

DAMPAK GAME ONLINE TERHADAP PERILAKU MORAL, SOSIAL, DAN SPIRITUAL MAHASISWA DALAM PERSPEKTIF TAFSIR AL-MISHBAH

Muhammad Khairuddin Munthe¹, Munandar²

^{1,2}Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Indonesia

Email: khairuddinmunthe29@gmail.com

Abstract: This study analyzes the impact of online gaming on the moral, social, and spiritual behavior of university students and examines Qur'anic responses through Quraish Shihab's thematic interpretation in *Tafsir Al-Mishbah*. Using a qualitative design, the research combines library analysis with limited interviews involving six male students (aged 20–25) from the Faculty of Ushuluddin and Islamic Studies at UIN Sumatera Utara who actively engage in online gaming. The interview data were processed using thematic coding to identify recurring behavioral patterns. The findings reveal three major themes: (1) declining worship discipline and weakened self-control due to prolonged gaming; (2) reduced face-to-face interaction, growing apathy, and decreased academic motivation; and (3) diminishing spiritual awareness and self-reflection in daily digital activities. These empirical patterns are then connected to Qur'anic values such as *wasathiyah* (moderation), *sabr* (patience), *mujahadah* (self-discipline), and human responsibility as *khalifah*, as explained in *Tafsir Al-Mishbah* through the interpretation of selected verses from Surah Al-Baqarah, Al-Anbiya, Yunus, Al-Kahfi, and Al-Hujurat. The study concludes that *Tafsir Al-Mishbah* provides a relevant ethical and spiritual framework for understanding the behavioral dynamics of digitally engaged youth and offers a conceptual foundation for strengthening Islamic character education in the digital age.

Abstrak: Penelitian ini menganalisis dampak game online terhadap perilaku moral, sosial, dan spiritual mahasiswa serta mengkaji respons Qur'ani melalui pendekatan tematik dalam *Tafsir Al-Mishbah* karya Quraish Shihab. Pendekatan kualitatif digunakan dengan menggabungkan studi pustaka dan wawancara terbatas terhadap enam mahasiswa laki-laki berusia 20–25 tahun dari Fakultas Ushuluddin dan Studi Islam UIN Sumatera Utara yang aktif bermain game online. Data wawancara dianalisis menggunakan teknik coding tematik untuk mengidentifikasi pola perilaku yang berulang. Temuan menunjukkan tiga tema utama: (1) penurunan kedisiplinan ibadah dan melemahnya kontrol diri akibat durasi bermain yang panjang; (2) menurunnya interaksi sosial langsung, meningkatnya sikap apatis, serta merosotnya motivasi akademik; dan (3) berkurangnya kesadaran spiritual dan refleksi diri dalam aktivitas digital sehari-hari. Pola-pola ini kemudian dihubungkan dengan nilai-nilai Qur'ani seperti *wasathiyah* (moderasi), *sabr* (kesabaran), *mujahadah* (pengendalian diri), dan amanah kekhalifahan, sebagaimana dijelaskan dalam *Tafsir Al-Mishbah* melalui penafsiran ayat-ayat pilihan dari Surah Al-Baqarah, Al-Anbiya, Yunus, Al-Kahfi, dan Al-Hujurat. Penelitian ini menyimpulkan bahwa *Tafsir Al-Mishbah* menyediakan kerangka etis-spiritual yang relevan untuk memahami dinamika perilaku generasi muda di era digital dan menawarkan dasar konseptual bagi penguatan pendidikan karakter Islami.

Keywords: *Game online; Generasi muda; Tafsir Al-Mishbah; Nilai-nilai Qur'ani;*

Pendahuluan

Perkembangan teknologi informasi telah membawa perubahan besar pada pola hidup generasi muda, termasuk dalam cara mereka mengakses hiburan dan berinteraksi sosial. Game online menjadi salah satu bentuk hiburan digital paling populer dan telah menjadi bagian dari rutinitas harian remaja dan mahasiswa.¹ Berbagai penelitian menunjukkan bahwa intensitas bermain game online yang berlebihan berdampak pada penurunan interaksi sosial, gangguan psikologis, dan penurunan kualitas ibadah.² Secara global, kecenderungan adiksi game online meningkat pada kelompok usia 18–25 tahun. Di Indonesia, meta-analisis laporan terbaru menunjukkan prevalensi Internet Gaming Disorder (IGD) sebesar 10,1% pada anak-anak dan 10,15% pada remaja, menempatkan generasi muda sebagai kelompok paling rentan terhadap adiksi digital.³

Tingginya intensitas penggunaan game online memunculkan pertanyaan mengenai bagaimana fenomena ini memengaruhi dimensi moral, sosial, dan spiritual generasi muda. Berbagai penelitian melaporkan bahwa durasi bermain yang panjang sering dikaitkan dengan penundaan ibadah, penurunan disiplin akademik, gangguan tidur, dan konflik emosional dalam keluarga⁴. Di sisi lain, game online juga dapat membawa dampak positif seperti meningkatkan keterampilan berpikir kritis dan kemampuan kerja sama⁵. Dengan demikian, fenomena ini bersifat multidimensional dan memerlukan pendekatan analitis yang seimbang.

Dalam perspektif Islam, nilai-nilai Qur’ani menawarkan kerangka moral yang relevan untuk menilai perilaku digital generasi muda. Prinsip moderasi (wasathiyah), pengendalian diri (mujahadah), kesabaran (sabr), serta tanggung jawab manusia sebagai khalifah menjadi panduan dalam mengatur keseimbangan hidup. Ayat-ayat tentang kelalaian terhadap ibadah, tanggung jawab moral, dan penyalahgunaan waktu dalam QS. Al-Baqarah, Al-Anbiya, Yunus, Al-Kahfi, dan Al-Hujurat mengandung pesan etis yang penting dalam merespons tantangan budaya

¹ Chalista Yulia Hazizah and Anik Nur Handayani, “Pengaruh Penggunaan Game Online Terhadap Generasi Muda Society 5.0,” *Jurnal Inovasi Teknologi Dan Edukasi Teknik* 2, no. 6 (2022): 272–76, <https://doi.org/10.17977/um068v2i62022p272-276>.

² Jubaidah Hasibuan and Aisyah Anggreni, “Fenomena Kecanduan Game Online Pada Remaja Di Desa Deli Tua Kecamatan Namorambe,” *Learning Society: Jurnal CSR, Pendidikan Dan Pemberdayaan Masyarakat* 3, no. 1 (2022): 20–28, <https://doi.org/10.30872/lsv3i1.1148>.

³ Doris X. Y. Chia et al., “Prevalence of Internet Addiction and Gaming Disorders in Southeast Asia: A Meta-Analysis,” *International Journal of Environmental Research and Public Health* 17, no. 7 (2020): 2582, <https://doi.org/10.3390/ijerph17072582>; Hee Sun Kim et al., “Prevalence of Gaming Disorder: A Meta-Analysis,” *Addictive Behaviors* 126 (March 2022): 107183, <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2021.107183>; Tri Prayuda Dwipha Surbakti et al., “Level of Online Game Addiction on Adolescents,” *Journal of Nursing Care* 5, no. 3 (2023), <https://doi.org/10.24198/jnc.v5i3.39044>.

⁴ S. Mahmud et al., “Online Gaming and Its Effect on Academic Performance of Bangladeshi University Students: A Cross-Sectional Study,” *Health Science Reports* 6, no. 12 (2023), Scopus, <https://doi.org/10.1002/hsr2.1774>; Risma Amalia Putri et al., “Game Online Menjadi Penyebab Krisis Etika Generasi Muda,” *TRANSFORMASI* 19, no. 2 (2023), <https://doi.org/10.56357/jt.v19i2.372>.

⁵ C. Marks et al., “Students’ Perceptions of Toxicolitaire™— a Digital Card Game for Medical Toxicology Students,” *Clinical Toxicology* 62, no. 1 (2024): 53–55, Scopus, <https://doi.org/10.1080/15563650.2024.2305127>; R. Poy and M. García, “Wizards, Elves and Orcs Going to High School: How Role-Playing Video Games Can Improve Academic Performance through Visual Learning Techniques,” *Education for Information* 35, no. 3 (2019): 305–18, Scopus, <https://doi.org/10.3233/EFI-190285>; B. Şimşek and B. Direkci, “The Investigation of the Relationship between Online Games and Acquisition of Turkish Vocabulary,” *International Journal of Instruction* 12, no. 3 (2019): 69–88, Scopus, <https://doi.org/10.29333/iji.2019.1235a>.

digital. Meskipun demikian, banyak kajian Islam yang membahas perilaku digital secara normatif tanpa menggunakan pendekatan tafsir tematik yang sistematis. Padahal, tafsir kontekstual seperti *Tafsir Al-Mishbah* karya Quraish Shihab memberikan penafsiran yang relevan terhadap isu-isu kontemporer, termasuk perubahan perilaku akibat perkembangan teknologi.

Kajian akademik terkait tafsir Al-Mishbah selama ini lebih banyak berfokus pada metodologi penafsiran dan kontribusinya terhadap diskursus tafsir kontemporer.⁶ Namun, masih sedikit penelitian yang secara langsung mengintegrasikan tafsir ini dengan isu perilaku digital, terutama mengenai kecanduan game online dalam konteks mahasiswa. Di sisi lain, literatur mengenai permainan daring cenderung menekankan dampak psikologis dan sosial tanpa membahas dimensi spiritual dan moralitas Qur'ani secara mendalam. Celah penelitian inilah yang menjadi dasar penting untuk menghadirkan pendekatan interdisipliner.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dampak game online terhadap perilaku moral, sosial, dan spiritual mahasiswa UIN Sumatera Utara, serta mengkaji relevansi nilai-nilai Qur'ani dalam Tafsir Al-Mishbah sebagai kerangka etis dalam merespons fenomena tersebut. Kebaruan penelitian ini terletak pada integrasi data empiris dengan analisis tafsir tematik, sehingga menghasilkan pemahaman komprehensif mengenai perilaku digital generasi muda dari perspektif Islam. Pendekatan ini tidak hanya menjembatani teks dan konteks, tetapi juga menjadi kontribusi bagi pengembangan kajian tafsir tematik yang responsif terhadap tantangan era digital.

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi pustaka yang dipadukan dengan wawancara terbatas untuk memperoleh gambaran empiris mengenai dampak game online terhadap generasi muda. Studi pustaka dilakukan dengan menelaah ayat-ayat Al-Qur'an yang relevan, khususnya QS. Al-Baqarah: 30, 143; Al-Anbiya: 1–2; Yunus: 7–8; Al-Kahfi: 28, 104; dan Al-Hujurat: 11, yang ditafsirkan dalam Tafsir *Al-Mishbah* karya Quraish Shihab. Sumber data sekunder terdiri atas jurnal ilmiah, buku akademik, dan laporan penelitian terdahulu yang membahas perilaku digital, psikologi Islam, dan pendidikan karakter, sehingga kerangka analisis tematik dapat dibangun secara komprehensif.

Untuk melengkapi kajian tekstual, penelitian ini melibatkan wawancara semi-terstruktur terhadap enam mahasiswa laki-laki berusia 20–25 tahun dari Fakultas Ushuluddin dan Studi Islam UIN Sumatera Utara yang aktif bermain game online. Informan dipilih melalui teknik purposive sampling berdasarkan kriteria intensitas bermain, pemahaman terhadap dampaknya, serta kesediaan mengikuti wawancara. Pengumpulan data dilakukan melalui rekaman wawancara dan pencatatan lapangan, dengan pertanyaan yang difokuskan pada pola penggunaan game online, konsekuensi terhadap ibadah, interaksi sosial, dan motivasi akademik. Seluruh percakapan ditranskripsikan secara verbatim untuk memastikan akurasi data.

Analisis data dilakukan dengan teknik analisis tematik melalui proses open coding,

⁶ R. Ali and S.N. Isnaini, "Digitising Interpretation: Transforming Tafsir Al-Mishbah in the Context of the Living Quran," *Jurnal Studi Ilmu-Ilmu al-Qur'an Dan Hadis* 25, no. 1 (2024): 1–23, Scopus, <https://doi.org/10.14421/qh.v25i1.5186>.

pengelompokan kategori, dan perumusan tema yang menggambarkan pola perilaku informan. Temuan empiris kemudian dikaitkan dengan nilai-nilai Qur'ani seperti wasathiyah, sabr, mujahadah, dan amanah khalifah sebagaimana dijelaskan dalam Tafsir *Al-Mishbah*, sehingga memungkinkan terjadinya integrasi antara pengalaman lapangan dan pemaknaan ayat-ayat Al-Qur'an. Keabsahan data dijaga melalui triangulasi sumber, teori, dan metode, serta penerapan etika penelitian berupa persetujuan informan, kerahasiaan identitas, dan penggunaan data hanya untuk kepentingan akademik.

Hasil dan Pembahasan

1. Penurunan Kedisiplinan Ibadah dan Kontrol Diri

Hasil penelitian menunjukkan bahwa intensitas bermain game online memberikan dampak signifikan terhadap kedisiplinan ibadah dan kemampuan pengendalian diri mahasiswa. Seluruh informan secara konsisten menggambarkan bahwa game online sering kali membuat mereka kehilangan kesadaran waktu dan kesulitan mengatur prioritas, terutama terkait pelaksanaan ibadah wajib seperti salat. Dalam wawancara, Informan 1 menyatakan bahwa dirinya sering menunda salat karena larut dalam permainan, meskipun sebelumnya telah berniat melaksanakannya tepat waktu. Ia mengatakan:

“Kadang saya sudah niat salat tepat waktu, tapi kalau lagi seru main game online, saya suka bilang ‘sebentar lagi’. Eh, tahu-tahu waktunya sudah mepet.”

Ungkapan ini mencerminkan mekanisme *time distortion* yang umum terjadi pada pemain game online.⁷ Fenomena yang dialami informan sejalan dengan temuan riset empiris bahwa kecanduan game online berkorelasi negatif dengan kemampuan pengendalian diri. Penelitian oleh Said dan Wibowo menunjukkan bahwa individu dengan tingkat self-control rendah lebih rentan terhadap adiksi game online.⁸ Hasil wawancara memperkuat temuan tersebut. Informan 2 mengaku sering tidak mampu mengontrol emosinya ketika mengalami kekalahan dalam game online. Ia mengatakan:

“Kalau main game online kompetitif, saya gampang dibawa emosi. Padahal cuma game, tapi sering bikin saya kesal sendiri.”⁹

Pernyataan ini menunjukkan bagaimana game online dapat memicu impulsivitas dan memperlemah kendali emosi, khususnya pada mahasiswa yang berada dalam fase perkembangan emosional yang dinamis.

Selain pengaruh emosional, penelitian sebelumnya menjelaskan bahwa aktivitas bermain game dapat menguras sumber daya pengendalian diri (*self-regulatory resources*). Harma menemukan bahwa partisipan yang bermain video game menunjukkan penurunan

⁷ Soendi (I1), “Wawancara Dengan Pemain Game Online,” (Medan), Agustus 2025.

⁸ Muttaqin Alan Said and Elrisfa Magistarina, “The Relationship Of Self-Control With Online Game Addiction Among Teenagers In Kenagarian Taeh Bukik: Hubungan Kontrol Diri Dengan Kecanduan Game Online Pada Remaja Di Kenagarian Taeh Bukik,” *In Trend : International Journal of Trends in Global Psychological Science and Education* 2, no. 1 (2024): 71–81, <https://doi.org/10.62260/intrend.v2i1.122>; Wira Adi Cahyo Wibowo and Afif Kurniawan, “Hubungan Self-Control Dengan Online Gaming Addiction Pada Mahasiswa Di Surabaya,” *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental (BRPKM)* 1, no. 1 (2021): 78–86, <https://doi.org/10.20473/brpkm.v1i1.24593>.

⁹ Afif (I2), “Wawancara Dengan Pemain Game Online,” (Medan), Agustus 2025.

kemampuan regulasi diri dan kesabaran dalam menyelesaikan tugas-tugas lain.¹⁰ Temuan ini beresonansi dengan pengalaman informan 3 yang menyatakan bahwa setelah bermain game online hingga larut malam, ia sering kehilangan motivasi untuk menjalankan ibadah malam atau bangun tepat waktu untuk salat Subuh.¹¹

Aspek waktu menjadi komponen penting yang tampak jelas dalam wawancara. Beberapa informan menyatakan kesulitan menetapkan batas waktu bermain game online, sehingga aktivitas lain, termasuk ibadah, sering tergeser. Penelitian Izza dan Hazim mendukung hal ini dengan menunjukkan bahwa kecanduan game online menimbulkan gangguan manajemen waktu yang secara langsung menghambat kedisiplinan ibadah.¹² Kondisi ini juga diperparah oleh perubahan emosional akibat permainan, sebagaimana ditunjukkan dalam penelitian Muthu & Hajong (2025), yang menemukan bahwa remaja dan mahasiswa yang mengalami turbulensi emosional akibat game online cenderung mengalami fluktuasi disiplin ibadah. Menariknya, beberapa informan menyatakan bahwa mereka sebenarnya menyadari perubahan negatif tersebut, tetapi sulit mengubah pola perilaku karena game online telah menjadi bagian penting dalam rutinitas harian. Hal ini memperlihatkan pola perilaku kompulsif, yang dalam literatur adiksi digital dipandang sebagai kondisi ketika pemain terus bermain meskipun menyadari dampak negatif yang ditimbulkannya.

Dengan memahami bagaimana game online dapat menggeser prioritas spiritual dan melemahkan kapasitas pengendalian diri mahasiswa, konsekuensi berikutnya terlihat pada aspek kehidupan lain yang tidak kalah penting, yaitu relasi sosial dan tanggung jawab akademik. Penurunan disiplin ibadah dan kontrol diri yang tampak pada subhasil sebelumnya tidak berdiri sendiri, tetapi menjadi bagian dari pola perilaku yang lebih luas ketika game online mulai mengambil porsi dominan dalam aktivitas harian mahasiswa. Hilangnya kendali atas waktu, tingginya tingkat imersi dalam permainan, serta fluktuasi emosi yang dipicu oleh kompetisi digital berdampak pada cara mahasiswa berinteraksi dengan lingkungan sosial maupun menjalankan kewajiban akademiknya. Oleh karena itu, untuk memperoleh gambaran yang lebih utuh mengenai pengaruh game online, penting untuk meninjau bagaimana perubahan perilaku tersebut tercermin dalam hubungan interpersonal dan motivasi belajar mahasiswa, sebagaimana dipaparkan dalam subhasil berikutnya.

2. Melemahnya Relasi Sosial dan Penurunan Motivasi Akademik

Melanjutkan temuan pada subhasil sebelumnya mengenai pengaruh game online terhadap kedisiplinan ibadah dan kontrol diri, hasil penelitian juga menunjukkan dampak signifikan game online terhadap kualitas relasi sosial dan motivasi akademik mahasiswa. Seluruh informan memperlihatkan adanya perubahan pola interaksi dengan lingkungan sekitar, baik keluarga maupun teman, seiring meningkatnya intensitas bermain game online. Perubahan ini terutama terkait dengan bergesernya preferensi aktivitas dari interaksi langsung menjadi

¹⁰ Mehmet Harma et al., "Aim, Shoot, Deplete: Playing Video Games Depletes Self-Regulatory Resources," *International Journal of Human-Computer Interaction* 31, no. 7 (2015): 451–56, <https://doi.org/10.1080/10447318.2015.1045243>.

¹¹ Mahdar (I5), "Wawancara Dengan Pemain Game Online," (Medan), Agustus 2025.

¹² Fitri Auliya Nurul Izza and Hazim Hazim, "Hubungan Self-Control Dengan Intensitas Bermain Game Online Pada Siswa Smp Pgrri Ngoro Mojokerto," *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur : Berbeda, Bermakna, Mulia* 9, no. 3 (2023): 372, <https://doi.org/10.31602/jmbkan.v9i3.12209>.

interaksi berbasis layar yang bersifat individual.

Informan lain juga menjelaskan bahwa dirinya semakin jarang berinteraksi dengan keluarga karena lebih banyak menghabiskan waktu di kamar untuk bermain game online. Ia mengungkapkan “*Kalau sudah fokus main, saya tidak terpikir untuk ngobrol dengan orang rumah.*”¹³ Pengalaman ini menunjukkan gejala isolasi digital, di mana keterlibatan dalam game online menggantikan kebutuhan komunikasi sehari-hari. Pola ini sejalan dengan temuan penelitian sebelumnya yang menyebutkan bahwa durasi bermain game online yang tinggi berpotensi mengurangi intensitas komunikasi sosial dan memicu kecenderungan menarik diri dari lingkungan fisik.¹⁴

Informan 4 memberikan ilustrasi serupa. Ia menyatakan bahwa dirinya semakin jarang berkumpul dengan teman kampus karena lebih memilih bermain game online pada waktu senggang.¹⁵ Aktivitas seperti diskusi akademik informal, pertemuan organisasi, atau kegiatan sosial mulai ditinggalkan. Fenomena ini dikenal dalam literatur sebagai *activity displacement*, yaitu pergeseran aktivitas sosial nyata akibat dominasi aktivitas digital. Penelitian Chang menemukan bahwa penggunaan game online secara intens dapat menciptakan preferensi berlebihan terhadap interaksi virtual, sehingga interaksi tatap muka mengalami penurunan signifikan.¹⁶

Selain aspek sosial, motivasi akademik mahasiswa juga terdampak. Informan 6 (I6) mengakui bahwa dirinya sering menunda tugas kuliah karena merasa game online lebih menarik untuk dimainkan. Ia menyatakan:

“Niatnya mau ngerjain tugas, tapi setelah main game online, rasanya capek dan akhirnya ditunda.”¹⁷

Temuan ini menunjukkan bahwa game online dapat mendorong terjadinya prokrastinasi akademik, terutama ketika aktivitas bermain menghasilkan kelelahan mental yang mengganggu fokus belajar. Penelitian Shalsabila juga menemukan bahwa durasi bermain game online yang tinggi berdampak pada penurunan performa akademik dan kelelahan kognitif pada mahasiswa.¹⁸

Beberapa informan lainnya menambahkan bahwa game online membuat mereka sulit mempertahankan konsentrasi selama perkuliahan, terutama setelah sesi bermain yang panjang. Temuan ini konsisten dengan penelitian Mahmud, yang menjelaskan bahwa paparan game online secara berlebihan memiliki potensi mengganggu rentang perhatian (*attention span*) dan mengurangi stamina mental yang dibutuhkan untuk aktivitas akademik yang intens.¹⁹

¹³ Odi (I3), “Wawancara Dengan Pemain Game Online,” (Medan), Agustus 2025.

¹⁴ R. Kowert et al., “Social Gaming, Lonely Life? The Impact of Digital Game Play on Adolescents’ Social Circles,” *Computers in Human Behavior* 36 (2014): 385–90, Scopus, <https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.04.003>.

¹⁵ Alex (I4), “Wawancara Dengan Pemain Game Online,” (Medan), Agustus 2025.

¹⁶ Y.-H. Chang et al., “The Relationship between Online Game Experience and Multitasking Ability in a Virtual Environment,” *Applied Cognitive Psychology* 31, no. 6 (2017): 653–61, Scopus, <https://doi.org/10.1002/acp.3368>.

¹⁷ Arifin (I6), “Wawancara Dengan Pemain Game Online,” (Medan), Agustus 2025.

¹⁸ Rizky Shalsabila et al., “Sosialisasi Dampak Game Online Pada Remaja,” *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa* 3, no. 4 (2025): 1405–11, <https://doi.org/10.59837/jpmmba.v3i4.2441>.

¹⁹ Mahmud et al., “Online Gaming and Its Effect on Academic Performance of Bangladeshi University Students: A Cross-Sectional Study.”

Temuan tersebut menunjukkan bahwa dampak game online terhadap mahasiswa tidak hanya bersifat individual, tetapi juga memengaruhi dinamika sosial dan akademik mereka secara lebih luas. Pola perilaku yang muncul, mulai dari gangguan pengelolaan waktu, melemahnya kontrol diri, hingga menurunnya kualitas interaksi sosial dan motivasi belajar, mengindikasikan bahwa game online telah menjadi faktor yang membentuk keseharian mahasiswa baik secara psikologis maupun sosial. Untuk memahami fenomena ini secara lebih komprehensif, perlu dilakukan analisis yang mengaitkan temuan lapangan dengan kerangka nilai dan perspektif keagamaan yang relevan. Oleh karena itu, pada bagian pembahasan berikut, hasil wawancara ini ditafsirkan lebih mendalam melalui pendekatan nilai-nilai Qur'ani dan penafsiran tematik dalam Tafsir *Al-Mishbah* karya Quraish Shihab, sehingga diperoleh pemaknaan konseptual yang lebih utuh mengenai implikasi spiritual, moral, dan sosial dari penggunaan game online di kalangan mahasiswa.

3. Pengaruh Game Online terhadap Disiplin Ibadah dan Kontrol Diri dalam Perspektif Tafsir Al-Misbah

Hasil penelitian menunjukkan bahwa game online berdampak signifikan pada disiplin ibadah dan pengendalian diri mahasiswa. Temuan ini selaras dengan kerangka etis-spiritual dalam Tafsir *Al-Misbah*, yang menempatkan manusia sebagai subjek moral yang bertanggung jawab menjaga keseimbangan antara dorongan duniawi dan orientasi ukhrawi. Dalam menafsirkan QS. Al-Baqarah:30, Quraish Shihab menjelaskan bahwa konsep khalifah tidak hanya menuntut manusia untuk memakmurkan bumi, tetapi juga menjalankan pengendalian diri (*self-restraint*) agar tidak terjebak dalam perilaku berlebihan yang melalaikan fungsi spiritual.²⁰ Perilaku mahasiswa yang menunda salat, kehilangan kendali emosi, dan sulit mengatur waktu akibat game online mencerminkan terganggunya keseimbangan tersebut.

Fenomena *time distortion* yang dialami para informan, merasa hanya bermain sebentar padahal waktu telah berlalu sangat banyak, menunjukkan daya tarik imersif game online yang dapat menggerus kesadaran spiritual. Dalam Tafsir *Al-Misbah*, Shihab berulang kali menekankan bahwa kelalaian (*ghaflah*) merupakan salah satu sumber kerusakan spiritual. Ketika manusia terlalu larut dalam aktivitas duniawi, ia kehilangan sensitivitas terhadap nilai ibadah dan kesadaran kehambaan. QS. Al-Anbiya:1–2, yang menyebut manusia “lalai dari peringatan Kami,” dipahami Shihab sebagai kritik terhadap kondisi ketika aktivitas dunia, meski tidak haram, menggeser prioritas ibadah dan ketakwaan.²¹ Kelalaian ini sangat tampak pada mahasiswa yang gagal menjaga konsistensi salat karena terikat permainan.

Aspek lain yang sangat relevan adalah penjelasan Quraish Shihab tentang kontrol diri (*mujahadah*). Dalam menafsirkan QS. Al-Baqarah:143, ia menekankan nilai *wasathiyah*, keseimbangan. Menurutnya, manusia dituntut untuk menjaga moderasi antara kesenangan dan tanggung jawab, karena sikap ekstrem akan menjerumuskan seseorang dalam kekacauan moral.²² Keterlibatan berlebihan dalam game online, sebagaimana dialami informan, memperlihatkan kecenderungan menempatkan hiburan digital pada posisi yang melampaui

²⁰ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, Dan Keserasian Al-Qur'an*, Tafsir Al-Misbah (Lentera Hati, 2000), 1:150–55.

²¹ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, Dan Keserasian Al-Qur'an*, Tafsir Al-Misbah (Lentera Hati, 2003), 8:53–56.

²² Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, Dan Keserasian Al-Qur'an*, 1:346–50.

batas kewajaran, sehingga mengganggu ibadah dan kesehatan emosional. Dalam perspektif *Al-Misbah*, perilaku demikian merupakan bentuk ketidakseimbangan yang harus diperbaiki melalui kesadaran dan latihan spiritual.

Pengendalian emosi yang lemah saat bermain game online, seperti mudah marah ketika kalah atau tersinggung oleh komentar pemain lain, juga mendapatkan analisis mendalam dalam tafsir Shihab. Ia menegaskan pentingnya sabar (kesabaran) sebagai fondasi moral. QS. Al-Kahfi:28 menggambarkan sabar sebagai sikap menahan diri dari dorongan impulsif dan mengarahkan diri kepada tujuan spiritual.²³ Ketika mahasiswa menunjukkan emosi yang tidak stabil akibat game online, kondisi tersebut bukan sekadar masalah psikologis, tetapi juga bentuk lemahnya dimensi sabar yang menjadi inti dari etika Qur'ani. Temuan wawancara tentang terganggunya ibadah malam, keterlambatan salat, dan bangun pagi memperlihatkan adanya benturan antara ritme digital dan ritme spiritual. Dalam penafsiran QS. Yunus:7–8, Shihab menegaskan bahwa mereka yang terikat pada kesenangan dunia akan kehilangan orientasi ukhrawi.²⁴ Mahasiswa yang lebih memilih bermain game hingga larut malam daripada menjalankan ibadah menunjukkan kondisi yang persis dikritik oleh ayat tersebut.

Dengan demikian, berdasarkan Tafsir *Al-Misbah*, dampak game online pada ibadah dan kontrol diri tidak hanya terkait aspek perilaku, tetapi menyentuh akar persoalan spiritual: hilangnya keseimbangan, lemahnya kontrol diri, dan dominasi orientasi duniawi. Tafsir *Al-Misbah* memberikan kerangka teologis penting untuk memahami bahwa kecanduan game online bukan sekadar gangguan perilaku, tetapi ancaman terhadap fungsi kekhalifahan dan kualitas spiritual manusia.

4. Dampak Game Online terhadap Relasi Sosial dan Motivasi Akademik dalam Kerangka Nilai Qur'ani (Tafsir Al-Misbah)

Hasil penelitian menunjukkan bahwa intensitas bermain game online menggeser pola interaksi sosial mahasiswa dari relasi fisik ke relasi digital. Fenomena isolasi digital yang dialami para informan sejalan dengan kritik Qur'ani terhadap perilaku yang menjauhkan manusia dari tanggung jawab sosialnya. QS. Al-Hujurat:11 mengingatkan pentingnya menjaga kehormatan dan relasi antarsesama. Quraish Shihab menjelaskan dalam Tafsir *Al-Misbah* bahwa ayat ini tidak hanya berbicara tentang larangan mencemooh, tetapi mencakup etika sosial yang menuntut manusia hadir secara utuh dalam relasi interpersonal.²⁵ Ketika mahasiswa lebih memilih interaksi maya melalui game online daripada berkomunikasi dengan keluarga atau teman, kondisi ini menunjukkan degradasi kualitas relasi sosial dalam perspektif Qur'ani.

Interaksi verbal negatif dalam game online, seperti kemarahan, hinaan terhadap pemain lain, atau kompetisi yang destruktif, menjadi bukti bahwa ruang digital sering digunakan tanpa etika. Dalam *Al-Misbah*, Shihab menekankan pentingnya adab dalam segala bentuk komunikasi, termasuk yang terjadi di ruang non-fisik. Ia menegaskan bahwa Islam tidak membedakan etika dalam dunia nyata maupun dunia digital; keduanya merefleksikan kualitas iman seseorang. Dari

²³ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, Dan Keserasian Al-Qur'an*, Tafsir Al-Misbah (Lentera Hati, 2003), 7:422–26.

²⁴ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, Dan Keserasian Al-Qur'an*, Tafsir Al-Misbah (Lentera Hati, 2003), 6:186–90.

²⁵ M. Quraish Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, Dan Keserasian Al-Qur'an*, Tafsir Al-Misbah (Lentera Hati, 2004), 13:294–97.

perspektif motivasi akademik, menurunnya konsentrasi dan munculnya prokrastinasi akibat game online menunjukkan hilangnya orientasi tujuan (*ghayah*) dalam kehidupan mahasiswa. Dalam QS. Al-Kahfi:104, Shihab menyebut bahwa salah satu bentuk kerugian terbesar adalah ketika seseorang merasa melakukan hal yang bermanfaat padahal sebenarnya merugi.²⁶ Kondisi mahasiswa yang menunda tugas karena game online mencerminkan situasi yang digambarkan ayat ini: aktivitas yang memberikan kesenangan sesaat tetapi menghambat capaian tujuan jangka panjang.

Shihab juga menjelaskan bahwa waktu adalah amanah yang harus dipergunakan secara produktif. Dalam banyak penafsirannya, ia menegaskan bahwa penyalahgunaan waktu adalah bentuk ketidaksyukuran terhadap nikmat Allah. Karena itu, waktu berlebihan dihabiskan untuk game online sehingga mengganggu akademik merupakan bentuk pelanggaran nilai tanggung jawab (*amanah*). Informan yang mengalami kelelahan mental setelah bermain game online juga menunjukkan lemahnya pengelolaan diri dan ketidakmampuan mengatur energi intelektual, sesuatu yang sangat dikritik dalam QS. Al-Anbiya:1–2 tentang kelalaian terhadap hal-hal penting.²⁷

Dalam konteks sosial-religius, Tafsir *Al-Misbah* menekankan perlunya menjaga keseimbangan antara kesenangan dan tugas sosial. Mahasiswa yang menarik diri dari keluarga karena game online berada dalam situasi yang bertentangan dengan prinsip *silaturrahim* dan etika kekeluargaan yang dijelaskan Shihab. Ia menyebut bahwa hubungan sosial yang sehat adalah fondasi ketenteraman batin dan merupakan bagian dari ibadah sosial dalam Islam. Dengan demikian, berdasarkan analisis Tafsir *Al-Misbah*, dampak game online terhadap relasi sosial dan motivasi akademik bukanlah fenomena terpisah, tetapi refleksi dari melemahnya nilai tanggung jawab, keseimbangan, dan orientasi hidup. Kerangka Qur'ani yang diberikan Shihab membantu melihat bahwa permainan digital yang tampak sebagai hiburan sederhana telah menjelma menjadi faktor struktural yang memengaruhi moralitas, relasi sosial, dan produktivitas akademik generasi muda.

5. Strategi Qur'ani untuk Ketahanan Spiritual Generasi Muda: Analisis Tematik Tafsir Al-Misbah di Era Game Online

Pembahasan terakhir ini berfokus pada bagaimana nilai-nilai Qur'ani dalam Tafsir *Al-Misbah* dapat menjadi strategi ketahanan spiritual bagi generasi muda dalam menghadapi kecanduan game online. Integrasi hasil penelitian menunjukkan bahwa masalah utama yang dialami mahasiswa, penurunan ibadah, gangguan sosial, dan penurunan akademik, berakar pada lemahnya kontrol diri, prioritas hidup, dan hilangnya orientasi spiritual. Tafsir *Al-Misbah* menawarkan pendekatan tematik yang mampu merespons fenomena ini secara komprehensif.

Konsep *wasathiyah* (keseimbangan) yang dijelaskan dalam QS. Al-Baqarah:143 merupakan fondasi utama dalam membangun ketahanan spiritual generasi muda. Shihab menegaskan bahwa hidup yang moderat adalah hidup yang memadukan kesenangan dunia dan kesadaran akhirat secara seimbang.²⁸ Game online, ketika tidak dikendalikan, menciptakan gaya hidup yang tidak seimbang: waktu tersedot oleh hiburan, sementara ibadah, akademik, dan

²⁶ Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, Dan Keserasian Al-Qur'an*, 7:460–63.

²⁷ Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, Dan Keserasian Al-Qur'an*, 8:56.

²⁸ Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, Dan Keserasian Al-Qur'an*, 1:350.

relasi sosial terabaikan. Karena itu, *wasathiyah* dapat menjadi landasan pendidikan karakter digital yang mengajarkan batasan sehat dalam aktivitas hiburan.

Konsep *mujahadah* (upaya sungguh-sungguh melawan dorongan negatif) menjadi strategi kedua. Dalam menafsirkan QS. Al-Kahfi:28, Shihab menjelaskan bahwa *mujahadah* memerlukan komitmen untuk mengendalikan hawa nafsu dan disiplin dalam menetapkan prioritas.²⁹ Mahasiswa yang kecanduan game online membutuhkan strategi spiritual yang menanamkan kesadaran bahwa godaan digital adalah bagian dari ujian jiwa. Melalui *mujahadah*, mereka diajak untuk melatih kesabaran, kontrol diri, dan konsistensi ibadah meski berhadapan dengan distraksi digital yang kuat.

Strategi Qur'ani ketiga adalah penguatan orientasi hidup melalui nilai *tanggung jawab sebagai khalifah* (QS. Al-Baqarah:30). Dalam Tafsir *Al-Misbah*, Shihab menegaskan bahwa setiap tindakan manusia harus mencerminkan kesadaran untuk memberi manfaat dan menjaga keseimbangan hidup.³⁰ Keterikatan berlebihan pada game online yang menyebabkan penurunan akademik dan sosial adalah bentuk kegagalan dalam menjalankan amanah kekhalifahan. Karena itu, pendidikan Islami perlu mengintegrasikan konsep tanggung jawab digital sebagai bagian dari literasi moral. Nilai *sabr* (kesabaran) juga memiliki peran penting dalam menghadapi emosi negatif yang sering muncul ketika bermain game online. Shihab menjelaskan *sabr* sebagai kemampuan menahan diri dari reaksi impulsif, baik ketika marah ataupun ketika menginginkan sesuatu secara berlebihan. Sikap *sabar* membantu mahasiswa mengatur emosi, menghindari konflik verbal dalam game online, dan menahan diri dari perilaku kompulsif.

Terakhir, pendekatan Qur'ani yang relevan adalah memperkuat *kesadaran akhirat* sebagaimana dijelaskan dalam QS. Yunus:7–8 dan QS. Al-Anbiya:1–2. Dalam *Al-Misbah*, Shihab menekankan bahwa kehilangan kesadaran akhirat menyebabkan seseorang terjebak dalam kesenangan jangka pendek. Game online yang menyita waktu dan melemahkan ibadah merupakan bentuk konkret dari fenomena ini.³¹³² Maka pendidikan spiritual perlu menanamkan kesadaran bahwa penggunaan teknologi harus disertai refleksi akan tujuan hidup jangka panjang. Melalui integrasi nilai-nilai Qur'ani tersebut, penelitian ini menunjukkan bahwa Tafsir *Al-Misbah* memberikan kerangka solusi yang solutif dan realistis dalam menghadapi tantangan game online. Nilai *wasathiyah*, *mujahadah*, *sabr*, tanggung jawab *khalifah*, dan kesadaran akhirat tidak hanya menjadi ajaran normatif, tetapi strategi praktis untuk membangun generasi muda yang tangguh secara spiritual, stabil secara emosional, dan bijak secara digital.

Kesimpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa keterlibatan intens dalam game online berdampak signifikan pada perilaku moral, sosial, dan spiritual mahasiswa. Wawancara mengungkapkan tiga perubahan utama: menurunnya kedisiplinan ibadah dan kontrol diri, melemahnya interaksi sosial bersifat langsung disertai kecenderungan isolasi digital, serta menurunnya motivasi dan

²⁹ Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, Dan Keserasian Al-Qur'an*, 7:425.

³⁰ Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, Dan Keserasian Al-Qur'an*, 1:155.

³¹ Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, Dan Keserasian Al-Qur'an*, 6:190.

³² Shihab, *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, Dan Keserasian Al-Qur'an*, 8:55.

disiplin akademik. Melalui integrasi nilai-nilai Qur'ani dalam *Tafsir Al-Mishbah*, temuan tersebut dapat dipahami sebagai bentuk hilangnya keseimbangan hidup (*wasathiyah*), melemahnya pengendalian diri (*mujahadah*), berkurangnya kesabaran dan ketenangan emosi (*sabr*), serta tidak terpenuhinya tanggung jawab manusia sebagai *khalifah* dalam mengelola waktu dan prioritas. Analisis tafsir memperlihatkan bahwa game online bukan hanya persoalan perilaku, tetapi juga tantangan spiritual yang memengaruhi orientasi hidup generasi muda. Oleh karena itu, penguatan pendidikan karakter Islami, pembiasaan ibadah, literasi digital, dan penanaman nilai moderasi menjadi strategi penting untuk membentuk ketahanan moral dan spiritual mahasiswa pada era digital.

DAFTAR KEPUSTAKAAN

- Ali, R., and S.N. Isnaini. "Digitising Interpretation: Transforming Tafsir Al-Mishbah in the Context of the Living Quran." *Jurnal Studi Ilmu-Ilmu al-Qur'an Dan Hadis* 25, no. 1 (2024): 1–23. Scopus. <https://doi.org/10.14421/qh.v25i1.5186>.
- Chang, Y.-H., D.-C. Liu, Y.-Q. Chen, and S. Hsieh. "The Relationship between Online Game Experience and Multitasking Ability in a Virtual Environment." *Applied Cognitive Psychology* 31, no. 6 (2017): 653–61. Scopus. <https://doi.org/10.1002/acp.3368>.
- Chia, Doris X. Y., Charis W. L. Ng, Gomathinayagam Kandasami, et al. "Prevalence of Internet Addiction and Gaming Disorders in Southeast Asia: A Meta-Analysis." *International Journal of Environmental Research and Public Health* 17, no. 7 (2020): 2582. <https://doi.org/10.3390/ijerph17072582>.
- Harma, Mehmet, Timuçin Aktan, and Kursat Cagiltay. "Aim, Shoot, Deplete: Playing Video Games Depletes Self-Regulatory Resources." *International Journal of Human-Computer Interaction* 31, no. 7 (2015): 451–56. <https://doi.org/10.1080/10447318.2015.1045243>.
- Hasibuan, Jubaidah, and Aisyah Anggreni. "Fenomena Kecanduan Game Online Pada Remaja Di Desa Deli Tua Kecamatan Namorambe." *Learning Society: Jurnal CSR, Pendidikan Dan Pemberdayaan Masyarakat* 3, no. 1 (2022): 20–28. <https://doi.org/10.30872/lv3i1.1148>.
- Hazizah, Chalista Yulia, and Anik Nur Handayani. "Pengaruh Penggunaan Game Online Terhadap Generasi Muda Society 5.0." *Jurnal Inovasi Teknologi Dan Edukasi Teknik* 2, no. 6 (2022): 272–76. <https://doi.org/10.17977/um068v2i62022p272-276>.
- Izza, Fitri Auliya Nurul, and Hazim Hazim. "Hubungan Self-Control Dengan Intensitas Bermain Game Online Pada Siswa Smp Pgri Ngoro Mojokerto." *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur : Berbeda, Bermakna, Mulia* 9, no. 3 (2023): 372. <https://doi.org/10.31602/jmbkan.v9i3.12209>.
- Kim, Hee Sun, Gaeun Son, Eun-Bin Roh, et al. "Prevalence of Gaming Disorder: A Meta-Analysis." *Addictive Behaviors* 126 (March 2022): 107183. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2021.107183>.
- Kowert, R., E. Domahidi, R. Festl, and T. Quandt. "Social Gaming, Lonely Life? The Impact of Digital Game Play on Adolescents' Social Circles." *Computers in Human Behavior*

- 36 (2014): 385–90. Scopus. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.04.003>.
- Mahmud, S., M.A.A. Jobayer, N. Salma, A. Mahmud, and T. Tamanna. “Online Gaming and Its Effect on Academic Performance of Bangladeshi University Students: A Cross-Sectional Study.” *Health Science Reports* 6, no. 12 (2023). Scopus. <https://doi.org/10.1002/hsr2.1774>.
- Marks, C., C. Du Plessis, and D.J. van Hoving. “Students’ Perceptions of Toxicolitaire™— a Digital Card Game for Medical Toxicology Students.” *Clinical Toxicology* 62, no. 1 (2024): 53–55. Scopus. <https://doi.org/10.1080/15563650.2024.2305127>.
- Muttaqin Alan Said, and Elrisfa Magistarina. “The Relationship Of Self-Control With Online Game Addiction Among Teenagers In Kenagarian Taeh Bukik: Hubungan Kontrol Diri Dengan Kecanduan Game Online Pada Remaja Di Kenagarian Taeh Bukik.” *In Trend : International Journal of Trends in Global Psychological Science and Education* 2, no. 1 (2024): 71–81. <https://doi.org/10.62260/intrend.v2i1.122>.
- Poy, R., and M. García. “Wizards, Elves and Orcs Going to High School: How Role-Playing Video Games Can Improve Academic Performance through Visual Learning Techniques.” *Education for Information* 35, no. 3 (2019): 305–18. Scopus. <https://doi.org/10.3233/EFI-190285>.
- Putri, Risma Amalia, Pandji Ardhi, and Farah Haliza. “Game Online Menjadi Penyebab Krisis Etika Generasi Muda.” *TRANSFORMASI* 19, no. 2 (2023). <https://doi.org/10.56357/jt.v19i2.372>.
- Shalsabila, Rizky, Nike Silalahi, and Lela Budiarti. “Sosialisasi Dampak Game Online Pada Remaja.” *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa* 3, no. 4 (2025): 1405–11. <https://doi.org/10.59837/jpmmba.v3i4.2441>.
- Shihab, M. Quraish. *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, Dan Keserasian Al-Qur’an*. Vol. 1. Tafsir Al-Misbah. Lentera Hati, 2000.
- Shihab, M. Quraish. *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, Dan Keserasian Al-Qur’an*. Vol. 6. Tafsir Al-Misbah. Lentera Hati, 2003.
- Shihab, M. Quraish. *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, Dan Keserasian Al-Qur’an*. Vol. 7. Tafsir Al-Misbah. Lentera Hati, 2003.
- Shihab, M. Quraish. *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, Dan Keserasian Al-Qur’an*. Vol. 8. Tafsir Al-Misbah. Lentera Hati, 2003.
- Shihab, M. Quraish. *Tafsir Al-Misbah: Pesan, Kesan, Dan Keserasian Al-Qur’an*. Vol. 13. Tafsir Al-Misbah. Lentera Hati, 2004.
- Şimşek, B., and B. Direkci. “The Investigation of the Relationship between Online Games and Acquisition of Turkish Vocabulary.” *International Journal of Instruction* 12, no. 3 (2019): 69–88. Scopus. <https://doi.org/10.29333/iji.2019.1235a>.
- Surbakti, Tri Prayuda Dwipha, Imas Rafiyah, and Setiawan Setiawan. “Level of Online Game Addiction on Adolescents.” *Journal of Nursing Care* 5, no. 3 (2023). <https://doi.org/10.24198/jnc.v5i3.39044>.
- Wibowo, Wira Adi Cahyo, and Afif Kurniawan. “Hubungan Self-Control Dengan Online Gaming Addiction Pada Mahasiswa Di Surabaya.” *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental (BRPKM)* 1, no. 1 (2021): 78–86. <https://doi.org/10.20473/brpkm.v1i1.24593>.