



**BIMBINGAN KELOMPOK DENGAN PENDEKATAN
BEHAVIORAL UNTUK MENGATASI KECANDUAN *GAME*
ONLINE
(STUDI KASUS ANAK-ANAK DESA TEMUAN SARI)**

¹Eva Elviana, ²Desy Seplyana

^{1,2} Institut Agama Islam (IAI) AL Azhaar Lubuklinggau

^{1,2} seplyana1709@gmail.com

Abstrak: *Game online mulai meningkat pesat dimasa milenial sekarang ini dengan didukung oleh perkembangan industri teknologi moderen yang selalu memberikan produk-produk game terbaru dan lebih seru. Kecanduan game online merupakan perilaku berlebihan untuk memainkan permainan secara online yang berdampak terhadap pembentukan perilaku maladaptif, tidak sesuai norma yang berlaku dimasyarakat. Salah satu jenis kecanduan game online adalah mendapatkan rasa senang saat bermain game online.maka dari itu Perlu adanya suatu bimbingan untuk mencegah kecanduan game online, salah satunya menggunakan bimbingan kelompok dengan pendekatan behavioral. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan behavioral untuk mencegah kecanduan game online pada anak-anak desa temuan sari dapat berjalan. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode wawancara, jenis penelitian ini deskriptif kualitatif. Penelitian deskriptif yaitu penelitian berusaha untuk mendeskripsikan suatu kondisi atau keadaan yang ada secara objektif berdasarkan data-data yang ada. Hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa bimbingan kelompok memberikan andil besar dalam mengurangi kecanduan game online di Desa Temuan Sari walaupun masih belum optimal. Dan pelaksanaan bimbingan kelompok dengan pendekatan behavioral untuk mengatasi kecanduan game online di desa temuan sari belum maksimal akan tetapi sudah ada peningkatan bagi anak-anak.*

Kata kunci: *Bimbingan Kelompok, pendekatan Behavioral, kecanduan Game online*

PENDAHULUAN

Di zaman modern, perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi seakan tidak pernah berhenti dalam menghasilkan produk-produk teknologi yang tidak terhitung jumlahnya. Dengan adanya media jaringan internet memudahkan setiap individu dalam berinteraksi dengan orang lain meskipun dengan jarak yang sangat jauh atau berinteraksi dengan orang lain yang berada di luar Negara.

Perkembangan industri ponsel pintar (*Smartphone*) yang biasa disebut dengan *gadget* juga berkembang sangat pesat dan menyeluruh di dunia termasuk di Indonesia.

Terlebih lagi banyak *smartphone* di era saat ini yang memiliki fitur untuk memudahkan bagi penggunaannya dan dibuat dengan desain yang menarik sehingga banyak diminati masyarakat. Seiring berkembangnya zaman, teknologi internet berkembang dengan pesat dan memiliki manfaat salah satunya sebagai hiburan yaitu bermain. Permainan yang menggunakan jaringan internet sering disebut dengan *game online*. Dalam *game online* terdapat beberapa jenis permainan yang sering dimainkan oleh kalangan anak-anak, remaja, dan orang dewasa yaitu *PUBG*, *Mobile Legend*, *Free Fire*, *ROS*, dan lain sebagainya. Aplikasi *game online* menjadi aplikasi baru yang banyak diminati masyarakat dari kalangan anak-anak, remaja, bahkan dewasa. Hal tersebut dapat dilihat dari maraknya *smartphone* yang dimiliki setiap orang sudah dilengkapi dengan aplikasi *game online*.

Perkembangan jaringan internet di dunia membawa pengaruh bagi anak-anak desa Temuan Sari, salah satunya perkembangan aplikasi *game online*. Permainan ini dapat membawa pengaruh negatif pada prestasi belajar anak-anak. Hal ini disebabkan permainan *game online* bersifat adiktif atau membawa candu bagi pengguna *game online*. Anak sekolah merupakan salah satu kelompok yang mudah terpengaruh dampak *game online*, waktu yang harusnya digunakan untuk istirahat, bermain, bahkan pada saat proses kegiatan belajar mengajar sedang berlangsung peserta didik dengan mudah memanfaatkan waktunya untuk bermain *game online* tersebut. Ketergantungan ini dapat menyebabkan perilaku negatif seperti bolos sekolah, sulit berkonsentrasi dalam belajar, sering membolos, bersikap acuh tak acuh, kurang peduli terhadap hal-hal yang terjadi disekitarnya, tidak mengerjakan tugas rumah (PR), dan mencuri uang untuk membeli *game* baru atau rasa tidak tenang pada saat tidak dapat mengakses permainan tersebut.¹ Beberapa fenomena tersebut dapat menjadi pemicu ketergantungan anak-anak terhadap *game online* dan menyebabkan kecanduan. Terdapat dua macam gejala adiksi *game online* yaitu fisik dan psikologis. Gejala fisik adalah sindrom carpal tunnel mata kering, mengalami sakit kepala dan punggung, makan tidak teratur, tidak peduli dengan kebersihan diri sendiri, dan gangguan tidur. Sedangkan gejala psikologis, adalah mengalami kesulitan berhenti bermain, merasa tertekan ketika tidak berhadapan dengan komputer, berbohong kepada orang tua dan guru mengenai aktivitasnya dan tanpa ada interaksi dengan teman sebaya.²

Dampak lain dari kecanduan *game online* dapat membuat seseorang tidak mengenal waktu sehingga meninggalkan sholat dengan sengaja hanya untuk bermain *game online*, menghabiskan uang untuk membeli item yang tersedia didalam *game*, membuat pribadi individu menjadi pemarah dan sering berkata kasar ketika kalah dalam bermain *game*, serta kecanduan *game online* menyebabkan banyak aktivitas yang terabaikan. Melihat fenomena tersebut, maka penyusun tertarik untuk melakukan penelitian “Bimbingan Kelompok Dengan Pendekatan Behavioral Untuk Mengatasi Kecanduan *Game Online* (Studi Kasus Pada Anak-Anak Desa Temuan Sari Musi Rawas).”

METODE PENELITIAN

¹ Tri Rizqi Ariantoro, “Dampak *Game Online* Terhadap Prestasi Belajar”, *JUTIM* Vol. 1 No. 1 (2016), h. 47.

² Mimi Ulfa, “Pengaruh Kecanduan *Game Online* Terhadap Perilaku Remaja Di Mabes *Game Center* Jalan Hr. Subrantas Kecamatan Tampar Pekanbaru”, *Jurnal Sosiologi Fakultas Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik Universitas Riau*, Vol. 4 No. 1 (Februari 2017), h.4.

Penelitian ini merupakan penelitian lapangan dengan jenis deskriptif kualitatif.³ Menurut Suharsimi Arikunto, “ Penelitian deskriptif Kualitatif adalah penelitian yang dimaksud untuk mengumpulkan informasi status gejala yang ada, yaitu keadaan gejala menurut apa adanya pada saat penelitian.⁴ Penelitian ini dilaksanakan di Desa Temuan Sari Kecamatan Muara Kelingi kabupaten Musi Rawas. Pertimbangan yang mendasari dilakukan penelitian di Wilayah Kecamatan Muara Kelingi Kabupaten Musi Rawas adalah dikarenakan peneliti ingin mengetahui bagaimana bimbingan kelompok dengan pendekatan *Behavior*. Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Januari sampai dengan bulan April 2021. Untuk memperoleh data yang valid, maka peneliti menggunakan teknik pengumpulan data berbagai jenis teknik, yaitu :Observasi, Wawancara dan Dokumentasi. Proses analisis data atau langkah-langkah analisis data dilakukan dengan cara dengan menelaah seluruh data yang tersedia berbagai sumber, yaitu wawancara, pengamatan yang sudah dituliskan dalam catatan lapangan, dokumen pribadi, dokumen resmi, gambar, foto, dan sebagainya. Kemudian analisis data dilakukan dengan menyusun satuan-satuan. Satuan-satuan tersebut kemudian dikategorisasikan sambil membuat koding dan terakhir dengan mengadakan pemeriksaan keabsahan data. Sedangkan teknik keabsahan data dilakukan dengan triangulasi sumber dan triangulasi data .

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari hasil penelitian dapat diketahui bahwasanya `Bimbingan kelompok dengan pendekatan Behavioral untuk mengatasi kecanduan *game online* yaitu dengan menerapkan beberapa layanan bimbingan sesuai kebutuhan anak-anak seperti menerapkan bimbingan kelompok sesuai permasalahan kecanduan *game online* yang dilakukan anak-anak, melakukan kerjasama dengan orang tua untuk mencapai tujuan yang diinginkan bersama, dengan melakukan pendekatan behavioral dengan teknik pembentukan tingkah laku (*shaping*), pemberian hadiah (*token economy*). Karena pendekatan ini mampu menumbuhkan kesadaran bagi diri anak-anak untuk melakukan hal-hal yang positif dan bermanfaat bagi dirinya, dan niat anak-anak melakukan penyalahgunaan teknologi dan internet untuk berubah sehingga dapat menghilangkan ketergantungan anak-anak terhadap kecanduan *Game Online* yang bisa merusak kesehatan mental dan pola pikirnya seperti tidak mau belajar, mudah marah, stres, dalam pendekatan behavioral ini mampu mengatasi kecanduan *game online* lebih terpusat kepada anak-anak, untuk menekankan orang tua untuk lebih memperhatikan anak-anak dalam menggunakan Gadget. Bimbingan kelompok dengan pendekatan Behavioral pada anak-anak terhadap kecanduan *game online* dilakukan untuk pembentukan tingkah laku dan memberi hadiah kepada anak-anak setelah melakukan kegiatan positif untuk menghilangkan kecanduan *game online*. Sebelum melakukan bimbingan kelompok kepada anak-anak terlebih dahulu melakukan *need asesment* kemudian menentukan pendekatan yang tepat untuk digunakan dan membantu pribadi seorang anak dalam mengentaskan kesulitan pada anak-anak.

Behavioral sering pula disebut mempelajari tentang tingkah laku manusia yang menekankan pada pentingnya pendekatan sistematis dan terstruktur pada

³Julia Brannem, *Memadu Metode Penelitian, Kualitatif dan Kuantitatif*, (Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2005), h. 13

⁴Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik Edisi revisi*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2006), h. 309

konseling.pendekatan behavioral berpandangan bahwa setiap tingkah perilaku dapat dipelajari.

Pendekatan ini mendorong orang tua untuk dapat membentuk tingkah laku anak, serta kepribadian yang positif, maka untuk membentuk tingkah laku yang baik diperlukan kepedulian orang tua maupun lingkungan sekitarnya. Dengan demikian anak-anak akan terbuka dengan permasalahannya, memecahkan masalahnya dengan dukungan dari orang tua, lingkungan dan bimbingan kelompok.

Dalam bimbingan kelompok dengan pendekatan behavioral untuk mengatasi kecanduan *game online* mampu membantu anak-anak yang kecanduan *game online* untuk pulih dari keadaan semula yang ketergantungan terhadap *game online* yang menyebabkan turunya kesehatan Fisik maupun psikis dengan menggunakan layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan behavioral berbeda dengan pendekatan bimbingan kelompok yang lainnya. Dengan pendekatan ini orang tua hanya menjadi fasilitator dan orang tua ditugaskan untuk membantu anak-anak menjadi aktif menentukan solusi yang tepat bagi dirinya sendiri. Anak yang dikatakan sehat dapat berkembang penuh dan dapat mengalami proses hidupnya tanpa hambatan.

Pendekatan *behavioral* sangat cocok untuk perilaku anak-anak yang menyimpang. Sehingga peneliti menggunakan pendekatan behavioral. Peneliti menemukan beberapa anak-anak yang kecanduan game online. Yang telah dilakukan aktivitas bimbingan kelompok dengan pendekatan behavioral, karena dianggap pendekatan ini mampu menumbuhkan kesadaran diri dan niat para penyalah gunaaan teknologi untuk berubah sehingga dapat menghilangkan ketergantungan terhadap *game online* yang bisa merusak kesehatan dan pola pikirannya, seperti bergadang, dalam pendekatan behavioral ini aktifitas bimbingan kelompok dengan pendekatan behavioral lebih terpusat pada anak-anak yang berbeda dari pendekatan bimbingan kelompok dengan pendekatan behavioral yang lebih menekankan orang tua lebih aktif pada saat proses pemberian bimbingan kelompok pada anak-anak.

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari data yang telah diuraikan pada bagian sebelumnya melalui wawancara,observasi dan dokumentasi bahwa bimbingan kelompok dengan pendekatan *Behavioral* untuk mengatasi kecanduan *game online* (studi kasus anak-anak Desa Temuan Sari) sudah mampu meminimalisi intensitas perilaku bermasalah yang dihadapi. Konseli juga sudah mempunyai bekal pengetahuan yang didapat dari bimbingan kelompok .

Keberhasilan bimbingan kelompok dengan pendekatan behavioral untuk mengatasi kecanduan *game online* antara lain sebagai berikut:

- a. Orang tua merasa anak-anak mereka sudah mau belajar kembali dan jarang memainkan handpone.
- b. Anak-anak sangat antusias dan senang saat bimbingan kelompok berlangsung.
- c. Sudah ada perubahan pada anak-anak setelah mengikuti bimbingan kelompok.
- d. Anak-anak sudah mulai mau belajar kembali dan melakukan kegiatan positif lainnya.
- e. Anak-anak mengganti kegiatan mereka dari berkumpul untuk memainkan *game online* menjadi kegiatan berkumpul untuk belajar bersama
- f. Anak-anak secara perlahan sudah bisa mengatasi kecanduan *game online* yang sedang dialami oleh mereka.
- g. Anak-anak sudah sangat jarang bahkan hampir tidak pernah lagi memainkan *game online* karena mereka sudah sibuk dengan kegiatan yang positif yang mereka lakukan.

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian dapat diketahui bahwasanya Dari hasil penelitian dan analisis yang telah dipaparkan, maka peneliti dapat mengambil kesimpulan bahwa Bimbingan Kelompok dengan pendekatan Behavior untuk mengatasi kecanduan *Game Online* Studi kasus Anak-anak Desa Temuan Sari dimulai dengan pembelajaran online selama adanya pandemi covid-19 adalah sebagai berikut:

Sebelum melakukan proses bimbingan peneliti melakukan pendekatan terlebih dahulu kepada anak-anak untuk mengetahui permasalahan mereka terlebih dahulu, setelah mengetahui permasalahan yang mereka alami barulah peneliti melakukan bimbingan kelompok dengan menggunakan pendekatan behavioral, dalam proses bimbingan kelompok peneliti menggunakan dua teknik yakni teknik pembentukan tingkah laku (*shaping*) dan kartu berharga (*token economy*) sesuai dengan permasalahan yang sedang mereka hadapi. Setelah melakukan beberapa kali proses bimbingan Maka dengan demikian kecanduan *game onlie* yang dialami oleh anak-anak mengalami penurunan dan terdapat perubahan setelah diberikan layanan bimbingan kelompok dengan menggunakan pendekatan Behavioral.

Adapun hasil dari penelitian bimbingan kelompok dengan pendekatan behavioral untuk mengatasi kecanduan *game online* adalah sebagai berikut:

1. Orang tua merasa anak-anak mereka sudah mau belajar kembali dan jarang memainkan handpone.
2. Anak-anak sangat antusias dan senang saat bimbingan kelompok berlangsung.
3. Sudah ada perubahan pada anak-anak setelah mengikuti bimbingan kelompok.
4. Anak-anak sudah mulai mau belajar kembali dan melakukan kegiatan positif lainnya.
5. Anak-anak mengganti kegiatan mereka dari berkumpul untuk memainkan *game onlie* menjadi kegiatan berkumpul untuk belajar bersama
6. Anak-anak secara perlahan sudah bisa mengatasi kecanduan *game online* yang sedang dialami oleh mereka.
7. Anak-anak sudah sangat jarang bahkan hampir tidak pernah lagi memainkan *game online* karena mereka sudah sibuk dengan kegiatan yang positif yang mereka lakukan.

REFERENSI

- Arikunto Suharsimi, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, Jakarta: Bina Aksara, 1998
- Ariantoro Tri Rizqi, *Dampak Game Online Terhadap Presentasi Belajar*, (Jutim), 2016
- Annuryatin Putri Agus Solihin, *Penerapan Teknik Self Control Untuk Mengurangi Kecanduan Game Online Siswa Kelas IX SMKN 1 Diyorejo (Skripsi Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Surabaya)*, 2006
- Brannem Julia, *Memadu Metode Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif*, Yogyakarta: Pustaka Belajar, 2005
- Corey Gareld, *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*, Bandung: PT Refika Aditama, 2013
- Fauziawati Wieke, *Upaya Mereduksi Kebiasaan Bermain Game Online Melalui Teknik Diskusi Kelompok*, (Jurnal Psikopedagogia), 2015
- Khotimah Husnul, *Pengaruh Konseling Kelompok dengan Pendekatan Behavioral Teknik Self Control Diri untuk Mengurangi Kecanduan Game Online pada siswa X TKR SMK Muhammadiyah Grojogompi*, (Skripsi Program Pendidikan dan Sejarah, Universitas PGRI Banyu Wangi, 2013).
- Komalasari Gantina, *Teori dan Teknik Konseling*, Jakarta: PT Refika Aditama, 2018
- Lee Eun Jin, *Acase Study of Internet Game Addiction*, Jurnal of Addiction Nursing, 2011 No 22
- Lamongga Namoral, *Memahami Dasar-Dasar Konseling Dalam Teori dan Praktik*, Jakarta: Kharisma Putra Utama, 2011
- Masyita Alfin Rizal, *Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Kecanduan Game Online Pada Remaja Data 2 Malang*, (Skripsi Program Pendidikan Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, 2006).
- Moleong lexy J, *Metode Penelitian Kualitatif*, Bandung: PT Remaja Resdakara, 2011
- Prayitno, *Layanan Bimbingan Konseling Kelompok Dasar dan Profil*, Jakarta: Ghalis Indonesia, 1995
- Saidah, *Pengantar Pendidikan*, Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2016
- Smart Aqqila, *Cara Cerdas Mengatasi Anak Kecanduan Game*, Yogyakarta: A Plus Books, 2015
- Sugiono, *Metode Penelitian Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, Bandung: Alfabeta, 2012
- Sukardi Ketut, Nela Kusmawati, *Proses Bimbingan Konseling Di Sekolah*, Jakarta: PT Renika Cipta, 2008

Suratmat winarto, *Pengantar Metodologi Ilmiah*, Bandung: Tarsito, 1982
Syah Muhibbin, *Psikologi Belajar*, Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2016

Ulfa Mimi, *Pengaruh Kecanduan Game Online Terhadap Perilaku Remaja Dimabes Game Cente*
, *Jurnal Sosiologi Fakultas Ilmu Politik Universitas Riau*, Vol 4 no1

Winke. Ws, *Bimbingan dan Konseling Di Industri Pendidikan*, Jakarta: Gramedia, 1989

