun.

(2) Emotional Activities

Dampak permainan daring terhadap aktivitas belajar siswa yaitu, *Emotional activities*. *Emotional activities* seperti menaruh minat, merasa bosan, berani, tenang, gugup, dan berkata kasar. Dampak *emotional activities* pada siswa kelas V SD Dharma

Mulia yaitu, kurangnya minat dalam pembelajaran, merasa bosan, berani, dan berkata kasar.

1. Kurangnya minat

Kurangnya minat siswa pada pembelajaran dapat dilihat dari cara guru menyampaikan materi. Guru sangat berperan aktif dalam aktivitas belajar siswa, jika guru dalam menerangkan pembelajaran tanpa adanya inovasi seperti *game* atau sekedar adanya *ice breaking* sebelum pembelajaran dimulai yang menjadikan anak lebih bersemangat saat melaksanakan pembelajaran. Hal ini sesuai dengan penelitian Jayanti, Setyaningsih, & Suranto (2019: 9) yang menyatakan kurangnya pemahaman guru terhadap siswa, ketidakdisiplinan dalam pembuatan rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP), tidak terlaksananya evaluasi hasil belajar siswa, kurang mengarahkan aktualisasi potensi siswa. Dalam permainan daring diberikan gambar dan video yang membuat siswa tertarik akan permainan daring dan membuat siswa senang ketika siswa bermain permainan daring (Badra, Wawancara, Selasa, 14 Juni 2022). Siswa yang bermain permainan daring akan lupa waktu, dikarenakan permainan daring membuat siswa senang.

2. Merasa bosan

Permainan daring yang sering dimainkan dan lupa akan waktu akan berdampak pada aktivitas belajar. Dampak yang dipengaruhi, antara lain siswa akan merasa bosan dan mengantuk ketika berada di kelas. Hal ini sesuai dengan penelitian Nabiel Rifqy Anwar (2021: 570) yang berjudul Pengaruh Kecanduan Game Online Terhadap Prestasi Akademik Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 5 Banjar Di Masa Pandemi Covid-19 yang menyatakan bahwa siswa yang terbiasa dengan stimulus dinamis kaya akan warna dan kesan *game online* yang adiksi saat memainkannya. Akibatnya, siswa menganggap pembelajaran di sekolah terasa monoton seperti buku dan tulisan yang terkesan membosankan. Hal tersebut menyebabkan siswa tidak bersemangat ketika mengikuti pembelajaran di kelas. Alasan tersebut membuat siswa beralih memainkan permainan daring hingga tidak mengenal waktu. Guru hendaknya dapat meminimalisir keadaan tersebut supaya dalam proses pembelajaran tidak monoton. Hal ini sesuai dengan penelitian Santoso, Suranto & Dewi (2021: 7) yang menyatakan jika siswanya kurang bersemangat atau tertarik dengan apa yang dipelajari maka guru harus mampu menarik perhatian siswa terlebih dahulu dan baru kembali perpedoman pada RPPH yang dibuatnya. Jika anak bermain permainan daring sampai lupa waktu dan bermain sampai pagi hari maka dapat diartikan siswa tidak akan siap dalam memulai pembelajaran dan akan menimbulkan efek mengantuk saat di kelas (Badra, Wawancara, Selasa, 14 Juni 2022). Saat bermain permainan daring, siswa mungkin lupa waktu yang membuat siswa bangun siang dan tiba di pagi hari dengan perasaan lelah, yang dapat memengaruhi kemampuan mereka untuk fokus di kelas dan mengantuk saat mengikuti pembelajaran secara langsung (Badra, Wawancara, Selasa, 14 Juni 2022).

3. Berani dan berkata kasar

Berani dan berkata kasar ketika pembelajaran berlangsung. Dalam permainan daring terdapat *voice chat* yang memungkinkan pemain berinteraksi dengan pemain lain. Sebagian besar pemainnya menggunakan *voice chat* untuk mengungkapkan kekesalannya dan sering mengatakan hal-hal yang kasar. Siswa yang melihat dan mendengarkan akan mengikuti gaya bahasa mereka, dikarenakan siswa akan selalu mengikuti gaya bahasa dan gaya bermain *streamer* idola siswa (Observasi, Jumat 1 Juli 2022). Berkata kasar merupakan bentuk interaksi negatif pemain saat melakukan

permainan daring. Interaksi negatif dapat terbentuk melalui isi percakapan yang menggunakan kata-kata kasar dan tidak mau berinteraksi terhadap sesama karena sibuk dengan dunia *game* (Safitri, 2020:7).

Kata-kata kasar yang sering diucapkan dalam permainan daring juga dapat berdampak ketika siswa berada di sekolah, dimana siswa terkadang merasa kesal dengan temannya. Kata-kata yang biasa diucapkan siswa antara lain, djancok, asu, bangsat, anjing, anjir, dan goblok. Jika siswa sering dihadapkan pada perkataan kasar, mereka mungkin mulai mengharapkannya dan terkadang menggunakannya tanpa menyadarinya. (Observasi, Jumat, 13 Agustus 2021).

Permainan daring juga memiliki dampak positif terhadap aktivitas belajar siswa. Dampak positif permainan daring terhadap aktivitas belajar siswa, yaitu sosialisasi yang tinggi. Siswa yang sering bermain permainan daring cenderung dalam cara bersosialisasi mereka dengan teman baru atau dengan teman yang ada di sekolahan lebih baik (Bapak Windu, Wawancara, Selasa, 14 Juni 2022). Hal ini sesuai dengan penelitian (Tampubolon, 2019) menambah banyak teman dengan memainkan *game online*. Jika anda sering bermain *game* di sebuah *game rental* atau tempat *game online*, maka anda pun kemungkinan akan memiliki lebih banyak teman lagi.

Bersosialisasi dalam permainan daring, yaitu pemain dapat berbicara dan melakukan percakapan menggunakan *voice chat* yang ada di dalam permainan. Pemain akan lebih mudah bekerja sama untuk mencapai tujuannya. Hal ini sesuai pernyataan Samuel (2010:7) mengemukakan bahwa *game online* adalah permainan dengan jaringan, di mana interaksi antara satu orang dengan dengan yang lain untuk mencapai tujuan, melaksanakan misi, dan meraih nilai tertinggi dalam dunia *virtual*. Pemain yang lebih sering menggunakan fitur *voice chat* dalam permainan akan terbiasa berbicara atau berkomunikasi dengan orang baru.

3. Cara Alternatif untuk Meminimalisir Dampak dari Permainan Daring

Dampak negatif terhadap aktivitas belajar siswa SD Dharma Mulia kelas V, yaitu pada *mental activities*. dan *emotional activities*. Pada dasarnya dampak bermain permainan daring yaitu tidak adanya pengendalian diri pada diri sendiri dan dari orang lain. Pengendalian diri bukanlah hal yang mudah dilakukan, namun dengan memiliki pengendalian diri, akan memberikan banyak manfaat bagi diri sendiri seperti tidak adanya nafsu keinginan untuk selalu bermain permainan daring yang dapat membuat pemain menjadi candu.

Cara alternatif untuk meminimalisir dampak dari permainan daring dapat dilakukan melalui dua cara, yaitu dalam agama Buddha terdapat lima cara untuk pengendalian diri yang diuraikan Buddha di dalam *Visuddhimagga*, dan pengendalian diri melalui orang tua. Pengendalian diri dalam *Visuddhimagga* (Buddhaghosa (Ed), 2010:11) yaitu (1) pengendalian diri melalui kemoralan (*sīla-saṃvara*);(2) pengendalian diri melalui kesadaran sati (*sati-saṃvara*);(3) pengendalian diri melalui pandangan terang (*ñāna-saṃvara*);(4) pengendalian diri melalui kesabaran (*khanti-saṃvara*), dan;(5) pengendalian diri melalui usaha atau semangat (*virīya-saṃvara*).

Penerapan *Visuddhimagga* untuk mengatasi permainan daring dapat dilaksanakan dengan beberapa alternatif kegiatan. Kegiatan pertama yang bisa dilakukan adalah dengan menganjurkan atau melatih anak untuk berpraktik atthasila. Praktik atthasila mengajarkan anak untuk mengendalikan perilaku mereka. Beberapa praktik sila yang terdapat dalam atthasila juga sesuai dan mendukung penerapan *Visuddhimagga* untuk mengatasi dampak buruk bermain permainan daring. Sila

keempat dalam atthasila yaitu tentang pengendalian diri terhadap ucapan dapat membiasakan anak untuk tidak berbohong ataupun berkata kasar.

Hal tersebut sesuai dengan penerapan *Visuddhimagga* tentang pengendalian diri melalui kemoralan. Selain sila keempat terdapat juga sila ketujuh, yaitu tentang pengendalian diri terhadap hiburan untuk menghibur diri. Berlatih sila ketujuh dalam atthasila akan melatih anak untuk tidak bermain permainan daring selama berlatih atthasila. Dengan terus berlatih atthasila secara rutin maka juga akan mengurangi intensitas anak dalam bermain permainan daring sehingga mengurangi kecanduan dan melatih kesabaran. Berlatih sila ketujuh juga dapat melatih anak dalam pengendalian diri melalui pandangan terang. Pengendalian diri terhadap hiburan untuk menghibur diri perlu dikendalikan agar tidak menimbulkan kecanduan.

Selain dengan praktik atthasila penerapan *Visuddhimagga* untuk mengatasi dampak buruk permainan daring dapat juga diatasi dengan sering melatih anak untuk melatih meditasi baik secara mandiri atau dengan mengikut sertakan anak dalam retreat. Meditasi mengajarkan anak untuk berlatih berkesadaran. Praktik kesadaran dapat dilatih dengan berbagai metode dalam meditasi. Metode dalam meditasi dapat melatih siswa untuk melatih kesadaran (*sati*). Contoh metode meditasi yang dapat dilakukan untuk melatih kesadaran, yaitu dengan meditasi pengembangan cinta kasih. Praktik meditasi untuk melatih kesadaran didukung penelitian oleh Tejana, Sukmayanti (2018: 155) yang memaparkan meditasi kesadaran meningkatkan regulasi emosi pada remaja yang menunjukkan bahwa kelompok eksperimen menunjukkan perubahan regulasi emosi yang signifikan setelah diberi pelatihan meditasi selama sebulan sedangkan kelompok kontrol yang tidak diberikan pelatihan meditasi tidak menunjukkan perubahan kemampuan regulasi emosi yang signifikan.

Selain pengendalian diri, cara yang dapat digunakan untuk meminimalisir dampak permainan daring, yaitu pengendalian dari orang tua. Pengendalian yang dapat dilakukan oleh orang tua, yaitu orang tua memberikan jadwal bermain *handphone* dan permainan daring kepada siswa, sebagai contoh yaitu pengendalian yang dilakukan oleh orang tua siswa SD Dharma Mulia yang bernama Ibu Satini. Orang tua siswa mengendalikan siswa dalam bermain *handphone* dengan cara membawa *handphone* saat bekerja di ladang dan membatasi siswa untuk bermain *handphone* (Ibu Satini, Wawancara, Rabu, 29 Juni 2022).

Pengendalian dilakukan oleh orang tua lainnya yang bernama Bapak Sutresno. Bapak Sutresno mengendalikan siswa dengan cara memberikan peringatan kepada siswa, yaitu orang tua akan menyita *handphone* jika hasil belajar siswa menurun (Bapak Sutresno, Wawancara, Rabu, 29 Juni 2022). Pengendalian lewat orang tua juga berperan aktif untuk mengendalikan anaknya mendapat pengaruh buruk terhadap permainan daring. Tindakan yang dapat dilakukan orang tua yang bisa dilakukan, seperti mengontrol penggunaan *handphone* anaknya, mendukung dan menyarankan dan mendampingi anak selama mengikuti praktik atthasila dan retreat meditasi.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan terkait dampak permainan daring terhadap aktivitas belajar siswa SD Dharma Mulia yang telah dilakukan, peneliti menarik kesimpulan sebagai berikut; (1) Besar dampak permainan daring bagi siswa kelas V SD Dharma Mulia dipengaruhi oleh pola bermain siswa, dan durasi permainan daring yang dapat berdampak pada permainan daring terhadap aktivitas belajar siswa. Pola bermain siswa diklasifikasikan dalam beberapa hal, yaitu waktu bermain

permainan daring, tempat bermain permainan daring, dan transaksi dalam permainan daring. (2) Pola bermain permainan daring yang dilakukan siswa SD Dharma Mulia kebanyakan bermain pada waktu siang hari setelah pulang sekolah, bermain di rumah teman, dan melakukan transaksi dalam permainan daring. (3) Durasi permainan daring yang dimainkan siswa SD Dharma Mulia dikelompokkan menjadi beberapa fase, antara lain durasi kurang dari 1 jam, 1 sampai 3 jam, dan lebih dari 3 jam dalam satu hari. Dampak yang dapat ditimbulkan ketika siswa bermain permainan daring kurang dari 1 jam, yaitu siswa dapat menggunakan waktu luang mereka untuk melakukan aktivitas lain. Aktivitas lain yang dapat dilakukan siswa seperti membantu orang tua, melakukan aktivitas belajar mandiri di rumah, dan bermain dengan teman sebaya. (4) Dampak permainan daring terhadap aktivitas belajar siswa. Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah diuraikan, bahwa permainan daring signifikan berdampak negatif dan positif terhadap aktivitas belajar siswa di SD Dharma Mulia. Dampak permainan daring terhadap aktivitas belajar siswa SD Dharma Mulia, yaitu (1) dampak negatif terhadap aktivitas belajar siswa SD Dharma Mulia kelas V, yaitu pada *mental activities dan emotional activities*. Dampak negatif pada *mental activities* kurang menanggapi saat pembelajaran, dan memecahkan soal atau prestasi belajar menurun. Dampak *emotional activities* pada siswa kelas V SD Dharma Mulia kurangnya minat dalam pembelajaran, merasa bosan, berani, dan berkata kasar. Dari dampak negatif tersebut dampak pada *emotional activities* merupakan dampak paling tinggi karena pada *emotional activities* merupakan acuan siswa untuk belajar dan jika dalam *emotional activities* tersebut terganggu maka akan mengakibatkan *mental activities* terganggu juga; (2) dampak positif terhadap aktivitas belajar siswa SD Dharma Mulia. Dampak positif permainan daring terhadap aktivitas belajar siswa, yaitu sosialisasi yang tinggi. Siswa yang sering bermain permainan daring cenderung dalam cara bersosialisasi mereka dengan teman baru atau dengan teman sekelas lebih baik. Siswa akan lebih berani dan percaya diri ketika di dalam kelas.

Terdapat implikasi pada penelitian ini yaitu; (1) Cara alternatif untuk meminimalisir dampak dari permainan daring dapat dilakukan melalui dua cara, yaitu dalam agama Buddha terdapat lima cara untuk pengendalian diri yang diuraikan Buddha di dalam *Visuddhimagga*, dan pengendalian diri melalui orang tua. (2) Penerapan *Visuddhimagga* untuk mengatasi permainan daring dapat dilaksanakan dengan beberapa alternatif kegiatan. Kegiatan pertama yang bisa dilakukan adalah dengan menganjurkan atau melatih anak untuk berpraktik atthasila. Kegiatan lain bisa dilakukan dengan sering melatih anak untuk melatih meditasi baik secara mandiri atau dengan mengikut sertakan anak dalam retreat. (3) Orang tua sangat berperan penting dalam pengendalian diri supaya tidak kecanduan permainan daring. Memberikan jadwal bermain *handphone*, dan memberi peringatan kepada anak ketika dalam prestasi belajar siswa menurun akan tidak diberi kesempatan bermain *handphone*.

Peneliti memberikan saran kepada beberapa pihak antara lain sebagai berikut; (1) Bagi siswa SD Dharma Mulia diharapkan mampu mengurangi bermain permainan daring, dan siswa diharapkan untuk fokus terhadap pendidikan yang sedang ditempuh. (2) Bagi guru SD Dharma Mulia diharapkan mampu mengarahkan siswa untuk fokus terhadap pendidikan apabila penggunaan permainan daring hanya sebatas hiburan. Guru juga diharapkan untuk mengarahkan siswa yang ingin serius dalam permainan daring dan ingin menjadi atlet *esport*. (3) Bagi orang tua siswa diharapkan mampu mengawasi dan mengontrol siswa dalam bermain permainan daring dan mampu mengarahkan siswa yang ingin serius dalam permainan daring dan ingin menjadi atlet *esport*. (4) Bagi

peneliti selanjutnya diharapkan mampu mengkaji lebih dalam tentang dampak permainan daring terhadap aktivitas belajar siswa. (5) Semua masalah dalam penelitian sudah selesai.

Daftar Rujukan

- Agus Hermawan. (2009). *Hiburan Dunia Maya* Pustaka Setia.
- Alam M Fahrul. (2010). *Pengertian Game online dan Sejarahnya*. Bandung: Pustaka Setia.
- Arikunto, Suharsimi. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik* Rineka Cipta.
- Astuti, P., Sukodoyo, S., & Kustiani, K. (2018). *Model Pembelajaran Bimbingan Belajar Saddhāphala Jaya Krecek Temanggung*. Jurnal Pencerahan, 11(2), 26-45.
- Buddhaghosa. (2010). *Visuddhimagga The Path Of Purification*. Bhikkhu Ñanamoli (Trans). Retrieved from <https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=https://www.accestoinsight/lib/authors/nanamoli/PathofPurification2011.pdf&ved=2ahUKEwinsM7r9LKr5AhUDTmwGHVXsd-sQFnoECCUQAQ&usg=AOvVawOINO1pOgcbcWSiwWM1Jfe8>.
- Henry, Samuel. (2010). *Cerdas dengan Game*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Husein. (2021). *Lunturnya Permainan Tradisional*. Aceh: Anthropological Journal.
- Indriyani, I., Sukodoyo, S., & Endah Ekowati, W. (2019). *Efforts To The Improvement Of Bodily Kinesthetic Intelligence Of Early Childhood Students At Paud Adhicitta Through Dance Movements*. Jurnal Pencerahan, 12(2), 15-29.
- Jayanti, C., Setyaningsih, S., & Suranto, S. (2019). *Identification Of Problems Faced By Buddhist Education Teachers In The Learning Process In Semarang Regency Junior High School*. Jurnal Pencerahan, 12(2), 1-14.
- Koi,Sudiwati, & Lasri. (2017). *Pengaruh Permainan Game Online Terhadap Aktivitas Belajar pada Anak Usia Sekolah Kelas III Dan IV SDN Merjosari 1 Malang*. Diakses pada Rabu, 17 Agustus 2022 <https://publikasi.unitri.ac.id/>
- Moleong, Lexy J. (2010). *Metodologi Penetitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Muhibbin. (2013). *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rajawali Press.
- Nabiel Rifqy Anwar. (2021). *Pengaruh Kecanduan Game Online Terhadap Prestasi Akademik Siswa Sekolah Menengah Pertama Negeri 5 Banjar Di Masa Pandemi Covid-19 Jurnal BK Unesa Vol 12 No 1*. diakses pada Selasa, 16 Agustus 2022 pukul 18.40 WIB dari ejournal.unesa.ac.id <https://scholar.google.com>
- Natassa R Tejena. (2018). *Meditasi Meningkatkan Regulasi Emosi Pada Remaja*. Jurnal Psikologi Udayana.
- Salsabilla Senja Safitri. (2020). *Game Online Dan Pengaruh Interaksi Sosial di Kalangan Mahasiswa Univeristas Muhammadiyah Surakarta*. Surakarta: Jurnal Edumaspul.
- Santoso, E., Suranto, S., & Dewi, S. (2021). *The Role Of Teachers In Efforts To Improve Learning Buddhist Early Childhood Education In Getasan District*. Jurnal Pencerahan, 14(1), 61-69.

- Sardiman. (2014). *Interaksi & Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta : Raja Grafindo Persada.
- Sugiyono. (1) (2015). *Metode Penelitian & Pengembangan*. Bandung: Alfabeta.
- Tampubolon, S. (2019). *Gambaran Konsep Diri Siswa Pengguna Game Online*.
- Widyawati. (2018). *Kecanduan Game adalah Gangguan Perilaku*. Jakarta: Sehat Negeriku.
- Yamin, Martinis. (2007). *Strategi Pembelajaran Berbasis Kompetensi*. Jakarta: GP Pres.