



## Mengatasi Kecanduan *Game Online* Lewat Pendidikan Karakter Berbasis Budaya Lokal Jawa

Zahra Zhafira<sup>1</sup>, Guruh Sukma Hanggara<sup>2</sup>, Nora Yuniar Setyaputri<sup>3</sup>

Universitas Nusantara PGRI Kediri

[Zahrazhafira875@gmail.com](mailto:Zahrazhafira875@gmail.com)<sup>1</sup>, [Kangguruuh@gmail.com](mailto:Kangguruuh@gmail.com)<sup>2</sup>,  
[Norayuniar@unpkediri.ac.id](mailto:Norayuniar@unpkediri.ac.id)<sup>3</sup>

**ABSTRACT:** Online gaming addiction has become a serious challenge in the field of education, particularly among school-aged students. This issue not only affects academic achievement but also disrupts character development, such as weakened self-control, a lack of responsibility, and declining social ethics. This article aims to conceptually examine how a character education approach based on local culture—particularly Javanese culture—can be used as an alternative solution to address online gaming addiction. Noble values such as *eling lan waspada* (awareness and vigilance), *sabar lan narimo* (patience and acceptance), *unggah-ungguh* (politeness and respect), and *gotong royong* (mutual cooperation) serve as ethical foundations that can be integrated into both classroom learning and school counseling. Through this approach, students are not only taught to use technology wisely, but are also guided to develop resilient, reflective personalities rooted in local wisdom. The results of this conceptual review indicate that character education grounded in local culture not only strengthens cultural identity but also remains relevant in responding to the challenges of the digital era.

**Keywords:** online game addiction, character education, Javanese culture, local wisdom

**ABSTRAK:** Kecanduan *game online* telah menjadi tantangan serius dalam dunia pendidikan, khususnya di kalangan peserta didik usia sekolah. Masalah ini tidak hanya berdampak pada prestasi akademik, tetapi juga mengganggu perkembangan karakter, seperti lemahnya kontrol diri, tanggung jawab, dan etika sosial. Artikel ini bertujuan untuk mengkaji secara konseptual bagaimana pendekatan pendidikan karakter berbasis budaya lokal, khususnya budaya Jawa, dapat digunakan sebagai solusi alternatif dalam mengatasi kecanduan *game online*. Nilai-nilai luhur seperti *eling lan waspada*, *sabar lan narimo*, *unggah-ungguh*, dan *gotong royong* menjadi landasan etis yang dapat diintegrasikan dalam proses pembelajaran maupun konseling di sekolah. Dengan pendekatan ini, peserta didik tidak hanya diajarkan untuk bijak menggunakan teknologi, tetapi juga diarahkan untuk membentuk kepribadian yang tangguh, reflektif, dan berakar pada kearifan lokal. Hasil kajian ini menunjukkan bahwa pendidikan karakter yang berbasis budaya lokal tidak hanya memperkuat identitas budaya, tetapi juga relevan dalam menjawab tantangan di era digital.

**Kata Kunci:** kecanduan *game online*, pendidikan karakter, budaya Jawa, kearifan lokal

### PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi digital telah mengubah cara anak dan remaja dalam berinteraksi, belajar, dan menghibur diri. Salah satu bentuk hiburan digital yang banyak digemari adalah *game online*. Di satu sisi, game dapat memberikan manfaat seperti meningkatkan kreativitas dan kemampuan kognitif; namun di sisi lain, game juga berpotensi menimbulkan ketergantungan yang berdampak negatif pada perkembangan peserta



didik. Young (1998) menyebut bahwa kecanduan game merupakan bentuk gangguan perilaku yang ditandai dengan hilangnya kendali, penarikan diri dari interaksi sosial, serta pengabaian terhadap tanggung jawab akademik dan sosial.

Kecanduan *game online* tidak hanya berdampak pada aspek kognitif dan afektif siswa, tetapi juga mengganggu pembentukan karakter yang seharusnya menjadi tujuan utama pendidikan. Lickona (1991) menegaskan bahwa pendidikan karakter adalah upaya sadar untuk membantu seseorang memahami, merasakan, dan melakukan nilai-nilai etis dalam kehidupan. Maka, ketika peserta didik tidak memiliki kontrol diri yang baik dan kurang dibekali dengan nilai moral yang kuat, mereka akan lebih mudah terjebak dalam perilaku adiktif seperti kecanduan game.

Dalam konteks pendidikan di Indonesia, salah satu potensi besar yang dapat digunakan untuk membangun karakter peserta didik adalah kearifan lokal. Koentjaraningrat (2004) menyebut budaya lokal sebagai sistem nilai yang hidup dalam masyarakat dan diwariskan lintas generasi. Budaya Jawa, sebagai bagian dari kekayaan lokal, memiliki banyak nilai luhur seperti *eling lan waspada, sabar lan narimo*, dan *unggah-ungguh* yang sangat relevan dalam menumbuhkan kontrol diri dan etika dalam berteknologi. Oleh karena itu, penting untuk mengkaji bagaimana nilai-nilai tersebut dapat diintegrasikan dalam proses pendidikan untuk membentuk karakter siswa yang tangguh menghadapi tantangan era digital.

Artikel ini bertujuan mengkaji secara konseptual bagaimana pendekatan pendidikan karakter berbasis nilai budaya Jawa dapat menjadi solusi strategis dalam mencegah dan mengatasi kecanduan *game online* di kalangan peserta didik.

## PEMBAHASAN

### A. Kecanduan *Game online* sebagai Tantangan Pendidikan Karakter

Kemajuan teknologi digital telah mengubah pola perilaku anak dan remaja. *Game online* yang awalnya hanya hiburan, kini menjadi ruang pelarian emosional yang potensial menimbulkan kecanduan. Young (1998) mengidentifikasi kecanduan *game online* sebagai bentuk gangguan perilaku yang memunculkan gejala seperti kehilangan kendali, ketergantungan, serta gangguan sosial dan akademik. Peserta didik yang mengalami kecanduan cenderung mengalami penurunan prestasi, mengabaikan tanggung jawab, dan berkurangnya interaksi sosial nyata.

Penelitian yang dilakukan oleh Zahra Zhafira dan Guruh Sukma Hanggara (2023) menyoroti dampak kecanduan *game online* terhadap perilaku dan prestasi siswa, khususnya di SMKN 1 Plosoklaten. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kecanduan *game online* menyebabkan



siswa kehilangan skala prioritas, menurunnya motivasi belajar, serta munculnya masalah kesehatan, psikologis, sosial, dan finansial. Salah satu faktor yang mendasari adalah rendahnya kontrol diri siswa dan kurangnya pengawasan serta pemahaman tentang bahaya adiksi digital.

Penelitian ini juga menekankan pentingnya pendekatan edukatif dan preventif melalui peran aktif guru BK serta orang tua, termasuk dalam pengawasan, edukasi, dan pembatasan sumber daya teknologi. Intervensi melalui layanan bimbingan dan konseling yang mengandung unsur nilai lokal atau berbasis budaya dapat menjadi strategi yang efektif dalam membentuk karakter siswa agar mampu mengendalikan perilaku adiktif terhadap *game online*.

Hal ini sejalan dengan gagasan pendidikan karakter berbasis budaya lokal Jawa yang menekankan nilai-nilai seperti *eling lan waspada* (selalu sadar dan berhati-hati), *sabar lan narimo* (pengendalian diri), serta *unggah-ungguh* (etika sosial), yang secara potensial mampu memperkuat ketahanan moral dan mental siswa terhadap kecanduan teknologi.

Masalah ini memperlihatkan lemahnya aspek kontrol diri dan tanggung jawab dalam diri peserta didik, yang dalam perspektif pendidikan karakter, merupakan inti dari pengembangan moral. Lickona (1991) menyatakan bahwa pendidikan karakter mencakup tiga dimensi utama, yaitu: knowing the good, feeling the good, and doing the good. Ketika peserta didik kehilangan kendali akibat kecanduan game, maka ketiga dimensi tersebut mengalami gangguan.

## B. Pendidikan Karakter Berbasis Budaya Lokal sebagai Solusi Alternatif

Di tengah arus globalisasi, pendekatan pendidikan yang kontekstual dan berbasis budaya lokal menawarkan solusi yang lebih membumi. Koentjaraningrat (2004) menekankan bahwa budaya lokal mengandung nilai-nilai etis dan filosofis yang dapat ditransformasikan dalam praktik pendidikan. Budaya Jawa, sebagai salah satu warisan budaya yang masih hidup, memiliki sistem nilai yang sangat kaya dan relevan untuk membentuk karakter siswa.

Nilai-nilai seperti *eling lan waspada* (selalu ingat dan waspada), *sabar lan narimo* (pengendalian diri dan keikhlasan), serta *unggah-ungguh* (sopan santun) merupakan ajaran hidup yang membentuk kepribadian yang kuat dan tangguh dalam menghadapi godaan dan tekanan, termasuk kecanduan game.

### 1. Eling lan Waspada (Mengingat dan Waspada dalam Bermain Game)

Nilai *eling lan waspada* dalam budaya Jawa mengajarkan kita untuk selalu ingat tujuan hidup dan berhati-hati dalam bertindak.

Dalam konteks bermain *game online*, nilai ini sangat penting. Banyak anak bermain game tanpa menyadari waktu sudah habis, tugas belum dikerjakan, atau bahkan lupa makan. Dengan nilai *eling lan waspada*, anak diajak untuk sadar dan berpikir sebelum bertindak.

Contohnya, sebelum bermain, siswa bisa bertanya pada diri sendiri:

"Apakah tugasku sudah selesai?"  
"Apakah ini waktu yang tepat untuk bermain?"

Jika anak terbiasa berpikir seperti ini, mereka akan lebih bisa mengatur waktu dan tidak mudah kecanduan game.

## 2. Sabar lan Narimo (Mengendalikan Diri dan Ikhlas Saat Bermain)

Banyak anak menjadi kecanduan game karena tidak sabar dan tidak bisa menerima kekalahan. Ketika kalah, mereka langsung ingin bermain lagi agar bisa menang. Ini membuat mereka terus-menerus bermain tanpa batas. Nilai *sabar lan narimo* dalam budaya Jawa mengajarkan kita untuk tenang, menerima keadaan, dan tidak memaksakan kehendak.

Anak yang punya sikap *sabar* tidak akan mudah marah saat kalah. Anak yang *narimo* akan belajar bahwa menang atau kalah adalah hal biasa, yang penting adalah proses dan usaha. Nilai ini bisa membuat anak tidak terlalu terikat pada game dan bisa mengontrol dirinya lebih baik.

## 3. Unggah-ungguh (Bersikap Sopan Saat Bermain Game)

Bermain *game online* sering membuat anak berbicara kasar atau mengejek orang lain, apalagi dalam permainan yang bersifat kompetitif. Budaya Jawa punya ajaran *unggah-ungguh*, yaitu sopan santun dalam berbicara dan bertindak, baik terhadap orang tua, teman, maupun lawan main.

Dengan membiasakan nilai *unggah-ungguh*, anak akan bersikap lebih baik saat bermain game: tidak mengejek, tidak berkata kasar, dan tetap menghormati orang lain walau sedang bersaing. Ini sangat penting untuk membentuk etika digital di kalangan anak-anak.

Melalui integrasi budaya lokal ini, pendidikan karakter tidak lagi bersifat abstrak, melainkan menjadi nyata dan dekat dengan keseharian siswa. Suryadi (2020) menegaskan bahwa penggunaan budaya lokal dalam pendidikan karakter meningkatkan kedalaman pemaknaan karena peserta didik merasa lebih terhubung dengan nilai-nilai yang dikenalkan.



Penelitian yang dilakukan oleh Setyaputri (2024) mengkaji karakter ideal konselor multibudaya dengan menjadikan tokoh pewayangan Semar sebagai representasi nilai luhur budaya Jawa. Dalam studinya, Setyaputri menjelaskan bahwa nilai-nilai yang terkandung dalam tokoh Semar—seperti *andhap asor* (rendah hati), *samadya* (hidup cukup), *tulus, jujur, adil*, dan *luwes*—merupakan fondasi karakter yang relevan dalam membentuk pribadi yang bijaksana, toleran, dan berwawasan sosial. Nilai-nilai ini dinilai mampu menjembatani perbedaan budaya dan meminimalisasi pelabelan negatif dalam praktik konseling.

Temuan tersebut sejalan dengan kebutuhan dalam menangani fenomena kecanduan *game online* pada siswa, di mana pendekatan karakter berbasis kearifan lokal sangat diperlukan untuk menguatkan kontrol diri, sikap tanggung jawab, dan kesadaran sosial. Karakter-karakter luhur dari Semar tidak hanya relevan bagi konselor, tetapi juga dapat dijadikan model pendidikan karakter yang diterapkan di sekolah dalam rangka menumbuhkan kesadaran siswa terhadap penggunaan teknologi secara sehat dan proporsional.

### C. Integrasi Nilai Budaya Jawa dalam Proses Pembelajaran

Penerapan nilai budaya Jawa dapat dilakukan melalui pembelajaran tematik, integratif, dan kontekstual. Guru dapat menggunakan cerita rakyat (folklor) sebagai media refleksi, melibatkan siswa dalam diskusi nilai moral, dan melakukan konseling dengan pendekatan humanistik. Strategi ini sejalan dengan semangat *Tut Wuri Handayani* yang mengedepankan peran guru sebagai pembimbing dan pendamping, bukan pengontrol.

Misalnya, nilai *eling lan waspada* dapat diinternalisasikan melalui kegiatan refleksi harian atau jurnal digital yang mengajak siswa mengevaluasi penggunaan waktu di dunia maya. Nilai *sabar lan narimo* dapat dihidupkan melalui dialog terbuka tentang kekalahan dalam game, mengajarkan pentingnya menerima hasil dengan lapang dada.

Pendekatan ini juga berfungsi mencegah lahirnya teori disiplin yang bersifat hukuman. Sebaliknya, ia mendorong pembentukan kesadaran moral dari dalam diri peserta didik (inner moral development), sesuai dengan pendekatan konstruktivistik dalam pendidikan karakter.

### D. Menuju Model Pendidikan Karakter Digital Berbasis Budaya Lokal

Melalui pendekatan ini, kita dapat menyusun modifikasi terhadap teori pendidikan karakter Lickona (1991), dengan menambahkan unsur lokalitas dan kontekstualitas digital. Model ini tidak hanya mencakup aspek knowing-feeling-doing, tetapi juga "*reflecting-locally-acting digitally*", yaitu menyadari nilai-nilai lokal, merenungkan dampaknya, lalu bertindak bijak dalam konteks dunia digital.



Penelitian yang dilakukan oleh Setyaputri, Ariyanto, Hanggara, Sancaya, dan Ayuningtyas (2022) mengkaji pentingnya integrasi nilai-nilai kearifan lokal dalam layanan Bimbingan dan Konseling, khususnya melalui media digital. Studi ini menunjukkan bahwa guru BK perlu memiliki literasi budaya sebelum menginternalisasikannya pada siswa, karena nilai-nilai budaya lokal memiliki kekuatan untuk membentuk karakter siswa yang adaptif, berempati, dan berwawasan kebangsaan. Pelatihan yang mereka lakukan berhasil meningkatkan keterampilan guru BK dalam menyusun media layanan berbasis nilai-nilai budaya seperti *unggah-ungguh, eling lan waspada, dan sabar lan narimo*.

Temuan tersebut sangat relevan dalam konteks upaya menangani kecanduan *game online*, karena karakter berbasis budaya lokal dapat memperkuat kontrol diri dan kesadaran moral siswa terhadap perilaku digital mereka. Melalui pendekatan ini, layanan konseling tidak hanya bersifat remedial tetapi juga preventif dan edukatif.

Dengan demikian, teori pendidikan karakter berbasis budaya lokal tidak sekadar menjadi pelengkap, melainkan kerangka utama untuk membentuk siswa yang cakap secara moral dan bijak secara digital. Hal ini menjadi langkah strategis untuk menjawab tantangan kecanduan *game online* yang semakin kompleks.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Permasalahan kecanduan *game online* pada peserta didik merupakan tantangan yang nyata dalam era digital, di mana batas antara dunia nyata dan maya semakin kabur. Kecanduan ini tidak semata-mata disebabkan oleh perangkat teknologi, melainkan oleh lemahnya pengendalian diri dan kurangnya fondasi karakter dalam diri peserta didik. Oleh karena itu, pendekatan yang hanya bersifat teknis seperti pembatasan waktu layar tidak cukup untuk mengatasi masalah ini secara berkelanjutan.

Pendidikan karakter menjadi strategi kunci dalam membangun ketahanan moral anak terhadap pengaruh negatif dunia digital. Namun, agar pendidikan karakter tidak bersifat abstrak dan normatif, perlu ada pendekatan kontekstual yang dekat dengan lingkungan sosial dan budaya peserta didik. Dalam konteks ini, budaya lokal Jawa menawarkan kekayaan nilai seperti *eling lan waspada, sabar lan narimo, dan unggah-ungguh* yang sejalan dengan tujuan pendidikan karakter. Nilai-nilai tersebut tidak hanya mengajarkan sopan santun, tetapi juga kontrol diri, kesadaran sosial, dan pengelolaan emosi — kemampuan yang penting untuk menghadapi goa digital seperti *game online*.

Melalui integrasi budaya lokal dalam proses pembelajaran, peserta didik tidak hanya dilatih untuk menjadi pengguna teknologi yang bijak, tetapi juga diarahkan menjadi individu yang utuh secara moral. Konsep ini tidak hanya memperkaya teori pendidikan karakter konvensional, tetapi juga



memodifikasi pendekatan pedagogis agar lebih membumi dan kontekstual sesuai dengan kearifan budaya bangsa sendiri.

Berdasarkan kesimpulan di atas, beberapa tindakan strategis dan pengembangan lanjutan dapat disarankan. Pertama, guru dan sekolah diharapkan mulai mengintegrasikan nilai-nilai budaya lokal ke dalam kegiatan pembelajaran, baik melalui materi pelajaran, kegiatan proyek, maupun pendekatan konseling. Nilai-nilai budaya tidak hanya dikenalkan secara verbal, tetapi juga diwujudkan dalam praktik keseharian yang bermakna. Kedua, pelatihan bagi guru dan konselor tentang pendidikan karakter berbasis budaya lokal perlu diintensifkan, agar mereka dapat menerapkan strategi ini secara konsisten dan efektif. Perlu pula kolaborasi dengan tokoh budaya, orang tua, dan komunitas lokal agar pendidikan karakter menjadi gerakan bersama, bukan hanya tugas sekolah.

Secara teoretis, kajian ini membuka peluang untuk mengembangkan model pendidikan karakter digital berbasis budaya lokal yang dapat diuji lebih lanjut melalui pendekatan empiris. Kajian lanjutan juga dapat mengeksplorasi budaya lokal dari daerah lain untuk memperkaya pendidikan karakter di Indonesia, sehingga pendekatan ini benar-benar mencerminkan keberagaman dan kekayaan budaya nusantara dalam menjawab tantangan zaman.

## DAFTAR RUJUKAN

- Hurlock, E. B. (1990). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan* (Istiwdiyanti & Soedjarwo, Trans.). Erlangga. Retrieved from [https://www.google.co.id/books/edition/Psikologi\\_Perkembangan/](https://www.google.co.id/books/edition/Psikologi_Perkembangan/)
- Koentjaraningrat. (2004). *Kebudayaan, mentalitas dan pembangunan*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama. Retrieved from <https://www.example.com/kebudayaan-mentalitas-pembangunan>
- Nurhayati, T., & Mahmud, A. (2021). Internalization of character values through school culture: A study on Lickona's character education concept. *Journal of Education and Learning*, 15(2), 112–121. <https://doi.org/10.11591/edulearn.v15i2.20221>
- Rachmawati, Y., & Zulela, M. S. (2020). Penguatan karakter siswa di era digital melalui budaya lokal. *Jurnal Pendidikan Dasar*, 11(2), 123–132. <https://doi.org/10.21009/JPD.X11.2.04>
- Setyaputri, N. Y. (2024). Karakter ideal konselor multibudaya berdasarkan nilai luhur Semar. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 2(2), 58–65. Tersedia di: <https://citeus.um.ac.id/jkbk/vol2/iss2/15>



Setyaputri, N. Y., Ariyanto, R. D., Hanggara, G. S., Sancaya, S. A., & Ayuningtyas, P. (2022). Peningkatan keterampilan ICT untuk guru BK melalui pelatihan konten layanan digital berbasis nilai-nilai kearifan lokal. *Kontribusi: Jurnal Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 94–101.

<https://jurnal.ciptamediaharmoni.id/index.php/kontribusi/article/view/86/64>

Suryadi, A. (2020). Pendidikan Karakter Berbasis Budaya Lokal. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 10(1), 1–12. <https://doi.org/10.21831/jpk.v10i1.30144>

Widyastuti, E., & Wardani, S. (2021). Kearifan Lokal Jawa sebagai Sumber Pendidikan Karakter. *Jurnal Cakrawala Pendidikan*, 40(2), 425–436. <https://doi.org/10.21831/cp.v40i2.38912>

Young, K. S. (1998). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *CyberPsychology & Behavior*, 1(3), 237–244. <https://doi.org/10.1089/cpb.1998.1.237>

Zhafira, Z., & Hanggara, G. S. (2023). Dampak kecanduan *game online* bagi siswa. *Artikel KKN Universitas Nusantara PGRI Kediri*, 345–359. <https://proceeding.unpkediri.ac.id/index.php/kkn/article/view/2968>