BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang masalah

Seiring dengan berkembangnya teknologi di era modernisasi, semakin luas pula jangkauan internet yang dapat kita akses. Survei Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) mencatat pengguna internet di Indonesia mencapai 110,2 juta pengguna pada tahun 2015 dan 132,7 juta pengguna pada tahun 2016. Lalu kemudian pada tahun 2017 lalu APJII menyebutkan bahwa pengguna internet di Indonesia meningkat sekitar 8% menjadi 143,26 juta pengguna. Ini setara 54,68% dari populasi penduduk Indonesia.[1] Terlihat dari data statistik tersebut bahwa pengguna internet di Indonesia meningkat setiap tahunnya.

Dengan pesatnya perkembangan teknologi terutama di bidang internet, maka berkembang pula *online games* di Indonesia. *online games* dapat dimainkan di rumah dan di tempat-tempat atau perangkat-perangkat yang mudah ditemui seperti; di warung internet (warnet), *game center* maupun *gadget* seperti *handphone* (HP), laptop maupun *personal computer* (PC) yang

[1]"Buletin Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia" dalam Tresnakusuma Brata, (ed.), (Jakarta, 23 April 2018), h. 1

saat ini telah banyak dilengkapi dengan aplikasi *online games* dan kemudahan akses internet. Populernya keberadaan *online games* salah satunya ditandai oleh ramainya pengunjung warnet ataupun *game center*, baik di kota-kota besar maupun di pinggiran kota. Tidak sedikit warnet maupun *game center* yang beroperasi selama dua puluh empat jam setiap harinya.

Berbagai fitur yang ditawarkan di dalam *online games* membuat permainannya semakin menyenangkan. Mulai dari tampilan, gaya bermain, grafis permainan, resolusi gambar dan lain sebagainya. Tak kalah juga bervariasinya tipe permainan seperti permainan perang, petualangan, perkelahian dan *online games* jenis lainnya yang membuat menariknya permainan. Semakin menarik suatu permainan maka semakin banyak orang yang memainkan *online games* tersebut, terutama di kalangan anak-anak dan remaja bahkan tak jarang pula orang dewasa yang memainkan *online games*. Dengan perkembangan-perkembangan *online games* tersebut membuat pengguna *online games* menjadi ketagihan yang akhirnya menjadi pecandu *online games*. Seseorang yang telah menjadi pecandu *online games* pasti akan

lupa waktu karena terlalu asik bermain hingga melupakan kewajibannya sebagai manusia.

Pada awalnya keberadaan *game* bertujuan untuk memberikan hiburan, sarana pelepas stress dan kejenuhan. Selain itu juga *game* dapat dimanfaatkan untuk membentuk jaringan persahabatan, karena para pemain *online games* tidak hanya dari satu wilayah saja namun dari berbagai wilayah hingga seluruh dunia. Selain itu juga dapat menjadi sarana edukasi salah satunya belajar bahasa inggris, karena hampir rata-rata bahasa di dalam *online games* menggunakan bahasa inggris. Jika digunakan dengan bijak sebenarnya banyak sekali maanfaat atau dampak positif yang diperoleh dari bermain *online games*, namun yang terjadi sekarang ini justru menunjukkan bahwa *online games* disalahfungsikan dan memberikan dampak yang buruk pada penggunanya.

Pada saat ini lebih mirisnya lagi karena yang mendominasi pemain *online games* adalah anak-anak dan remaja, membuat perkembangan dan di bidang akademispun terganggu. Mereka menghabiskan waktunya hanya untuk bermain *game* tanpa kenal

waktu, begadang hingga pagi sampai akhirnya pada saat sekolah mereka tidak dapat berkonsentrasi dalam mengikuti mata pelajaran karena mengantuk, tidak ada waktu untuk belajar di rumah. Remaja yang mengalami kecanduan *online games* akan mengurangi waktu belajar dan waktu bersosialisasi dengan temannya dan akan menarik diri dari pergaulan sosial, tidak peka dengan lingkungan, bahkan bisa membentuk kepribadian asosial, dimana anak tidak mempunyai kemampuan beradaptasi dengan lingkungan sosialnya dan dapat mempengaruhi terhadap persepsinya terhadap lingkungan. Seperti berkata-kata kasar, perilaku agresif, impulsif dan kekerasan karena meniru karakter pada *online games.* Dalam hal ini jika dibiarkan terus menerus maka akan sangat berbahaya bagi kesehatan baik fisik maupun jiwa pecandu *online games* tersebut. Maka dari itu perlu sebuah penanganan khusus dalam menekan kecanduan bermain *online games*. Banyak cara yang dapat digunakan untuk mencegah atau mengurangi kecanduan terhadap *online games*, salah satunya yaitu dengan memberikan layanan konseling individual terhadap pecandu *online games*.

Contoh kasus dari dampak negatif kecanduan *online games*, yaitu dilansir dari CNN Indonesia, Dua remaja Bekasi alami gangguan jiwa akibat kecanduan *game* pada *handphone*. Berdasarkan informasi dari keluarga bahwa dua remaja itu sudah sangat berlebihan menggunakan *handphone* untuk bermain game, dimulai sejak bangun tidur hingga menjelang tidur. Bahkan untuk makanpun mereka terkadang lupa, dan lebih parahnya lagi, jika dilarang mereka mulai emosional. Bukan hanya marah bahkan sampai melawan orangtuanya.[2]

Maka dari itu, penulis merasa tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **"Konseling Individual dengan Pendekatan Eksistensial-Humanistik untuk Mengurangi Kecanduan *Online Games* pada Remaja di Komplek Green Serang Madani".**

---

[2] *"Dua Remaja Bekasi Alami Gangguan Jiwa Akibat Kecanduan Gim HP",* Diakses dari https://m.cnnindonesia.com , pada 03 Juli 2020 pukul 21.00 WIB

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah penulis paparkan di atas, maka dapat dirumuskan permasalahan-permasalahannya sebagai berikut :

1. Bagaimana kondisi remaja yang mengalami kecanduan *online games* ?
2. Bagaimana penerapan dan efektivitas layanan konseling individual dengan pendekatan eksistensial-humanistik untuk mengurangi kecanduan *online games* pada remaja?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, tujuan dari penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui bagaimana kondisi remaja yang mengalami kecanduan *online games*
2. Untuk mengetahui penerapan dan keefektivan layanan konseling individual dengan pendekatan eksistensial-

humanistik untuk mengurangi kecanduan terhadap *online games* pada remaja.

D. Manfaat Penelitian

Dalam penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat yang baik bagi penulis maupun pembaca. Secara rinci manfaat penelitian ini dibagi menjadi 2, yaitu manfaat teoritis dan manfaat praktis.

1. Manfaat teoritis

   Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan ilmu pengetahuan khususnya mengenai dampak yang ditimbulkan dari kecanduan terhadap *online games* pada remaja, dan dapat memberikan sumbangan pemikiran dalam memperkaya wawasan konsep dari penelitian yang sudah ada.

2. Manfaat praktis

   Secara praktis penelitian ini diharapkan dapat memberikan kesadaran terhadap para remaja ataupun pelaku pemain *online games* untuk lebih menghargai waktu dengan tidak bermain *online games* secara berlebihan dan sadar akan tanggung jawabnya.

E. Tinjauan Pustaka

Sebagai bahan acuan dan juga agar tidak ada kesamaan tema dengan penelitian yang sudah ada, maka penulis berusaha mencari beberapa pustaka yang membahas atau mengkaji hal serupa dengan yang penulis teliti saat ini. Beberapa penelitian yang menjadi tinjauan pustaka, yaitu :

Skripsi Gery Fernando Fakultas Ilmu Sosial dan Politik Universitas Lampung jurusan Sosiologi dengan judul "Hubungan antara Bermain Game Online dengan Perilaku Sosial dan Prestasi Belajar". Skripsi yang ditulis oleh Gery Fernando bertujuan untuk mengetahui dan menjelaskan hubungan antara bermain *game online* dengan perilaku sosial dan prestasi belajar. Penelitian tersebut menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan tipe deskriptif dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara bermain *game online* dengan perilaku sosial dan prestasi belajar. Perbedaan penelitian yang dilakukan oleh Gery dengan penulis adalah bahwa penelitian Gery adalah hubungan antara bermain *online games* dengan perilaku sosial dan prestasi belajar, sedangkan fokus penelitian yang dilakukan oleh penulis

yaitu penerapan layanan konseling individual dengan pendekatan Eksistensial-Humanistik terhadap pecandu *online games*.[3]

Skripsi Fatichaeny Fatma Fa'iza Fakultas dakwah dan komunikasi Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam dengan judul "Konseling Individu Terhadap Siswa Pecandu Game Online studi kasus di MTS Ali Maksum Yogyakarta". Dalam hal itu skripsi yang ditulis oleh Fatichaeny Fatma Fa'iza bertujuan untuk mengetahui tahapan-tahapan layanan konseling individu yang diberikan oleh guru bimbingan dan konseling terhadap siswa-siswa pecandu game online di MTS Ali Maksum. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan menggunakan jenis *Field Research* (penelitian lapangan). Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa tahap-tahap pemberian bantuan yang diberikan oleh guru bimbingan dan konseling terhadap siswa pecandu *game online* kelas VIII Tahun ajaran 2016/2017 MTs Ali Maksum Yogyakarta yaitu meliputi : analisis, sintesis,

---

[3] Gery Fernando, "*Hubungan antara Bermain Game Online dengan Perilaku Sosial dan Prestasi Belajar : Studi Kasus di SMPN 22 Bandar Lampung" (Skripsi pada Fakultas Ilmu Sosial dan Politik Universitas Lampung, 2018)*

diagnosis, prognosis, konseling dan *follow up*. Perbedaan penelitian yang dilakukan oleh Fatma dengan penulis adalah bahwa penelitian Fatma adalah tahapan-tahapan layanan konseling individu yang diberikan oleh guru BK terhadap siswa pecandu *online games* di MTs Ali Maksum, sedangkan fokus penelitian yang dilakukan oleh penulis yaitu penerapan layanan konseling individual dengan pendekatan Eksistensial-Humanistik terhadap pecandu *online games.* [4]

Skripsi Baqiatussolikhah Fakultas Ushuuddin, Dakwah dan Adab Institut Agama Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten jurusan Bimbingan dan Konseling Islam dengan judul "Penerapan Teknik Client-Centered Pada Remaja Awal yang Kecanduan Bermain *Gadget*". Skripsi yang ditulis oleh Baqiatussolikhah bertujuan untuk mengetahui bagaimana fenomena remaja awal yang kecanduan bermain *gadget* dan bagaimana implikasinya di Komplek Perumahan Taman Cimuncang Indah. Penelitian tersebut menggunakan metode

---

[4] Fatichaeny Fatma Fa'iza, *"Konseling Individu Terhadap Siswa Pecandu Game Online : Studi Kasus di MTS Ali Maksum",* (Skripsi pada Fakultas Dakwah dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2017)

penelitian kualitatif deskriptif dengan hasil penelitian menunjukkan fenomena yang terjadi pada remaja awal di Komplek Perumahan Taman Cimuncang Indah lebih mengacu kepada bermain *gadget* hingga menimbulkan efek kecanduan dan ketergantungan pada media sosial. Perbedaan penelitian yang dilakukan oleh Baqiatussolikhah dengan penulis adalah, fokus penelitian Baqiatussolikhah yaitu mengenai fenomena dan implikasi remaja awal yang kecanduan bermain *gadget* serta bagaimana penerapan teknik Client-Centered pada remaja awal yang kecanduan *gadget*, sedangkan fokus penelitian yang dilakukan oleh penulis yaitu penerapan layanan konseling individual dengan pendekatan Eksistensial-Humanistik terhadap pecandu *online games.*[5]

F. Kajian Teori

1. Konseling Individual

Konseling individual adalah proses pemberian bantuan oleh konselor terhadap konseli secara individual, hubungan

[5] Baqiatussolikhah, "*Penerapan Teknik Cient-Centered Pada Remaja Awal Yang Kecanduan Bermain Gadget : Studi Kasus di Komplek Perumahan Taman Cimuncang Indah"* (Skripsi pada Fakultas Ushuuddin, Dakwah dan Adab UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten, 2017)

yang terjalin antara konselor berupaya memberikan bantuan untuk mengembangkan pribadi konseli serta konseli dapat mengantisipasi masalah-masalah yang dihadapinya.[6]

a. Tujuan layanan konseling individual

Menurut Gibson, Mitchell dan Basile ada Sembilan tujuan dari konseling individual, yaitu :[7]

1) Tujuan Perkembangan, yaitu konseli dibantu dalam proses pertumbuhan dan perkembangannya serta mengantisipasi hal-hal yang akan terjadi pada proses tersebut (seperti perkembangan kehidupan sosial, pribadi, emosional, kognitif, fisik, dan sebagainya).
2) Tujuan pencegahan, yaitu konselor membantu konseli menghindari hasil-hasil yang tidak diinginkan.
3) Tujuan peningkatan, yaitu konseli dibantu oleh konselor untuk mengembangkan keterampilan dan kemampuannya.
4) Tujuan perbaikan, yaitu konseli dibantu mengatasi dan menghilangkan perkembangan yang tidak diinginkan.

---

[6] Agus Sukirno, *Keterampilan dan Teknik Konseling,* (Serang, A-Empat, 2014), h. 73

[7] Hibana Rahman, *Bimbingan dan Konseling Pola,* (Jakarta, Rineka Cipta, 2003), h. 85

5) Tujuan penyelidikan, yaitu menguji kelayakan tujuan untuk memeriksa pilihan-pilihan, pengetesan keterampilan, dan mencoba aktivitas baru dan sebagainya.
6) Tujuan penguatan, yaitu membantu konseli untuk menyadari apa yang dilakukan, difikirkan, dan dirasakan sudah baik.
7) Tujuan kognitif, yaitu menghasilkan fondasi pembelajaran dan keterampilan kognitif.
8) Tujuan fisiologis, yaitu menghasilkan pemahaman dasar dan kebiasaan untuk hidup sehat.
9) Tujuan psikologis, yaitu membantu mengembangkan keterampilan sosial yang baik, belajar mengontrol emosi, dan mengembangkan konsep diri positif dan sebagainya.

Berdasarkan tujuan konseling individu yang telah dipaparkan di atas, dapat disimpulkan bahwa konseli diharapkan menjadi individu yang mandiri, mengenal diri dan lingkungan secara tepat dan objektif, menerima diri sendiri dan lingkungan secara positif dan dinamis, mampu mengambil keputusan secara tepat dan bijaksana, mengarahkan diri sesuai

dengan keputusan yang diambil dan mampu mengaktualisasikan diri secara optimal.

2. Pendekatan Eksistensial-Humanistik

Pendekatan eksistensial-humanistik berfokus pada kondisi manusia.[8] Dalam hal ini, pendekatan eksistensial-humanistik menekankan dan percaya bahwa individu adalah makhluk yang memiliki potensi untuk memilih dan membuat keputusan bagi dirinya sendiri serta lingkungannya dan setiap individu memiliki kebebasan dalam setiap tindakan yang dilakukannya namun tetap disertai dengan tanggung jawab.

Menurut Gerald Corey ada beberapa konsep utama dari pendekatan eksistensial-humanistik, yaitu :

a. Kesadaran diri

Manusia memiliki kesanggupan untuk menyadari dirinya sendiri, suatu kesanggupan yang unik dan nyata yang memungkinkan manusia berpikir dan memutuskan. Para eksistensialisme menekankan bahwa manusia bertanggung jawab atas keberadaan dan nasibnya.

---

[8] Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*, (Bandung :PT Refika Aditama, 2013), Cet: 7, h. 54

b. Kebebasan, tanggung jawab dan kecemasan

Kesadaran atas kebebasan dan tanggung jawab bisa menimbulkan kecemasan yang menjadi atribut dasar pada manusia. Kesadaran atas kematian memiliki arti penting bagi kehidupan individu sekarang, sebab kesadaran tersebut menghadapkan individu pada kenyataan bahwa dia memiliki waktu yang terbatas untuk mengaktualkan potensi-potensinya.

c. Penciptaan makna

Manusia itu unik, dalam arti bahwa dia berusaha untuk menemukan tujuan hidup dan menciptakan nilai-nilai yang akan memberikan makna bagi kehidupan.

3. Kecanduan Game Online

a. Game online

Game merupakan kata dalam bahasa inggris yang berarti permainan. Permainan merupakan sesuatu yang dapat dimainkan dengan aturan tertentu yang bertujuan untuk hiburan dan terkadang dapat digunakan sebagai sarana pendidikan.

Game Online merupakan permainan *digital* yang terhubung dengan jaringan internet.

b. Kecanduan game online

Kecanduan merupakan perasaan atau keinginan yang sangat kuat terhadap sesuatu. Atau kecanduan bisa diartikan pula tingkah laku yang bergantung atau keadaan terikat yang sangat kuat secara fisik maupun psikologis terhadap suatu hal, dan akan timbul rasa yang tidak menyenangkan apabila suatu hal tersebut tidak terpenuhi.

Kecanduan *online games* secara umum merupakan perilaku seseorang yang ingin terus bermain *online games* yang menghabiskan banyak waktu serta dimungkinkan individu yang bersangkutan tidak mampu mengontrol atau mengendalikannya (Yee, 2006). Meningkatnya jumlah waktu yang dihabiskan dengan bermain *online games*, dapat menyebabkan perilaku kecanduan bagi beberapa orang saat aktivitas tersebut menjadi tidak berfungsi, merugikan fungsi

sosial, pekerjaan, keluarga, sekolah, dan psikologis individu tersebut.[9]

Kecanduan game online merupakan salah satu jenis kecanduan yang disebabkan oleh teknologi internet atau yang lebih dikenal dengan *internet addiction disorder.*[10]

c. Kriteria/tanda-tanda kecanduan *online games*

Organisasi kesehatan dunia PBB atau *World Health Organizations* (WHO) pada pertengahan tahun 2018 resmi menetapkan kecanduan game atau disorder ke dalam versi terbaru *International Statistical Classification of Diseases* (ICD) sebagai penyakit gangguan mental dan disebut dengan istilah *gaming disorder*.[11]

Adapun kriteria kecanduan *online games* menurut WHO yaitu :

---

[9] Su'ad Jauharoh, *"Kecanduan Game? Bisa Kok Dicegah Sejak Dini",* Diakses dari https://duniapsikologi.weby.com , pada 03 Juli 2020 pukul 23.00 WIB.

[10] Ulfa, "Pengaruh Kecanduan Game Online terhadap Perilaku Remaja di Mabes Game Center," *Jurnal Online Mahasiswa* Vol.4 No.1 (Februari 2017) Fakultas FISIP Universitas Riau, h. 4

[11] "*Jumlah Pecandu Game Online di Indonesia Diduga Tertinggi di Asia*" diakses dari https://fk.ui.ac.id , pada 03 Juli 2020 pukul 19.00 WIB

1. Ada gangguan kontrol untuk melakukan permainan tersebut (tidak dapat mengendalikan diri)
2. Lebih memprioritaskan memainkan permainan tersebut dibandingkan dengan aktivitas yang seharusnya lebih diutamakan
3. Intensitas bermain game semakin meningkat meskipun ada konsekuensi atau dampak negatif yang dirasakan
4. Perilaku berpola tersebut menyebabkan gangguan yang bermakna pada fungsi pribadi, keluarga, sosial, pendidikan dan aspek penting lainnya
5. Pola tersebut sudah berlangsung selama 12 bulan.

Adapun pengaruh negatif dari kecanduan *online games* menurut Muhammad Shalih Al-Munajjid yaitu :

1. Pengaruh negatif terhadap tugas agama; meninggalkan shalat, membangkang kepada orangtua, menganggap biasa beberapa hal yang diharamkan selama bermain
2. Pengaruh negatif kepada adab yang baik; mengajarkan kriminalitas, pencurian, dan hasil yang disebabkan darinya, yaitu peningkatan dalam fenomena kekerasan

3. Menanamkan jiwa egois di dalam diri anak
4. Pengaruh terhadap sosial; memutuskan hubungan persaudaraan, menciptakan perselisihan dan masalah antarteman.
5. Pengaruh terhadap kesehatan; obesitas, luka pada sistem otot, neuropathy dan tremor di jemari, malnutrisi dan masalah pencernaan, dan dapat merusak pikiran
6. Pengaruh ekonomi; seperti menghambur-hamburkan kekayaan untuk membeli konsol dan peralatan game lainnya.[12]

4. Masa Remaja

Manusia dalam rentang hidupnya mengalami berbagai fase perubahan atau yang disebut dengan perkembangan, dimana perkembangan ini ditandai dan atau merupakan bertambahnya kemampuan manusia secara fisik yang bersifat kuantitatif maupun secara psikis yang bersifat kualitatif. Dari seluruh fase yang terjadi selama rentang hidup manusia, fase

[12] Syekh Muhammad Al-Munajjid, *Bahaya Game*, (Solo : AQWAM, 2016), h. 48

remaja merupakan fase penting, karena fase remaja juga merupan fase awal dalam mencari idealisme maupun jati diri.

Masa Remaja merupakan masa transisi atau masa peralihan manusia dari anak-anak menuju dewasa. Masa ini merupakan periode yang penting dalam rentang hidup manusia, dikarenakan pada masa ini terjadi perubahan-perubahan besar baik dari segi fisik, kognitif maupun psikososial.

Kata "remaja" berasal dari bahasa latin yaitu *adolescence* yang berarti *to grow* atau *to grow maturity* yang artinya tumbuh atau tumbuh menjadi dewasa. Istilah *adolescence* seperti yang dipergunakan saat ini, mempunyai arti yang lebih luas, mencakup kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik.[13]

Perkembangan-perkembangan yang terjadi pada masa remaja di antaranya yaitu :

a. Perkembangan Fisik

Perubahan-perubahan fisik merupakan gejala primer dalam pertumbuhan masa remaja, yang berdampak terhadap

[13] Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, (Jakarta : Erlangga, 2002), Cet.5, h. 206

perubahan-perubahan psikologis. Pada mulanya, tanda-tanda perubahan fisik dari masa remaja terjadi dalam konteks pubertas. Dalam konteks ini, kematangan organ-organ seks dan kemampuan reproduktif bertumbuh dengan cepat. Baik anak laki-laki maupun anak perempuan mengalami pertumbuhan fisik yang cepat, yang disebut *growth spurt* (percepatan pertumbuhan), di mana terjadi perubahan dan percepatan pertumbuhan di seluruh bagian dan pertumbuhan badan.

Secara garis besarnya perubahan-perubahan tersebut dapat dikelompokkan dalam dua kategori, yaitu :

1) Perubahan-perubahan terkait dengan pertumbuhan fisik

Seperti perubahan dalam tinggi dan berat badan, pada anak laki-laki dan perempuan pada usia 12 tahun tinggi rata-ratanya yaitu sekitar 59 atau 60 inci. Tetapi pada usia 18 tahun, tinggi rata-rata remaja laki-laki adalah 69 inci dengan penambahan berat badan sekitar 13 kg, dan tinggi badan pada remaja perempuan hanya 64 inci dengan penambahan berat badan sekitar 10 kg.

Perubahan-perubahan dalam proporsi tubuh selama masa remaja, terlihat pada perubahan ciri-ciri wajah, di mana wajah anak-anak mulai menghilang atau nampak lebih dewasa, seperti dahi yang semula sempit sekarang menjadi lebih luas, mulut melebar, dan bibir menjadi lebih penuh. Di samping itu, dalam perubahan struktur kerangka, terjadi percepatan pertumbuhan otot, sehingga mengakibatkan terjadinya pengurangan jumlah lemak dalam tubuh.[14]

2) Perubahan-perubahan terkait dengan perkembangan karakteristik seksual

Pubertas (*puberty*) ialah suatu periode di mana kematangan kerangka dan seksual terjadi dengan pesat. Kematangan seksual merupakan suatu rangkaian dari perubahan-perubahan yang terjadi pada masa remaja, yang ditandai dengan perubahan pada ciri-ciri seks primer (*primary sex characteristics*) di mana hal ini terkait dengan organ tubuh yang secara langsung berhubungan dengan

[14] Desmita, *Psikologi Perkembangan,* (Bandung : PT Remaja Rosdakarya, 2015), h. 192

proses reproduksi, dan ciri-ciri seks sekunder (*secondary sex characteristics*) di mana hal ini terkait dengan tanda-tanda jasmaniah yang saling berkaitan dengan seks primer, seperti pada laki-laki tumbuh kumis dan janggut, suara berat, otot-otot menjadi kuat, dll, dan pada perempuan terlihat payudara dan pinggul yang membesar, suara menjadi halus, dll.

b. Perkembangan Kognitif

Masa remaja merupakan suatu periode kehidupan di mana kapasitas untuk memperoleh dan menggunakan pengetahuan secara efisien mencapai puncaknya. Hal ini dikarenakan pada periode ini proses pertumbuhan otak mencapai kesempurnaan. Sistem saraf yang berfungsi memproses informasi berkembang dengan cepat. Di samping itu, pada periode ini juga terjadi reorganisasi lingkaran saraf *prontal lobe* (belahan otak bagian depan sampai pada belahan atau celah sentral). *prontal lobe* ini berfungsi dalam aktivitas kognitif tingkat tinggi, seperti kemampuan

merumuskan perencanaan strategi atau kemampuan mengambil keputusan.[15]

Dengan perkembangan kognitif seperti yang disebutkan sebelumnya, remaja memiliki kekuatan baru dalam penalaran yang menjadikan remaja mampu membuat pertimbangan, melakukan diskusi maupun perdebatan sekitar topik-topik abstrak tentang manusia, kebaikan dan kejahatan, kebenaran dan keadilan, dan topik-topik lainnya. seperti halnya pada masa anak-anak, ketika yang mereka tahu bahwa Tuhan itu berada di atas awan, maka pada masa remaja mereka mungkin berusaha mencari sebuah konsep yang lebih mendalam mengenai Tuhan dan eksistensinya.

c. Perkembangan Psikososial

Tabel 1.1
Tahap-tahap Perkembangan Psikososial Erikson

Tahap Psikososial	Usia Kira-Kira
Kepercayaan vs. Ketidakpercayaan (*Trust vs. Mistrust*)	Lahir – 1 tahun (Masa bayi)
Otonomi vs. Rasa malu dan Ragu-ragu	1 – 3 tahun (Masa Kanak-kanak)

[15] Desmita, *Psikologi Perkembangan*…….. h. 194

(*Autonomy vs. Shame and Doubt*)	
Inisiatif vs. Rasa bersalah (*Initiative vs. Guilt*)	4 – 5 tahun (Masa Pra-Sekolah)
Ketekunan vs. Rasa rendah diri (*Industry vs. Inferiority*)	6 – 11 tahun (Masa sekolah dasar)
Identitas vs. Kebingungan peran (*Ego identity vs. Role confusion*)	12 – 20 Tahun (Masa remaja)
Keintiman vs. Isolasi (*Intimacy vs. Isolation*)	20 – 24 tahun (Masa awal dewasa)
Generativitas vs. Stagnasi (*Generativity vs. Stagnation*)	25 – 65 tahun (Masa pertengahan desawa)
Integritas ego vs. Keputusan (*Ego integrity vs. Despair*)	65 tahun – Mati (Masa akhir dewasa)

SUMBER : Diadaptasi dari Desmita (2015)

Dari tabel di atas, terlihat bahwa masa remaja merupakan masa pencarian identitas diri dan juga kebingungan peran. Yang berarti pada masa ini, remaja mulai memiliki suatu perasaan tentang identitasnya sendiri, menyadari sifat-sifat yang melekat pada dirinya, seperti kesukaan dan ketidaksukaannya, tujuan-tujuan yang ingin dicapainya, kekuatan dan hasrat untuk mengontrol kehidupannya sendiri. Di hadapannya terbentang banyak peran baru dan status orang dewasa.

Namun, dari alih-alih pencarian identitas atau jati diri tersebut, dengan berbagai kesulitan yang dialaminya untuk mendapatkan identitas tersebut, menyebabkan mereka merasa terisolasi, hampa, cemas dan bimbang, mereka akan merasakan kebingungan peran, seperti "siapakah" aku, "apakah" yang diinginkannya pada masa yang akan datang, atau "bagaimanakah" aku dalam pandangan masyarakat.

Remaja yang berhasil mencapai suatu identitas atau menemukan jati dirinya, akan memperoleh suatu pandangan yang jelas, tentang dirinya, memahami perbedaan dan persamaannya dengan orang lain, menyadari kelebihan dan kekurangannya, penuh percaya diri, tanggapan terhadap berbagai situasi, mampu mengambil keputusan penting, mampu mengantisipasi tantangan masa depan, serta mengenal perannya dalam masyarakat.

G. Metodologi Penelitian

Metode penelitian adalah cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu.[16] Untuk mencapai tujuan tersebut, peneliti harus memilih metode yang tepat

[16] Sugiyono, *Statistika Untuk Penelitian*, (Bandung : Alfabeta, 2012), h. 3

sehingga pelaksanaan penelitian dapat berjalan dengan baik dan tujuan yang ingin didapat pun tercapai. Keberhasilan kegiatan yang dilakukan dalam suatu penelitian banyak ditentukan oleh metode yang digunakan. Dalam metode penelitian ini terdapat beberapa hal yang dapat menentukan langkah-langkah pelaksanaan kegiatan penelitian.

1. Jenis dan pendekatan penelitian

Untuk mendapatkan data yang berhubungan dengan permasalahan yang telah dirumuskan dan mempermudah pelaksanaan penelitian serta dapat mencapai tujuan yang ingin dicapai, maka penelitian ini menggunakan penelitian lapangan.

Pendekatan penelitian ini adalah kualitatif yang bersifat deskriptif kualitatif. Dalam penelitian ini penulis berusaha memperoleh data yang sesuai dengan gambaran, keadaan, realita dan fenomena yang diteliti.

2. Waktu dan tempat penelitian

a. Waktu penelitian

Penelitian ini dilaksanakan dari observasi hingga selesai penelitian, adapun waktu kegiatan penelitian dilakukan secara bertahap dengan waktu yang dilakukan selama sekitar 4 bulan.

b. Tempat penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Komplek Green Serang Madani, Desa Cilaku, Kecamatan Curug, Kota Serang, Banten.

3. Subjek dan Objek penelitian

a. Subjek penelitian

Subjek penelitian yaitu individu atau kelompok yang dijadikan fokus penelitian dan juga merupakan sumber informasi untuk mencari dan mendapatkan data. Adapun subjek dalam fokus penelitian ini yaitu 5 orang remaja yang sudah dipilih dari data hasil observasi.

b. Objek penelitian

Adapun objek penelitian yaitu permasalahan-permasalahan yang menjadi titik sentral perhatian suatu penelitian.[17] Pada penelitian ini yang menjadi objek yaitu kecanduan terhadap *Online Games*.

---

[17] Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik,* (Jakarta : Rineka Cipta, 1991), h.115

4. Teknik pengumpulan data

a. Observasi

Observasi atau pengamatan merupakan aktivitas pencatatan fenomena yang dilakukan secara sistematis.[18] Observasi merupakan langkah awal yang dilakukan peneliti untuk menentukan langkah-langkah selanjutnya dalam penelitian.

b. Wawancara

Wawancara merupakan teknik pengumpulan data dengan cara berkomunikasi, bertatap muka yang disengaja, terencana, sistematis antara pewawancara (interviewer) dengan individu yang diwawancarai (interviewee).[19]

Peneliti menggunakan pedoman wawancara yang berisi pokok-pokok pertanyaan yang berkaitan dengan pertanyaan penelitian, dengan tujuan peneliti dapat menggali data dan informasi yang banyak dari responden mengenai perilaku kecanduan dalam bermain game online dan faktor penyebabnya. Wawancara tak terstruktur peneliti lakukakan apabila ada pernyataan dari responden yang membutuhkan

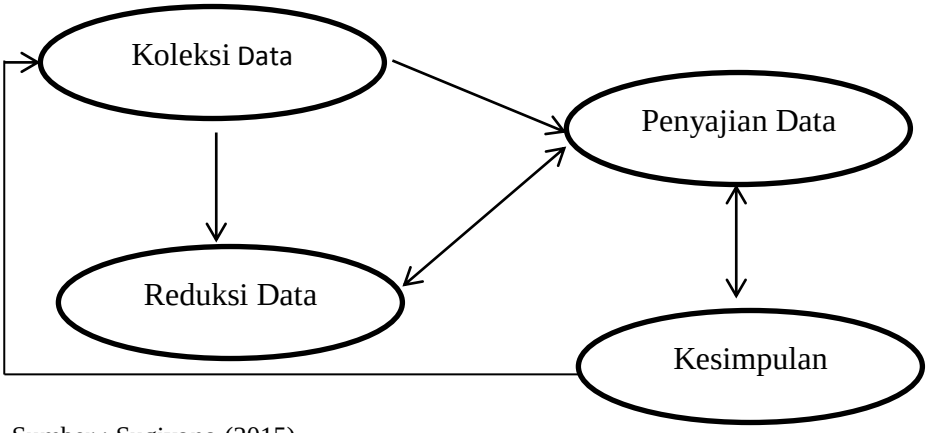
---

[18] Muhammad Idrus, *Metode Penelitian Ilmu Sosial : Pendekatan Kualitatif dan Kuantitatif,* (Yogyakarta, Erlangga, 2009), h. 101

[19] Dede Rahmat Hidayat dan Aip Badrujaman, *Penelitian Tindakan dalam Bimbingan dan Konseling,* (Jakarta : Indeks, 2012), h. 125

pertanyaan yang lebih mendalam untuk mengetahui jawaban yang lebih rinci diluar pedoman wawancara yang telah dibuat.

5. Teknik analisis data



Sumber : Sugiyono (2015)

a) Reduksi Data

Reduksi data merupakan bentuk analisis yang menggolongkan, mengarahan, menyederhanakan dan mengorganisasi data sedemikian rupa sehingga kesimpulan akhir dapat diambil.

Pada tahap ini, setelah semua data terkumpul dari hasil pengumpulan data di lapangan, kemudian data tersebut dipilah-pilah mana data yang pokok dan mendukung untuk mempermudah peneliti dalam melakukan tahapan selanjutnya dalam penelitian.

b) Penyajian Data

Penyajian data adalah kegiatan ketika sekumpulan informasi atau data disusun, sehingga memungkinkan akan adanya penarikan kesimpulan. Bentuk penyajian data yang paling sering digunakan dalam penelitian kualitatif adalah dengan teks yang bersifat naratif.

Dengan adanya penyajian data, maka akan memudahkan untuk memahami apa yang terjadi, dan merencanakan kerja selanjutnya berdasarkan apa yang telah dipahami tersebut.

c) Kesimpulan

Penarikan kesimpulan merupakan tahap akhir dari kegiatan analisis data. Upaya penarikan keimpulan dilakukan peneliti secara terus menerus selama penelitian guna memungkinkan peneliti dapat menjawab rumusan masalah yang telah dirumuskan sejak awal.[20]

---

[20] Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif , Kualitatif dan R&D,* (Bandung : Alfabeta, 2015), h. 247

H. Sistematika Penulisan

BAB I, pendahuluan, yang meliputi : Latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, kajian pustaka, kajian teori, metodologi penelitian dan sistematika penulisan.

BAB II, gambaran umum Komplek Green Serang Madani yang meliputi : Sejarah singkat, letak geografis dan kondisi lingkungan lokasi penelitian.

BAB III, *Online games* pada remaja di Komplek Green Serang Madani yang meliputi : Profil Responden, latar belakang kecanduan *online games* pada remaja dan dampak kecanduan *online gam*es pada remaja di Komplek Green Serang Madani.

BAB IV, Penerapan pendekatan eksistensial-humanistik pada konseling individual terhadap remaja kecanduan *online games* di Komplek Green Serang Madani yang meliputi : Penerapan Teknik Konseling Individual dengan Pendekatan Eksistensial Humanistik dan efektifitas Penerapan Teknik Konseling Individual dengan Pendekatan Eksistensial Humanistik Terhadap Remaja di Komplek Green Serang Madani

BAB V, berisi penutup yang meliputi : Kesimpulan dan saran.