

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pada era modern seperti sekarang ini, fenomena *game online* sangat populer di kalangan masyarakat. Mulai dari anak-anak, remaja, bahkan orang dewasa gemar memainkan *game online*. Permainan ini biasanya dimainkan di komputer, maupun *gadget*. *Game online* hanya bisa dimainkan apabila perangkat komputer atau *gadget* terhubung dengan jaringan internet. Melalui jaringan internet semua orang dapat mengakses berbagai hal yang mereka inginkan dengan mudah, termasuk bermain *game online*. Selain itu keberadaan warung internet atau yang biasa disebut dengan warnet pula menjadi salah satu alternatif lain bagi para pemain *game online* yang tidak memiliki komputer atau *gadget* pribadi.

Keberadaan *game online* sudah tidak asing lagi di kalangan masyarakat, karena perkembangannya semakin pesat. Bahkan kini *game online* dapat dengan mudah ditemukan di berbagai wilayah, baik di penjuru kota maupun desa. Maka tak heran jika pada usia anak-anak dan remaja sudah mengenal *game online*, bahkan mengalami kecanduan *game online*.

Kecanduan dalam bermain *game online* tidak hanya terjadi pada kalangan remaja saja, melainkan semua orang yang gemar memainkan *game online* dalam jangka waktu yang lama dan terus menerus. Bahkan *game online* dapat

mengakibatkan para pemainnya larut dalam permainan tersebut hingga lupa waktu. Hal tersebut sesuai dengan penelitian awal yang peneliti lakukan di warnet (warung internet) yang berada di Kelurahan Sumur Pecung Kota Serang.

Pada penelitian awal tersebut, peneliti mewawancarai 5 remaja berstatus pelajar yang mengalami kecanduan *game online*. Berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan kelima remaja pecandu *game online* tersebut, mereka mengemukakan bahwa sering bermain *game online* hingga mengalami kecanduan. Responden mulai mengalami kecanduan *game online* pada waktu yang berbeda-beda, 1 responden mulai mengalami kecanduan sejak kelas 5 SD (Sekolah Dasar), 1 responden mengalami kecanduan *game online* sejak kelas 6 SD (Sekolah Dasar), dan 3 responden kecanduan *game online* sejak kelas 1 SMP (Sekolah Menengah Pertama). Kecanduan *game online* yang mereka alami tersebut berawal ketika teman dan anggota keluarganya mengajak ke warnet (warung internet) untuk bermain *game online*.

Awalnya para responden mau diajak bermain *game online* hanya untuk mencari kesenangan/hiburan semata. Namun lama kelamaan, kesenangan terhadap *game online* tersebut berubah menjadi kecanduan yang cukup sulit dihilangkan pada diri mereka. Ketika bermain *game online*, para responden mampu menghabiskan waktu berjam-jam hanya untuk bermain *game online*. Waktu yang dihabiskan mereka untuk bermain *game online* mulai dari 1-10 jam perhari, bahkan pernah ada yang dua hari dua malam. Hari yang mereka gunakan untuk bermain *game online* juga berbeda-beda, ada yang bermain setiap hari dan

ada pula yang main hanya pada hari libur saja seperti hari Minggu. Akibat dari kecanduan tersebut, mereka jadi malas belajar, boros, sulit diatur dan lain sebagainya.¹

Pada dasarnya bermain *game online* merupakan suatu hal yang positif jika dimainkannya tidak berlebihan dan tidak mengganggu kegiatan lainnya. Namun apabila bermain *game online* sampai melampaui batas bahkan sampai meninggalkan kegiatan yang lain, tentunya hal tersebut menjadi suatu hal yang negatif dan perlu ditangani. Sebagaimana dalam firman Allah SWT yang melarang umat-Nya berperilaku berlebihan terdapat dalam Al-Qur'an surat Al-a'raf (7): 31 yang artinya : “Wahai anak cucu Adam, pakailah pakaianmu yang bagus pada setiap (memasuki) masjid, makan dan minumlah, tetapi jangan berlebihan. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang yang berlebih-lebihan.” Isi kandungan ayat tersebut menjelaskan bahwa sesuatu yang dilakukan secara berlebihan itu tidak disukai oleh Allah SWT, sama halnya seperti bermain *game online* yang dilakukan secara berlebihan hingga menyebabkan kecanduan.

Adapun ayat Al-Qur'an yang menjelaskan hukuman bagi orang yang melanggar ketentuan Allah SWT, yakni terdapat dalam surat An-Nisa (4): 14 yang artinya:” Dan barangsiapa yang mendurhakai Allah dan Rasul-Nya dan melanggar ketentuan-ketentuan-Nya, niscaya Allah memasukkannya ke dalam api neraka sedang ia kekal di dalamnya dan baginya siksa yang menghinakan.” Isi

¹Wawancara dengan responden EP, R, A, ST, dan E, pada 23-24 Januari 2018 pukul 15.30 dan 14.30 WIB di Warnet Kelurahan Sumur Pecung Kota Serang

kandungan ayat tersebut menjelaskan bahwa seseorang yang melanggar ketentuan Allah SWT, maka orang tersebut akan dimasukkan ke dalam neraka dan di siksa. Bermain *game online* secara berlebihan termasuk melanggar ketentuan Allah SWT yang sudah jelas tidak disukai oleh Allah SWT dan hukumannya yaitu mendapatkan siksa di neraka.

Berdasarkan isi kandungan ayat Al-Qur'an tersebut dan fenomena kecanduan *game online* yang dialami oleh remaja, peran seorang pembimbing atau konselor diperlukan guna membantu masalah kecanduan *game online* yang dialami oleh remaja. Konselor berupaya membantu klien sesuai dengan bidang ilmu pengetahuan yang dimiliki. Terkait masalah kecanduan *game online* yang dialami remaja tersebut, peneliti bermaksud melakukan penelitian dengan menggunakan pendekatan behaviorisme untuk membantu mengatasi remaja yang kecanduan *game online*. Pendekatan behaviorisme menerapkan prinsip-prinsip belajar untuk mengubah tingkah laku bermasalah dengan cara-cara yang lebih adaptif. Teknik yang peneliti gunakan dalam pendekatan behaviorisme ini yaitu teknik aversi. Teknik tersebut digunakan untuk meredakan tingkah laku yang bermasalah dengan melibatkan pemberian stimulus yang menyakitkan atau menakutkan hingga tingkah laku bermasalah tersebut tidak dilakukan kembali.²

²Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*, (Bandung: Refika Aditama, 2013),p.193-215.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti bermaksud melakukan penelitian dengan judul “**Teknik Aversi dalam Mengatasi Remaja Pecandu *Game Online* (Studi Kasus di Warnet Kelurahan Sumur Pecung Kota Serang)**”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu:

1. Apa penyebab remaja kecanduan *game online*?
2. Bagaimana tingkat kecanduan *game online* yang terjadi pada remaja?
3. Bagaimana teknik aversi dalam mengatasi remaja pecandu *game online*?

C. Tujuan

Dari permasalahan di atas, maka tujuan penelitian ini yaitu:

1. Untuk mengetahui penyebab remaja kecanduan *game online*.
2. Untuk mengetahui tingkat kecanduan *game online* yang terjadi pada remaja.
3. Untuk mengetahui teknik aversi dalam mengatasi remaja pecandu *game online*.

D. Manfaat

Berdasarkan tujuan di atas, maka manfaat penelitian ini yaitu:

1. Manfaat teoretis

Secara akademis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan keilmuan bagi pengembangan ilmu pengetahuan terutama mengenai Bimbingan Konseling Islam.

2. Manfaat praktis

a. Bagi peneliti

Agar peneliti dapat memberikan sumbangan pemikiran ilmiah melalui penelitian ini, sehingga peneliti dapat menambah pengalaman serta pengetahuan dalam bidang Bimbingan Konseling Islam, khususnya yaitu penerapan teknik *aversi* dalam mengatasi remaja pecandu *game online*.

b. Bagi masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran bagi masyarakat mengenai peran Bimbingan Konseling Islam dalam mengaplikasikan teknik *aversi* dalam mengatasi remaja pecandu *game online*. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi pembaca serta dapat dijadikan sebagai referensi penelitian selanjutnya.

c. Bagi akademis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan ilmu pengetahuan serta dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan atau rujukan dalam mengembangkan karya-karya ilmiah.

E. Telaah Pustaka

Kajian mengenai kecanduan *game online* telah dilakukan oleh beberapa peneliti, diantaranya yaitu:

Pertama, Awiya Rahma, dalam skripsi Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Muhamaddiyah Surakarta tahun 2018 yang berjudul “Interaksi Sosial Pada Remaja Kecanduan *Game Online* di Surakarta”. Penelitian tersebut menggunakan metode penelitian kualitatif yang mendeskripsikan interaksi sosial pada remaja yang kecanduan *game online* di Surakarta. Metode pengumpulan data yang digunakan yaitu observasi dan wawancara. Hasil dari penelitian tersebut, ada berbagai interaksi sosial yang dilakukan para *gamers* atau pemain game diantaranya yaitu: belajar berkehidupan di masyarakat, menjalin tali silaturahmi dan menjalin kerjasama. Cara komunikasi yang dilakukan para *gamers* yaitu secara langsung dengan lawan bicara atau melalui media sosial. Kegiatan interaksi yang dijalin yakni: menanyakan kabar, *sharing* mengenai mata kuliah dan organisasi. Interaksi sosial *gamers* di lingkungan masyarakat seperti ikut serta dalam kegiatan kerja bakti, membantu orang tua, kegiatan pramuka dan mentoring membuat *gamers* tidak dianggap pasif dan pendiam.³

Perbedaan skripsi Awiya dengan penelitian skripsi ini, yaitu pada metode penelitian, lokasi penelitian dan subjek penelitian. Skripsi Awiya menggunakan metode penelitian kualitatif sedangkan pada skripsi ini menggunakan metode penelitian kualitatif berupa tindakan. Selain itu, lokasi penelitian pada skripsi Awiya yaitu di Surakarta, sedangkan pada skripsi ini

³Awiya Rahma, *Interaksi Sosial Pada Remaja Kecanduan Game Online di Surakarta*, (skripsi Universitas Muhamaddiyah Surakarta, 2018) diakses dari <http://eprints.ums.ac.id> pada 31 Juli 2018.

lokasi penelitiannya di warnet Kelurahan Sumur Pecung Kota Serang dengan subjek penelitian yang berbeda.

Kedua, Kukuh Azhari Ismail, dalam skripsi Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang tahun 2016 yang berjudul “Fenomena Permainan *Game Online Defense Of The Ancients (DOTA 2)* Pada Prestasi Akademik Mahasiswa Perguruan Tinggi di Kota Malang”. Penelitian tersebut menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif yang menjelaskan fenomena permainan *game online* dota 2 yang sedang populer dan sangat digemari mahasiswa. Adapun tujuan yang hendak dicapai yaitu untuk menjelaskan fenomena permainan *game online* dota 2 di kalangan mahasiswa dan dampaknya terhadap prestasi akademik mahasiswa tersebut.

Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu observasi, wawancara, dan dokumentasi. Hasil analisis yang diperoleh dari penelitian tersebut menyimpulkan fenomena permainan *game online* dota 2 di kalangan mahasiswa perguruan tinggi kota Malang sangat digemari karena *game* tersebut bersifat strategi, dapat bertemu dan berkenalan dengan banyak teman, seru sekaligus menantang. Disamping sisi positif dari permainan *game online* dota 2, ada pula sisi negatifnya yaitu menyebabkan kecanduan yang berdampak pada prestasi akademik mahasiswa.

Cara yang digunakan untuk mengatasi kecanduan *game online* dota 2 dikalangan mahasiswa tersebut, yakni dengan merancang kembali target

kuliah, mengisi waktu luang dengan hal yang bermanfaat, mengurangi pergaulan dengan para pemain *game*, memikirkan dampak buruk dari bermain *game*, mahasiswa diberi pemahaman agar memiliki pemikiran untuk berhemat, dan memperkuat hubungan dengan Allah SWT. Hasil dari penelitian tersebut kembali kepada masing-masing individu itu dalam menyikapi kecanduannya pada *game online* dota 2. Ada mahasiswa yang sulit membagi waktu antara bermain *game online* dan kuliahnya. Ada pula mahasiswa yang bisa membagi waktu antara bermain *game online* dan tugas kuliah karena akan berdampak pada prestasi akademiknya.⁴

Perbedaan skripsi Kukuh dengan penelitian skripsi ini, terdapat pada jenis permainan *game online*, dan teknik yang digunakan. Skripsi Kukuh cenderung memfokuskan penelitiannya pada jenis *game online defense of the ancients* (dota 2). Selain itu, teknik yang digunakanpun tidak spesifik. Sedangkan pada penelitian skripsi ini, tidak memfokuskan pada jenis *game* nya, melainkan berfokus pada efektivitas teknik aversi dalam mengatasi remaja pecandu *game online*.

Ketiga, Fatychaeny Fatma Fa'iza, dalam skripsi prodi Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta tahun 2017 yang berjudul "Konseling Individu

⁴Kukuh Azhari Ismail, *Fenomena Permainan Game Online Defense Of The Ancients (Dota2) Pada Prestasi Akademik Mahasiswa Perguruan Tinggi Di Kota Malang*, (Skripsi, Universitas Islam Negeri Islam Maulana Malik, 2016) diakses dari <http://etheses.uin-malang.ac.id/3814/1/09130036.pdf>, pada 23 Januari 2018, pukul 21.10 WIB).

Terhadap Siswa Pecandu *Game online* Di MTs Ali Maksum Yogyakarta". Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian tersebut ialah penelitian kualitatif dengan menggunakan jenis *field research* (penelitian lapangan). Penelitian tersebut membahas mengenai teknik konseling individu untuk mengatasi siswa yang kecanduan *game online*. Kecanduan yang dialami siswa kelas VIII mengakibatkan prestasi siswa menurun bahkan sering tidak mengikuti kegiatan sekolah. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah observasi, wawancara, dan dokumentasi guna memperoleh informasi sesuai dengan yang dibutuhkan. Subjek penelitiannya yaitu guru Bimbingan Konseling dan 5 siswa kelas VIII MTs Ali Maksum Yogyakarta.

Tahap-tahap pemberian bantuan yang diberikan oleh guru Bimbingan Konseling terhadap 5 siswa pecandu *game online*, meliputi: analisis, sintesis, prognosis, konseling, dan *follow up*. Pada tahap pertama yakni tahap analisis menggunakan alat ungkap data seperti pedoman wawancara dan pedoman observasi. Pada tahap kedua, sintesis dilakukan dengan melibatkan beberapa sumber baik itu wali kelas, guru mata pelajaran, guru piket, dan teman. Tahap ketiga, diagnosis diperoleh dari penyebab siswa menjadi kecanduan karena merasa suntuk dengan kegiatan di sekolah. Keempat, prognosis dilakukan dengan membuat langkah-langkah yang akan dilakukan kepada siswa sesuai dengan masalah yang dialami siswa tersebut. Kelima, guru Bimbingan Konseling menerapkan teknik konseling individu dengan tujuan untuk membantu siswa menyelesaikan masalahnya dalam hal ini masalah kecanduan

game online. Tahap terakhir yaitu *follow up*, guru Bimbingan Konseling memantau kondisi siswa setelah dilakukannya proses konseling.⁵

Skripsi Fatychaeny tersebut berbeda dengan penelitian skripsi ini dari sisi teknik yang digunakan, subjek penelitian, dan lokasi penelitian. Skripsi Fatychaeny, menggunakan teknik konseling individu sebagai metode mengatasi masalah kecanduan pada siswa. Selain itu subjek penelitiannya berbeda dan lokasi penelitiannya bertempat di MTs Ali Maksum Yogyakarta. Sedangkan penelitian skripsi ini menggunakan pendekatan behaviorisme dan teknik aversi. Subjek penelitian skripsi ini yaitu remaja madya atau pertengahan yang berumur 15-18 tahun dan lokasi penelitiannya di Kelurahan Sumur Pecung Kota Serang.

Jadi, dari ketiga skripsi tersebut memiliki perbedaan dan persamaan dengan penelitian skripsi ini. Letak perbedaannya yaitu dari sisi teknik yang digunakan, subjek penelitian, dan lokasi penelitian. Sedangkan sisi persamaannya terletak pada fokus masalah yang bertujuan untuk mengatasi masalah kecanduan *game online* pada responden.

F. Kerangka Teori

1. Teknik Aversi dalam Pendekatan Bimbingan Konseling Behaviorisme

Behaviorisme adalah suatu aliran psikologi yang dirumuskan oleh John B. Watson. Aliran behaviorisme memandang bahwa setiap perilaku manusia

⁵Fatychaeny Fatma Fa'iza, *Konseling Individu Terhadap Siswa Pecandu Game Online Di MTs Ali Maksum Yogyakarta*, (Skripsi, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2017).(diakses dari <http://digilib.uin-suka.ac.id> pada 25 Januari 2018, pukul 20.35 WIB.

merupakan hasil belajar yang diperoleh dari lingkungan.⁶ Behaviorisme merupakan pandangan ilmiah tentang tingkah laku manusia. Aliran ini menganggap bahwa setiap manusia memiliki kecenderungan untuk berperilaku positif dan negatif yang sama. Perilaku manusia tersebut dibentuk dan dipengaruhi oleh lingkungan sosial budaya tempat tinggal mereka.

Kondisi lingkungan yang baik, cenderung akan mempengaruhi seseorang untuk berperilaku baik. Begitu pula sebaliknya, apabila kondisi lingkungannya buruk, hal tersebut juga dapat mempengaruhi seseorang untuk berperilaku buruk. Kaum behaviorisme membuat argumen bahwa manusia dikendalikan oleh kekuatan-kekuatan eksternal atau kekuatan dari luar dirinya. Hal tersebut dapat diamati dari perilaku seseorang yang dipengaruhi oleh lingkungan. Menurut Watson, yang dikutip oleh Alex Sobur menyatakan bahwa ada 2 kategori tingkah laku didalam diri manusia, yaitu *covert behavior* (tingkah laku tertutup) dan *overt behavior* (tingkah laku terbuka).

Covert behavior (tingkah laku tertutup) adalah tingkah laku yang tidak dapat diamati dan dilihat secara langsung oleh orang lain, contohnya yaitu berpikir. Sedangkan *overt behavior* (tingkah laku terbuka) adalah tingkah laku yang dapat diamati dan dilihat secara langsung oleh orang lain, contohnya yaitu berjalan. Perilaku yang dianalisis dalam behaviorisme ialah perilaku yang

⁶Abdul Rahman Shaleh, *Psikologi Suatu Pengantar Dalam Perspektif Islam*, (Jakarta: Kencana, 2008), p. 35-37.

ditampilkan saja dan dapat diamati secara langsung atau tingkah laku terbuka.⁷

Ada beberapa ciri-ciri behaviorisme atau terapi tingkah laku, yaitu: terapi berpusat pada tingkah laku yang dapat diamati dan spesifik, menguraikan tujuan-tujuan *treatment*, merumuskan prosedur *treatment* yang spesifik sesuai dengan masalah klien dan penaksiran objektif atas hasil-hasil terapi.⁸ Uraian dari ciri behaviorisme tersebut yaitu: terapi behaviorisme hanya dilakukan pada perilaku klien yang dapat diamati secara langsung, seperti bermain *game online*. Setelah perilaku tersebut diamati, konselor menentukan tujuan tindakan yang akan dilakukan kepada klien untuk mengatasi masalahnya. Kemudian konselor merumuskan tujuan tindakan tersebut secara rinci dan jelas sesuai dengan masalah klien dan setelah itu, konselor menerapkan tindakan tersebut serta memantau hasil perubahan perilaku pada klien melalui penerapan terapi atau tindakan tersebut.

Tujuan dari behaviorisme atau terapi tingkah laku yaitu untuk menghilangkan suatu perilaku yang mengganggu atau bermasalah dengan cara memberikan latihan-latihan yang dapat menghilangkan perilaku mengganggu atau bermasalah tersebut. Prinsip behaviorisme ialah memberikan hukuman bila perilaku mengganggu atau bermasalah itu muncul dan memberikan

⁷Alex Sobur, *Psikologi Umum Dalam Lintasan Sejarah*, (Bandung: Pustaka Setia, 2003), p. 122-123.

⁸Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi...*,p 196.

ganjaran bila perilaku positif muncul.⁹ Selain itu, terapi tingkah laku ini mengarah pada tujuan-tujuan untuk memperoleh tingkah laku baru, menghapus tingkah laku yang maladaptif, dan memperkuat serta mempertahankan tingkah laku yang diharapkan.

Dalam pendekatan behaviorisme ada beberapa teknik yang digunakan untuk membantu masalah klien diantaranya yaitu: desentisasi sistematis, terapi impulsif dan pembanjiran, latihan asertif, terapi aversi, pengondisian operan, perkuatan positif, pembentukan respons, perkuatan intermiten, penghapusan, percontohan, dan *token economy*.¹⁰

Salah satu teknik yang peneliti gunakan dalam penelitian ini yaitu teknik aversi. Teknik aversi adalah suatu teknik yang digunakan untuk menghubungkan ketakutan dengan tingkah laku bermasalah dengan cara memberikan stimulus-stimulus yang menyakitkan atau menakutkan.¹¹ Stimulus yang tidak menyenangkan tersebut diberikan untuk menurunkan penguatan yang dihasilkan dari perilaku seseorang agar perilaku bermasalah tersebut tidak dilakukan kembali. Teknik aversi, biasanya digunakan untuk membantu seseorang menghindari perilaku tertentu, seperti merokok, makan berlebihan, minum alkohol, dan berbagai penyimpangan perilaku lainnya.¹²

⁹Sarlito W. Sarwono, *Psikologi Remaja*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2012), p.289.

¹⁰Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*...,p.197-222.

¹¹Yustinus Semiun, OFM, *Kesehatan Mental 3*, (Yogyakarta: Kanisius, 2006), p.545. (diakses pada 26 Januari 2017, pukul 19.50 WIB).

¹²Laura A. King, *Psikologi Umum Sebuah Pandangan Apresiatif*, (Jakarta: Salemba Humanika, 2010), p.367.

Meskipun teknik aversi merupakan teknik yang kontroversial, namun teknik ini sering digunakan untuk membantu mengendalikan perilaku orang lain dalam mencapai tingkah laku yang diharapkan. Adapun contoh pemakaian teknik aversi dalam kehidupan sehari-hari yaitu perusahaan menggunakan cara pemecatan, gereja menggunakan cara pengucilan, dan pemerintah menggunakan cara memberikan denda atau hukuman penjara bagi seseorang yang melanggar norma yang berlaku di masyarakat.

Kendali teknik aversi melibatkan penarikan pemerkuat positif atau penggunaan berbagai bentuk hukuman. Prosedur-prosedur teknik aversi cenderung menyajikan cara-cara untuk menahan tingkah laku maladaptif dan memperoleh tingkah laku baru yang adaptif. Cara-cara untuk mengurangi perilaku bermasalah yang ditekankan dalam teknik aversi ini ialah cara-cara yang positif terlebih dahulu, sebelum menggunakan cara-cara yang negatif, seperti halnya pemberian hukuman.¹³

Selain itu contoh penerapan terapi aversi telah digambarkan Anthony Burgess sebagaimana yang dikutip oleh Matt Jarvis, seorang pemuda yang sering berperilaku kejam dipaksa untuk duduk dan menonton film-film yang memperlihatkan bentuk-bentuk perilaku kekerasan sambil diberi obat pemuntah sebagai stimulus yang menyakitkan atau tidak menyenangkan. Hasil dari terapi aversi ini memberikan kesadaran pada pemuda tersebut. Setiap kali ia akan memukul seseorang, efek stimulus yang menyakitkan atau menakutkan

¹³Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi...*,p. 216-218.

itu muncul kembali dan akibatnya yaitu ia menjadi muntah-muntah meskipun tidak diberi obat pemuntah.¹⁴

Ada berbagai jenis terapi aversi, yaitu:

a) Aversi kimia, yakni pemberian teknik aversi dengan cara memasukkan bahan-bahan kimia kedalam alkohol agar menimbulkan rasa mual pada klien.

b) Kejutan listrik, yaitu pemberian teknik aversi dengan cara menggunakan 2 elektroda yang dipasang di salah satu anggota tubuh klien seperti lengan, betis, atau jari agar menghasilkan kejutan listrik.

c) *Covert sensitization*, yaitu pemberian teknik aversi dengan cara klien diminta untuk membayangkan perilaku maladaptif yang sering dilakukannya, dalam hal ini yaitu perilaku bermain *game online*. Selain itu klien diminta membayangkan pengaruh negatif dari perilaku tersebut agar timbul rasa penyesalan dan bersalah didalam diri klien.

d) Penjenuhan, yaitu pemberian teknik aversi dengan cara membuat klien merasa jenuh terhadap tingkah laku bermasalah, dalam hal ini yaitu bermain *game online*. Caranya yaitu dengan memberikan penguatan-penguatan negatif secara terus menerus agar klien dapat mengurangi atau menghilangkan perilaku yang tidak diinginkan tersebut.

Pada penelitian skripsi ini, peneliti menggunakan jenis terapi *aversi covert sensitization* dan penjenuhan. Penerapan jenis *aversi covert sensitization*

¹⁴Matt Jarvis, *Teori-teori Psikologi Pendekatan Modern Untuk Memahami Perilaku, Perasaan & Pikiran Manusia*, (Bandung: Nusa Media, 2010), p.34.

tersebut dilakukan dengan cara memberikan pemahaman kepada responden mengenai pengaruh negatif dari *game online*, memberikan tontonan video-video pengaruh negatif *game online*, serta memberikan solusi aktivitas lain yang lebih bermanfaat dari pada bermain *game online*. Sedangkan penerapan jenis *aversi* penjenjuran dilakukan dengan cara bekerja sama dengan orang tua dan teman responden agar ikut serta menasihati responden untuk berhenti bermain *game online*. Selain itu, orang tua diminta untuk tidak memberikan uang saku berlebihan pada responden, karena hal tersebut dapat memicu responden terus menerus bermain *game online*.

Langkah-langkah dalam teknik *aversi* yaitu:

a) Melakukan asesmen (*assessment*)

Langkah pertama yang dilakukan dalam teknik *aversi* yaitu asesmen. Proses asesmen dilakukan dengan tujuan untuk menganalisa tingkah laku maladaptif atau bermasalah pada klien. Ada beberapa tahap asesmen yang dapat dilakukan konselor, yaitu:

Tahap pertama, konselor menganalisa tingkah laku bermasalah yang dialami oleh klien saat ini, dalam arti perilaku bermasalah tersebut bukan dialami pada masa lalu. Setelah menganalisa tingkah laku bermasalah pada klien, tahap kedua konselor menganalisa situasi masalah yang terjadi pada klien. Hal tersebut dilakukan agar konselor dapat memberikan bantuan layanan konseling yang tepat bagi klien. Tahap ketiga, konselor menganalisa motivasi klien untuk berubah atau meninggalkan perilaku maladaptif. Pada

tahap keempat, konselor menganalisa sejauh mana klien dapat mengontrol dirinya agar tidak mengulangi perilaku maladaptif tersebut. Pada tahap kelima, konselor menganalisa hubungan sosial klien dengan orang-orang sekitarnya.

b) Menentukan tujuan (*goal setting*)

Setelah melakukan proses asesmen, langkah kedua yaitu menentukan tujuan konseling. Pada langkah ini, konselor dan klien menentukan tujuan konseling sesuai kesepakatan bersama berdasarkan informasi atau data yang telah diperoleh dan dianalisa ketika proses asesmen. Proses menentukan tujuan ini terdiri dari 3 tahap, yaitu:

Tahap pertama, konselor membantu klien memandang masalahnya atas dasar tujuan-tujuan yang hendak dicapai. Tahap kedua, konselor memperhatikan tujuan konseling berdasarkan hambatan situasi yang mungkin muncul selama proses konseling agar dapat diatasi dengan baik. Tahap ketiga, konselor menyusun tujuan secara sistematis.

c) Implementasi teknik (*technique implementation*)

Setelah menentukan tujuan konseling, langkah selanjutnya yaitu menentukan strategi untuk membantu mengubah perilaku maladaptif atau bermasalah pada klien sesuai dengan perilaku yang diharapkan. Pada proses implementasi, konselor menerapkan teknik-teknik konseling sesuai dengan masalah yang dialami oleh klien.

d) Evaluasi dan pengakhiran (*evaluation and termination*)

Setelah mengimplementasikan teknik yang digunakan dalam proses konseling, langkah akhir dari proses konseling yaitu melakukan evaluasi dan pengakhiran. Evaluasi dilakukan untuk mengetahui perubahan perilaku yang terjadi pada klien dari awal hingga akhir konseling. Disamping itu, konselor memberi jalan atau alternatif lain jika memungkinkan untuk menambah konseling tambahan, dan memantau secara terus menerus perilaku klien.¹⁵

2. Kecanduan *Game online*

Kata candu dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) diartikan sebagai sesuatu yang menjadi kegemaran. Sedangkan kata kecanduan diartikan sebagai kejangkitan terhadap suatu kegemaran hingga melupakan dan meninggalkan hal yang lain, seperti kecanduan media sosial, kecanduan *game online*, dan lain sebagainya.¹⁶ Istilah *game online* berasal dari bahasa Inggris yang terdiri dari gabungan dua kata, yaitu *game* dan *online*. *Game* artinya permainan, sedangkan *online* artinya dalam jaringan. *Game online* adalah permainan yang dimainkan melalui suatu perangkat internet dan dilakukan secara tatap muka melalui sebuah video.¹⁷

Dalam bukunya Alwi Alatas menyatakan bahwa pengguna *video game* yang paling dominan adalah anak-anak dan remaja. *Video game* seperti play

¹⁵Desy Istiana Ramadhani, *Terapi Aversi Dalam Menangani Siswa Membolos Di SMP Negeri 4 Delanggu*, (Skripsi, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2016), p.10-13. (diakses pada 26 Januari 2018, pukul 20.14 WIB).

¹⁶Fenny Gunawan, *The Extra 1% Of Success*, (Jakarta: Elex Media Komputindo, 2015), p.47. (diakses pada 26 Januari 2018, pukul 20.45 WIB).

¹⁷Rahmat Riski, *Game Online di Kalangan Mahasiswa Perantau Banda Aceh*, (skripsi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Darussalam Banda Aceh, 2017), p.23. (diakses pada 29 Juli 2018, pukul 10.15 WIB).

station, nintendo maupun merek lainnya mampu membuat anak-anak dan remaja mengalami kecanduan dalam bermain *video game*, sehingga mereka menghabiskan waktu berjam-jam dalam setiap harinya hanya untuk bermain *video game*.¹⁸ Selain itu, hasil penelitian yang dilakukan oleh John C. Beck dan Mitchell Wade pada tahun 2003, mengungkapkan bahwa sekitar 92 persen anak Amerika berusia 2-17 tahun menggunakan *video game* secara rutin. Warga Amerika lebih banyak menghabiskan uangnya hanya untuk bermain *video game* daripada hal-hal lain. Bahkan pengguna *video game* mampu menghabiskan lebih dari 2 setengah jam setiap hari hanya untuk bermain *game*.¹⁹

Le mengemukakan bahwa ada empat komponen yang menunjukkan seseorang kecanduan *game online*, yakni sebagai berikut:

a) *Compulsion* (kompulsif atau dorongan untuk melakukan secara berulang-ulang)

Kompulsif merupakan suatu dorongan kuat yang berasal dari dalam diri sendiri untuk melakukan suatu hal secara berulang-ulang, seperti halnya seseorang yang kecanduan *game online*.

b) *Withdrawal* (penarikan diri)

Penarikan diri merupakan suatu upaya untuk menarik diri atau menjauhkan diri dari suatu hal. Pada umumnya seseorang yang mengalami kecanduan *game*

¹⁸Alwi Alatas, *Remaja Gaul Nggak Mesti Ngawur*, (Jakarta: Hikmah, 2004), p.183.

¹⁹John C. Beck dan Mitchell Wade, *The Kids Are Alright: Gamers Juga Bisa Sukses* (Jakarta: Grasindo, 2007), p.3-5.

online sulit menarik diri atau menjauhkan dirinya dari keinginan bermain *game online*.

c) *Tolerance* (toleransi)

Toleransi merupakan sikap menerima keadaan diri sendiri ketika melakukan suatu hal. Sikap toleransi yang berkenaan dengan kecanduan *game online* ini, yaitu ketika pecandu *game online* menghabiskan atau menggunakan sebagian waktunya hanya untuk bermain *game online* hingga mereka merasa puas.

d) *Interpersonal and health-related problems* (masalah hubungan interpersonal dan kesehatan)

Masalah hubungan interpersonal dan kesehatan merupakan masalah yang berkaitan dengan interaksi antara diri sendiri dan orang lain serta masalah kesehatan. Seseorang yang mengalami kecanduan *game online* cenderung mengabaikan hubungan interpersonalnya dengan orang lain karena mereka hanya fokus pada *game online* saja. Selain itu, pecandu *game online* juga tidak menghiraukan masalah kesehatannya. Seperti halnya masalah waktu tidur yang tidak cukup, kurang olah raga dan pola makan yang tidak teratur.²⁰

Pecandu *game online* memiliki tingkat atau level kecanduan yang berbeda, adapun tingkat atau level kecanduan tersebut yakni sebagai berikut:

a) *Casual gamers*

²⁰Hardiyansyah Masya dan Dian Adi Candra, "Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Gangguan Kecanduan Game Online Pada Peserta Didik Kelas X Di Madrasah Aliyah Al Furqon Prabumulih", *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, Vol. III, No. 1, (Mei, 2016), p.158-159. (diakses pada 29 Januari 2018, pukul 09.25 WIB).

Casual gamers adalah tingkatan atau level yang paling rendah di kalangan para pecandu *game online*. *Casual gamers* merupakan tingkatan bagi orang-orang yang tidak mengetahui banyak hal tentang *game online*. Umumnya mereka bermain *game* tanpa mengerti bahasa yang ada pada *game*, tidak mengerti *genre game* yang kompleks dan lain sebagainya. Mereka bermain *game* sesekali saja dan hanya sekedar mengisi waktu luang.

b) *Hardcore gamers*

Hardcore gamers adalah orang-orang yang sangat mencintai *game*. Mereka menganggap *game* sangat penting dalam hidupnya bahkan mereka menganggap *game* sebagai kebutuhan primer yang harus terpenuhi. Jika kebutuhan primer tersebut tidak terpenuhi, mereka merasa aktifitas hidupnya terganggu karena tidak bermain *game*.

c) *Maniac gamers*

Maniac gamers adalah orang-orang yang menganggap *game* lebih dari sekedar kebutuhan primer. Bagi mereka, *game* merupakan elemen terpenting dalam hidupnya. Para *maniac gamers* beranggapan “*no game, no life*”. Atau “tidak ada *game*, tidak ada hidup”. *Maniac gamers* memiliki semangat yang tinggi untuk mempelajari segala hal tentang *game*. Mereka mempelajari *game* yang mereka gemari dimanapun, kapanpun, dan dalam kondisi apapun. Mereka

cenderung tak menghiraukan situasi dan kondisi sekitarnya, hanya demi mempelajari segala hal tentang *game* kesukaannya.²¹

Sedangkan menurut Muhammad Fauzil Adhim, ada 3 tingkat kecanduan *game online*, yaitu:

a) Tingkat ringan

Pada tingkat ringan, para pecandu *game* memainkan *game online* hanya untuk sekedar mencari hiburan sesaat dan tidak terlalu lama. Mereka bermain *game* hanya sekedar mengisi waktu luang saja.

b) Tingkat sedang

Pada tingkat sedang, pecandu *game online* menghabiskan waktu berjam-jam untuk bermain *game online*. Selain itu, para pecandu *game online* juga kurang memperhatikan lingkungan sekitarnya. Mereka hanya fokus pada keasyikannya bermain *game online*. Bahkan mereka dapat meninggalkan tugas dan tanggung jawabnya karena lebih mementingkan *game online* dibandingkan tugas dan tanggung jawabnya tersebut.

c) Tingkat berat

Pada tingkat berat atau parah, kecanduan *game online* dapat membuat pemainnya bersikap ofensif. Sikap ofensif yaitu kecenderungan untuk menyerang orang lain. Hal tersebut dapat terjadi ketika pecandu *game online* merasa dirinya terganggu atau tidak nyaman dengan kegiatan orang lain yang dianggap

²¹“Bayangan Dunia,” <http://goingmarri.blogspot.co.id>. (diakses pada 29 Januari 2018, pukul 10.15 WIB).

mengganggu. Sikap ofensif tersebut dapat dilakukan kepada siapa saja termasuk anggota keluarga. Bahkan seorang anak atau remaja yang mengalami kecanduan tingkat berat dapat membentak orang tuanya apabila ia merasa terganggu ketika bermain *game online*. Hal tersebut terjadi ketika pecandu *game* kehilangan kendalinya, karena pikiran dan emosinya dikuasai oleh *game*.²²

Jika dilihat dari tingkat frekuensi *game online* atau tingkat keseringan penggunaan *game online* dalam setiap hari atau minggunya, terbagi menjadi 3 frekuensi, yaitu:

- a) *Low frequency gamer*, yaitu *gamer* yang bermain kurang dari 1 jam perhari.
- b) *High frequency gamer*, yaitu *gamer* yang bermain lebih dari 7 jam perminggu.
- c) *Heavy frequency gamer*, yaitu *gamer* yang bermain lebih dari 2 jam perhari atau lebih dari 14 jam perminggu.²³

3. Remaja

Remaja adalah masa peralihan dari masa anak-anak menuju dewasa. Pada masa tersebut remaja mengalami beberapa perubahan pada berbagai aspek, diantaranya yaitu aspek biologis, kognitif, moral, dan psikologis. Sedangkan dalam perspektif islam, masa remaja berarti masa ketika seseorang mengalami akil baligh.²⁴ Pada masa remaja cenderung mengalami berbagai gejala emosi dan tekanan jiwa karena

²²Muhammad Fauzil Adhim, Mencegah Sebelum Parah, 2016 <http://www.cahaya.ilmu.sch.id> (diakses pada 30 Januari 2018, pukul 20.10 WIB).

²³ Immanuel Dio L. Tobing, *Hubungan Durasi dan Frekuensi Bermain Game Online dengan Masalah Mental dan Emosional Pada Remaja di SMP Negeri 1 Medan T.A. 2015/2016*, (Medan: Universitas Sumatera Utara, 2015),p.25. (diakses pada 02 Februari 2018, pukul 19.15 WIB)

²⁴Layyin Mahfiana, Elfi Yuliani Rohmah, dan Retno Widyaningrum, *Remaja dan Kesehatan Reproduksi*, (Yogyakarta: STAIN Ponorogo Press, 2009),p.12-21.

berbagai perubahan yang dialaminya, sehingga pada masa tersebut remaja mudah menyimpang dari aturan atau norma-norma yang berlaku di masyarakat.²⁵

Konopka membagi usia masa remaja menjadi 3 bagian, yaitu:

1. Remaja awal: dimulai dari usia 12-15 tahun
2. Remaja madya: dimulai dari usia 15-18 tahun
3. Remaja akhir: dimulai dari usia 19-22 tahun²⁶

Karakteristik perkembangan remaja:

a) Remaja awal

Pada masa remaja awal, perubahan yang paling tampak ialah perubahan pada perkembangan fisik. Sehingga dengan berbagai perubahan fisik tersebut membuat remaja mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan. Akibatnya, remaja sering menyendiri, cepat marah, merasa kurang diperhatikan, dan lain sebagainya.

b). Remaja tengah/madya

Pada masa remaja tengah atau madya, remaja dituntut untuk mengikuti nilai-nilai moral yang ada dilingkungan masyarakat. Hal tersebut sering menimbulkan kontradiksi dengan nilai-nilai yang mereka ketahui. Sehingga remaja cenderung ingin membentuk nilai-nilai mereka sendiri yang dianggap baik dan pantas baginnya.

c). Remaja akhir

²⁵Zulkifli L, *Psikologi Perkembangan*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2002),p.63.

²⁶Syamsu Yusuf LN, *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya Offset, 2011),p.184.

Pada masa remaja akhir, remaja memandang bahwa dirinya bukan lagi anak-anak atau remaja, melainkan sebagai orang dewasa. Hal tersebut ditunjukkan melalui sikap, pemikiran dan perilaku yang semakin stabil. Sehingga orang tua dan masyarakat mulai memberikan kepercayaan pada mereka. Pada periode ini, remaja memiliki kebebasan dalam mengambil keputusan tentang arah hidupnya. Mereka juga cenderung memikirkan secara bijaksana keputusan yang mereka pilih agar dapat dipertanggungjawabkan terhadap dirinya sendiri, keluarga dan masyarakat.²⁷

Subjek penelitian skripsi ini, yaitu remaja madya. Peneliti memilih remaja madya, karena remaja madya cenderung berperilaku sesuai dengan yang mereka inginkan saja tanpa memperhatikan norma-norma yang berlaku di lingkungannya. Dalam penelitian ini, peneliti mengambil sampel 5 remaja madya yang mengalami kecanduan *game online* di Kelurahan Sumur Pecung Kota Serang.

G. Metode Penelitian

1. Jenis penelitian

Jenis penelitian digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kualitatif dengan menggunakan jenis penelitian tindakan dan studi kasus. Penelitian tindakan (*action research*) dalam bimbingan konseling merupakan suatu cara untuk menggabungkan antara teori dan praktik menjadi suatu kesatuan ide yang dilakukan

²⁷Mohammad Ali dan Mohammad Asrori, *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*, (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2009), p. 68-69.

konselor untuk memperoleh perspektif secara luas dan mendalam dalam mengatasi suatu masalah.²⁸

Studi kasus (*case studies*) merupakan jenis penelitian kualitatif yang mendalam tentang individu, kelompok, instansi, dan sebagainya dalam waktu tertentu. Tujuan studi kasus adalah berusaha menemukan makna, menyelidiki proses, serta memperoleh pengertian dan pemahaman yang mendalam serta utuh dari individu, kelompok, atau situasi tertentu. Data studi kasus diperoleh melalui wawancara, observasi, dan mempelajari berbagai dokumen yang terkait dengan topik yang diteliti.²⁹ Studi kasus pada penelitian ini, yaitu di Kelurahan Sumur Pecung terkait masalah remaja pecandu *game online*.

2. Tempat dan waktu penelitian

Adapun tempat dan waktu penelitian skripsi ini, yaitu di Kelurahan Sumur Pecung Kota Serang, pada bulan Januari 2018- April 2018.

3. Subjek penelitian

Subjek penelitian yang diteliti yaitu 5 remaja madya yang kecanduan *game online*. Selain itu, peneliti melibatkan orang tua serta teman dari remaja pecandu *game online* tersebut dan 2 penjaga warung internet (warnet) tempat para remaja

²⁸Yeni Karneli dan Suko Budiono, *Panduan Penelitian Tindakan Bidang: Bimbingan dan Konseling*, (Bogor: Grha Cipta Media, 2018),p. 18-19.

²⁹Eko Sugiarto, *Menyusun Proposal Penelitian Kualitatif Skripsi dan Tesis*,(Yogyakarta: Suaka Media, 2015),p.12.

tersebut bermain *game online*. Hal tersebut bertujuan untuk menggali informasi terkait dengan masalah remaja pecandu *game online*.

4. Teknik pengumpulan data

a) Observasi

Dalam melakukan penelitian ini, peneliti menggunakan beberapa metode dalam mengumpulkan data, salah satunya yaitu melalui metode observasi. Metode observasi bersifat sistematis dan selektif dalam mengamati suatu fenomena yang terjadi di masyarakat, seperti mengamati interaksi suatu grup, mempelajari perilaku individu dalam masyarakat, dan lain-lain.³⁰

Pada penelitian ini, peneliti melakukan observasi di Kelurahan Sumur Pecung Kota Serang mengenai fenomena remaja pecandu *game online*. Fenomena kecanduan *game online* yang terjadi pada remaja di Kelurahan Sumur Pecung menarik perhatian peneliti untuk melakukan penelitian ini karena pengaruh buruk dari *game online* cukup membahayakan apabila tidak segera ditangani.

b) Wawancara

Setiap penelitian bertujuan untuk mengumpulkan informasi tentang suatu objek tertentu yang ada di lingkungan masyarakat, salah satunya yaitu dengan menggunakan berbagai metode wawancara. Dalam mengumpulkan informasi mengenai penelitian ini, peneliti menggunakan metode wawancara. Wawancara

³⁰Restu Kartiko Widi, *Asas Metodologi Penelitian Sebuah Pengenalan dan Penuntun Langkah demi Langkah Pelaksanaan Penelitian*, (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2010),p.236-237.

adalah proses tanya jawab atau interaksi antara dua orang atau lebih yang didalamnya berperan sebagai pewawancara (*interviewer*) dan terwawancara (*interviewee*).³¹

Metode wawancara yang peneliti gunakan adalah wawancara secara mendalam. Wawancara mendalam sering juga disebut dengan wawancara tak terstruktur, wawancara intensif, wawancara kualitatif, dan wawancara terbuka (*Openended interview*). Wawancara mendalam tersebut cenderung bersifat informal dengan tujuan untuk memperoleh informasi tertentu dari segala aspek yang ada pada responden. Wawancara mendalam/tak terstruktur bersifat luwes dan pertanyaan yang ada didalam wawancara dapat diubah sesuai dengan situasi maupun kondisi dari responden.³²

Pada penelitian ini, peneliti mewawancarai 5 remaja yang mengalami kecanduan *game online*. Wawancara dengan responden tersebut dilakukan dalam 5 kali pertemuan. Selain itu, peneliti juga mewawancarai orang-orang terdekat responden seperti orang tua, teman, dan penjaga warnet guna menggali informasi lebih mendalam tentang kecanduan *game online* yang dialami responden.

c) Dokumentasi

Dokumentasi adalah sumber informasi yang dapat menunjang data bagi suatu penelitian. Dokumentasi sangat diperlukan bagi seorang peneliti untuk melengkapi

³¹Haris Herdiansyah, *Wawancara, Observasi, dan Focus Groups Sebagai Instrumen Penggalan Data Kualitatif*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2015), p.29.

³²Deddy Mulyana, *Metodologi Penelitian Kualitatif Paradigma Baru Ilmu Komunikasi Dan Ilmu Sosial Lainnya*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2013), p.180-181.

data yang diperoleh dari hasil observasi dan wawancara. Dokumentasi dapat berupa rekaman, catatan, dan lain sebagainya.³³

5. Teknik analisis data

Analisis data adalah proses mencari serta menyusun secara sistematis hasil temuan-temuan di lapangan terkait masalah penelitian yang sedang dikaji. Catatan hasil wawancara serta pengamatan di lapangan yang sudah terkumpul, dianalisis guna meningkatkan pemahaman peneliti tentang fokus masalah penelitian.³⁴ Analisis data juga dapat diartikan sebagai upaya seorang peneliti untuk memahami hasil dari data yang diperoleh, yang kemudian dijadikan sebagai suatu informasi secara utuh yang mudah dipahami.³⁵ Pada penelitian ini, peneliti menggunakan analisis deskriptif. Analisis deskriptif bertujuan untuk memberikan deskripsi mengenai subjek penelitian berdasarkan data variabel yang diperoleh dari kelompok subjek yang diteliti.³⁶

Analisis data dalam penelitian kualitatif secara umum yaitu meliputi analisis selama pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.

a) Analisis selama pengumpulan data

Analisis selama pengumpulan data dapat dilakukan setelah peneliti memahami tentang suatu fenomena yang sedang diteliti dan dapat dianalisis. Kegiatan analisis selama pengumpulan data ini meliputi: menetapkan fokus penelitian, menyusun

³³Rahel Widiawati Kimbal, *Modal Sosial dan Ekonomi Industri Kecil Sebuah Studi Kualitatif*, (Yogyakarta: Deepublish, 2015),p.73.

³⁴Tohirin, *Metode Penelitian Kualitatif Dalam Pendidikan dan Bimbingan Konseling*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2012),p.141.

³⁵Abdul Halim Hanafi, *Metodologi Penelitian Bahasa Untuk Penelitian, Tesis, & Disertasi*, (Jakarta: Diadit Medika, 2011),p.133.

³⁶Saifuddin Azwar, *Metode Penelitian*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011),p.126.

temuan sementara, membuat rencana selanjutnya untuk mengumpulkan data dari temuan-temuan tersebut, mengembangkan pertanyaan-pertanyaan guna mendapatkan data pada langkah berikutnya, dan menetapkan sasaran pengumpulan data baik dari responden, kondisi, dan dokumen sesuai dengan penelitian yang sedang dikaji.

b) Reduksi data

Reduksi data yaitu proses memilih data yang sudah terkumpul dari hasil penelitian di lapangan. Data yang telah terkumpul tersebut dipilih sesuai dengan yang dibutuhkan saja. Selama penelitian berlangsung, proses reduksi data terus berlanjut hingga penulisan hasil penelitian tersebut selesai.

c) Penyajian data

Penyajian data adalah menyajikan serangkaian informasi yang terkumpul dan tersusun. Informasi yang diperoleh dari kegiatan pengumpulan data dan reduksi data kemudian disederhanakan pada kegiatan penyajian data agar mudah dipahami.

d) Menarik kesimpulan

Menarik kesimpulan adalah kegiatan terakhir dari proses analisis data. Penarikan kesimpulan diperoleh dari penyajian data yang sudah tersusun. Kegiatan ini dilakukan secara terus menerus dalam proses analisis data hingga mencapai suatu kesimpulan akhir dari suatu penelitian.³⁷

H. Sistematika Pembahasan

³⁷Imam Suprayogo dan Tobroni, *Metodologi Penelitian Sosial-Agama*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2003),p. 192-195

Untuk mempermudah penulisan skripsi ini, peneliti membagi pembahasan menjadi beberapa bab yang akan diuraikan sebagai berikut:

Bab I berisi tentang pendahuluan, yang meliputi: latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, telaah pustaka, kerangka teori, metode penelitian, dan sistematika penelitian.

Bab II berisi tentang deskripsi responden, yang meliputi: profil dan faktor penyebab kecanduan *game online* pada remaja.

Bab III berisi tentang, tingkat kecanduan *game online* pada remaja dan bentuk perilaku remaja pecandu *game online*.

Bab IV berisi tentang penerapan teknik *aversi* pada remaja pecandu *game online*, yang meliputi: proses penerapan teknik *aversi* pada remaja pecandu *game online*, dan perubahan perilaku remaja pecandu *game online*.

Bab V berisi penutup, yang meliputi: kesimpulan dan saran.

BAB II

DESKRIPSI RESPONDEN

A. Profil dan Faktor Penyebab Kecanduan *Game Online* Pada Remaja

1. Responden EP

EP adalah seorang remaja madya yang berstatus sebagai pelajar kelas 2 SMK (Sekolah Menengah Kejuruan) yang ada di Kota Serang. EP merupakan salah satu remaja madya berusia 18 tahun yang tinggal di Kelurahan Sumur Pecung dan mengalami kecanduan *game online*. EP adalah anak pertama dari Bapak F dan Ibu S. Ia memiliki 2 adik, yang terdiri dari 1 adik laki-laki dan 1 adik perempuan. EP berasal dari keluarga yang sederhana. Bapaknya bekerja di bengkel milik tetangga, sedangkan Ibunya sebagai ibu rumah tangga.

Pertama kali EP bermain *game online* ketika ia kelas 1 SMP (Sekolah Menengah Pertama). Awalnya ketika itu EP melewati sebuah warnet (warung internet) dan melihat sekumpulan remaja sedang asyik bermain *game online* di warnet tersebut. Setelah melihat hal itu, EP merasa tertarik untuk ikut serta bermain *game online* dengan remaja lainnya. Sejak saat itu EP mengalami kecanduan bermain *game online* hingga saat ini.

Faktor penyebab EP menjadi kecanduan *game online* disebabkan oleh ajakan temannya yang biasa bermain *game online* di warnet yang sering mereka kunjungi. Setiap kali temannya mengajak ke warnet untuk bermain *game online*,

EP tidak pernah menolak ajakan temannya tersebut. Faktor lain yang menjadi penyebab EP terus menerus bermain *game online* ialah lokasi warnet (warung internet) yang tidak begitu jauh dari rumahnya. Ia dapat menempuh hanya dengan waktu 5 menit dari rumahnya ke warnet (warung internet) dengan berjalan. Sehingga hal tersebut mempermudah EP untuk selalu bermain *game online* sesuka hatinya.³⁸

2. Responden R

R adalah remaja madya yang masih duduk dibangku kelas 3 SMP (Sekolah Menengah Pertama) yang ada di Kota Serang. Usianya 15 tahun, dan mengalami kecanduan *game online*. R merupakan anak ketiga dari Bapak T dan Ibu A. R berasal dari keluarga yang berkecukupan. Ia mengalami kecanduan sejak kelas 1 SMP (Sekolah Menengah Pertama) sampai sekarang. Ketika itu, R diajak temannya untuk bermain *game online* di warnet (warung internet) lingkungan rumah temannya. Karena merasa penasaran, akhirnya R menerima ajakan temannya tersebut. Faktor penyebab R mengalami kecanduan *game online* adalah sering bergaul dengan teman-teman yang kecanduan *game online* sehingga R ikut terbawa kecanduan *game online*.³⁹

³⁸Wawancara dengan EP, "Tentang Profil dan Faktor Penyebab Kecanduan Game Online", pada 23 Januari 2018 pukul 15.30 WIB

³⁹Wawancara dengan R, "Tentang Profil dan Faktor Penyebab Kecanduan Game Online", pada 23 Januari 2018 pukul 14.10 WIB

3. Responden A

A adalah salah satu remaja madya yang berstatus pelajar kelas 1 SMK (Sekolah Menengah Kejuruan) di Kota Serang. Usianya 16 tahun dan berasal dari keluarga yang cukup berada. A merupakan anak kedua dari dua bersaudara. Ia mengalami kecanduan *game online* sejak kelas 1 SMP (Sekolah Menengah Pertama). Kecanduan tersebut berawal ketika A diajak ke warnet (warung internet) untuk main *game online* oleh temannya. Setelah merasakan kesenangan dari main *game online* akhirnya A mengalami kecanduan *game online*.

Faktor penyebab A kecanduan *game online* adalah kurangnya perhatian dari orang tua. A tinggal dengan kakaknya, sedangkan orang tuanya merantau ke kota lain untuk bekerja. Dalam kesehariannya, A merasa kesepian dirumah karena kakaknya memiliki rutinitas lain dan jarang berada di rumah. A juga tidak memiliki banyak teman di lingkungan rumahnya, sehingga ia memilih menghabiskan waktunya di warnet (warung internet) untuk main *game online*.⁴⁰

4. Responden ST

ST adalah seorang remaja madya yang berstatus pelajar kelas 3 SMP (Sekolah Menengah Pertama) di Kota Serang. ST berusia 15 tahun dan merupakan anak pertama dari 3 bersaudara. ST berasal dari keluarga yang sederhana. Ia mengalami kecanduan *game online* sejak kelas 1 SMP (Sekolah

⁴⁰Wawancara dengan A, "Tentang Profil dan Faktor Penyebab Kecanduan Game Online" pada 24 Januari 2018 pukul 14.30 WIB

Menengah Pertama). Hal tersebut berawal ketika ST diajak main *game online* di warnet (warung internet) oleh salah satu temannya.⁴¹

5. Responden E

E adalah salah satu remaja yang mengalami kecanduan *game online*. Ia merupakan salah satu pelajar kelas 3 SMA (Sekolah Menengah Atas) yang ada di Kota Serang dan berusia 18 tahun. E mengalami kecanduan *game online* sejak kelas 1 SMP (Sekolah Menengah Pertama). Hal tersebut berawal ketika E sering melihat saudaranya pergi ke warnet (warung internet) untuk main *game online*. Saudaranya tersebut pernah memenangkan salah satu kompetisi *game online* dan hadiahnya berupa uang sebesar Rp.4.500.000. Hal tersebut menyebabkan E sangat tertarik untuk ikut mencoba bermain *game online* seperti saudaranya, hingga kini ia mengalami kecanduan terhadap *game online*. E beranggapan bahwa bermain *game online* itu lebih asyik daripada berkumpul dengan teman-temannya. Terlebih lagi, *game online* itu dapat menghasilkan uang.⁴²

⁴¹Wawancara dengan ST, "Tentang Profil dan Faktor Penyebab Kecanduan Game Online", pada 24 Januari 2018 pukul 14.55 WIB

⁴²Wawancara dengan E, "Tentang Profil dan Faktor Penyebab Kecanduan Game Online", pada 24 Januari 2018 pukul 15.22WIB

BAB III

TINGKAT KECANDUAN GAME ONLINE PADA REMAJA

B. Tingkat Kecanduan *Game Online* Pada Remaja

Remaja yang mengalami kecanduan *game online* memiliki 3 tingkat, yaitu tingkat ringan (*casual gamer*), sedang (*hardcore gamer*) dan berat (*maniac gamer*). Selain itu frekuensi bermain *game online* juga memiliki 3 tingkat, yaitu frekuensi tingkat ringan (*low frequency gamer*), frekuensi tingkat sedang (*high frequency gamer*) dan frekuensi tingkat berat (*heavy frequency gamer*). Responden yang mengalami kecanduan tingkat ringan dan sedang yaitu ST dan R. Sedangkan responden yang mengalami kecanduan *game online* tingkat berat yaitu responden EP, A dan E. Adapun jenis *game online* yang paling sering dimainkan responden yaitu *world of warcraft*, *counter strike* dan *point blank*.

Tabel 3.1. Tingkat kecanduan *Game Online* Pada Remaja

No.	Nama Responden	Tingkat Kecanduan <i>Game Online</i>	Frekuensi bermain <i>Game Online</i>	Jenis <i>game online</i>
1.	EP	Berat atau <i>maniac gamer</i>	<i>heavy frequency gamer</i> (<i>gamer</i> yang bermain lebih dari 2 jam perhari atau lebih dari 14 jam	<i>point blank</i>

			perminggu)	
2.	R	Sedang atau <i>hardcore gamer</i>	d) <i>high frequency</i> <i>gamer</i> (yaitu <i>gamer</i> yang bermain lebih dari 7 jam perminggu)	<i>world of</i> <i>warcraft</i> (wow)
3.	A	berat atau <i>maniac</i> <i>gamer</i>	<i>Heavy frequency</i> <i>gamer</i> (<i>gamer</i> yang bermain lebih dari 2 jam perhari atau lebih dari 14 jam perminggu)	<i>point blank</i>
4.	ST	ringan atau <i>casual</i> <i>gamer</i>	e) <i>low frequency</i> <i>gamer</i> (<i>gamer</i> yang bermain kurang dari 1 jam perhari)	<i>counter</i> <i>strike</i> (CS)

5.	E	berat atau <i>maniac</i> <i>gamer</i>	<i>heavy frequency</i> <i>gamer</i> (<i>gamer</i> yang bermain lebih dari 2 jam perhari atau lebih dari 14 jam perminggu)	<i>point blank</i>
----	---	--	---	--------------------

Sumber: Hasil wawancara dengan EP, R, A, ST, dan E, pada 23-24 Januari 2018

C. Bentuk Perilaku Remaja Pecandu *Game Online*

Berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan keluarga responden, ada berbagai bentuk perilaku negatif yang dilakukan responden setelah mengalami kecanduan *game online*. Diantaranya, yaitu sebagai berikut:

1. Orang tua EP

Sebelum EP mengalami kecanduan *game online*, EP merupakan anak yang penurut, sopan, rajin shalat, dan belajar bahkan sering mendapatkan prestasi dikelasnya. Namun sejak EP mengalami kecanduan *game online*, ia menjadi jarang shalat, prestasi menurun, boros, ofensif (membentak) dan pernah mencuri *handphone*. EP selalu mementingkan bermain *game online* daripada melakukan kegiatan lainnya. Bahkan EP pernah mencuri *handphone* milik adiknya untuk dijual dan hasil uangnya digunakan untuk bermain *game online* di warnet (warung internet). Orang tua EP sering melarang bermain *game online*, namun EP sulit dinasihati. EP sempat berhenti beberapa hari bermain *game online* ketika ia

ketahuan mencuri *handphone* milik adiknya karena orang tuanya sangat marah. Namun setelah beberapa hari tersebut, EP mulai bermain *game online* karena ajakan temannya yang sama-sama kecanduan *game online*.⁴³

2. Orang tua R

Berdasarkan hasil wawancara dengan orang tua R, banyak perubahan perilaku yang terjadi pada R setelah mengalami kecanduan *game online*. Sebelum R mengalami kecanduan *game online*, R merupakan sosok anak yang penurut, rajin belajar, dan rajin menabung. Namun setelah R mengalami kecanduan *game online*, R terkadang sulit diatur, boros dan malas belajar. Perilaku R tersebut membuat orang tuanya jengkel dan akhirnya bosan untuk menasihati anaknya. Karena setiap kali orang tuanya menasihati R untuk berhenti bermain *game online*, R lebih memilih ajakan teman-temannya yang juga mengalami kecanduan *game online*.⁴⁴

3. Kakak A

Sebelum A mengalami kecanduan *game online*, A merupakan sosok anak yang rajin menabung, dan kegiatan sekolahnya juga cukup baik. Namun perubahan perilaku yang terjadi pada A setelah mengalami kecanduan *game online* adalah ia menjadi pemboros, dan pernah bolos sekolah. Bolos sekolah yang dilakukan A ketika itu, karena ia merasa bosan dengan tugas-tugas sekolah

⁴³Wawancara dengan S, ”*Bentuk Perilaku Remaja Pecandu Game Online*”, pada 27 Januari 2018 pukul 14.15 WIB

⁴⁴Wawancara dengan A, ”*Bentuk Perilaku Remaja Pecandu Game Online*”, pada 27 Januari 2018 pukul 16.25 WIB

yang menumpuk, sehingga dirinya memilih pergi ke warnet (warung internet) dan bermain *game online* untuk menghibur diri. Namun perilaku membolusnya tersebut diketahui oleh kakaknya berdasarkan laporan dari temannya. Sehingga kakaknya sangat marah dan geram ketika mengetahui hal tersebut, dan memarahi A agar tidak melakukan perilaku bolos sekolah lagi. Namun A masih suka bolos sekolah meskipun sudah dimarahi.⁴⁵

4. Orang tua ST

Sebelum mengalami kecanduan *game online*, ST merupakan anak yang penurut dan mengerti dengan keadaan ekonomi orang tua. Namun perilaku ST setelah mengalami kecanduan *game online* yaitu, terkadang sulit dinasihati jika dilarang bermain *game online* dan terkadang memaksa meminta uang kepada orang tuanya agar tetap dapat bermain *game online*.⁴⁶

5. Orang tua E

Sebelum E mengenal dan mengalami kecanduan *game online*, E merupakan sosok anak yang patuh terhadap orang tua, bertanggung jawab pada tugasnya sebagai seorang pelajar, mudah bersosialisasi dengan orang lain dan hemat. Perilaku yang tampak pada E setelah mengalami kecanduan *game online* yaitu boros, sering bolos sekolah, kurang peduli dengan orang lain, dan sulit diatur. Kecanduan yang dialami E membuat dirinya acuh dan mengabaikan segala

⁴⁵Wawancara dengan P, ”*Bentuk Perilaku Remaja Pecandu Game Online*”, pada 28 Januari 2018 pukul 10.15 WIB

⁴⁶Wawancara dengan M, ”*Bentuk Perilaku Remaja Pecandu Game Online*”, pada 28 Januari 2018 pukul 15.20 WIB

kewajibannya sebagai seorang pelajar. Sejak E kecanduan *game online*, orang tuanya sering menasihati E agar berhenti main *game online* karena banyak dampak buruk yang diakibatkan dari *game online*. Namun E tetap saja masih bermain *game online* di warnet (warung internet) bersama temannya yang sama-sama kecanduan *game online*.⁴⁷

⁴⁷Wawancara dengan Y, ”*Bentuk Perilaku Remaja Pecandu Game Online*”, pada 29 Januari 2018 pukul 14.00 WIB

BAB IV
PENERAPAN TEKNIK AVERSI PADA REMAJA PECANDU
GAME ONLINE

A. Proses Penerapan Teknik Aversi Pada Remaja Pecandu *Game Online*

Proses penerapan teknik aversi yang diterapkan kepada 5 remaja pecandu *game online* di Kelurahan Sumur Pecung Kota Serang dilakukan melalui 4 langkah, yaitu asesmen, menentukan tujuan, implementasi teknik, serta evaluasi dan pengakhiran. Penerapan teknik *aversi* dilakukan selama 5 kali pertemuan melalui pendekatan behaviorisme atau tingkah laku. Penerapan teknik aversi cenderung memberikan stimulus yang tidak menyenangkan agar perilaku bermasalah menurun dan dapat dihilangkan.

Pertemuan 1

Responden: EP, R, A, ST, dan E

Waktu: 20-21 Januari 2018 pukul 14.30 dan 15.10 WIB

Tempat: Warnet (warung internet) kelurahan Sumur Pecung Kota Serang

Pada pertemuan pertama, peneliti melakukan perkenalan dengan 5 responden yang berinisial EP, R, A, ST, dan E di warnet (warung internet) Kelurahan Sumur Pecung Kota Serang. Pada pertemuan pertama, peneliti berupaya memberikan rasa nyaman kepada responden untuk membangun keakraban dan suasana lebih santai. Peneliti mengawali pertemuan tersebut dengan memperkenalkan diri

terlebih dahulu dan menjelaskan maksud serta tujuan peneliti kepada responden untuk melakukan penelitian. Setelah responden menyetujui akan dilakukannya penelitian tersebut, peneliti mempersilahkan responden untuk memperkenalkan dirinya. Ketika perkenalan berlangsung, peneliti berupaya mencairkan suasana agar responden tidak malu dan merasa percaya diri saat memperkenalkan diri dengan responden lainnya. Setelah perkenalan selesai, peneliti membuat kesepakatan mengenai waktu dan tempat untuk proses konseling dengan responden pada pertemuan selanjutnya. Kemudian setelah itu, peneliti dan responden mengakhiri pertemuan tersebut.⁴⁸

Pertemuan 2

Responden: EP, R, A, ST, dan E

Waktu: 5-6 Februari pukul 16.10 dan 14.18 WIB

Tempat: Rumah responden masing-masing

Langkah 1: asesmen (*asesment*)

Pada pertemuan ke 2, peneliti mengunjungi rumah responden untuk melakukan proses konseling. Langkah pertama yang dilakukan dalam teknik aversi adalah proses asesmen. Tahap pertama, peneliti menganalisis masalah yang sedang dialami responden, yaitu masalah kecanduan *game online*. Peneliti mengawali pertemuan tersebut dengan bersikap ramah dan santai, guna membangun hubungan yang baik dengan responden. Hal tersebut bertujuan untuk

⁴⁸Wawancara dengan EP,R,A,ST, dan E, pada 20-21 Januari 2018 pukul 14.30 dan 15.10 WIB di warnet Kelurahan Sumur Pecung Kota Serang

memberikan rasa nyaman kepada responden agar responden mau menceritakan masalahnya kepada peneliti secara terbuka dan santai. Tahap kedua, peneliti menganalisis situasi masalah yang terjadi pada responden. Pada tahap ini, peneliti mulai menanyakan penyebab responden dan tingkat kecanduan *game online* yang dialami responden. Responden menceritakan masalahnya kepada peneliti secara terbuka. Dari kelima responden tersebut, 1 responden mengalami kecanduan *game online* sejak kelas 5 Sekolah Dasar (SD), 1 responden kecanduan *game online* sejak kelas 6 Sekolah Dasar (SD) dan 3 responden kecanduan *game online* sejak kelas 1 Sekolah Menengah Pertama (SMP).

Penyebab mereka mengalami kecanduan *game online* yaitu karena pernah diajak oleh teman dan anggota keluarga untuk main *game online* di warnet (warung internet), lokasi warnet (warung internet) yang tidak jauh dari rumah responden, *game online* dapat menghasilkan uang dan asyik. Adapun tingkat kecanduan kelima responden tersebut, 1 responden mengalami kecanduan tingkat ringan, 1 responden mengalami kecanduan tingkat sedang dan 3 responden mengalami kecanduan tingkat berat. Akibat kecanduan *game online* tersebut berpengaruh terhadap perilaku responden yaitu sering melawan orang tua, jarang sholat, malas belajar, bolos, boros, dan sulit diatur.

Tahap ketiga, peneliti menganalisis motivasi responden untuk berubah atau meninggalkan perilaku kecanduan *game online*. Pada dasarnya semua responden sangat ingin berhenti bermain *game online*, karena mereka mengetahui bahwa bermain *game online* secara berlebihan itu banyak dampak negatifnya, seperti

banyak menghabiskan uang, kurang beraktivitas, dan lain sebagainya. Motivasi responden untuk berubah, yaitu ingin kembali seperti dahulu sebelum mengalami kecanduan *game online*. Sebelum responden mengalami kecanduan *game online*, keseharian mereka jauh lebih baik dari sekarang, seperti: banyak aktivitas yang bisa dikerjakan, tidak boros, tugas sekolah tidak terbengkalai, dan lain sebagainya.

Tahap keempat, peneliti menanyakan sejauh mana responden dapat mengontrol dirinya agar tidak mengulangi perilaku bermain *game online* tersebut. Dari kelima responden tersebut yang pernah mencoba mengontrol diri untuk berhenti bermain *game online* yaitu responden EP. Alasan EP ingin berhenti main *game online* ketika itu karena ia merasa menyesal pernah mencuri handphone adiknya lalu dijual dan uangnya untuk bermain *game online*. Saat orang tuanya mengetahui hal tersebut, mereka sangat marah kepada EP dan mengancam EP jika ia mengulangi hal tersebut, EP tidak diperbolehkan lagi tinggal di rumah.

Sejak kejadian tersebut EP jera untuk mencuri dan menahan diri untuk berhenti bermain *game online*. Namun hal tersebut hanya bertahan selama 5 hari, karena temannya sering mengajak EP untuk bermain *game online* kembali. Selama 5 hari tersebut, EP merasa ada yang hilang dari kehidupannya. Ia merasa kesepian, dan terkadang selalu terbayang asyiknya bermain *game online*. Setelah merasakan hal tersebut dan diajak temannya main *game online*, akhirnya EP kembali bermain *game online* tetapi jika mencuri, ia sudah merasa jera. Sedangkan responden belum pernah berniat berhenti bermain *game online*.

Tahap kelima, peneliti menganalisis hubungan sosial responden dengan orang-orang sekitarnya. Responden EP, A, dan E cenderung kurang bersosialisasi dengan orang-orang sekitarnya. Hal tersebut dikarenakan sebagian besar waktu yang mereka gunakan ialah di warnet (warung internet) dan mereka cenderung tidak peduli dengan lingkungannya. Sedangkan responden R dan ST masih sering bersosialisasi dengan orang-orang sekitarnya karena sebagian besar waktu luang mereka berada di lingkungan masyarakat. Pada saat proses asesmen berlangsung, peneliti berupaya memahami permasalahan yang diceritakan oleh responden. Setelah mendapatkan informasi dari proses asesmen, peneliti melakukan langkah kedua yaitu menentukan tujuan (*goal setting*).

Langkah 2: menentukan tujuan (*goal setting*)

Pada langkah kedua, peneliti dan responden menentukan tujuan konseling sesuai kesepakatan bersama berdasarkan informasi atau data yang telah diperoleh dan dianalisis dari proses asesmen. Tujuan dari proses konseling ini yaitu untuk merubah perilaku responden yang kecanduan *game online* agar responden dapat mengurangi kebiasaan bermain *game online* dan perlahan-lahan dapat berhenti bermain *game online*. Kesepakatan yang dibuat oleh peneliti dan responden yaitu peneliti meminta responden untuk mengikuti arahan dan bimbingan yang diberikan peneliti kepada responden terkait masalah kecanduan yang dialaminya.⁴⁹

⁴⁹Wawancara dengan EP, R, A, ST dan E, pada 5-6 Februari pukul 16.10 dan 14.18 WIB di rumah responden masing-masing

Pertemuan 3

Responden: EP, R, A, ST, dan E

Waktu: 10-11 Februari 2018 pukul 16.25- 09.30 WIB

Tempat: Rumah responden masing-masing

Langkah 3: Implementasi teknik (*technique implementation*)

Pada pertemuan ketiga, peneliti mengunjungi rumah responden untuk melakukan proses konseling. Pada pertemuan tersebut, peneliti mengawali proses konseling dengan melakukan *attending* (menghampiri responden), bersikap ramah dan santai. Tujuannya agar responden merasa nyaman ketika proses konseling berlangsung. Setelah kondisi responden nyaman, peneliti memulai proses konseling dengan mengulas kembali permasalahan responden yang sudah diceritakan pada pertemuan sebelumnya dan kesepakatan yang sudah dibuat antara peneliti dan responden.

Kemudian peneliti menjelaskan teknik yang akan digunakan dalam mengatasi masalah yang dialami responden tersebut. Teknik yang digunakan adalah teknik aversi, dengan cara memberikan stimulus-stimulus yang tidak menyenangkan atau menakutkan untuk menurunkan tingkat kecanduan *game online* pada responden dan perlahan-lahan perilaku bermasalah tersebut dapat dihilangkan.

Peneliti menggunakan jenis aversi *covert sensitization* dan penjenuhan. Pada penerapan teknik aversi *covert sensitization*, peneliti memberikan pemahaman kepada responden mengenai pengaruh negatif *game online*, lalu responden diminta untuk membayangkan pengaruh negatif dari *game online* tersebut.

Umumnya responden hanya mengetahui bahwa dampak negatif *game online* itu hanya mengganggu aktivitas belajar di sekolah, dan menghabiskan uang. Akan tetapi mereka tidak mengetahui dampak lainnya seperti gangguan kesehatan, gangguan emosional, dan dapat mengganggu aktivitas ibadah. Oleh karena itu peneliti memberikan pemahaman mengenai pengaruh negatif dari *game online* bagi diri sendiri dan orang lain.

Selain itu, peneliti juga memberikan tontonan video pengaruh negatif kecanduan *game online* kepada responden. Tontonan video yang diberikan kepada responden yaitu sebanyak 3 video yang berdurasi 4 menit, 5 menit dan 7 menit. Video pertama berdurasi 4 menit, menggambarkan seorang pecandu *game online* meninggal di warnet dengan posisi duduk dan sedang main *game online*. Video kedua berdurasi 5 menit, menggambarkan pecandu *game online* membunuh lawan mainnya karena ia kalah dalam permainan. Sedangkan video ketiga berdurasi 7 menit, menggambarkan pecandu *game online* mencuri uang demi bermain *game online*.

Setelah responden menonton video tersebut, peneliti meminta responden untuk membayangkan pengaruh buruk tersebut terjadi pada responden. Hal tersebut bertujuan untuk memberikan stimulus yang tidak menyenangkan atau menakutkan pada responden agar dapat berhenti bermain *game online*. Tanggapan responden setelah diterapkan teknik *aversi covert sensitization* yaitu, responden menyadari bahwa kecanduan *game online* sangat membahayakan bagi dirinya dan

orang lain serta memiliki keinginan untuk berhenti main *game online*. Setelah itu peneliti dan responden mengakhiri proses konseling.⁵⁰

Pertemuan 4

Responden: EP, R, A, ST, dan E

Waktu: 12-13 Februari 2018 pada pukul 14.00 dan 14.25 WIB

Tempat: Rumah responden masing-masing

Pada pertemuan keempat, peneliti melakukan proses konseling dengan responden di rumahnya. Pertemuan tersebut diawali dengan *attending* (menghampiri responden), bersikap ramah dan santai. Peneliti menanyakan keadaan responden setelah dilakukannya proses konseling pada pertemuan sebelumnya. Para responden menuturkan bahwa masih bermain *game online* namun waktu bermainnya dikurangi. Pada pertemuan tersebut, peneliti memberikan saran kepada responden untuk tidak terpengaruh oleh ajakan teman untuk bermain *game online*. Selain itu, peneliti memberikan saran kepada responden untuk melakukan kegiatan lain yang positif dan disukai responden selain main *game online*, seperti mengembangkan hobi menulis atau yang lainnya. Selain itu, Responden sangat antusias saat menceritakan hobi mereka dan bersedia mengikuti saran dari peneliti. Selain itu, peneliti juga menerapkan teknik aversi penjenjahan kepada responden melalui keluarga dan teman responden.

⁵⁰Wawancara dengan EP, R, A, ST, dan E, pada 10-11 Februari 2018 pukul 16.25- 09.30 WIB di rumah responden masing-masing

Peneliti bekerjasama dengan keluarga dan teman responden untuk tetap mengingatkan responden secara terus menerus agar berhenti bermain *game online*. Hal tersebut bertujuan untuk memberikan efek jenuh terhadap responden agar berhenti bermain *game online*. Pemberian saran tersebut dilakukan tanpa sepengetahuan responden atau secara terselubung. Selain itu, peneliti memberikan saran kepada orang tua responden untuk tidak memberikan uang saku secara berlebihan kepada responden. Karena hal tersebut dapat memicu responden untuk main *game online* sesuka hatinya.⁵¹

Pertemuan 5

Responden: EP, R, A, ST dan E

Waktu: 24-25 Februari 2018 pukul 16.20 dan 10.15 WIB

Tempat: Rumah responden masing-masing

Langkah 4: Evaluasi dan pengakhiran (*evaluation and termination*)

Pada pertemuan kelima, peneliti melakukan langkah akhir dalam kegiatan konseling yaitu evaluasi dan pengakhiran. Pada pertemuan tersebut, peneliti mengamati sejauh mana perubahan tingkat kecanduan *game online* yang terjadi pada responden. Responden R dan ST mengaku sudah berhenti bermain *game online*, karena mereka sudah memahami bahwa *game online* berdampak buruk bagi diri sendiri maupun orang lain. Peneliti menanyakan perasaan responden ketika mencoba menjauhkan diri untuk tidak main *game online*. R dan ST

⁵¹ Wawancara dengan EP, R, A, ST, dan E, pada 12-13 Februari 2018 pada pukul 14.00 dan 14.25 WIB di rumah responden masing-masing

mengungkapkan mereka cukup sulit menahan keinginan untuk bermain *game online* kembali. Namun berkat tekad yang kuat dan motivasi dari orang-orang terdekat akhirnya mereka bisa melupakan *game online* dan beralih pada kegiatan lain yang lebih bermanfaat. Peneliti memberikan penghargaan kepada responden berupa pujian dan semangat atas keberhasilan responden dalam mengubah perilaku buruk ke perilaku baik dan lebih bermanfaat.

Peneliti memberikan semangat kepada responden agar tetap mempertahankan perilaku yang bermanfaat tersebut. Sedangkan responden A, E, dan EP, mengungkapkan masih bermain *game online* dan belum bisa berhenti. Namun mereka sudah mencoba mengurangi waktu bermainnya. Mereka mengungkapkan, sulit mengontrol diri dari *game online*, karena masih terbayang akan asyiknya bermain *game online* dan masih sering bergaul dengan teman yang kecanduan *game online*, sehingga mereka masih ikut terbawa oleh teman. Peneliti menyarankan kepada A, E, dan EP, untuk bergaul dengan teman-teman yang tidak kecanduan *game online* dan dapat mengarahkan ke arah yang positif. Peneliti juga tetap memberikan semangat kepada responden untuk perlahan-lahan berhenti main *game online*.⁵²

Proses konseling dilakukan sebanyak 5 kali pertemuan dengan responden EP, R, A, ST dan E. Pada proses konseling tersebut, peneliti melakukan tahap-tahap dalam teknik konseling yakni teknik aversi. Melalui serangkaian tahap-tahap yang

⁵²Wawancara dengan EP, R, A, ST, dan E, pada 24-25 Februari 2018 pukul 16.20 dan 10.15 WIB di rumah responden masing-masing

dilakukan peneliti tersebut, ada perubahan yang terjadi pada tingkat kecanduan *game online* yang dialami kelima responden, yaitu mau mengurangi frekuensi bermain *game online* dan berhenti bermain *game online*. Responden yang sudah berhenti bermain *game online* yaitu responden ST dan R. Sedangkan responden EP, A, dan E masih bermain *game online*. Namun mereka sudah mau mengurangi frekuensi bermainnya. Peneliti merasa pertemuan konseling tersebut belum cukup, namun karena berbagai hambatan dan penolakan dari responden, maka proses konseling diakhiri. Namun peneliti tetap memantau perilaku bermain *game online* responden melalui keluarga, teman, dan penjaga warnet (warung internet).

B. Perubahan Perilaku Remaja Pecandu *Game Online*

Perubahan perilaku yang terjadi pada responden setelah proses konseling dilakukan yaitu responden mendapatkan pengetahuan baru dan memahami dampak buruk dari *game online* itu sangat merugikan bagi diri mereka dan orang lain. Seperti yang diungkapkan responden ST, ia merasa lebih tenang dan tidak gelisah setelah melakukan proses konseling. Sehingga ST memutuskan untuk berhenti main *game online* karena dampak negatif tersebut ia rasakan sangat merugikan dirinya. Sedangkan menurut responden R, ia mengungkapkan bahwa setelah melakukan proses konseling, ia menjadi lebih lega karena dapat menceritakan masalah kecanduan yang ia alami dan menambah wawasan mengenai pengetahuan tentang dampak negatif *game online*. Sehingga R memilih

berhenti bermain *game online* dan mulai menyibukkan diri dengan kegiatan lain yang lebih bermanfaat, seperti hobi membaca buku untuk menambah wawasan.

Responden A, E, dan EP mengungkapkan bahwa setelah dilakukan proses konseling, mereka merasa lebih tenang dan memahami dampak negatif *game online*. Namun mereka masih bermain *game online* meskipun sering terbayang-bayang dampak buruk dari *game online*. Ada sedikit perubahan yang terjadi pada A, E, dan EP, mereka kini dapat mengurangi waktu bermain *game online*. Batasan waktu bermain *game online* yang dilakukan A, E, dan EP yaitu 4-5 jam per hari. Mereka masih sulit untuk meninggalkan *game online* secara cepat, karena masih mementingkan kesenangannya terhadap *game online* dan sulit mengontrol diri untuk berhenti secara langsung dari *game online*. Namun mereka memiliki kemauan untuk mengurangi waktu bermain *game online* dan berharap perlahan-lahan dapat meninggalkan perilaku bermain *game online*.⁵³

Berdasarkan wawancara dengan keluarga dan teman ada perubahan perilaku yang terjadi pada responden yaitu responden dapat menghilangkan perilaku yang tidak diinginkan, seperti perilaku bolos sekolah, ofensif (membentak), boros, dan lebih mudah dinasihati. Menurut keterangan penjaga warnet (warung internet), responden ST dan R sudah tidak bermain *game online*

⁵³Wawancara dengan EP, R, A, ST, dan E, pada 24-25 Februari 2018 pukul 16.20 dan 10.15 WIB di rumah responden

lagi. Sedangkan responden EP, E, dan A, sesekali masih terlihat bermain *game online* di warnet (warung internet).⁵⁴

Tabel 4.1 Perubahan Perilaku Remaja Sebelum dan Sesudah Dilakukan Proses Konseling

No.	Nama	Tingkat Kecanduan	Frekuensi	
			Sebelum	Sesudah
1.	EP	Berat	10 jam perhari	5 jam perhari
2.	R	Sedang	9 jam per minggu	Berhenti main <i>game online</i>
3.	A	Berat	10 jam perhari	4 jam perhari
4.	ST	Ringan	1 jam perhari	Berhenti main <i>game online</i>
5.	E	Berat	7 jam perhari	5 jam perhari

⁵⁴Wawancara dengan keluarga, teman dan penjaga warnet, pada 04 Maret 2018 pukul 13.15 WIB di rumah responden dan warnet

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang peneliti lakukan di Kelurahan Sumur Pecung Kota Serang tentang teknik aversi dalam mengatasi remaja pecandu *game online*, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Faktor yang menjadi penyebab remaja kecanduan *game online* yaitu: ajakan teman dan anggota keluarga untuk bermain *game online*, lokasi warnet (warung internet) yang tidak jauh dari rumah responden, bergaul dengan teman yang kecanduan *game online*, merasa kesepian dan bosan, bermain *game online* sangat asyik dan dapat menghasilkan uang.
2. Tingkat kecanduan yang dialami kelima responden yaitu: responden EP, A, dan E, mengalami tingkat kecanduan *game online* berat, responden R mengalami tingkat kecanduan *game online* sedang, dan ST mengalami tingkat kecanduan ringan.
3. Penerapan teknik aversi ada 4 langkah yaitu: asesmen (*asesment*), menentukan tujuan (*goal setting*), implementasi teknik (*technique implementation*), dan Evaluasi dan pengakhiran (*evaluation and termination*). Hasil penerapan teknik aversi tersebut yaitu, responden ST dan R berhenti

bermain *game online* karena mereka memahami dampak negatif dari *game online*. Sehingga mereka mau berhenti bermain *game online* dan melakukan aktifitas lain yang lebih bermanfaat. Sedangkan responden EP, A Dan E sulit meninggalkan perilaku bermain *game online* karena mereka masih sulit mengontrol diri dari keinginannya bermain *game online*. Namun, mereka mau mengurangi frekuensi bermain *game online* dan mencoba perlahan-lahan berhenti meninggalkan perilaku bermain *game online*.

B. Saran

Peneliti berharap remaja pecandu *game online* dapat mempertimbangkan akibat dari perilaku bermain *game online*. Karena perilaku tersebut dapat mengakibatkan dampak negatif jika terus menerus dilakukan, baik bagi kesehatan, hubungan sosial, dan agama. Selain itu, peneliti juga berharap remaja pecandu *game online* dapat memilih teman yang baik dalam pergaulannya dilingkungan masyarakat, karena lingkungan sangat berpengaruh terhadap perilakunya. Peneliti juga berharap agar orang tua lebih tegas dalam membimbing anaknya yang mengalami kecanduan *game online*, agar anak dapat menghindari perilaku negatif.