

**PENGARUH KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK
PROBLEMSOLVING UNTUK MENGURANGI
KECANDUAN *GAME ONLINE* PADA SISWA**

(Penelitian pada Siswa Kelas VIII G SMP Negeri 11 Magelang T.A 2017/2018)

SKRIPSI



Oleh:

Eli Farisa
13.0301.0050

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAGELANG
2018**

**PENGARUH KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK
PROBLEMSOLVING UNTUK MENGURANGI
KECANDUAN *GAME ONLINE* PADA SISWA**

(Penelitian pada Siswa Kelas VIII G SMP Negeri 11 Magelang T.A 2017/2018)

SKRIPSI



Oleh:

Eli Farisa
13.0301.005050

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAGELANG
2018**

**PENGARUH KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK
PROBLEMSOLVING UNTUK MENGURANGI
KECANDUAN *GAME ONLINE* PADA SISWA**

(Penelitian pada Siswa Kelas VIII G SMP Negeri 11 Magelang T.A 2017/2018)

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat dalam Menyelesaikan Studi
pada Program Studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Muhammadiyah Magelang



Oleh:

Eli Farisa
13.0301.0050

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAGELANG
2018**

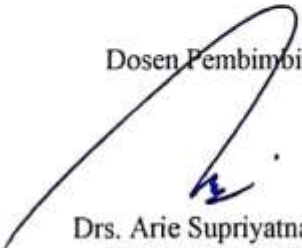
PERSETUJUAN

**PENGARUH KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK
PROBLEM SOLVING UNTUK MENGURANGI
KECANDUAN *GAME ONLINE* PADA SISWA**
(Penelitian pada Siswa Kelas VIII G SMP Negeri 11 Magelang)

Diterima dan Disetujui oleh Dosen Pembimbing Skripsi
Program Studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Muhamadiyah Magelang



Dosen Pembimbing I


Drs. Arie Supriyatna, M.Si
NIDN. 0012045601

Magelang, 6 Februari 2018
Dosen Pembimbing II


Sugiyadi, M.Pd. Kons.
NIDN. 0627057501

PENGESAHAN

PENGESAHAN

**PENGARUH KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK
PROBLEM SOLVING UNTUK MENGURANGI
KECANDUAN *GAME ONLINE* PADA SISWA
(Penelitian pada Siswa Kelas VIII G SMP Negeri 11 Magelang)**

Oleh :
Eli Farisa
13.0301.0050

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi dalam rangka menyelesaikan studi pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas keguruan dan ilmu pendidikan Universitas muhammadiyah magelang

Diterima dan disahkan oleh Penguji:
Hari : Jum'at
Tanggal : 23 Februari 2018

Tim Penguji Skripsi :

1. Drs. Arie Supriyatna, M.Si. (Ketua/Anggota)
2. Sugiyadi, M.Pd, Kons. (Sekretaris/Anggota)
3. Dr. Purwati, MS, Kons. (Anggota)
4. Drs. Subiyanto, M.Pd. (Anggota)



Mengesahkan,
Pj. Dekan

Nuryanto, ST., M.Kom.
NIK. 987008138

LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : **Eli Farisa**
NPM : 13.0301.0050
Program Studi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Judul Skripsi : Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Teknik
Problem Solving untuk Mengurangi Kecanduan *Game*
Online pada Siswa

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat merupakan hasil karya sendiri. Apabila ternyata dikemudian hari diketahui adanya plagiasi atau penjiplakan terhadap karya orang lain, saya bersedia mempertanggungjawabkan sesuai dengan aturan yang berlaku dan bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan dan tata tertib di Universitas Muhammadiyah Magelang.

Pernyataan ini dibuat dalam keadaan sadar dan tidak ada paksaan, untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Magelang, 6 Febuari 2018

Yang membuat pernyataan,



Eli Farisa
13.0301.0050

MOTTO

لَكُمْ شَرٌّ وَهُوَ شَيْئاً تُحِبُّونَ أَنْ وَعَسَى لَكُمْ خَيْرٌ وَهُوَ شَيْئاً تَكْرَهُونَ أَنْ وَعَسَى لَكُمْ كُرْهُ وَهُوَ الْقِتَالُ عَلَيْكُمْ كُتِبَ
تَعْلَمُونَ لَا وَأَنْتُمْ يَعْلَمُ وَاللَّهُ

“Boleh jadi kamu membenci sesuatu, padahal ia amat baik bagimu, dan boleh jadi (pula) kamu menyukai sesuatu, padahal ia amat buruk bagimu; Allah mengetahui, sedang kamu tidak mengetahui.”

(Al-Baqarah: 216)

PERSEMBAHAN

Dengan segenap rasa syukur kehadirat Allah SWT, skripsi ini dipersembahkan kepada :

1. Kedua orang tuaku tercinta (Setiawan dan Cholifah), atas doa serta dukungan yang selalu tercurah untukku.
2. Kedua Kakakku (Rohmad Widodo dan Farida Nur Azizah, dan kedua adikku (Bagas Rahardian A dan Hasna Azzahra) yang selalu memberikan dukungan dan semangat.
3. Almamaterku tercinta, Prodi BK FKIP UMMagelang.

PENGARUH KONSELING KELOMPOK DENGAN TEKNIK *PROBLEMSOLVING* UNTUK MENGURANGI KECANDUAN *GAME ONLINE* PADA SISWA

(Penelitian pada Siswa Kelas VIII G SMP Negeri 11 Magelang T.A 2017/2018)

Eli Farisa

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh konseling kelompok dengan teknik *problem solving* untuk mengurangi kecanduan *game online* pada siswa kelas VIII G SMP Negeri 11 Magelang.

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian eksperimen murni (*True-Experimental design*) dengan model *Pretest Posttest Control Group Design*. Subjek penelitian dipilih secara *purposive sampling*. Sampel yang diambil sebanyak 16 siswa terdiri dari 8 siswa kelompok eksperimen dan 8 kelompok kontrol. Metode pengumpulan data diambil menggunakan wawancara dan angket kecanduan *game online*. Uji validitas instrumen angket dengan menggunakan rumus *cronbach alpha* dengan bantuan program *SPSS for windows versi 23.0*. Uji prasyarat analisis terdiri dari uji normalitas dan uji hipotesis. Analisis data menggunakan teknik *Statistic Non Parametrik* yaitu uji *Mann-Whitney* dengan bantuan program *SPSS for windows versi 23.0*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling kelompok dengan teknik *problem solving* berpengaruh terhadap penurunan tingkat kecanduan *game online*. Hal ini dibuktikan dari hasil uji *Mann-Whitney* pada kelompok eksperimen dengan probabilitas nilai sig (2-tailed) $0,022 < 0,05$. Berdasarkan analisis dan pembahasan, terdapat perbedaan skor rata-rata angket kecanduan *game online* dari sebelum dan sesudah di berikan perlakuan antara kelompok eksperimen sebesar 10,6 dan kelompok kontrol sebesar 19,25. Hasil dari penelitian dapat disimpulkan bahwa konseling kelompok dengan teknik *problem solving* berpengaruh terhadap penurunan tingkat kecanduan *game online*.

Kata Kunci: *Konseling Kelompok, Teknik Problem Solving, Kecanduan Game Online*

THE INFLUENCE OF GROUP CONSELING BY USING PROBLEM SOLVING TECHNIQUE TO REDUCING GAME ONLINE ADDICTION OF THE STUDENTS

(Research of the VIII G students of SMP Negeri 11 Magelang in the school year
2017/2018)

Eli Farisa

ABSTRACT

The main objective of this research is to know the influence of group conseling with problem solving technique to reducing game online addiction of VIII G graders of SMP Negeri 11 Magelang.

This study uses True-Experimental Design research by Protest Posttest Control Group Design models with one treatmen. The subject of this research selected by purposive sampling. The samples taken 16 students consist of 8 experiment group and 8 control group. Method of collecting data taken by using interview and questionnaire of game online addiction. Validity instruments test by using cronbach alpha formula with assistance program SPSS for windows verse 23.0. Prerequisite test consist of normality test and hypothesis test. Analysis of the data uses statistic non parametic technique or *Mann-Whiteney* test with assistance program SPSS for windows verse 23.0

The result shows that group conseling by using problem solving technique has effect decline rate to game online addiction. This is evidenced from the result of *Mann-Whiteney* test in experiment group with pribability value sig (2-tailed) $0.22 < 0.05$. Based on analysis and division. The were different average score questionnaire game online addiction from before and after given intermediate treatment between experiment group is 10.6 points and control group is 19.5 points. The result of this research can be summarized that group conseling with problem solving technique can increase to decreased addiction rate in game online

**Key Words : Group Conseling, Problem Solving Technique, Game Online
Addiction**

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis kehadiran Allah SWT, atas berkah dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi. Penulisan skripsi ini tidak lepas dari bantuan berbagai pihak, oleh karena itu diucapkan

1. Ir. Eko Muh Widodo, MT., UMMagelang yang telah memfasilitasi pendidikan di Universitas Muhammadiyah Magelang.
2. Nuryanto, ST.,M.Kom. Pj. Dekan FKIP UMMagelang yang telah memberikan izin untuk melaksanakan penelitian.
3. Dr. Riana Mashar, M.si.,Psi wakil dekan FKIP UMMagelang
4. Sugiyadi, M.Pd., Kons., Kaprodi BK FKIP UMMagelang yang telah memfasilitasi pelaksanaan penulisan skripsi.
5. Drs. Arie Supriyatna, M.Pd. dan Sugiyadi, M.Pd.,Kons. Sebagai dosen pembimbing skripsi yang telah mengarahkan penelitian dari awal sampai akhir.
6. Al Kukuh Sri Santoso, S.Pd, M.Pd. Kepala Sekolah dan Keluarga besar SMP Negeri 11 Kota Magelang yang telah memberikan izin kepada penulis dalam melakukan penelitian
7. Dosen dan staf TU serta semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu dalam membantu menyelesaikan skripsi ini.

Semoga Allah SWT memberikan balasan atas segala ketulusan dan kebaikan kepada semuanya. Demi perbaikan selanjutnya, kritik dan saran yang membangun akan penulis terima dengan senang hati. Semoga skripsi ini bermanfaat untuk kita semua, Amin.

Magelang, 6 Februari 2018

penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENEGASAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAMAN PERNYATAAN	v
HALAMAN MOTTO	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
ABSTRAK	viii
ABSTRACT... ..	ix
KATA PENGANTAR	xi
DAFTAR ISI.	xii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN..	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Pembatasan Masalah.	5
D. Perumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian	5
F. Manfaat Penelitian	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA	7
A. Kecanduan <i>Game Online</i> Pada Siswa	7
B. Konseling Kelompok Dengan Teknik <i>Problem Solving</i>	14
C. Pengaruh Konseling Kelompok Dengan Teknik <i>Problem Solving</i> untuk Mengurangi Kecanduan <i>Game Online</i> Pada Siswa	28
D. Penelitian yang Relevan.....	29

	Halaman
E. Kerangka Berpikir	31
F. Hipotesis Penelitian.....	32
BAB III METODE PENELITIAN	33
A. Desain Penelitian.....	33
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	33
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	34
D. Subjek Penelitian.....	34
E. Setting penelitian.....	35
F. Teknik pengumpulan data	35
G. Prosedur Penelitian.....	36
H. Teknik Analisis Data	39
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	40
A. Pelaksanaan Penelitian.....	40
B. Pembahasan.....	53
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	56
A. KESIMPULAN	56
B. SARAN	57
C. DAFTAR PUSTAKA	58
LAMPIRAN	60

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1 <i>pretest posttest control group design</i>	33
2 Penilaian Skor Perilaku Kecanduan <i>game online</i>	36
3 Kategori skor <i>Pre test tingkat</i> Kecanduan <i>game online</i>	41
4 Hasil <i>pretest</i> kelompok eksperimen dan kelompok kontrol	41
5 Hasil <i>post test</i> kelompok eksperimen dan kelompok kontrol	46
6 Statistik Deskriptif Variabel Penelitian	47
7 Hasil Uji Normalitas Data	48
8 Hasil Uji <i>Mann Whitney</i> Kelompok Eksperimen	50
9 Hasil Uji <i>Mann Whitney</i> Kelompok Kontrol	50
10 Penurunan Skor <i>Pre test</i> dan <i>Post test</i> Kelompok Eksperimen	51
11 Penurunan Skor <i>Pre test</i> dan <i>Post test</i> Kelompok Kontrol	52

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Berpikir	31
2. Rumus Kategori	40

DAFTAR GRAFIK

Gambar	Halaman
1. Data Hasil <i>Pre test</i> kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.....	42
2. Data Hasil <i>post test</i> kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.....	46
3. Data Hasil penurunan <i>Pre test</i> dan <i>post test</i> kelompok eksperimen	51
4. Data Hasil penurunan <i>Pre test</i> dan <i>post test</i> kelompok kontrol	52

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Surat Ijin Penelitian dan Keterangan Pelaksanaan Penelitian	60
2. Kisi-Kisi dan Angket Kecanduan <i>Game Online</i> sebelum <i>Try Out</i>	62
3. Hasil <i>Try Out</i> Kecanduan <i>Game Online</i>	67
4. Hasil Uji Validitas dan Reabilitas Instrumen	69
5. Kisi-kisi dan Angket Kecanduan <i>Game Online</i> setelah <i>Try Out</i>	74
6. Data <i>Pre test</i> Angket Kecanduan <i>Game Online</i>	78
7. Jadwal Pelaksanaan Konseling Kelompok Dengan Teknik <i>Problem Solving</i>	80
8. Rencana dan Laporan Pelaksanaan Layanan Konseling Kelompok	81
9. Data <i>Post test</i> Angket Kecanduan <i>Game Online</i>	129
10. Hasil Uji Normalitas.....	131
11. Hasil Uji Homogenitas	134
12. Hasil Uji <i>Mann Whitney</i>	135
13. Expert Judgement	137
14. Daftar Hadir Pelaksanaan konseling kelompok dengan teknik <i>problem solving</i>	143
15. Dokumentasi Kegiatan	148

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Game online merupakan permainan yang dimainkan secara *online* internet. Keberadaan *game online* memiliki manfaat sebagai hiburan yang mampu mempengaruhi suatu dinamika dunia pendidikan khususnya untuk para pelajar. Penyajian *game online* yang sangat menarik menyebabkan permainan ini sangat di gemari berbagai kalangan mulai dari anak-anak hingga dewasa. Namun, ketertarikan dan kesenangan memainkan *game online* ini seringkali menyebabkan lupa diri, lupa waktu, dan selalu berkeinginan untuk memainkan permainannya secara terus-menerus sehingga menyebabkan kecanduan. Kecanduan *game online* merupakan gejala pada remaja saat ini, terbukti dengan banyaknya siswa yang mengalami kecanduan *game online*.

Young (Syahrar,2015: 85) *game online* adalah permainan yang dimainkan secara *online* via internet. Game dengan fasilitas *online* via internet menawarkan fasilitas lebih dibandingkan dengan game biasa (seperti *videogame*) kerana pemain itu bisa berkomunikasi dengan pemain lain diseluruh penjuru dunia melalui chating. Menurut Persada.,dkk (2017: 80) *Game online* adalah game atau permainan yang berbasis elektronik dan visual. *Game online* dimainkan dengan memanfaatkan media visual elektronik. Banyak sekali macam game atau permainan yang terdapat di *game online* diantaranya, Poin Blank, Counter Strike, Rangnarock, Ayo Dance dan masih banyak sekali game yang terdapat di *game online*. Sedangkan menurut Rollings

dan Adams (Fauziawati,2015: 115) *game online* lebih tepat disebut sebagai sebuah teknologi, dibandingkan sebagai sebuah genre permainan; sebuah mekanisme untuk menghubungkan pemain bersama, dibandingkan pola tertentu dalam sebuah permainan.

Pendapat di atas dapat dipahami bahwa *game online* adalah permainan yang berbasis elektronik dan visual yang dimainkan secara *online* via internet. Permainan ini memungkinkan para pemain dapat saling berhubungan langsung. *Game online* pada dasarnya diciptakan untuk menghibur para penggunanya terutama seseorang yang menyukai petualangan dan aksi-aksi yang tidak bisa dilakukan dalam kehidupan nyata. Seseorang bisa menghabiskan banyak waktu ketika bermain *game online*. Selain nyaman di dalam bermain *game online* penyebab seseorang menyukai *game online* adalah, terdapat sebuah game yang di dalamnya bisa membuat penggunanya mendapatkan keuntungan berupa uang, hal ini yang menyebabkan banyak orang menjadi ketagihan dan kecanduan terhadap *game online*.

Kecanduan adalah perilaku tertentu yang dilakukan secara berulang-ulang, begitu juga pada perilaku bermain *game online*. Peningkatan ketertarikan remaja terhadap *game online* sampai berlebihan dan lupa akan waktu dan tanggungjawab sebagai seorang siswa. Tanda-tanda kelebihan bermain game online yang sering muncul diantaranya anak mulai tertidur di kelas, lebih senang bermain game dari pada bermain bersama teman, menghindari diri dari kelompok sosialnya, atau menjadi sering khawatir dan gampang marah apabila tidak dapat bermain game.

Berkaitan dengan kecanduan *game online* di atas fenomena di lapangan menunjukkan bahwa tingkat kecanduan *game online* ada yang tinggi, ada yang sedang dan ada yang rendah. Seperti yang terjadi di SMP Negeri 11 Magelang beralamat di Jl. Tentara Genie Pelajar No.20 RT01/RW07, Potrobangsari, Magelang Utara. Jumlah siswa kecanduan *game online* mencapai 20 dari 187 siswa (10%). Hal ini disampaikan oleh bapak Wiwit Purnomo, S.Pd selaku guru BK di SMP Negeri 11 Magelang pada tanggal 25 Maret 2017. Siswa yang demikian cenderung pasif, malas, kurang bersosialisasi dan tidak konsentrasi serta tidur di dalam kelas saat proses pembelajaran. Hal ini memberikan dampak buruk terhadap hasil belajar siswa.

Pada hakikatnya di SMP Negeri 11 Magelang sudah dilakukan berbagai usaha untuk mengurangi kecanduan *game online* siswa dengan tidak memperbolehkan siswa membawa handphone di sekolah, mengadakan razia handphone di setiap kelas dan pemberian layanan klasikal tentang dampak kecanduan *game online*. Namun demikian dari usaha tersebut hasilnya belum maksimal. Sehingga perlu dicari solusi lain untuk permasalahan tersebut. Salah satu upaya penulis untuk mengurangi kecanduan *game online* tersebut dengan diberikan konseling kelompok menggunakan teknik *problem solving*.

Sukardi (2008:68) menegaskan konseling kelompok adalah layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan peserta didik memperoleh kesempatan untuk pembahasan dan pengentasan masalah yang dialami melalui dinamika kelompok. Konseling kelompok memberikan kemudahan dalam pertumbuhan dan perkembangan individu, dalam arti bahwa konseling

kelompok memberikan dorongan dan motivasi kepada individu untuk membuat perubahan-perubahan dengan memanfaatkan potensi secara maksimal sehingga dapat mewujudkan diri.

Teknik *problem solving* (teknik pemecahan masalah) merupakan suatu proses yang kreatif dimana individu menilai perubahan-perubahan yang ada pada diri dan lingkungan, membuat pilihan-pilihan baru, keputusan-keputusan, serta penyesuaian yang selaras dengan tujuan-tujuan dan nilai-nilai hidupnya. Teknik *Problem solving* atau pemecahan masalah ini digunakan dengan tujuan untuk menuntun siswa pada proses berpikir kritis, berpikir analitis, berpikir reflektif, pengembangan daya nalar pada proses cara-cara pemecahan masalah, dan mampu mengambil keputusan secara tepat bagi dirinya. Dalam pelaksanaannya teknik *problem solving* ini dilakukan melalui konseling kelompok. Konseling kelompok berguna bagi pengembangan pribadi siswa dan memecahkan masalah yang dihadapi siswa.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka penulis akan melakukan penelitian tentang cara mengurangi kecanduan *game online* melalui konseling kelompok dengan menggunakan teknik *problem solving*, sehingga penulis bermaksud melakukan penelitian dengan judul pengaruh konseling kelompok dengan teknik *problem solving* untuk mengurangi kecanduan *game online* pada siswa kelas VIII G di SMP Negeri 11 Magelang.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, dapat diidentifikasi masalah yang muncul di SMP N 11 Kota Magelang diantaranya:

- a. Kurangnya rasa tanggung jawab siswa disekolah
- b. Siswa lebih menyukai bermain hp ketika dirumah daripada belajar
- c. Siswa kecanduan game online sehingga siswa malas untuk belajar
- d. Rendahnya minat belajar sehingga motivasi belajar siswa rendah.
- e. Siswa memiliki permasalahan internal sehingga siswa memiliki kebiasaan membolos.

C. Pembatasan Masalah

Agar penelitian ini dapat dilakukan lebih fokus maka penulis memandang penelitian yang diangkat perlu dibatasi variabelnya. Oleh sebab itu, penulis membatasi diri hanya berkaitan dengan tingkat kecanduan *game online* yang tinggi dan akan dikurangi menggunakan teknik *problem solving* pada Siswa di SMP Negeri 11 Magelang Khususnya Kelas VIII G. Kecanduan *game online* pada siswa dipilih karena kecanduan *game online* akan menghambat perkembangan kualitas proses dan prestasi siswa, sekaligus perkembangan kemandirian mental siswa.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah koseling kelompok dengan teknik *problem solving* dapat mengurangi kecanduan *game online* pada siswa?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh koseling kelompok dengan teknik *problem solving* dalam mengurangi kecanduan *game online*.

F. Manfaat Hasil Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Menambah wawasan dan pengetahuan tentang layanan konseling kelompok dengan teknik *problem solving* untuk mengurangi kecanduan *game online* pada siswa.

2. Manfaat Praktis

Sebagai salah satu rujukan membantu guru untuk mengatasi kecanduan *game online* pada siswa.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Kecanduan *Game Online* pada Siswa

1. Pengertian Kecanduan *Game Online*

Kecanduan *game online* menjadi kebiasaan dikalangan remaja saat ini. Seseorang yang mengalami kecanduan *game online* bisa mengorbankan waktu, kesehatan dan keuangan, hal ini dikarenakan kesenangan yang diberikan dalam permainan *game online* membuat seseorang menjadi banyak mengorbankan segala hal.

Menurut Yee (2006: 309), menyatakan bahwa adiksi (kecanduan) adalah suatu perilaku yang tidak sehat yang berlangsung terus-menerus yang sulit untuk dihentikan oleh individu yang bersangkutan. Dalam hal ini merupakan kecanduan *game online*, Jadi kecanduan *game online* adalah perilaku bermain *game online* yang dilakukan secara terus-menerus yang sulit untuk dihentikan.

Pratiwi (Wardani, 2016: 6) mengemukakan bahwa perilaku adiksi *game online* adalah perilaku yang bersifat kronis dan kompulsif untuk memuaskan diri pada permainan yang dimainkan dengan koneksi internet hingga menimbulkan masalah dalam hidup sehari-hari.

Pendapat diatas dapat dipahami bahwa kecanduan *game online* adalah perilaku bermain *game online* yang dilakukan secara terus menerus yang sulit untuk dihentikan untuk memuaskan diri, perilaku ini bersifat adiksi dan tidak sehat sehingga menimbulkan masalah dalam kehidupan sehari-hari.

2. Jenis-jenis *Game Online*

Game online terbagi menjadi dua jenis yaitu *web based* dan *text based game*. *Web based games* adalah aplikasi yang diletakkan pada server di internet dimana pemain hanya perlu menggunakan akses internet dan *browser* untuk mengakses *games* tersebut. Jadi tidak perlu *install* atau *patch* untuk memainkan *gamenya* namun seiring dengan perkembangan, ada beberapa fitur yang perlu *download* untuk memainkan sebagai *game*, seperti *java player*, *Flash Player*, maupun *Shockware Player*, yang biasanya diperlukan untuk tampilan grafis *game* tersebut. Selain itu, *game* seperti ini juga tidak menuntut spesifikasi komputer yang canggih, tidak *lag* dan membutuhkan *bandwith* yang besar. Selain itu, sebagian besar *web based game* adalah gratis. Pembayaran hanya diperlukan untuk fitur-fitur tambahan dan mempercepat perkembangan *account* pada *game* tersebut.

Text based game sebagai awal dari *web based games*. *Text based games* sudah ada sejak lama, dimana saat sebagian komputer masih berspesifikasi rendah dan sulit untuk memainkan *game-game* dengan grafis wah, sehingga dibuatlah *game-game* dimana pemain hanya berinteraksi dengan teks-teks yang ada dan sedikit atau tanpa gambar menurut Bartle (Susanto, 2016: 5).

Text based games hampir tidak pernah dilirik lagi oleh para gamers, namun pada akhir-akhir ini, mulai marak *texts based games* yang beredar yang sekarang kita kenal sebagai *web based game*. Tentu saja dengan format

yang lebih modern, grafis diperbanyak dan dipercantik, menggunakan koneksi internet dan *developer game* yang makin kreatif.

Berdasarkan pendapat para ahli di atas dapat dipahami bahwa jenis-jenis *game online* menjadi dua jenis yaitu *web based* dan *text based game*. Namun dalam perkembangannya para gamers lebih suka menggunakan *web based game* karena lebih modern dan makin kreatif.

3. Karakteristik Siswa yang Kecanduan *Game Online*

Jinan (2011: 106) mengemukakan bahwa siswa yang sudah kecanduan *game online* akan menjadi malas seperti malas belajar, malas tidur, malas sekolah, malas makan, sulit untuk berkonsentrasi dan hanya akan semangat apabila memainkan permainan *game online* saja.

Smart (2010) mengatakan bahwa pengaruh negatif pemanfaatan internet perlu diminimalisir. Ciri-ciri seorang anak yang sudah kecanduan internet umumnya antara lain :

- a. Merasa terikat dengan *game online* (selalu memikirkan aktivitas online pada saat sedang offline atau mengharapakan sesi online berikutnya).
- b. Memainkan *game online* dengan lama waktu lebih dari 14 jam per minggu dan hanya memainkan satu jenis/tipe game saja.
- c. Merasa kebutuhan bermain *game online* dengan jumlah waktu yang terus meningkat untuk mencapai sebuah kegembiraan yang diharapkan
- d. Merasa gelisah, murung, depresi, atau lekas marah ketika mencoba untuk mengurangi atau menghentikan bermain *game online*.

- e. Berbohong pada anggota keluarga, terapis atau orang lain untuk menyembunyikan seberapa jauh terlibat dengan *game online*.
- f. Bermain *game online* sebagai suatu cara untuk melarikan diri dari masalah-masalah atau untuk mengurangi suatu kondisi perasaan yang menyusahkan (misal perasaan-perasaan tidak berdaya, bersalah, cemas, stres dan depresi).

Pendapat dari kedua ahli di atas dapat dipahami bahwa karakteristik seorang anak yang kecanduan *game online* adalah mereka akan menjadi malas terutama malas belajar dan aktivitas yang lain. Lebih merasa gelisah dan murung jika tidak bermain *game online*. Sering berbohong kepada orang tua serta menghabiskan waktu untuk bermain *game online*.

4. Faktor-Faktor Penyebab Kecanduan *Game Online*

Rini (2011: 23) menyebutkan faktor-faktor yang menyebabkan game menarik sebagai berikut :

a. *Game variatif*

Game biasanya disajikan dengan gambar-gambar dan warna yang menarik, serta dilengkapi dengan suara dan musik yang seru. Terkadang, ada juga game yang dikemas dengan teknologi tinggi dan *sound effect* yang megah. Dengan banyaknya game yang tersedia, anak-anak semakin tertarik untuk membeli game lain sehingga anak menjadi kecanduan *game online*.

b. Tertarik pada hal baru

Melalui permainan game, anak-anak akan semakin tertarik untuk mencoba hal-hal baru. Dengan bermain *game online*, anak-anak dihadapkan pada dilema moral interaksi sosial, game memecahkan masalah yang mau tidak mau menuntut para *gamers* untuk berfikir keras agar *gemenya* tamat dan mereka menang.

c. Seru

Selain menghibur *game* yang bisa dimainkan lewat *game online* cenderung seru dan menantang. Anak-anak biasanya memerlukan waktu berjam-jam untuk bisa menamatkan *gamenya* karena game umumnya rumit sehingga konsentrasi penuh sangat dibutuhkan.

d. Sebagai pelarian

Kehadiran *game online* yang begitu *booming* ternyata sering dijadikan pelarian bagi anak-anak yang sedang tertekan atau depresi. Saat suasana hati sedang tidak enak akibat tertimpa suatu masalah, anak akan berpaling ke *game online* untuk menghibur diri.

e. Unsur kepahlawanan

Anak biasanya menyukai figur atau sosok pahlawan yang dijadikan idola. Game lebih condong hadir dalam *genre action* dengan sosok pahlawan yang tangguh. Spontan saja banyak anak yang berminat bermain game karena mereka ingin memenangkan pahlawan idolanya.

Berdasarkan kesimpulan di atas faktor-faktor yang membuat game online itu digemari karena game merupakan suatu permainan yang bisa

membuat anak menjadi lupa waktu dan bisa meluapkan emosinya dengan cara bermain game dengan banyaknya pilihan permainan yang disukai oleh anak-anak dan dijadikan hobi pada saat waktu luang.

5. Dampak Bermain *Game Online*

a. Dampak Positif

Rini (2011: 39) menjelaskan bahwa dampak kecanduan game online yang positif misalnya sebagai penghilang stres karena lelah bekerja seharian, mungkin bermain game tepat untuk menghilangkan penat, lalu bagi anak-anak sebagai media untuk menambah kecerdasan otak daya tangkap. Video game saat ini lebih dikenal dengan sebutan playstation. Playstation atau sering disingkat dengan PS diciptakan dan dikembangkan oleh sony.

b. Dampak Negatif

Yee (Persada.,dkk,2017: 82) menyatakan bahwa akibat yang buruk dari kecanduan terhadap *game online* adalah masalah dalam kehidupan sehari-hari, seperti masalah akademis, masalah kesehatan, masalah keuangan dan masalah relasi. Selain itu Chen & Chang (Persada.,dkk,2017: 82) menyatakan bahwa hal negatif akan muncul pada fungsi fisik dan mental seseorang yang bermain *game online* secara berlebihan, hal negatif tersebut diantara lain menurunnya fungsi indra penglihatan dan berat badan menurun serta menghasilkan kebingungan antara kenyataan dan ilusi. Dari beberapa pendapat tersebut dapat dipahami bahwa keberadaan *game online* akan bermanfaat apabila

seseorang mengetahui cara yang benar dalam bermain *game online* dan memnfatkn *game online* dengan bijak.

6. Akibat Kecanduan Bermain *Game Online*

Chen dan Chang (Fauziawati,2015: 118) menyebutkan bahwa sedikitnya ada empat buah aspek kecanduan *game online*. Ke empat aspek tersebut adalah:

a. *Compulsion* (kompulsi)

Merupakan suatu dorongan atau tekanan kuat yang berasal dari dalam diri untuk melakukan suatu hal secara terus-menerus, dimana ini merupakan dorongan dari dalam diri untuk terus-menerus bermain *game online* tanpa henti.

b. *Withdrawal* (penarikan diri)

Merupakan suatu upaya untuk menarik diri atau menjatuhkan diri dari suatu hal. Seseorang yang kecanduan *game online* merasa tidak mampu untuk menarik atau menjauhkan diri dari hal-hal yang berkenaan dengan *game online*.

c. *Tolerance* (toleransi)

Toleransi dalam hal ini diartikan sebagai sikap menerima keadaan diri kita ketika melakukan suatu hal. Biasanya toleransi ini berkenaan dengan jumlah waktu yang digunakan atau habiskan untuk melakukan sesuatu yang dalam hal ini adalah bermain *game online*. kebanyakan pemain *game online* tidak akan berhenti bermain hingga merasa puas.

d. *Interpersonal and healt-related problem* (masalah hubungan interpersonal dan kesehatan)

Pecandu *game online* cenderung untuk tidak menghiraukan bagaimana hubungan interpersonal yang mereka miliki karena hanya terfokus pada *game online* saja. Begitu pula dengan masalah kesehatan mereka seperti waktu tidur yang kurang, tidak menjaga kebersihan badan dan pola makan yang tidak teratur.

Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa aspek-aspek dari kecanduan *game online* membuat pecandu *game online* mengalami gangguan hubungan interpersonal dan kesehatan. Karena para pecandu banyak menghabiskan waktu mereka untuk bermain *game* sehingga kurangnya waktu untuk berinteraksi dengan lingkungan sekitar. Kurangnya waktu tidur dan pola makan yang tidak teratur menyebabkan para pecandu mengalami gangguan kesehatan.

Berdasarkan uraian ke empat aspek di atas penulis gunakan sebagai indikator kecanduan *game online* yaitu dorongan dalam diri, menarik diri dari hal-hal yang berkaitan dengan *game online*, sikap menerima, jumlah intensitas waktu dan interaksi sosial serta masalah kesehatan. Selanjutnya indikator tersebut dijadikan dasar kisi-kisi dalam menyusun instrumen.

B. Layanan Konseling Kelompok dengan Teknik *Problem Solving*

1. Pengertian teknik *problem solving*

Teknik *problem solving* merupakan salah satu teknik dalam pelayanan bimbingan dan konseling. Penekanan teknik *problem solving* terletak pada masalah dan pemecahan masalah. Menurut Corey (Setiawan, 2015: 9) *Problem solving* adalah strategi perilaku kognitif yang mengajarkan orang

cara untuk menangani masalah dalam kehidupan sehari-hari mereka seperangkat operasional dari teknik *problem solving*.

Romlah (2006: 93)mengemukakan teknik *problem solving* (*problem solving techniques*) adalah suatu proses yang kreatif dimana individu-individu menilai perubahan-perubahan yang ada pada dirinya dan lingkungannya dan membuat pilihan-pilihan baru, keputusan-keputusan atau penyesuaian yang selaras dengan tujuan-tujuan dan nilai hidupnya.

Problem-solving atau pemecahan masalah adalah suatu proses mencari dan menemukan jalan keluar terhadap suatu masalah atau kesulitan yang sedang dihadapi dalam kehidupan dirinya (Suharman,2005: 6).

Berdasarkan pendapat tiga ahli di atas dapat dipahami bahwa teknik *problem solving* adalah proses yang kreatif untuk menangani masalah dalam kehidupan sehari-hari dan menemukan jalan keluar dengan membuat pilihan-pilihan baru, keputusan-keputusan atau penyesuaian yang selaras dengan tujuan-tujuan dan nilai hidupnya.

Teknik ini digunakan karena menurut Piaget (Santrock,2003: 108) bahwa remaja pada usia 11/12 s.d 15 tahun sudah mampu membayangkan situasi rekaan dan mencoba mengolahnya dengan pemikiran logis, dan memungkinkan remaja tersebut trampil dalam menentukan penyelesaian masalahnya sendiri tanpa bergantung pada orang lain. Hal tersebut dapat dilakukan dengan terbiasanya siswa dalam memecahkan permasalahan yang dialami sehingga siswa tersebut mampu membentuk suatu konsep pemikiran

positif yang dapat dijadikan sebagai suatu patokan dalam membangun kemampuan penyesuaian dirinya dengan baik tanpa keterisoliran.

2. Tahapan Teknik *problem solving* dalam konseling kelompok

Tahapan-tahapan *problem solving* menurut Mulyono(2012: 109) yaitu :

- a. Ada masalah yang jelas untuk dipecahkan. Masalah ini harus tumbuh dari peserta didik sesuai dengan taraf kemampuannya.
- b. Mencari data atau keterangan yang dapat digunakan untuk memecahkan masalah tersebut. Misalnya, dengan jalan membaca buku-buku, meneliti, bertanya dan lain-lain.
- c. Menetapkan jawaban sementara dari masalah tersebut yang didasarkan pada data yang telah diperoleh, pada langkah kedua di atas.
- d. Menguji kebenaran jawaban sementara tersebut. Anggota kelompok harus berusaha memecahkan masalah sehingga betul-betul cocok.
- e. Menarik kesimpulan, artinya peserta didik harus sampai kepada kesimpulan terakhir tentang jawaban dari masalah tadi.

Sedangkan menurut Shoimin (2014: 137) tahapan *problem solving* yaitu:

- a. Masalah sudah ada dan materi diberikan.
- b. Siswa diberi masalah sebagai pemecahan/diskusi, kerja kelompok.
- c. Masalah tidak dicari.
- d. Siswa ditugaskan mengevaluasi.
- e. Siswa memberikan kesimpulan dari jawaban yang diberikan sebagai hasil akhir dari diskusi.

- f. Penerapan pemecahan terhadap masalah yang dihadapi sekaligus sebagai penguji kebenaran pemecahan tersebut untuk sampai kepada kesimpulan.

Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa tahapan dalam *problem solving* meliputi: adanya masalah yang tumbuh dari peserta didik, mencari data untuk mengumpulkan alternatif pemecahan masalah, siswa memberikan jawaban dan menguji hasil sementara dari pemecahan masalah tersebut kemudian siswa menyimpulkan tentang jawaban dari masalah yang dibahas tersebut.

3. Kelebihan dan Kelemahan Teknik *Problem Solving*

Djamarah dan Zain (Nurhidayati, 2016: 29) menjelaskan kelebihan dari teknik *problem solving*:

- a. Teknik ini membuat pendidikan di sekolah menjadi relevan dengan kehidupan sehari-hari.
- b. Dapat membiasakan pada siswa untuk menghadapi permasalahan di dalam kehidupan sehari-hari.
- c. Mengembangkan proses berfikir siswa secara kreatif dan menyeluruh.
- d. Melatih siswa untuk mengidentifikasi dan melakukan penyelidikan.
- e. Memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengaplikasikan pengetahuan yang mereka miliki dalam dunia nyata.

Shoimin (2013: 138) menjelaskan kelemahan teknik *problem solving*:

- a. Memerlukan cukup banyak waktu.
- b. Melibatkan banyak orang.

- c. Dapat mengubah kebiasaan peserta didik belajar dengan mendengarkan dan menerima informasi dari guru.
- d. Beberapa pokok bahasan sangat sulit untuk menerapkan metode ini. Misal terbatasnya alat-alat laboratorium menyulitkan siswa untuk melihat dan mengamati serta akhirnya tidak dapat menyimpulkan kejadian tersebut.
- e. Memerlukan alokasi waktu yang lebih panjang dibandingkan dengan metode pembelajaran yang lain.

4. Karakteristik Teknik Problem Solving

Rinaldi (Nurhidayati,2016: 29) karakteristik teknik *problem solving*:

- a. Teknik *problem solving* merupakan serangkaian aktivitas bimbingan.
- b. Aktivitas bimbingan diarahkan untuk menyelesaikan masalah.
- c. Pemecahan masalah menggunakan pendekatan berfikir kritis dan ilmiah.

Teknik *problem solving* merupakan teknik untuk memberikan informasi kepada siswa melalui proses memecahkan masalah yang berkaitan dengan kecanduan *game online* sehingga berbagai informasi tentang dampak dari *game online* dapat tersampaikan dengan efektif. Siswa dituntut untuk menyelesaikan masalah yang dialami diri sendiri atau siswa lain.

5. Pengertian konseling kelompok

Konseling kelompok menurut Harrison (Kunanto,2014:7) adalah konseling yang terdiri dari 4-8 konseli yang bertemu dengan 1-2 konselor. Dalam prosesnya, konseling kelompok dapat membicarakan beberapa masalah, seperti kemampuan dalam membangun hubungan dan komunikasi,

pengembangan harga diri dan ketrampilan-ketrampilan dalam mengatasi masalah. Pengertian tersebut sejalan dengan pendapat Supriatna(2013: 107) konseling kelompok adalah suatu upaya bantuan kepada peserta didik dalam suasana kelompok yang bersifat pencegahan ,penyembuhan dan diarahkan kepada pemberian kemudahan dalam rangka perkembangan dan pertumbuhannya. Konseling kelompok bersifat pencegahan dalam arti bahwa konseli mempunyai kemampuan untuk berfungsi secara wajar dalam masyarakat, tetapi mungkin memiliki titik lemah dalam kehidupannya, sehingga mengganggu kelancaran berkomunikasi dengan orang lain. Berdasarkan pendapat para ahli di atas dapat dipahami bahwa konseling kelompok adalah proses pemberian bantuan kepada konseli secara berkelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan agar terentaskannya permasalahan yang dihadapi oleh konseli.

6. Fungsi layanan konseling kelompok

Fungsi layanan konseling kelompok menurut Nurihsan (Kunanto,2014:7) adalah konseling kelompok bersifat pencegahan dan penyembuhan. Konseling kelompok bersifat pencegahan, dalam arti bahwa individu yang dibantu mempunyai kemampuan normal atau berfungsi secara wajar di masyarakat, tetapi memiliki beberapa kelemahan dalam kehidupannya sehingga mengganggu kelancaran berkomunikasi dengan orang lain. Sedangkan, konseling kelompok bersifat penyembuhan artinya membantu individu untuk dapat keluar dari persoalan yang dialaminya dengan cara memberikan kesempatan, dorongan, juga pengarahan kepada

individu untuk mengubah sikap dan perilakunya agar selaras dengan lingkungannya. Ini artinya, bahwa persepsi pada individu yang sakit, karena pada prinsipnya, obyek konseling adalah individu yang normal, bukan individu yang sakit secara psikologis.

Dari pendapat ahli di atas dapat dipahami bahwa fungsi layanan konseling kelompok adalah sebagai pencegahan timbulnya masalah dan penyembuhan terhadap konseli yang mengalami masalah pada dirinya.

7. Tujuan layanan konseling kelompok

Wibowo (2005:282) tujuan yang akan di capai dalam layanan konseling kelompok, yaitu pengembangan pribadi, pembahasan dan pemecahan masalah yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok, supaya dapat terhindar dari masalah serta masalah dapat terselesaikan dengan cepat melalui bantuan anggota kelompok yang lain.

Sukardi (2008: 68) tujuan konseling kelompok adalah melatih anggota kelompok agar berani berbicara dengan teman sebayanya, dapat mengembangkan bakat dan minat masing-masing anggota kelompok, mengentaskan permasalahan-permasalahan kelompok.

Pendapat Wibowo dan Sukardi di atas dapat dipahami bahwa tujuan konseling kelompok adalah untuk mengembangkan kemampuan berkomunikasi antara satu individu dengan individu yang lainnya, membahas dan menyelesaikan permasalahan anggota agar tidak timbul masalah yang baru dengan bantuan kelompok.

8. Elemen-elemen Konseling Kelompok

Konsep konseling kelompok sebagai suatu sistem di dalamnya tersirat makna tujuan, sasaran dan sifat hubungan yang perlu dibangun oleh konselor dan konseli konseling kelompok. Adapun elemen-elemen konseling kelompok (Adhiputro,2015:25) , sebagai berikut :

- a. Individu, kesadaran akan pengakuan terhadap individu yang memiliki keunikan dan sebagai manusia dengan harapan, nilai-nilai, dan permasalahan yang dihadapinya.
- b. Suasana kelompok, kebutuhan individu untuk diterima, bertukar pengalaman, dan bekerjasama dengan orang lain, sehingga mendorong mereka mampu memahami dirinya dan mendirikan sumbangan pemikiran bagi anggota yang dialaminya.
- c. Pencegahan, konseling kelompok mampu mencegah munculnya permasalahan yang akan mengganggu kehidupan konseli sebagai individu maupun anggota masyarakat.
- d. Pertumbuhan dan perkembangan, mampu mendorong konseli memahami kelebihan dan kelemahan dirinya serta bagaimana potensi yang mereka miliki menjadi modal bagi perwujudan diri dalam kehidupan selanjutnya.
- e. Penyembuhan, berusaha mengubah persepsi individu melalui tukar pengalaman dengan individu lain sehingga perilaku yang cenderung melemahkan, bahkan menyalahkan diri sendiri segera bisa diubah dan tidak terlalu parah.

Berdasarkan pendapat di atas maka dapat dipahami bahwa elemen-elemen konseling kelompok ialah individu, suasana kelompok, pencegahan, pertumbuhan dan perkembangan, serta penyembuhan. Kelima elemen ini memiliki fungsi yang saling berkaitan antara satu dengan yang lainnya sehingga lima hal ini harus ada dalam proses pelaksanaan konseling.

9. Asas konseling kelompok

Dalam kegiatan konseling kelompok terdapat asas-asas yang harus diperhatikan oleh para anggota, asas-asas tersebut yaitu:

a. Asas kerahasiaan

Asas kerahasiaan ini memegang peranan penting dalam konseling kelompok karena masalah yang harus dibahas dalam konseling kelompok bersifat pribadi, maka setiap anggota kelompok diharapkan bersedia menjaga semua pembicaraan yang ada dalam kegiatan konseling kelompok dan tidak layak diketahui oleh orang selain orang-orang yang mengikuti kegiatan konseling kelompok.

b. Asas kesukarelaan

Kehadiran, pendapat, usulan, ataupun tanggapan dari anggota kelompok harus bersifat sukarela, tanpa paksaan.

c. Asas keterbukaan

Keterbukaan dari anggota kelompok sangat diperlukan sekali. Jika keterbukaan ini tidak muncul maka akan terdapat keraguan-keraguan atau kekhawatiran dari anggota.

d. Asas kegiatan

Hasil layanan konseling kelompok tidak akan berarti bila konseli yang dibimbing tidak melakukan kegiatan dalam mencapai tujuan-tujuan bimbingan. Pemimpin kelompok hendaknya menimbulkan susunan agar konseli yang dibimbing mampu menyelenggarakan kegiatan yang dimaksud dalam penyelesaian masalah.

e. Asas kenormatifan

Dalam kegiatan konseling kelompok, setiap anggota harus dapat menghargai pendapat orang lain. Jika ada yang ingin mengeluarkan pendapat maka anggota yang lain harus mempersilangkannya terlebih dahulu atau dengan kata lain tidak ada yang berdebat.

f. Asas kekinian

Masalah yang dibahas dalam kegiatan konseling kelompok harus bersifat sekarang. Maksudnya, masalah yang dibahas adalah masalah yang saat ini sedang dialami yang mendesak, yang mengganggu keefektifan kehidupan sehari-hari, yang membutuhkan penyelesaian segera, bukan masalah dua tahun yang lalu ataupun masalah yang dialami waktu kecil.

Berdasarkan penjelasan tersebut dapat dipahami bahwa asas yang dipakai dalam layanan konseling kelompok adalah asas kerahasiaan, kesukarelaan, keterbukaan, kegiatan dan kenormatifan.

10. Langkah-langkah konseling kelompok

Supriatna (2011: 107) penyelenggaraan konseling kelompok memerlukan persiapan dan praktik pelaksanaan kegiatan yang memadai, dari langkah awal sampai dengan evaluasi dan tindak lanjut

a. Langkah awal

Langkah awal diselenggarakan dalam rangka penentuan kelompok sampai dengan mengumpulkan para peserta yang siap melaksanakan kegiatan kelompok. Langkah awal ini dimulai dengan penjelasan tentang adanya layanan konseling kelompok bagi para peserta didik, pengertian, tujuan dan kegunaan konseling kelompok. langkah selanjutnya mengumpulkan anggota kelompok yang langsung merencanakan waktu dan tempat menyelenggarakan konseling

b. Perencanaan kegiatan

Perencanaan kegiatan konseling kelompok meliputi perencanaan :

- 1) Sumber masalah untuk konseling kelompok
- 2) Tujuan yang ingin dicapai
- 3) Sasaran kegiatan
- 4) Rencana lainnya
- 5) Waktu dan tempat

c. Pelaksanaan kegiatan

Kegiatan yang telah direncanakan itu selanjutnya dilaksanakan melalui kegiatan sebagai berikut:

1) Persiapan menyeluruh yang meliputi persiapan fisik (tempat dan kelengkapannya), persiapan bahan, persiapan keterampilan, untuk penyelenggaraan konseling kelompok, guru pembimbing diharapkan mampu melaksanakan teknik-teknik berikut ini:

(a) Teknik umum yaitu “3M”, mendengar dengan baik, memahami secara penuh, merespon secara jelas dan positif.

(b) Keterampilan memberikan tanggapan, mengenal perasaan peserta, mengungkapkan perasaan sendiri, merefleksikan diri, keterampilan memberikan pengarahan, memberikan nasihat, informasi, bertanya secara langsung, mempengaruhi dan mengajak, mengonfrontasi, memberikan penafsiran, menegaskan masalah serta menyimpulkan.

2) Pelaksanaan tahap-tahap kegiatan

(a) Tahap 1 yaitu pembentukan:

- (1) Mengungkapkan pengertian dan tujuan konseling kelompok
- (2) Menjelaskan cara-cara dan asas-asas konseling kelompok
- (3) Saling memperkenalkan dan mengungkapkan diri
- (4) Permainan penghangatan atau pengakraban

(b) Tahap 2 adalah peralihan:

- (1) Menjelaskan kepada anggota kelompok mengenai kegiatan yang akan ditempuh pada tahap berikutnya.
- (2) Menawarkan atau mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya.

- (3) Membahas suasana yang terjadi
- (4) Meningkatkan kemampuan keikutsertaan anggota
- (5) Jika perlu kembali kebeberapa aspek pada tahap pertama/pembentukan

(c) Tahap 3 adalah kegiatan:

- (1) Pemimpin kelompok mengemukakan masalah yang akan dibahas dalam kelompok.
- (2) Menunjukan anggota yang mempunyai masalah untuk menyampaikan secara lebih rinci permasalahannya.
- (3) Tanya jawab antara anggota dan pemimpin kelompok tentang masalah yang dibahas
- (4) Anggota kelompok membahas permasalahan tersebut secara mendalam dan tuntas
- (5) Kegiatan selingan

(d) Tahap 4 adalah pengakhiran

- (1) Pemimpin kelompok menginformasikan bahwa kegiatan konseling kelompok akan segera diakhiri.
- (2) Pemimpin kelompok dan anggota kelompok membahas kegiatan untuk pertemuan selanjutnya.
- (3) Pemimpin kelompok mengucapkan terima kasih kepada seluruh anggota kelompok atas partisipasinya dalam kegiatan kelompok.

(4) Pemimpin kelompok dan anggota kelompok membentuk posisi melingkar dan kemudian berdoa bersama.

(5) Pemimpin kelompok dan anggota kelompok saling berjabat tangan sebagai tanda kegiatan konseling kelompok telah selesai atau berakhir.

11. Evaluasi kegiatan

penilaian kegiatan konseling kelompok difokuskan pada pengambilan keputusan oleh peserta didik dalam menyikapi permasalahan dan hal-hal yang dirasakan berguna. Isi kesan-kesan yang diungkapkan oleh para peserta merupakan isi penilaian sebenarnya.

12. Analisis dan tindak lanjut

Hasil penilaian kegiatan konseling kelompok perlu dianalisis untuk mengetahui lebih lanjut seluk beluk kemajuan peserta didik, dan perlu dikaji apakah hasil-hasil pembahasan dalam pemecahan masalah sudah dilakukan setuntas mungkin atau sebenarnya masih ada aspek-aspek yang belum dijangkau. Dalam analisis tersebut, satu hal yang menarik ialah analisis tentang kemungkinan dilanjutkannya pembahasan masalah yang telah dibahas sebelumnya. Usaha tindak lanjut mengikuti arah dan hasil analisis tersebut. Tindak lanjut tersebut dapat dilakukan melalui konseling kelompok pada pertemuan selanjutnya.

Pendapat di atas dapat dipahami bahwa konseling kelompok akan berjalan dengan baik apabila kelima langkah-langkah konseling kelompok di atas dapat dilaksanakan secara berurutan.

C. Pengaruh Konseling Kelompok dengan Teknik *Problem Solving* untuk Mengurangi Kecanduan *Game Online* pada Siswa.

Game online menjadi fenomena yang dahsyat dimasa modern saat ini. Kegemaran bermain *game online* dikalangan remaja menimbulkan berbagai pengaruh negatif dalam perkembangan remaja diantaranya menimbulkan kecanduan. Usaha yang telah dilakukan untuk mengatasi kecanduan *game online* berupa layanan bimbingan klasikal dan bimbingan kelompok belum dapat sepenuhnya mengentaskan masalah siswa yang mengalami kecanduan *game online*. maka dari itu diperlukan layanan yang tepat dalam menyelesaikan permasalahan yang dialami siswa dengan menerapkan konseling kelompok.

Tohirin (2007: 179) mengemukakan Konseling kelompok merupakan suatu proses membantu memecahkan masalah-masalah pribadi yang dialami oleh masing-masing anggota kelompok melalui kegiatan kelompok agar tercapai perkembangan yang optimal. Layanan konseling kelompok dalam hal ini tidak hanya satu dua orang akan tetapi lebih dari 5 orang

Konseling kelompok dipimpin oleh pemimpin kelompok atau peneliti dengan membahas permasalahan anggota kelompok dengan menciptakan suasana yang nyaman untuk anggota kelompok agar permasalahan yang dialami anggota dapat terentaskan. Dalam kegiatan ini anggota kelompok dapat saling bertukar pikiran tentang masalah yang dialami guna memunculkan sikap yang lebih positif.

Konseling kelompok yang dipilih peneliti adalah dengan menggunakan teknik *problem solving*. Teknik *problem solving* merupakan teknik dalam kognitif behaviorial yang mengajarkan orang cara untuk menangani masalah

dalam kehidupan sehari-hari mereka. Tujuan utamanya untuk mengidentifikasi solusi yang paling efektif untuk masalah yang dihadapi dan untuk memberikan pelatihan sistematis keterampilan kognitif.

Dilihat dari latar belakang sekolah dengan masih adanya siswa yang kecanduan *game online*, peneliti melakukan upaya untuk mengurangi kecanduan game pada siswa SMP Negeri 11 Magelang khususnya kelas VIII G dengan teknik *problem solving*. Rancangan pemberian treatment yaitu peneliti memberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *problem solving* yang didasarkan pada permasalahan siswa yang kecanduan *game online*.

Melalui kegiatan konseling kelompok dengan menggunakan teknik *problem solving* diharapkan perilaku kecanduan *game online* pada siswa dapat berkurang. Sehingga siswa mampu meningkatkan prestasi belajarnya di sekolah lebih disiplin dalam membagi waktu.

D. Penelitian yang Relevan

Penelitian ini mengenai pengaruh konseling kelompok dengan teknik *problem solving* terhadap kecanduan *game online* pada siswa kelas VIII G di SMP Negeri 11 Magelang. Berdasarkan eksplorasi peneliti, ditemukan beberapa tulisan yang berkaitan dengan penelitian ini.

Pertama adalah penelitian yang dilakukan oleh Wijayanti dengan judul penelitian “Penerapan Konseling Kelompok dengan Strategi Self-Management untuk Mengurangi Kebiasaan Bermain *Video Game* pada Siswa Kelas VIII E SMP Negeri 1 Ngadirojo-Pacitan”. Penelitian ini merupakan eksperimen dengan menggunakan konseling kelompok untuk mengurangi kebiasaan

bermain *video game*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa skor kebiasaan bermain *video game* mengalami penurunan dari sebelum *treatment* dan sesudah *treatment*.

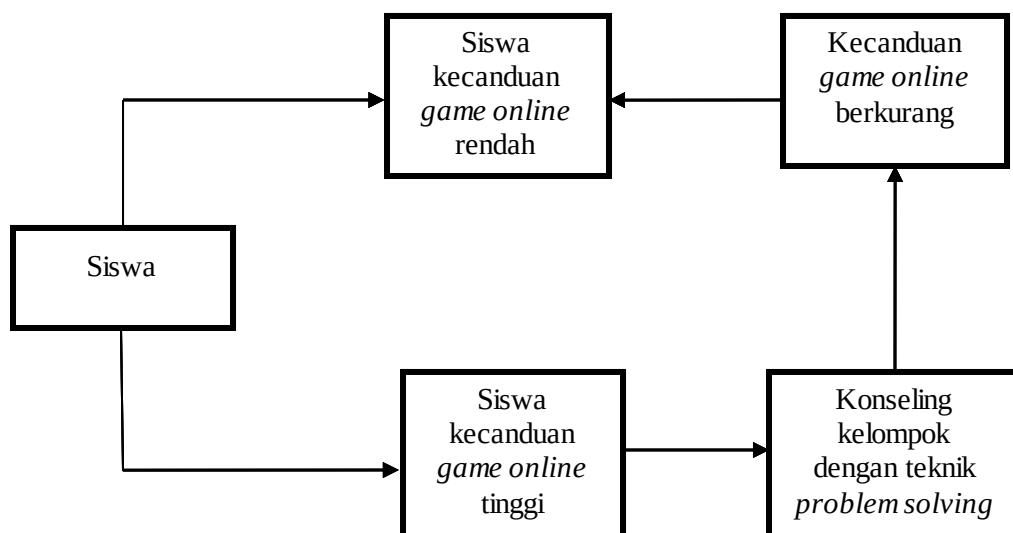
Kedua, Penelitian tentang penerapan strategi *problem solving* pernah dilakukan oleh Aulia dengan judul penelitian “Pengaruh Pemberian Layanan Bimbingan Kelompok Teknik *Problem Solving* Terhadap Konsentrasi Belajar Siswa Kelas VIII-L Pecandu *Game Online* Di SMP Negeri 10 Medan”. Penelitian ini dilakukan dengan menerapkan strategi *problem solving* terhadap konsentrasi belajar pada siswa pecandu *game online*. Hasil penelitian yang dilakukan dengan penerapan strategi *problem solving* memberikan pengaruh yang signifikan antara layanan bimbingan kelompok terhadap konsentrasi belajar siswa yang kecanduan *game online*.

Berdasarkan beberapa penelitian di atas memberikan gambaran bagi peneliti untuk mengkombinasikan layanan konseling kelompok dengan menggunakan teknik *problem solving* yang dipahami efektif untuk mengurangi kecanduan *game online* pada siswa. Karena konseling kelompok dengan teknik *problem solving* adalah suatu proses dimana seorang konselor dan sejumlah konseli terlibat dalam suatu hubungan melalui dinamika kelompok untuk membahas serta mengentaskan permasalahan yang dialami konseli secara bersamaan. Memberi strategi pada konseli yaitu mencari atau menemukan cara penyelesaian masalah yang dihadapi, diharapkan dapat mengurangi intensitas bermain *game online* yang berlebihan pada siswa sehingga kecanduan *game online* pada siswa menurun.

E. Kerangka Berfikir

Siswa yang mengalami kecanduan *game online* memunculkan dampak negative diantaranya adalah membuat siswa menjadi malas belajar, lupa akan tanggung jawab dengan tugas-tugas sekolah dan sebagainya. Di berikan layanan konseling kelompok dengan teknik *problem solving* agar perilaku kecanduan *game online* dapat berkurang.

Siswa SMP Negeri 11 Magelang siswa ada yang mengalami kecanduan *game online* rendah dan tinggi, bagi siswa yang mengalami kecanduan *game online* tinggi diberikan layanan konseling kelompok dengan teknik *problem solving*. Harapannya siswa yang mengalami kecanduan *game online* tinggi akan berkurang, setelah berkurang kecanduan *game online* akan menjadi rendah. Kerangka pemikiran dari penelitian ini dapat digambarkan sebagai berikut :



Gambar 1
kerangka berfikir

F. Hipotesis

Berdasarkan kajian teori dari kerangka berfikir di atas, hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah penggunaan teknik *problem solving* dalam konseling kelompok dapat mengurangi kecanduan *game online*.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian eksperimen. Desain penelitian yang digunakan yaitu eksperimen murni (*true experimental*). Model yang digunakan adalah model *pretest posttest control group design* dengan satu perlakuan pada kelompok eksperimen, kelompok kontrol untuk kelompok perbandingan. Desain yang digunakan dalam penelitian ini dapat diilustrasikan dalam tabel berikut:

Tabel 1
Desain penelitian eksperimen
pretest posttest control group design dengan satu perlakuan

<i>kelompok</i>	<i>Pretest</i>	<i>Treatment</i>	<i>Posttest</i>
Kelompok Eksperimen	O ₁	X	O ₂
Kelompok Kontrol	O ₃	-	O ₄

Keterangan :O₁ dan O₃(*Pretest*), X (*Treatment* Perlakuan),
- (Tidak diberi perlakuan), serta O₂ dan O₄(*Posttest*)

B. Identifikasi Variabel Penelitian

1. Teknik *problem solving* sebagai variabel Bebas (*Independent*) yaitu yang menjadi faktor yang mempengaruhi berkurangnya tingkat kecanduan *game online*
2. kecanduan *game online* sebagai variabel terikat yang dipengaruhi oleh teknik *problem solving*.

C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Konseling kelompok adalah proses pemberian bantuan kepada konseli secara berkelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan agar terentaskannya permasalahan yang dihadapi oleh konseli. *Problem solving* adalah salah satu teknik dalam mencari informasi, menganalisis situasi dan mengidentifikasi masalah dengan tujuan untuk menghasilkan alternatif sehingga dapat mengambil suatu tindakan keputusan untuk mencapai sasaran. Kecanduan *game online* adalah perilaku bermain *game online* yang dilakukan secara terus menerus yang sulit untuk dihentikan bertujuan untuk memuaskan diri, perilaku ini bersifat adiksi dan tidak sehat sehingga menimbulkan masalah dalam kehidupan sehari-hari.

D. Subyek Penelitian

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VIII G SMP Negeri 11 Magelang yang berjumlah 27 siswa.

2. Sampel

Subyek dalam penelitian ini adalah siswa VIII G SMP Negeri 11 Magelang yang mengalami kecanduan *game online* tinggi dengan jumlah 16 orang, 8 orang sebagai kelompok kontrol dan 8 orang sebagai kelompok eksperimen.

3. Teknik Sampling

Sampling dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* yang merupakan salah satu dari *Non-probability sampling*. *Purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu berdasarkan tujuan atau karakteristik yang telah ditentukan berdasarkan pengamatan guru BK. Karakteristik penunjang lain yang dimaksud adalah siswa kelas VIII G SMP Negeri 11 Magelang yang mengalami kecanduan *game online* tinggi berdasarkan pengukuran kuesioner skala kecanduan *game online*.

E. Setting Penelitian

Penelitian dilaksanakan di kelas VIII G SMP Negeri 11 Magelang yang beralamat di Jl.Tentara Genie Pelajar No. 20, RT. 01 / RW. 07, Potrobangsari, Magelang Utara, Kota Magelang.

F. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data adalah prosedur yang sistematis dan standar untuk memperoleh data yang diperlukan. Pengumpulan data dalam penelitian ini adalah wawancara dengan guru BK dan menyebarkan angket atau kuesioner kecanduan *game online*. Peneliti melakukan wawancara dengan guru BK yaitu Bapak Wiwit Purnomo S.Pd dengan hasil bahwa mayoritas siswa yang mengalami kecanduan *game online* yang tinggi rata rata adalah kelas VIII G. Menurutnyasiswa yang demikian cenderung pasif, malas, kurang bersosialisasi dan tidak konsentrasi serta tidur di dalam kelas saat proses pembelajaran. Kelas

yang akan disebar angket tryout yaitu kelas VIII G. Jenis angket yang digunakan adalah kuesioner tertutup yaitu kuesioner yang menghendaki jawaban pendek.

Angket ini menggunakan model skala Likert dengan 4 pilihan jawaban yaitu sangat sesuai (SS), sesuai (S), Tidak sesuai (TS) dan sangat tidak sesuai (STS) dengan penilain sebagai berikut :

Tabel 2
Penilaian Skor Angket Perilaku Kecanduan *game online*

Jawaban	ItemPositif	ItemNegatif
SS	4	1
S	3	2
TS	2	3
STS	1	4

Angket dikembangkan dalam kisi-kisi yang memuat tentang kecanduan *game online*, variabel, indikator serta jumlah masing-masing item positif dan item negatif. Sebelum angket digunakan untuk *pretest* dan *posttest* terlebih dahulu angket diuji validitas dan reliabilitasnya menggunakan *try out*.

G. Prosedur Penelitian

Prosedur penelitian dibagi menjadi tiga tahap yaitu persiapan penelitian, pelaksanaan penelitian dan penyusunan hasil penelitian.

1. Persiapan Penelitian

a. Pengajuan judul dan proposal penelitian

Peneliti mengajukan judul dilanjutkan dengan pengajuan proposal kepada dosen pembimbing.

b. Pengajuan kerja sama

Peneliti mengajukan surat ijin penelitian di SMP Negeri 11 Kota Magelang

c. Penyusunan instrumen penelitian

Metode pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan wawancara dan angket kecanduan *game online*

d. *Try out* instrumen

Pelaksanaan *try out* angket perilaku kecanduan *game online* dilakukan oleh siswa SMP Negeri 11 Magelang yang sesuai dengan kriteria kecanduan *game online* yang tinggi yaitu kelas VIII G.

1) Uji validitas instrumen

Suatu tes dikatakan valid apabila tes tersebut mengukur apa yang hendak diukur. Tes memiliki validitas yang tinggi jika hasilnya sesuai dengan kriteria, dalam arti memiliki kesejajaran antara tes dan kriteria. Analisis menggunakan bantuan program SPSS 23.0 *for windows*.

2) Uji reliabilitas instrumen

Reliabilitas instrumen merujuk kepada konsistensi hasil pengukuran data jika instrumen tersebut digunakan oleh orang atau sekelompok orang yang sama dalam yang berlainan atau jika instrumen tersebut digunakan oleh orang atau sekelompok orang yang berbeda dalam waktu yang sama atau dalam waktu yang berlainan. Karena hasilnya konsisten itu, maka instrumen

tersebut dapat dipercaya (reliable), atau dapat diandalkan. Reliabilitas instrumen akan diuji dengan menggunakan program komputer *SPSS (Statistical Package For The Social Sciences)* versi 23.0 for windows.

2. Pelaksanaan penelitian

a. Pelaksanaan pretest

- 1) Peneliti menjelaskan maksud dan tujuan pelaksanaan *pretest*
- 2) Membagikan angket untuk *pretest*
- 3) Menganalisis hasil *pretest* untuk menentukan tindak lanjut

b. Pelaksanaan pemberian layanan konseling kelompok

- 1) Menyiapkan RPL konseling kelompok yang akan diberikan.
- 2) Memberikan kegiatan konseling kelompok kepada kelompok perlakuan.
- 3) Evaluasi kegiatan pelatihan konseling kelompok
- 4) *Expert Judgement*

Adanya pengamat di luar peneliti yang turut memeriksa materi atau bahan yang digunakan untuk pemberian *treatment* atau perlakuan. Dalam penelitian ini, guru pembimbing SMP N 11 Kota Magelang bertindak sebagai pengamat (*expert judgement*) yang memberikan masukan atau penilaian terhadap materi atau bahan yang digunakan untuk pemberian *treatment* atau perlakuan.

c. Pelaksanaan *posttest*

- 1) Peneliti menjelaskan maksud dan tujuan pelaksanaan *posttest*

- 2) Membagikan angket untuk *posttest*
 - 3) Mengoreksi hasil pengisian angket *posttest* dan mentabulasikan sesuai dengan pedoman penelitian
 - 4) Menganalisis hasil *posttest* untuk menentukan tindak lanjut
 - 5) Memberikan hasil interpretasi pada hasil analisis tersebut
 - 6) Memberikan informasi hasil analisis kepada pihak sekolah
- d. Penyusunan hasil penelitian.

H. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam menganalisis data penelitian ini dilakukan secara kuantitatif dengan menggunakan *nonparametric Uji Mann Whitney* dengan bantuan komputer SPSS (*Statistical Pckage For The Social Sciences*) 23.00 for Windows Teknik analisis ini dipilih dengan alasan sampel penelitian yang relatif kecil yaitu 8 siswa pada kelompok eksperimen dan 8 siswa pada kelompok kontrol, untuk melihat perbedaan skor *pretest* dan *posttest* pada kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol sehingga diharapkan dapat diketahui ada pengaruh konseling kelompok dengan teknik *problem solving* untuk mengurangi kecanduan *game online* pada siswa.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Konseling kelompok adalah proses pemberian bantuan kepada konseli secara berkelompok yang bersifat pencegahan dan penyembuhan agar terentaskannya permasalahan yang dihadapi oleh konseli. *Problem solving* adalah salah satu teknik dalam mencari informasi, menganalisis situasi dan mengidentifikasi masalah dengan tujuan untuk menghasilkan alternatif sehingga dapat mengambil suatu tindakan keputusan untuk mencapai sasaran. Kecanduan *game online* adalah perilaku bermain *game online* yang dilakukan secara terus menerus yang sulit untuk dihentikan bertujuan untuk memuaskan diri, perilaku ini bersifat adiksi dan tidak sehat sehingga menimbulkan masalah dalam kehidupan sehari-hari.

Kesimpulan hasil penelitian ini adalah konseling kelompok dengan teknik *problem solving* dapat mengurangi kecanduan *game online* pada siswa di kelas VIII G SMP Negeri 11 Magelang tahun ajaran 2017/2018 dengan bukti tingkat penurunan 8,8 %.

B. Saran

1. Guru BK :

Untuk mengurangi kecanduan *game online* di sekolah diharapkan kepada guru BK untuk menerapkan konseling kelompok dengan teknik *problem solving*.

2. Peneliti Selanjutnya

Kepada peneliti selanjutnya bisa mengembangkan hasil penelitian dengan mengkaji lebih dalam untuk mengurangi kecanduan *game online* seperti dengan konseling kelompok dengan teknik *self-management* dan teknik *modeling*.

DAFTAR PUSTAKA

- Adhiputra, A.A.Ngurah. 2015. *Konseling Kelompok Perspektif Teori dan Aplikasi*. Yogyakarta: Media Akademi
- Putri, Dian Aulia. 2016. "Pengaruh Pemberian Layanan Bimbingan Kelompok Teknik *Problem Solving* Terhadap Konsentrasi Belajar Siswa Kelas VIII-L Pecandu *Game Online* Di SMP Negeri 10 Medan". *Skripsi*(Tidak Diterbitkan). Universitas Negeri Medan
- Fauziawati, Wieke. 2015. "Upaya Mereduksi Kebiasaan Bermain *Game Online* Melalui Teknik Diskusi Kelompok". *Jurnal penelitian*. Volume 4, No.2.
- Jinan, Miftahul. 2011. *Awas Anak Kecanduan Game Online*. Sidoarjo: Filla Press.
- Kunanto, Edi. 2014. *Konseling Kelompok*. Bandung : Alfabeta.
- Mulyono. 2012. *Strategi Pembelajaran*. Yogyakarta: UIN-Maliki Press
- Nurhidayati, Diana Dwi. 2016. "Peningkatan Pemahaman Manajemen Waktu Melalui Bimbingan Kelompok Dengan Teknik *Problem Solving* pada Siswa". *Jurnal penelitian*. Volume 5, No.1.
- Persada, Gita Adi,dkk. 2017. "Program Konseling Restrukturisasikognitif Untuk Mereduksi Kecenderungan Adiksi *Game Online* Pada Remaja".*Jurnal Penelitian*. Volume 1, No.1. Hlm. 79-92.
- Rini, Ayu. 2011. *Menanggulangi Kecanduan Game Online Pada Anak*. Jakarta: Pustaka Mina.
- Romlah, Tatiek. 2006. *Teori dan Praktek Bimbingan Kelompok*. Malang: Universitas Negeri Malang
- Setiawan, M.Andi."Model Konseling Kelompok Dengan Teknik *Problrm Solving* Untuk Meningkatkan Self-Efficacy Akademik Siswa". *Skripsi*. Universitas Negeri Semarang.(Tidak Diterbitkan)
- Santrock, John W. 2003. *Adolescence Perkembangan Remaja*. Jakarta : Penerbit Erlangga.
- Shoimin, Aris. 2014. *68 Model Pembelajaran Inovatif Dalam Kurikulum 2013*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media
- Sinambela, Lijan, Poltak. 2014. *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Yogyakarta: Graha Ilmu

- Suharman. 2005. *Psikologi Kognitif*. Surabaya : Srikandi
- Sukardi, Dewa Ketut. 2008. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta
- Supriatna,Mamat. 2013. *Bimbingan Dan Konseling Berbasis Kompetensi Orientasi Dasar Pengembangan Profesi Konselor*. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada
- Susanto, Budi. 2016. “Efektivitas Konseling Realitas dengan Teknik Role Playing untuk Mengurangi Kecanduan Game Online”. *Skripsi*(Tidak Diterbitkan). Universitas Muhammadiyah Magelang.
- Syahrani, Ridwan. 2015. “Ketergantungan Online Game Dan Penanggannya”. *Jurnal penelitian*. Volume 1, No.5. Hlm. 84-92.
- Tohirin. 2007. *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah*. Jakarta: PT Rajawali Pres.
- Wardani, Eka Apriliyani. 2016. “Pengaruh Metode Psikodrama Melalui Bimbingan Kelompok Terhadap Penurunan Bahaya Kecanduan Game Online”. *Skripsi* (Tidak Diterbitkan). Universitas Muhammadiyah Magelang.
- Wibowo, Mungin Edi. 2005. *Konseling Kelompok Perkembangan*. Semarang: UPT UNNES Press
- Wijayanti. 2013. “Penerapan Konseling Kelompok Dengan Strategi *Self-Management* Untuk Mengurangi Kebiasaan Bermain *Video Games*”. *Skripsi*(Tidak Diterbitkan). Universitas Negeri Surabaya.
- Yee, N. 2006. “The Demographics, Motivations and Derived Experiences Of Users Of Massively-Multiuser Online Graphical Environment Disorder.Cyberpsychology & Behavioral”. *Jurnal Penelitian*. Volume 1. No.3. Hlm. 237-244.