ALSYS
Jurnal Keislaman dan Ilmu Pendidikan

e-ISSN : 2808-540X
p-ISSN : 2808-7119

Terindeks: Dimensions, Scilit, Lens, Crossref, Semantic Scholar, Garuda, Google Scholar, Base, etc.

https://doi.org/10.58578/alsys.v4i5.3523

EFEKTIVITAS LAYANAN KONSELING KELOMPOK DALAM MENGURANGI KECANDUAN GAME ONLINE PADA SISWA

The Effectiveness of Group Counseling Services in Reducing Online Game Addiction Among Students

Tasya Maulana & Dina Sukma
Universitas Negeri Padang
tasyamaulana512@gmail.com

Article Info:

Submitted:	Revised:	Accepted:	Published:
Jul 22, 2024	Jul 25, 2024	Jul 28, 2024	Jul 31, 2024

Abstract

The experience of playing online games can make players feel happy and can eventually lead to addiction or dependence. Online game addiction can have an unfavorable impact on several aspects of student life. The purpose of this study is to see the effectiveness of the implementation of group counseling services in reducing online game addiction. This study used a quantitative approach using experimental methods. The research design used is pre-experiment, using a one group pretest and posttest design. The population in this study were phase F students at SMA Negeri 1 Lubuk Basung, the sampling technique used purposive sampling technique, then based on the appropriate criteria, 12 students were obtained who experienced online game addiction. The technique used to collect data is by distributing online game addiction scales, then the results are analyzed using the Wilcoxon Signed Ranks Test formula. The results showed that the implementation of group counseling services was effective in reducing online game addiction in students at SMA Negeri 1 Lubuk Basung. In particular, the use of group counseling services can significantly reduce online game addiction.

Keywords : Online Game Addiction; Group Counseling Services

Jurnal AlSys is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License

Abstrak: Pengalaman bermain *game online* dapat membuat pemainnya merasa senang dan pada akhirnya dapat menyebabkan kecanduan atau ketergantungan. Kecanduan *game online* dapat membawa dampak yang kurang baik pada beberapa aspek kehidupan siswa. Tujuan penelitian ini untuk melihat keefektifan pelaksanaan layanan konseling kelompok dalam mengurangi kecanduan *game online*. Pada penelitian ini digunakan pendekatan kuantitatif dengan menggunakan metode eksperimen. Rancangan penelitian yang digunakan adalah *pre-experiment,* dengan menggunakan desain *one group pretest and posttest design.* Populasi pada penelitian ini yakni siswa fase F di SMA Negeri 1 Lubuk Basung, teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling,* kemudian berdasarkan kriteria yang sesuai, didapatkan 12 siswa yang mengalami kecanduan *game online.* Teknik yang digunakan untuk mengumpulkan data adalah dengan menyebarkan skala kecanduan *game online,* kemudian hasilnya dianalisis menggunakan rumus *Wilcoxon Signed Ranks Test*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pelaksanaan layanan konseling kelompok efektif untuk mengurangi kecanduan *game online* pada siswa di SMA Negeri 1 Lubuk Basung. Secara khusus penggunaan layanan konseling kelompok dapat mengurangi kecanduan *game online* dengan signifikan.

Kata Kunci : Kecanduan *Game Online*; Layanan Konseling Kelompok

PENDAHULUAN

Di zaman yang sangat modern ini, *game online* sudah tidak asing lagi di telinga kaum remaja (Pratiwi et al., 2019). Beberapa tahun terakhir ini, banyak kaum remaja gemar bermain *games online*. Hal ini didukung dengan banyaknya *game center* di lingkungan sekitar yang menawarkan dengan harga terjangkau oleh kaum remaja, oleh sebab itu banyak remaja yang menyisihkan uang sakunya untuk bermain *games online* berjam-jam hingga lama-kelamaan kecanduan *games online* (Pratiwi et al., 2019).

Young, (2009) menjelaskan bahwa *game online* adalah *platform* yang menawarkan beragam permainan yang memungkinkan beberapa pengguna internet dari lokasi yang berbeda untuk terhubung secara bersamaan melalui jaringan komunikasi *online.* Permainan *online* adalah jenis permainan yang dimainkan secara simultan dan secara waktu nyata, meskipun pemainnya berada di lokasi yang berbeda. Secara alami, format dan pengalaman bermain *game online* dapat menjadi pelarian dari kehidupan nyata, yang menyebabkan pemainnya merasa senang dan pada akhirnya dapat menyebabkan kecanduan atau ketergantungan (Sholihah, 2017). Kecanduan terhadap *game online* ini tercermin dari peningkatan intensitas bermain yang terus meningkat dari waktu ke waktu (Budhi & Indrawati, 2016).

Berdasarkan hasil penelitian Lal, K. (Demuyakor, 2021) menunjukkan bahwa sekitar 8,4% siswa berusia 11-15 tahun telah mengalami kecanduan *game* yang serius. Kemudian

data di Korea Selatan, lebih dari 6.000.000 anak-anak dan remaja sedang berjuang melawan kecanduan *game online* (Demuyakor, 2021). Selanjutnya hasil penelitian yang dilakukan Malek et al., (2019) memaparkan data bahwa 52% anak-anak dan remaja mengalami masalah kurang tidur yang diakibatkan bermain *game online* dengan berlebihan.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Surbakti & Rafiyah, (2022) terhadap 241 responden di SMK Negeri 1 Cijulang, Kabupaten Pangandaran, terdapat 49,8% siswa mengalami kecanduan *game online* yang berada pada tingkat ringan, dan 10,8% siswa mengalami kecanduan *game online* tingkat berat. Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Faridah et al., (2020) di SMPN 39 Padang menunjukkan hasil bahwa terdapat 52,4% siswa dari keseluruhan jumlah sampel mengalami kecanduan *game online* pada kategori tinggi dan sebanyak 47,6% siswa yang mengalami kecanduan *game online* dengan tingkat kecanduan yang rendah. Dari data tersebut dapat dilihat bahwa lebih dari setengah jumlah sampel mengalami kecanduan *game online* dengan kategori tinggi.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan penulis dengan enam peserta didik dari kelas XI yang mengalami ketergantungan pada *game online* di SMA N 1 Lubuk Basung pada tanggal 23 September 2023, didapati bahwa awalnya peserta didik yang kecanduan *game online* hanya ikut-ikutan dengan teman untuk mengisi waktu luang dan mengatasi rasa kesepian karena kurangnya interaksi dengan teman atau keluarga. Hal ini membuat peserta didik tertarik untuk mulai bermain *game online*. Namun, seiring berjalannya waktu, karena terlalu sering bermain *game online*, timbul ketergantungan untuk mencapai level sulit berikutnya dan mencoba *game* baru yang lebih menantang. Beberapa pemain *game online* yang kecanduan rela mengorbankan waktu yang berharga untuk bermain *game*, mirisnya siswa rela menyalahgunakan uang SPP hanya untuk bermain *game online*, bermain *game* saat jam pembelajaran berlangsung, beberapa diantaranya mengalami gangguan dalam pola makan dan tidur, mengalami perubahan emosional yang mencolok, seperti menjadi lebih kasar dalam perkataan, lebih memilih untuk menggunakan *gadget* daripada berinteraksi dengan teman sebaya, dan bahkan rela membolos sekolah hanya untuk bermain *game online*.

Hasil wawancara dengan seorang guru BK di SMA N 1 Lubuk Basung pada tanggal 23 September 2023, menunjukkan perbedaan yang jelas antara peserta didik yang kecanduan *game online* dan yang tidak. Peserta didik yang kecanduan *game online* cenderung lebih memilih untuk menyendiri dan terpaku pada perangkat *gadget* mereka daripada berinteraksi dengan teman sebaya. Mereka juga terlihat menunjukkan emosi yang tidak

stabil dan menggunakan bahasa kasar dan kurang sopan. Guru BK berasumsi hal ini disebabkan oleh pengaruh dari *game online*, di mana jika mereka mengalami kekalahan atau kesalahan dalam strategi bermain, mereka cenderung mengekspresikan emosi dengan menggunakan bahasa yang kasar, yang kemudian dapat tercermin dalam lingkungan sekolah.

Hal ini perlu untuk menjadi perhatian, karena fenomena kecanduan *game online* ini akan berdampak pada beberapa hal yang kurang baik pada siswa. Kecanduan *game online* berdampak pada prestasi belajar siswa, kualitias tidur dan juga dapat berdampak pada perubahan emosional pada siswa (Lestari, 2021; Manuputty et al., 2019; Pande & Marheni, 2015).

Berdasarkan pemaparan data terdahulu, dapat dilihat bahwa cukup banyak siswa yang mengalami kecanduan *game online* yang perlu diatasi untuk peningkatan berbagai aspek dalam diri siswa kedepannya. Solusi untuk permasalahan kecanduan *game online* pada siswa dapat diatasi dengan pemberian intervensi dengan memberikan layanan bimbingan dan konseling. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Husnul, (2022) bahwa konseling kelompok dapat mengurangi kecanduan *game online* siswa. Begitu juga penelitian yang dilakukan oleh Abdi & Karneli, (2020) menyatakan bahwa konseling Individual dengan konsep BMB3 efektif untuk menangani permasalahan kecanduan *game online.* Berdasarkan pemaparan hasil penelitian diatas, dapat kita jadikan referensi dalam pemilihan intervensi yang akan diberikan pada siswa untuk mengatasi kecanduan *game online* pada siswa.

Maka dari itu pada penelitian ini akan dilaksanakan layanan konseling kelompok sebagai upaya untuk mengatasi kecanduan *game online* pada siswa. Prayitno (Sukma, 2018) konseling kelompok yaitu salah satu jenis layanan bimbingan konseling yang ditujukan kepada beberapa orang dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk memperoleh berbagai macam informasi dan pemahaman baru serta pengentasan masalah pribadi dari masing-masing anggota. Pemilihan layanan ini diperkuat oleh penelitian Mardiana, (2021) yang menyatakan bahwa konseling kelompok memiliki efektivitas yang positif dan signifikan untuk meminimalisir kecanduan *game online* pada siswa di MAN 2 Sinjai.

Berdasarkan pemaparan beberapa fenomena terdahulu maka peneliti sangat tertarik untuk mengkaji tentang "Efektivitas Layanan Konseling Kelompok dalam Mengurangi Kecanduan *Game Online* pada Siswa SMA Negeri 1 Lubuk Basung".

METODE

Pendekatan pada penelitian ini adalah kuantitatif menggunakan metode eksperimen. Rancangan penelitian yang digunakan adalah *pre-experiment,* dengan menggunakan desain *one group pretest and posttest design.* Populasi pada penelitian ini yakni siswa fase F di SMA Negeri 1 Lubuk Basung, teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling,* kemudian berdasarkan kriteria yang sesuai, didapatkan 12 siswa yang mengalami kecanduan *game online.* Teknik yang digunakan untuk mengumpulkan data adalah dengan menyebarkan skala kecanduan *game online,* kemudian hasilnya dianalisis menggunakan rumus *Wilcoxon Signed Ranks Test*.

HASIL. DAN PEMBAHASAN

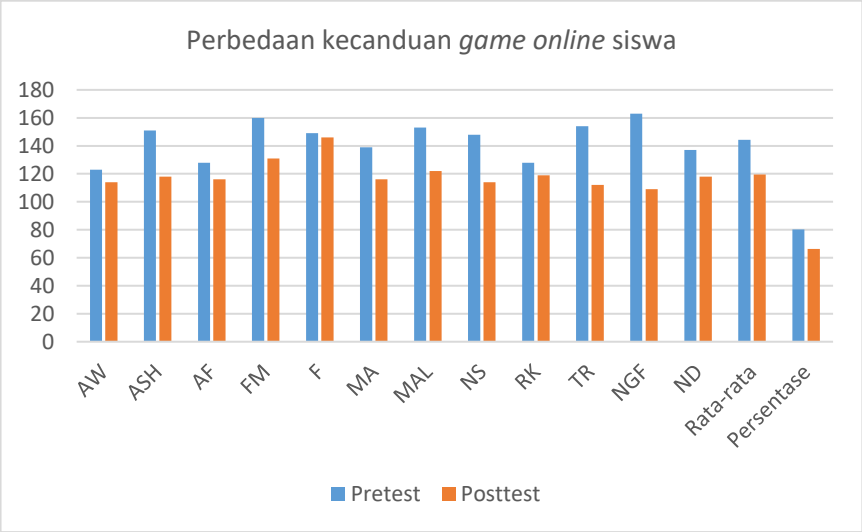
Gambaran kecanduan *game online* siswa

Kondisi kecanduan *game online* siswa sebelum diberikan perlakuan *(pretest)* cenderung tinggi. Dimana terdapat 2 orang siswa yang memiliki kondisi kecanduan *game online* pada kategori sangat tinggi. Kemudian terdapat 9 orang siswa yang berada dalam kondisi kecanduan *game online* pada kategori tinggi. Serta terdapat satu orang siswa yang memiliki kecanduan *game online* pada kategori sedang. Sehingga secara keseluruhan rata-rata kondisi kecanduan *game online* pada siswa yakni 144,4 yakni berada pada kategori tinggi dengan persentase 80,2%.

Berdasarkan hasil *pretest* tersebut, maka selanjutnya diberi layanan konseling kelompok oleh guru bimbingan dan konseling selama 3 kali pertemuan untuk mengurangi kecanduan *game online* siswa. Dalam proses pelaksanaan layanan, siswa aktif berdiskusi dalam kelompok mengenai permasalahan yang mereka rasakan dalam menghadapi kecanduan *game online*, serta mencari solusi dengan dinamika kelompok tersebut. Dan siswa berkomitmen untuk mulai mengurangi intensitas bermain *game online* kedepan, serta mengisi waktu luang dengan kegiatan yang lebih bermanfaat.

Keefektifan Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok Untuk Mengurangi Kecanduan *Game Online* Pada Siswa

Hasil temuan dari *pretest* dan *posttest* kecanduan *game online* siswa dapat dilihat pada diagram berikut.



Gambar 1. Perbedaan kecanduan *game online* siswa *pretest* dan *posttest*

Berdasarkan gambar 1. dapat kita lihat bahwa pada saat *pretest* kondisi kecanduan *game online* siswa memiliki rata-rata 144,4 yakni pada kategori tinggi dengan persentase 80,2%. Setelah diberikan perlakuan yakni layanan konseling kelompok maka terjadi penurunan rata-rata yang signifikan pada kondisi kecanduan *game online* siswa yakni pada kategori sedang dengan skor 119,6 dan persentase 66,4%. Dari kedua skor tersebut dapat dilihat terjadi penurunan skor sebesar 24,8. Pengujian yang dilakukan pada responden yang berjumlah 12 orang, semua mengalami penurunan pada kecanduan *game online*. Dimana terdapat 10 orang siswa mengalami penurunan pada kategori sedang, dan terdapat 2 orang siswa berada pada kategori tinggi. Maka dapat diketahui bahwa terdapat perbedaan antara kecanduan *game online* siswa sebelum dan sesudah diberikan layanan konseling kelompok.

Tabel 2. Hasil Analisis *Wilcoxon Signed Ranks Test* Kecanduan *Game Online* Siswa

Test Statistics[a]	
	Posttest – Pretest
Z	-3.061[b]
Asymp. Sig. (2-tailed)	0,002

Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat nilai signifikansi pada pengujian skor kecanduan *game online* pada siswa yaitu 0,002, dimana probabilitasnya berada dibawah *alpha* 0,05 (0,002

≤ 0,05). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan tingkat kecanduan *game online* siswa sebelum *(pretest)* dan sesudah *(posttest)* diberikan layanan konseling kelompok.

Berdasarkan data analisis yang telah dipaparkan, menunjukkan bahwa terjadi penurunan yang signifikan pada kecanduan *game online* siswa setelah diberikan perlakuan berupa layanan konseling kelompok. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan layanan konseling kelompok efektif mengurangi kecanduan *game online* pada siswa. diharapkan kedepannya layanan ini dapat dilaksanakan lebih kreatif dan inovatif lagi oleh guru BK, dengan menggunakan metode, pendekatan atau media yang lebih menarik agar lebih efektif serta bermanfaat dan juga dalam rangka pengembangan ilmu bimbingan dan konseling.

KESIMPULAN

Kondisi kecanduan *game online* pada siswa sebelum diberikan perlakuan (*pretest)* cendenrung tinggi. Dimana terdapat 2 orang siswa yang memiliki kondisi kecanduan *game online* pada kategori sangat tinggi. Disamping itu terdapat 9 orang siswa yang berada dalam kondisi kecanduan *game online* pada kategori tinggi, terdapat satu orang siswa yang memiliki kecanduan *game online* pada kategori sedang. Adapun skor rata-rata kondisi kecanduan *game online* pada siswa yakni 144,4 dengan persentase 80,2%. Pelaksanaan layanan konseling kelompok efektif untuk mengurangi kecanduan *game online* pada siswa di SMA Negeri 1 Lubuk Basung. Hal ini dilihat dari hasil *posttest* yang telah dilakukan dimana terjadi penurunan skor kecanduan *game online* yang signifikan. Setelah diberi perlakuan terdapat 10 orang siswa mengalami penurunan kecanduan *game online* menjadi kategori sedang, dan terdapat 2 orang siswa yang turun pada kategori tinggi. Setelah mendapat perlakuan, rata-rata kondisi kecanduan *game online* pada siswa yang awalnya berada pada kategori tinggi dengan skor 144,4 dan persentase 80,2% turun menjadi kategori sedang dengan skor119,6 dan persentase 66,4%.

DAFTAR PUSTAKA

Abdi, S., & Karneli, Y. (2020). Kecanduan Game Online: Penanganannya Dalam Konseling Individual. *Guidance: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, *17*(2).

Budhi, F. H., & Indrawati, E. S. (2016). Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Intensitas Bermain Game Online Pada Mahasiswa Pemain Game Online Di Game Center X Semarang. *Journal Empati*, *5*(3), 478–481.

Demuyakor, J. (2021). Battling Underaged Online Video Gamers: Probing the Negative Effects of Online Video Gaming Addictions on Young Adolescents. . *Asian Journal of Media and Communication* , *5*(2).

Faridah, Yuliva, & Oknalia, V. (2020). Kecanduan Game Online Dengan Prestasi Belajar. *JIK (Jurnal Ilmu Kesehatan),* , *4*(2).

Husnul, A. (2022). *Penerapan Konseling Kelompok Untuk Mengurangi Kecanduan Game Online Siswa Di Mtsn 4 Pidie*. Universitas Islam Negeri Ar-Raniry.

Lestari, I. G. (2021). *Hubungan Kecanduan Game Online Terhadap Perubahan Emosional Anak Di SMP Negeri 2 Denpasar*. Institut Teknologi Dan Kesehatan Bali.

Malek, A., Ninčević, M., & Jurić Vukelić, D. (2019). The role of playing video games on school achievement. *Communication Management Review*, *3*(2), 54–71.

Manuputty, J., Sekeon, S., & Kandou, G. (2019). Hubungan Antara Kecanduan Bermain Game Online Dengan Kualitas Tidur Pada Gamer Online Pengguna Komputer di Warung Internet M2G Supernova Malalayang. . *Jurnal Kesmas*, *8*(7).

Mardiana. (2021). *Efektivitas konseling kelompok untuk meminialisir kecanduan game online pada siswa di MAN 2 Sinjai*. . Institut Agama Islam Muhammadiyah Sinjai.

Pande, N. P. A. M., & Marheni, A. (2015). Hubungan kecanduan game online dengan prestasi belajar siswa SMP Negeri 1 Kuta. *Jurnal Psikologi Udayana*, *2*(2).

Pratiwi, E., Rochmania, D., Asmarani, R., & Edi, M. (2019). *Positif Negatif Game Online Pengaruh Fenomena Game Online Terhadap Prestasi Belajar*. LPPM UNHASY.

Sholihah, I. N. (2017). Kajian teoritis penggunaan art therapy dalam pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling di SMK. *Promoting Equity through Guidance and Counseling*, 173–182.

Sukma, D. (2018). Concept and application group guidance and group counseling base on Prayitno's paradigms. *Jurnal Konselor* , *7*(2).

Surbakti, T., & Rafiyah, I. (2022). Level Of Online Game Addiction On Adolescents. *JNC*, *5*(3).

Young, K. S. (2009). Internet Addiction: The Emergence Of A New Clinical Disorder. *Cyber Psychology and Behavior.* , *1*(3).