GUIDING WORLD JURNAL BIMBINGAN DAN KONSELING
Volume 09, Nomor 02
Tahun 2026
E-ISSN: 2614-3585



DOI: 1033627

Pengaruh Penggunaan *Game Online* Terhadap Disiplin Belajar Siswa SMA

The Effect of Online Gaming on High School Students' Study Discipline

Anjelina Pati Wea[1], Dhiu Margaretha[2], Kristianus Sembiring[3]
Program Studi Bimbingan dan Konseling, Universitas Katolik Widya Mandira Kupang, Alamat: Jl. Sant Juan, Penfui Timur, Kupang Tengah, Kab. Kupang
Email: jelinweaaa@gmail.com

Abstrak: *Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penggunaan game online terhadap disiplin belajar siswa SMA Negeri 3 Kupang. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 108 siswa yang dipilih melalui teknik Simple Random Sampling. Instrumen penelitian berupa angket penggunaan game online* dan angket disiplin belajar *validitas dan reliabilitas. Data dianalisis menggunakan regresi linear sederhana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh penggunaan game online terhadap disiplin belajar* (t_{hitung} = *6,744; p < 0,05) dengan kontribusi sebesar 30%. Temuan ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi penggunaan game online, maka disiplin belajar siswa dapat terpengaruh.*
Kata Kunci: *Penggunaan Game Online; Disiplin Belajar; Siswa*

Abstract: *This study aims to determine the effect of online gaming on the study discipline of students at Kupang State High School 3. This is a quantitative study. The sample consisted of 108 students selected using simple random sampling. Research instruments consisting of a questionnaire on online game usage and a questionnaire on study discipline: validity and reliability. The data were analyzed using simple linear regression. The results show that the use of online games has an effect on study discipline* ($t_{calculated}$ = *6.744; p < 0.05), with a contribution of 30%. These findings indicate that the more students use online games, the more their study discipline is affected.*
Keywords: *Online Gaming; Study Discipline; Students*

PENDAHULUAN

Bandura (dalam Schunk, 2016) menjelaskan bahwa pembentukan sikap dan perilaku manusia, termasuk sikap disiplin belajar, terjadi melalui proses observasi, imitasi, dan modeling terhadap individu lain di lingkungan sosialnya. Bandura berpendapat bahwa seseorang belajar tidak hanya melalui pengalaman langsung (*trial and error),* tetapi juga melalui pengamatan terhadap perilaku orang lain dan konsekuensi yang ditimbulkannya. Disiplin belajar merupakan sikap yang dikembangkan dan dibina secara berkesinambungan guna meningkatkan kesadaran siswa dalam belajar secara optimal, melaksanakan peran serta tanggung jawabnya di lingkungan sekolah, dan menaati aturan yang berlaku (Ardi dalam Novianti dkk, 2020). Disiplin belajar berperan penting dalam membentuk suasana

pembelajaran yang tertib dan kondusif karena mendukung kepatuhan siswa terhadap aturan, keteraturan selama kegiatan pembelajaran, dan tanggung jawab dalam menyelesaikan tugas (Maisaroh & Supriyadi, 2023). Siswa yang memiliki disiplin belajar yang baik menunjukkan kesadaran dan tanggung jawab dalam kegiatan belajar, sehingga mendukung terciptanya suasana pembelajaran yang kondusif. Namun, membentuk disiplin belajar bukanlah hal yang mudah, salah satu faktor penghambatnya adalah ketergantungan pada penggunaan *game online*, yang sering membuat siswa lupa waktu dalam menjalankan kewajiban belajarnya (Mulyawati dalam Putri, 2023).

Game online merupakan situs yang menyediakan berbagai jenis permainan yang memungkinkan banyak pengguna dari berbagai lokasi untuk terhubung dan bermain secara bersamaan melalui jaringan internet (Young dalam Febriandari, 2016). Menurut Aji (dalam Liminanto, 2020), banyak siswa atau pelajar menghabiskan waktu mereka di depan komputer untuk bermain *game online* tanpa memikirkan tanggung jawab terhadap masa depan mereka. Penggunaan *game online* sering dikaitkan dengan berbagai masalah seperti putus sekolah, pernikahan dini, serta meningkatnya sifat introvert pada remaja. Oleh karena itu, penggunaan *game online* harus dilakukan secara bijak agar tidak menimbulkan dampak negatif. Jika siswa lebih banyak menghabiskan waktu untuk bermain *game online* dibandingkan belajar maka hal ini akan mengakibatkan penurunan pada aktivitas belajar siswa, baik di kelas maupun di rumah (Samsudin 2024).

Hasil penelitian Liminanto (2020) di SMK N 3 Salatiga menunjukkan bahwa terdapat pengaruh negatif yang signifikan *game online* terhadap disiplin belajar siswa. Meskipun bermain *game online* dapat meningkatkan keterampilan fisik berupa koordinasi mata dan tangan, kemampuan intelektual, imajinasi dalam mengembangkan kreativitas dan strategi berpikir, serta semangat kompetitif siswa, namun jika dilakukan secara berlebihan, *game online* justru dapat berdampak negatif, terutama dalam menurunkan kedisiplinan belajar siswa (Samsudin, 2024).

Hasil observasi di SMA Negeri 3 Kupang menunjukkan adanya penurunan disiplin belajar siswa, yang ditandai dengan masih adanya siswa yang terlambat masuk kelas setelah jam istirahat, tidak mengerjakan pekerjaan rumah (PR), dan kurang fokus selama pembelajaran. Peneliti juga menemukan bahwa sebagian besar siswa gemar bermain game online, bahkan memanfaatkannya saat jam istirahat. Beberapa siswa bermain secara berkelompok, sementara sebagian lainnya memilih tetap berada di dalam kelas untuk bermain game daripada berinteraksi dengan teman sebaya. Hasil observasi tersebut didukung oleh hasil wawancara dengan guru mata pelajaran Bahasa Indonesia. Guru mengungkapkan bahwa selama pembelajaran masih terdapat siswa yang memanfaatkan kelengahan guru untuk bermain game online di kelas. Selain itu, beberapa siswa datang terlambat dan tidak mengumpulkan tugas karena lebih banyak menghabiskan waktu bermain game online daripada belajar.

Berdasarkan latar belakang dan fenomena di atas, peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul: Pengaruh Penggunaan *Game online* terhadap Disiplin Belajar siswa SMA.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode deskriptif. Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas XI SMAN 3 Kota Kupang Tahun Pelajaran 2025/2026 yang berjumlah 431 orang. sampel penelitian sebanyak 108 siswa ditentukan menggunakan teknik simple random sampling.

Instrumen penelitian berupa angket penggunaan *game online* dan angket disiplin belajar disusun dalam skala Likert dengan empat alternatif jawaban. Angket penggunaan *game online* yang digunakan dalam penelitian ini merupakan angket yang telah dikembangkan oleh Kefi (2021). Uji validitas dan reliabilitas angket penggunaan *game online* dan angket disiplin belajar dilakukan sebelum pengumpulan data. Hasil uji

reliabilitas menunjukkan bahwa angket penggunaan *game online* (α = 0,975) dan angket disiplin belajar (α = 0,889) berada pada kategori reliabel. Analisis data dilakukan menggunakan regresi linear sederhana dengan bantuan program SPSS versi 22 untuk mengetahui pengaruh penggunaan *game online* terhadap disiplin belajar.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil analisis data penelitian menggunakan uji t menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan penggunaan *game online* terhadap disiplin belajar siswa.

Tabel 1. Hasil Uji Hipotesis (Uji t)

Coefficients[a]						
		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		
Model		B	Std. Error	Beta	t	Sig.
1	(Constant)	36.666	7.126		5.145	.000
	Game Online	.383	.057	.548	6.744	.000
a. Dependent Variable: Disiplin Belajar						

Tabel di atas menunjukkan bahwa nilai t_{hitung} sebesar 6,744. Selanjutnya, nilai tersebut dikonsultasikan dengan nilai t_{tabel} pada taraf signifikansi 5% dengan N = 108 − 2 = 106, sehingga diperoleh nilai t_{tabel} sebesar 1,663 (distribusi nilai t_{tabel} dapat dilihat pada Lampiran 15). Karena nilai t_{hitung} lebih besar dari t_{tabel} (6,744 > 1,663) dan nilai signifikansi 0,000 < 0,05, artinya ada pengaruh yang signifikan penggunaan *game online* terhadap disiplin belajar siswa kelas XI SMA Negeri 3 Kupang. Koefisien determinasi digunakan untuk mengetahui kontribusi atau sumbangan yang diberikan oleh variabel X (bebas) terhadap variabel Y (terikat). Nilai koefisien deteriminasi ditunjukkan dengan *R Square* pada tabel model *summary*. Hasil Uji koefisien determinasi menggunakan aplikasi SPSS versi 26 *for windows* dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 2. Hasil Uji Koefisien Determinasi

Model Summary[b]				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.548[a]	.300	.294	13.068
a. Predictors: (Constant), Game Online				
b. Dependent Variable: Disiplin Belajar				

Berdasarkan tabel di atas, diperoleh nilai *R Square* sebesar 0,300. Hal ini menunjukkan bahwa variabel penggunaan *game online* memberikan kontribusi sebesar 30,0% terhadap variabel disiplin belajar siswa, sementara 70,0% merupakan kontribusi dari variabel lain yang tidak dikaji dalam penelitian ini.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Saputra (2025) yang menyatakan bahwa penggunaan *game online* berpengaruh terhadap disiplin belajar siswa. Temuan ini juga sejalan dengan penelitian Silaban dan Romiaty (2023) yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh intensitas penggunaan *game online* terhadap disiplin belajar siswa. Temuan tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi penggunaan *game online*, maka disiplin belajar siswa dapat terpengaruh.

Menurut Wijaya dkk. (2019), kebiasaan penggunaan *game online* memberikan pengaruh negatif terhadap disiplin belajar siswa di sekolah, seperti kurangnya tanggung jawab dalam mengerjakan tugas. Pendapat tersebut sejalan dengan Samsudin dkk. (2024) yang menyatakan bahwa siswa yang kecanduan *game online* cenderung menunda pengerjaan tugas dan terlambat masuk kelas. Selain itu, kecanduan game online berkaitan dengan kesulitan mengendalikan perilaku bermain dan dapat berhubungan dengan

kecenderungan menunda penyelesaian tugas akademik (Wibowo & Kurniawan, 2021; Tsabita & Dewi, 2025). Berdasarkan temuan tersebut, penggunaan game online secara berlebihan berpotensi menghambat disiplin belajar siswa karena dapat mengganggu pengaturan waktu, mendorong penundaan tugas, dan mengurangi perhatian terhadap tanggung jawab akademik.

Hurlock (2011) yang menyatakan bahwa disiplin merupakan bentuk kepatuhan individu terhadap aturan serta kemampuan mengontrol diri dalam berperilaku. Dalam konteks belajar, disiplin ditunjukkan melalui ketaatan terhadap aturan belajar, tanggung jawab dalam menyelesaikan tugas, serta kemampuan mengatur waktu belajar dengan baik. Oleh karena itu, penggunaan *game online* yang berlebihan dapat menghambat terbentuknya sikap disiplin belajar pada siswa, terutama dalam mengatur waktu belajar dan menyelesaikan tugas sekolah dengan baik. Selain itu, menurut Maisaroh & Supriyadi (2023), disiplin belajar merupakan sikap taat dan teratur dalam menjalankan kegiatan belajar, seperti disiplin mengatur waktu belajar, disiplin mengerjakan tugas, dan disiplin dalam mengikuti pembelajaran di sekolah. Siswa yang memiliki disiplin belajar yang baik akan mampu membagi waktu antara belajar dan kegiatan lainnya sehingga proses belajar dapat berjalan dengan baik.

Berdasarkan pendapat tersebut, dapat dipahami bahwa penggunaan *game online* yang berlebihan dapat mempengaruhi disiplin belajar siswa, seperti disiplin dalam mengatur waktu belajar, mengerjakan tugas, menaati aturan sekolah, dan mengikuti pembelajaran. Siswa yang terlalu sering bermain *game online* cenderung lebih banyak menghabiskan waktu untuk bermain dibandingkan dengan belajar sehingga waktu belajar menjadi berkurang. Akibatnya, siswa sering menunda mengerjakan tugas, terlambat mengumpulkan tugas, serta kurang fokus saat mengikuti pembelajaran di kelas. Oleh karena itu, penggunaan *game online* yang tidak terkontrol dapat mengganggu disiplin belajar siswa baik di sekolah maupun di rumah.

PENUTUP

Berdasarkan hasil analisis dan interpretasi hasil analisis data penelitian, peneliti dapat menyimpulkan bahwa terdapat pengaruh penggunaan *game online* terhadap disiplin belajar siswa kelas XI SMA Negeri 3 Kupang tahun pelajaran 2025/2026. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi penggunaan game online, maka disiplin belajar siswa dapat terpengaruh. Oleh karena itu, penggunaan *game online* yang tidak terkontrol dapat mengganggu disiplin belajar siswa baik di sekolah maupun di rumah.

DAFTAR PUSTAKA

Febriandari., F. A. Nauli., & S. H. D. Rahmalia., (2016). Hubungan kecanduan *game online* terhadap identitas diri remaja, *Jurnal Keperawatan Jiwa Volume 4, Nomor 1*

Hurlock, E. B. (2011). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga

Renaldi Bayu Liminanto, (2020). Pengaruh Bermain Game Online Terhadap Disiplin Belajar Siswa, KONSELING: *Jurnal Ilmiah Penelitian dan Penerapannya* Volume 1, Nomor 2

Maisaroh, I., & Supriyadi, S. (2023). Internalization of learning discipline for low grade students in elementary school: Internalisasi kedisiplinan belajar siswa kelas rendah di sekolah dasar. Indonesian Journal of Education Methods Development, 18(2). https://doi.org/10.21070/ijemd.v22i.740

Novianti, F. Yudi, & S. Erwin, (2020). Peran Guru PPKn Sebagai Evaluator Dalam Meningkatkan Disiplin Belajar Siswa, *CIVICS: Jurnal Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan* Volume 5, Nomor 1

Nur Dika Eka Putri, (2023). The Influence of Playing Online Games on the Learning Discipline of Class X Students of Economics Subjects SMA PGRI 2 Bekasi City, *Journal of Social Studies* Volume 4, Nomor 2

Saputra, (2025) Pengaruh bermain game online terhadap kedisiplinan belajar siswa MA Al-Irsyadiah, *Proceeding Annual Seminar on Islamic Studies,* Universitas Ibn Khaldun Bogor

Samsudin, (2024). Dampak penggunaan *game online* terhadap konsentrasi dan hasil belajar siswa, *Jurnal Pendidikan Dasar* Volume 12, Nomor 1

Schunk, D. H. (2026). *Learning theories: An educational perspective* (7th ed.). Pearson.

F. Silaban & Romiaty (2023). Pengaruh intensitas penggunaan game online terhadap disiplin belajar siswa SMA Negeri 2 Palangka Raya, *Jurnal Ilmiah Kanderang Tingang* Volume 14, Nomor 1

Tsabita, Z., & Dewi, D. K. (2025). Hubungan antara adiksi game online dengan prokrastinasi akademik pada siswa SMK X. Character: Jurnal Penelitian Psikologi, 12(2), 663–675. https://doi.org/10.26740/cjpp.v12n02.p663-675

Wijaya, (2019). Pengaruh penggunaan *game online* terhadap disiplin belajar siswa, *Jurnal Pendidikan Sekolah Dasar* Volume 7, Nomor 2

Wibowo, W. A. C., & Kurniawan, A. (2021). Hubungan self-control dengan online gaming addiction pada mahasiswa di Surabaya. Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental, 1(1), 78–86. https://doi.org/10.20473/brpkm.v1i1.24593