

BAB IV

PENERAPAN KONSELING TEKNIK MODELING

PADA ANAK MASA AKHIR PECANDU

GAME ONLINE

A. Persiapan Pelaksanaan Konseling

Dari hasil *assesment* yang telah dilakukan sebelumnya, peneliti mengetahui kondisi permasalahan yang dihadapi oleh 5 konseli yakni konseli AF, RO, EA, MR, dan AN. Selanjutnya peneliti akan mengambil tindakan untuk melakukan konseling dengan teknik modeling. Alasan peneliti menggunakan teknik modeling ini karena responden yang merupakan anak-anak pada masa akhir mudah meniru kebiasaan orang-orang yang ada di sekitar mereka. Maka dari itu, peneliti melakukan dua langkah sebelum memulai konseling dengan menggunakan teknik modeling. *Pertama*, peneliti memberikan pemahaman kepada orang tua mengenai tujuan dari teknik modeling yaitu agar orang tua dapat membantu proses pelaksanaan teknik modeling ini supaya

anak lebih diperhatikan segala perkembangan dan kegiatannya agar mereka tidak selalu menggunakan *smartphone* secara berlebihan. *Kedua*, menetapkan bentuk penokohan. Dalam pelaksanaan teknik modeling ini peneliti menetapkan dua tipe yaitu: *live model dan symbolic model*.

Langkah selanjutnya peneliti menetapkan target yang harus dicapai dalam penerapan konseling dengan menggunakan teknik modeling untuk mengurangi perilaku bermain *smartphone* secara berlebihan dan memberikan sentuhan nilai-nilai keagamaan agar diusia mereka tidak hanya memikirkan main dan main melainkan tetap menjalankan ibadah . Adapun target yang harus dicapai sebagai berikut:

1. Target untuk Anak (konseli)
 - a. Mengetahui dampak negatif *smartphone* pada anak
 - b. Mengetahui bahaya *game online* bagi kesehatan
 - c. Disiplin dalam pembagian waktu bermain
 - d. Dapat mengurangi waktu bermain *game online*
 - e. Menanamkan nilai-nilai keagamaan

2. Target untuk Orang Tua

Peneliti memberikan pemahaman kepada orang tua para responden mengenai teknik modeling yang peneliti pakai pada penelitian ini. Supaya orang tua membantu peneliti dalam mewujudkan target di atas yang sudah dipaparkan, serta agar orang tua ikut andil dalam proses perkembangan anak dalam mengurangi kecanduan bermain *game online*. Selain itu agar orang tua lebih tegas dan memperhatikan segala perubahan sikap pada anaknya terutama perkembangan dalam keagamaannya supaya terus di kontrol agar diusia mereka dibiasakan untuk menjalankan kegiatan mengaji dan sholat lima waktu.

B. Proses Penerapan Teknik Modeling

Sebelum melaksanakan proses konseling, terlebih dahulu peneliti menetapkan bentuk penokohan, adapun bentuk penokohan yang peneliti gunakan dalam proses pelaksanaan konseling dengan teknik modeling ini menggunakan penokohan nyata (*live model*) . Penokohan

nyata (*live model*) adalah proses pelaksanaan konseling dengan bentuk peniruan perilaku orang lain. Dalam hal ini, yang berperan sebagai model adalah teman sebaya dan peneliti yang berperan sebagai konselor. konselor menampilkan 3 video yang mendukung dalam hal proses mengedukasi terkait *game online*. *Pertama*, video “Dampak Negatif Gadget Pada Anak”. *Kedua* video “Bahaya Game Online Bagi Otak”. *Ketiga* video “Dampak Buruk Game Online.

Kemudian peneliti menggunakan 4 tahap yang diterapkan dalam proses penerapan teknik modeling. *Pertama*, atensi (perhatian) seorang konseli memusatkan perhatiannya kepada seorang model. *Kedua*, retensi yaitu tahap penyimpanan dalam ingatan. *Ketiga*, produksi adalah peniruan tingkah laku dari seorang model yang selanjutnya ditirukan oleh konseli. *Keempat*, motivasi adalah bentuk penguatan serta dorongan yang diberikan oleh konselor kepada konseli berupa hadiah ataupun pujian. Berikut ini adalah proses penerapan teknik modeling:

PERTEMUAN KE-1

Hari/Tanggal	: Sabtu, 02 November 2019
Tempat	: Rumah peneliti/konselor, Kp. Pakem
Pukul	: 13: 00 - 15:00 WIB
Tema	:Melakukan Pendekatan dan Menjelaskan Kegiatan

1. Deskripsi Kegiatan

Pertemuan pertama konselor terlebih dahulu melakukan pendekatan kepada konseli dengan menggunakan teknik modeling dengan tahap atensi (perhatian). Adapun kegiatan yang dilakukan sebagai berikut:

- 1) Langkah pertama konselor menetapkan bentuk penokohan yaitu tipe live model dengan menggunakan model berinisial AS
- 2) Kemudian konselor berupaya membangun hubungan baik dengan para konseli dengan cara menanyakan kabar kepada konseli.
- 3) Konselor memimpin doa bersama dengan para konseli, kemudian saling memperkenalkan diri antara konselor dan konseli

- 4) konselor memperkenalkan seorang teman sebaya atau model AS yang akan menjadi contoh *live model* (Penokohan nyata) dalam proses konseling.
- 5) Kemudian konselor langsung menjelaskan maksud dan tujuan kegiatan tersebut yang akan berlangsung selama 8 pertemuan.
- 6) Selanjutnya konselor meminta konseli untuk menceritakan secara bergantian apa yang menjadi ketertarikan mereka dalam bermain *game online*. Konseli RO dan EA mengaku bermain *game online* membuatnya merasa lebih senang dan tidak bosan.¹ Kemudian Konseli AF *bermain game online* karena melihat teman-teman disekitarnya dan AF pun ikut dalam bermain *game online* bersama mereka. Konseli MR dan AN mengaku bermain *game online* agar tidak ketinggalan jaman karena dijaman sekarang banyak *game-game* yang bagus, selain itu merekapun sampai

¹ RO dan EA, wawancara oleh Mega Triyana, Kampung Pakem, 02 November 2019, Pukul 14:20 WIB

hafal dengan tokoh-tokoh yang ada di dalam *game* tersebut.²

- 7) Kemudian dalam hal ini, melihat kondisi konseli saat menceritakan ketertarikannya pada *game online* dapat dipicu dari pengaruh lingkungan sekitar dan teman-temannya karena dijamin sekarang sudah tidak aneh melihat anak-anak seusia mereka memiliki *smartphone* sendiri.
- 8) Konselor mengucapkan terimakasih dan kemudian mengakhiri pertemuan pertama dengan membaca doa bersama-sama dan menyepakati proses konseling akan dilaksanakan keesokan harinya.

2. Suasana Kegiatan

Proses kegiatan pada pertemuan pertama ini, konseli AF, RO, dan MR mereka sangat antusias mengikuti proses kegiatan. Namun berbeda dengan konseli AN dan EA terlihat cuek dan tampak malas untuk mengikuti kegiatan karena ingin segera main.

² AF, MR dan AN, wawancara oleh Mega Triyana, Kampung Pakem, 02 November 2019, Pukul 14: 25 WIB

3. Tindak Lanjut (*Follow Up*)

Hasil dari pertemuan pertama, konselor mengingatkan konseli agar tidak terlalu berlebihan dalam bermain *game online*. Selanjutnya konselor memutuskan untuk memberikan edukasi melalui video yang akan di perlihatkan di pertemuan berikutnya agar konseli tau dampak buruk bermain *game online*.

PERTEMUAN KE-II

Hari/Tanggal	: Minggu, 03 November 2019
Tempat	: Rumah peneliti/konselor, Kp. Pakem
Pukul	: 10:00 - 11:30 WIB
Tema	: Menonton Video Tentang Dampak Negatif Gadget Pada Anak dan Dampak Buruk <i>Game Online</i> Bagi Pelajar.

1. Deskripsi Kegiatan

Pada pertemuan kedua, konselor mengkombinasikan modeling dengan aturan, intruksi, dan penguatan. Adapun kegiatan yang dilakukan sebagai berikut:

- 1) Konselor mempersilahkan AF untuk memimpin doa bersama sebelum dimulainya kegiatan.
- 2) Konselor menyapa konseli dan menanyakan kabar untuk menjalin hubungan yang harmonis agar suasana tidak begitu canggung pada saat melakukan kegiatan.

- 3) Kemudian selanjutnya konselor menjelaskan mengenai kegiatan hari ini yaitu menonton video edukasi yang berjudul "*Dampak Negatif Gadget Pada Anak*" dan "*Dampak Buruk Game Online Bagi Pelajar*".
- 4) Sebelum video dimulai, AS sebagai model memberitahukan kepada konseli bahwa selama menonton video tersebut konseli harus menyimak dan memahami isi dari video itu agar konseli mengerti akan dampak buruk dari bermain *game online*.
- 5) Setelah menonton video selama 10 menit, konselor bertanya kepada konseli terkait apa pendapat mereka mengenai isi video tersebut. Kemudian jawaban dari konseli AF, RO, EA, MR, dan AN seluruhnya hampir sama yaitu mereka merasa dalam video tersebut kerap terjadi pada diri mereka sendiri yaitu akan merasa jengkel karena kalah jika tidak mampu bermain bagus bahkan sampai mengeluarkan kata-kata kasar dan membawa kata-kata kasar itu ke lingkup kehidupannya di luar bermain game. Kemudian menjadi boros karena selalu membutuhkan kuota internet jika kuota habis

mereka akan merasa cemas dan gelisah juga sulit konsentrasi dalam pelajaran dan efeknya menjadi malas.

- 6) Kemudian dalam hal ini, melihat kondisi dan mendengarkan langsung pendapat dari konseli mengenai video tersebut, konselor dapat menggambarkan bahwasannya konseli memang benar akan merasakan hal-hal seperti kurangnya penurunan konsentrasi, mudah menyalahkan orang lain, berperilaku autisme atau tidak peduli dengan lingkungan hanya terpaku pada permainan *game online*, muncul amarah yang meledak-ledak dan berkata kasar, memiliki kecemasan berlebih dan mempunyai masalah pencernaan karena sering melewatkan waktu makan. Hal ini disebabkan karena mereka terlalu berlebihan dalam bermain *game online*. Jika kondisi seperti ini dibiarkan terlalu lama akan mengakibatkan hal fatal bagi masa depan konseli.
- 7) Kemudian disini AS dan konselor memberikan bimbingan dan arahan agar konseli berhenti berkata kasar, berbohong dengan membiasakan hal-hal baik yaitu berkata sopan pada teman-teman dan orang tua. Seperti yang AS contohkan jika terlanjur berkata kasar

langsung diselingi dengan istigfar kemudian langsung meminta maaf. Selain itu AS mengajak konseli agar bisa menyisihkan uang jajannya untuk ditabung.

- 8) Konselor dan konseli menyepakati pertemuan berikutnya. Konselor mengucapkan terimakasih dan mengakhiri kegiatan dengan membaca doa bersama yang di pimpin oleh AF.

2. Suasana Kegiatan

Dari awal sampai akhir proses kegiatan berlangsung dengan baik karena mereka merasa tidak bosan jika proses konseling menggunakan media dengan menonton video. Mereka semua sangat antusias bahkan konseli AN yang tadinya cuek di pertemuan pertama, pada pertemuan kali ini AN pun turut antusias menyatu dengan konseli yang lain.

3. Tindak Lanjut (*Follow Up*)

Konselor dapat melihat di pertemuan kedua mereka merasa takut dan tidak mau terjadi hal-hal yang tidak diinginkan karena terlalu berlebihan bermain *game online* maka mereka harus mengurangi waktu bermain yang nantinya akan di sampaikan di pertemuan selanjutnya.

PERTEMUAN KE-III

Hari/Tanggal	: Sabtu, 09 November 2019
Tempat	: Rumah peneliti/konselor, Kp. Pakem
Pukul	: 13:00 - 15:00 WIB
Tema	: Mengurangi Waktu Bermain <i>Game</i> <i>Online</i>

1. Deskripsi Kegiatan

Pada pertemuan ketiga konselor menerapkan tahap produksi yaitu peniruan tingkah laku dari seorang model yang selanjutnya ditirukan oleh konseli kemudian pada saat konseli memperhatikan tokoh berikan penguatan alamiah.

- 1) Sebelum memulai proses kegiatan, konselor mempersilahkan konseli RO untuk memimpin doa bersama agar kegiatan berjalan dengan baik.
- 2) Konselor bertanya kepada seluruh konseli terkait kabar dan kesiapan mereka untuk melakukan kegiatan hari ini guna mencairkan suasana agar mereka tidak merasa bosan.

- 3) Kemudian konselor menjelaskan isi kegiatan hari ini yaitu mengenai pembagian waktu bermain
- 4) Model AS mengajak konseli AF, RO, EA, MR, dan AN meniru kebiasaannya dalam membagi waktu antara bermain dan melakukan kewajiban.
- 5) Model AS bercerita mengenai bagaimana pembagian waktu antara bermain dan belajar. Disini AS menjelaskan bahwasannya ia diatur oleh kedua orang tuanya dalam pembagian waktu tersebut. Orang tua AS membatasi penggunaan *smartphone* yaitu dalam sehari AS hanya di perbolehkan bermain *game online* selama 30 menit dan sisa waktunya dipergunakan untuk sekolah, bermain di lingkungan sekitar dengan waktu yang sudah di tetapkan, kemudian belajar, hafalan hadist dan tak lupa untuk mengaji. AS sama halnya dengan anak-anak yang lain dan ia mengaku bermain *game online* 30 menit rasanya memang kurang di banding dengan mereka yang bermain hingga berjam-jam lamanya tapi AS mampu

melakukan itu karena ia di bantu oleh orang tuanya agar disiplin dan nurut akan perintah orang tua.

- 6) Setelah AS menjelaskan, disini konselor bertanya kepada konseli apakah konseli mampu menirukan perilaku seperti model AS yang bisa membatasi waktu bermain *game online* hanya 30 menit sehari. Merekapun secara bersamaan mengucapkan akan sulit dan tidak mampu.
- 7) Kemudian konselor memberikan arahan agar mereka sedikit demi sedikit mengurangi waktu bermain *game online* yaitu dengan mencobanya sehari 2 jam yaitu sehabis pulang sekolah 1 jam dan 1 jamnya lagi di malam hari sehabis belajar. Selain itu mengisi waktu dengan kegiatan yang lain seperti bermain bersama teman-teman karna bermain diluar akan lebih asik dari pada bermain *smartphone*.
- 8) Setelah dirasa cukup untuk kegiatan hari ini, konselor langsung mengucapkan terimakasih kepada AS dan seluruh konseli. Kemudian konselor menutup dengan doa bersama yang di pimpin oleh konseli RO.

2. Suasana Kegiatan

Suasana kegiatan pada pertemuan ketiga ini sangat terasa berbeda karena kehadiran model AS, tetapi mereka semua mampu mendengarkan apa yang di sampaikan oleh AS sampai-sampai mereka tidak percaya bahwa AS hanya bermain *game online* selama 30 menit.

3. Tindak Lanjut (*Follow Up*)

Berdasarkan jawaban konseli yang masih tidak yakin untuk menirukan model AS. Disini konselor akan membuat jadwal pembagian waktu antara waktu bermain *game online* dan kewajiban agar konseli dapat mengurangi bermain *game online*. Pembuatan jadwal tersebut akan di buat oleh mereka dan waktu pembuatannya akan dilakukan pada pertemuan berikutnya yaitu pertemuan keempat.

PERTEMUAN KE-IV

Hari/Tanggal	: Minggu, 10 November 2019
Tempat	: Rumah peneliti/konselor, Kp. Pakem
Pukul	: 10:00 - 11:20 WIB
Tema	:Membuat Jadwal Pembagian Waktu Antara Waktu Bermain Game dan Kewajiban

1. Deskripsi Kegiatan

Pada pertemuan keempat konselor membuat desain pelatihan untuk konseli menirukan model secara tepat dengan menerapkan tahap atensi dan produksi. Hal tersebut dilakukan untuk menyesuaikan keadaan konseli untuk memahami dan meneladani model serta menirukan tingkah laku dari seorang model yang selanjutnya ditirukan oleh konseli. Adapun rangkaian kegiatan yang dilakukan sebagai berikut:

- 1) Konselor mempersilahkan EA untuk memimpin doa bersama sebelum dimulainya kegiatan.

- 2) Konselor bertanya kepada seluruh konseli terkait kabar dan kesiapan mereka untuk melakukan kegiatan hari ini.
- 3) Sebelum konselor menjelaskan kegiatan selanjutnya, konselor terlebih dahulu bertanya perihal perkembangan konseli apakah mereka sudah bisa mengurangi waktu bermain *game online*, kemudian mereka menjawab masih belum bisa.
- 4) Kemudian setelah itu konselor menjelaskan kegiatan yang akan dilakukan hari ini yaitu membuat jadwal harian dengan pembagian waktu Antara waktu bermain dan kewajiban.
- 5) Sebelum membuat jadwal, konselor mempersilahkan model AS untuk menunjukkan jadwal harian yang sudah model AS buat kepada konseli agar konseli paham dan meniru model AS.
- 6) Kemudian konseli AF, RO, EA, MR, dan AN langsung menulis jadwal harian yang dimulai dari kegiatan di pagi hari sampai malam hari.

- 7) Setelah konseli selesai membuat jadwal harian, kemudian konselor menjelaskan bahwa jadwal itu harus di praktekan di rumah masing-masing sesuai dengan jam dan aktivitas yang sudah konseli buat agar konseli menjadi lebih disiplin.
- 8) Kemudian konselor mengucapkan terimakasih dan mengakhiri pertemuan dengan membaca doa yang dipimpin oleh konseli EA.

2. Suasana Kegiatan

Suasana kegiatan di pertemuan keempat ini seluruh konseli sangat aktif dan mereka terlihat sungguh-sungguh ketika membuat jadwal kegiatan sehari-hari.

3. Tindak Lanjut (*Follow Up*)

Hasil dari pertemuan keempat ini konselor akan menindak lanjutkan untuk memperhatikan perkembangan setiap konseli dan bekerjasama dengan orang tua masing-masing untuk memantau apakah konseli menjalankan jadwal harian dengan baik atau tidak.

PERTEMUAN KE-V

Hari/Tanggal	: Sabtu, 16 November 2019
Tempat	: Rumah peneliti/konselor, Kp. Pakem
Pukul	: 13:00 - 15:00 WIB
Tema	: Melihat Hasil Pembuatan Jadwal Harian

1. Deskripsi Kegiatan

Pada pertemuan kelima, konselor masih menggunakan tahapan atensi (perhatian). Adapun rangkaian kegiatan yang dilakukan sebagai berikut:

- 1) Konselor meminta konseli MR untuk memimpin doa.
- 2) Konselor bertanya mengenai kabar konseli.
- 3) Konselor bertanya kepada setiap konseli terkait pelaksanaan jadwal harian yang sudah dibuat oleh konseli pada minggu lalu di pertemuan ke empat apakah sudah dilakukan dengan baik atau tidak.
- 4) Kemudian konseli AF, RO, EA, MR, dan AN memperlihatkan jadwal harian yang sudah mereka laksanakan.

- 5) Konseli AF dan EA melakukan jadwal harian dengan cukup baik. Kemudian jadwal harian konseli AN, RO, dan MR masih banyak yang tidak dilakukan.
- 6) Kemudian konselor memberikan pemahaman kepada mereka terkait pembuatan jadwal ini bertujuan agar mereka bisa memanfaatkan waktu dengan baik, kemudian sedikit-sedikit belajar mengurangi bermain game, dan melatih kebiasaan agar lebih disiplin antara waktu bermain dan kewajiban seperti sekolah, belajar, dan ibadah.
- 7) Kemudian konselor mengucapkan terimakasih dan mengakhiri pertemuan dengan membaca doa yang dipimpin oleh konseli MR

2. Suasana Kegiatan

Kegiatan pertemuan kelima berjalan dengan lancar. Konselor selalu memperhatikan perubahan konseli disetiap pertemuan yang semakin aktif bertanya dan semakin terbuka.

3. Tindak Lanjut (*Follow Up*)

Melihat dari hasil petemuan kelima dengan pelaksanaan jadwal harian, seluruh konseli menjalankan

jadwalnya dengan cukup baik walaupun masih ada yang belum konsisten dalam mengatur jam tidur, mengurangi bermain game dan melaksanakan ibadah solat maka, untuk pertemuan selanjutnya konseli akan memberikan pembelajaran terkait menanamkan nilai-nilai keagamaan pada konseli.

PERTEMUAN KE-VI

Hari/Tanggal	: Minggu, 17 November 2019
Tempat	: Rumah peneliti/konselor, Kp. Pakem
Pukul	: 10:00- 11:45 WIB
Tema	: Menanamkan Nilai-Nilai Keagamaan

1. Deskripsi Kegiatan

Pada pertemuan keenam, konselor menggunakan tahapan atensi dan produksi. Disini konselor dan AS berusaha memberikan pemahaman mengenai nilai-nilai keagamaan seperti akidah, ibadah, dan akhlak agar konseli berperilaku berdasarkan pokok-pokok pemahaman dan keteladanan yang bersumber dari agama supaya mereka mampu membedakan mana yang baik dan buruk yang nantinya akan menjadi pondasi kepribadian pada anak. Adapun rangkaian kegiatan yang dilakukan sebagai berikut:

- 1) Konselor meminta konseli MR untuk memimpin doa.
- 2) Konselor bertanya mengenai kabar konseli.
- 3) Sebelum konselor menjelaskan kegiatan selanjutnya, konselor terlebih dahulu bertanya perihal perkembangan

konseli apakah mereka sudah bisa mengurangi waktu bermain game. kemudian konseli EA, AF dan AN sedikit demi sedikit mereka bisa mengurangi bermain game dengan kegiatan lain seperti bermain bola bersama teman-temannya.

- 4) Kemudian konselor menjelaskan terkait kegiatan yang akan dilaksanakan hari ini yaitu menanamkan nilai-nilai keagamaan. Konselor menjelaskan pada konseli macam-macam nilai keagamaan yaitu ada akidah, ibadah, dan akhlak. Kemudian konselor bertanya kepada para konseli apakah konseli sudah konsisten dalam melakukan ibadah solat dan mengaji. Mereka menjawab masih bolong-bolong apalagi solat subuh.
- 5) Konseli AF, RO, EA, MR, dan AN enggan melaksanakan solat subuh karena beralasan masih mengantuk. kemudian untuk sholat yang lainnya seperti dzuhur, ashar, dan isya mereka kerjakan jarang-jarang bahkan tidak sama sekali. Tapi untuk solat magrib mereka mengaku selalu mengerjakannya karena solat

magrib dilaksanakan di masjid bersama teman-teman yang lain.

- 6) Kemudian konselor bertanya apakah dirumah mereka sering mengaji atau tidak. Konseli AF dan RO mengaku sering mangaji dirumah setelah solat magrib dengan orangtuanya. Berbeda dengan konseli EA, MR, dan AN mereka jarang mengaji.
- 7) Konselor mempersilahkan model AS untuk bercerita kepada konseli terkait bagaimana pelaksanaan solat dan ngaji yang dilakukan AS dirumah. Model AS mengaku sudah terbiasa mengerjakan solat 5 waktu karena dorongan dari orangtuanya yang sangat tegas. Bahkan disekolahnya pun AS diwajibkan solat dhuha berjamaah setiap hari dan dilatih untuk mengerjakan solat tepat waktu. Kemudian konselor memberikan dorongan kepada konseli agar mencontoh model AS untuk membiasakan solat lima waktu dan mengaji.
- 8) Setelah dirasa cukup untuk kegiatan hari ini, konselor langsung mengucapkan terimakasih kepada AS dan

seluruh konseli. Kemudian konselor menutup dengan doa bersama yang di pimpin oleh konseli MR.

2. Suasana Kegiatan

Kegiatan pada pertemuan keenam dirasa cukup kondusif melihat para konseli dan model AS saling tanya jawab membuat suasana kegiatan menjadi lebih ramai dan hidup.

3. Tindak Lanjut (*Follow Up*)

Dari hasil pertemuan keenam ini konselor dapat melihat bahwasannya para konseli masih belum terbiasa mengerjakan solat lima waktu dan mengaji akibat dari kurangnya pengawasan orangtua karena pekerjaan. Kemudian tindak lanjut konselor di pertemuan berikutnya akan melakukan hafalan surah pendek tujuannya untuk mengetes ingatan dan melihat seberapa cepat konseli menghafal hafalan baru.

PERTEMUAN KE-VII

Hari/Tanggal	: Sabtu, 23 November 2019
Tempat	: Rumah peneliti/konselor, Kp. Pakem
Pukul	: 13:00 - 15:00 WIB
Tema	: Melatih Konsentrasi dengan Hafalan surah Ad-Dhuha

1. Deskripsi Kegiatan

Salah satu dampak buruk dari *game online* adalah penurunan konsentrasi dimana anak kesulitan untuk berfikir dan mengingat sesuatu. Maka dari itu pertemuan ketujuh konselor akan melatih seberapa cepat konseli menghafal hafalan surah Ad-duha. Penerapan yang digunakan konselor yaitu menggunakan tahapan atensi (perhatian) dan retensi (tahap penyimpanan dalam ingatan) dan melakukan pemodelan dimana tokoh menunjukkan perilaku yang manis, perhatian, bahasa yang lembut dan perilaku yang menyenangkan konseli. Adapun rangkaian kegiatan yang dilakukan sebagai berikut:

- 1) Konselor meminta konseli AN untuk memimpin doa.

- 2) Konselor bertanya mengenai kabar konseli.
- 3) Sebelum konselor menjelaskan kegiatan selanjutnya, konselor terlebih dahulu bertanya perihal perkembangan konseli apakah mereka sudah bisa mengurangi waktu bermain game. Kemudian konseli AF, RO, dan EA mengaku sudah bisa mengurangi bermain game dan membiasakan tidak membawa hp jika main keluar.
- 4) Setelah itu konselor menjelaskan terkait kegiatan yang akan dilaksanakan hari ini yaitu melatih konsentrasi dengan hafalan surah Ad-duha. Konselor melihat ekspresi konseli setelah mendengar akan ada hafalan mereka protes dan menolak tidak mau tapi setelah diberi semangat untuk mencoba akhirnya mereka mau, konselor pun menekankan bahwa hafalan tidak dipaksakan untuk cepat dihafal jadi semampunya konseli saja.
- 5) Konselor mempersilahkan model AS untuk mencontohkan terlebih dahulu untuk membacakan surah Ad-duha di depan para konseli. Kemudian konselor

mempersilahkan para konseli untuk memulai hafalan yang diberi waktu 30 menit.

- 6) Kemudian setelah waktu menghafal habis konseli langsung membacakan hafalannya dimulai dari konseli AF dalam 30 menit mampu menghafal 7 ayat, kemudian konseli EA menghafal 6 ayat, sedangkan konseli RO, MR, dan AN hanya mampu menghafal 5 ayat.
- 7) Konselor bertanya pada konseli apa kendala dalam menghafalkan surah Ad-duha kemudian konseli RO dan MR menjawab tidak bisa konsentrasi karena berisik, selain itu bacaan surahnya sulit di ingat. Melihat usaha mereka yang mau menghafal surah Ad-duha konseli memberikan *reward* berupa pujian kepada para konseli.
- 8) Konseor mengakhiri pertemuan dengan mengucapkan terimakasih dan pembacaan doa yang dipimpin oleh konseli AN.

2. Suasana Kegiatan

Suasana pada pertemuan ketujuh sangatlah ramai karena konseli semangat menghafalkan surah Ad-duha.

Konselor sangat senang melihat perkembangan para konseli yang semakin baik untuk diajak belajar bersama.

3. Tindak Lanjut (*Follow Up*)

Dilihat dari hasil pertemuan ketujuh, konselor dapat melihat bahwasannya konseli RO, MR, dan AN belum bisa berkonsentrasi dengan baik dibandingkan dengan konseli AF dan EA. Maka dari itu untuk menindak lanjutkan proses konseling ini akan memasuki pada tahap motivasi yaitu memberikan dorongan kepada konseli agar terus berlatih menghafal hafalan surah pendek yang lain agar tingkat konsentrasinya menjadi lebih baik.

PERTEMUAN KE-VIII

Hari/Tanggal : Minggu, 24 November 2019
Tempat : Rumah peneliti/konselor, Kp. Pakem
Pukul : 09:30- 11:45 WIB

1. Deskripsi Kegiatan

Pada pertemuan kedelapan, konselor menerapkan proses konseling menggunakan teknik modeling dengan menekankan tahap retensi (ingatan), produksi (peniruan tingkah laku), dan motivasi. Adapun rangkaian kegiatan yang dilakukan sebagai berikut:

- 1) Konselor meminta model AS untuk memimpin doa bersama
- 2) Kemudian konselor mencoba mengulas dari setiap pertemuan dan meminta para konseli untuk mengingatnya kembali dimulai dari dampak buruk bermain *game online*, mengurangi waktu bermain game, melatih disiplin diri dengan membuat jadwal kegiatan

harian, dibiasakan rajin beribadah dengan tepat waktu dan melatih konsentrasi.

- 3) Lalu konselor beranjak ke tahap produksi yaitu upaya konselor untuk membantu konseli dalam kesulitannya ketika menirukan model.
- 4) Setelah tahap produksi selesai kemudian konselor berlanjut pada tahap motivasi yaitu bentuk penguatan yang diberikan oleh konselor kepada konseli berupa *reward* agar konseli tetap semangat untuk menerapkan jadwal harian agar lebih disiplin dan dapat mengurangi kecanduan bermain *game online*.
- 5) Kemudian konseli menyampaikan kesan dan pesan selama mengikuti pelaksanaan teknik modeling ini.
- 6) Setelah itu konselor mengakhiri pertemuan ke VIII dengan mengucapkan rasa terimakasih karena konseli sudah mau berpartisipasi dalam kegiatan tersebut. Tidak lupa juga konselor berterimakasih kepada model AS yang sudah mau jadi tokoh *live model* untuk membantu teman-teman yang kecanduan bermain *game online*.

7) Kemudian konselor menutup pertemuan dengan membaca doa bersama.

2. Suasana Kegiatan

Pada pertemuan ke VIII, konselor menemukan perubahan yang diperlihatkan oleh konseli dari awal proses konseling berlangsung hingga akhir proses konseling.

3. Tindak Lanjut (*Follow Up*)

Konselor akan tetap memperhatikan perkembangan konseli dalam bermain game dan tentunya akan dipantau pula oleh orang tua para konseli walaupun proses konseling sudah berakhir

C. Hasil Penerapan Teknik Modeling

Berdasarkan hasil konseling dengan menggunakan teknik modeling untuk membantu mengurangi kecanduan bermain game online serta pengamatan dan kontrol yang dilakukan oleh peneliti yang melibatkan orang tua konseli terhadap 5 klien yakni AF, RO, EA, MR dan AN. Bahwasanya mereka sudah mengetahui dampak buruk

bermain *game online* dan sudah ada perubahan-perubahan yang nampak pada konseli, adapun hasilnya sebagai berikut:

Konseli AF sudah mengetahui dampak buruk bermain *game online* dan bisa mengurangi bermain game karena AF ada kegiatan baru yaitu mengikuti sekolah sepak bola. Menurut orang tuanya AF sudah jarang bermain smartponnya. AF pun mudah sabar dan mulai mau belajar tanpa disuruh.

Konseli RO sebelumnya sulit untuk bersosialisasi, setelah proses konseling RO mulai akrab dengan teman-temannya dan bermain diluar seperti bermain bola, bermain layangan. Menurut orang tuanya, RO juga sudah mulai tidur di bawah jam 22:00 dan dibiasakan untuk sholat lima waktu.

Sama halnya dengan RO, EA pun anak yang sulit bersosialisasi tetapi sesudah dilakukan konseling EA mulai bermain dengan teman sebaya. Menurut orang tuanya EA sudah bisa mengurangi bermain game dengan melakukan kegiatan baru yaitu belajar *microsoft word* dan *excel*. Selain

itu EA juga sudah bisa menyisihkan uangnya untuk ditabung agar tidak boros lagi.

Sebelum proses konseling MR anak yang tidak disiplin dan bersikap egois tapi setelah proses konseling, MR sudah bisa peduli, berbagi, pada teman dan keluarga, tidak lagi sering bedang menghabiskan waktu bermain *game online* dan membiasakan untuk tidak berkata kasar MR pun sudah bisa mendengarkan nasehat orang tuanya dan mulai mengaji di pondok salafi.

Konseli AN sudah mengetahui dampak buruk bermain *game online* salah satunya yaitu berkata kasar. AN sering kali berkata kasar di lingkungan sekolah dan keluarga. Setelah proses konseling, AN sudah mulai dibiasakan untuk berkata sopan dan bersikap jujur pada orang tua.

Tabel 4.1
Tabel Hasil Penerapan Teknik Modeling Untuk
Mengurangi Prilaku Salah Suai Pecandu *Game Online*

No	Nama Konseli	Sebelum Konseling	Sesudah Konseling
1	AF (12 Tahun)	<ul style="list-style-type: none"> • Mudah marah • Tidak Disiplin 	<ul style="list-style-type: none"> • Lebih sabar • Rajin
2	RO (12 Tahun)	<ul style="list-style-type: none"> • Antisosial • Bergadang 	<ul style="list-style-type: none"> • Akrab dengan teman • tidur tepat waktu
3	EA (12 Tahun)	<ul style="list-style-type: none"> • Boros • Tidak disiplin 	<ul style="list-style-type: none"> • Dapat menghemat • Disiplin antara waktu belajar dan bermain
4	MR(12 Tahun)	<ul style="list-style-type: none"> • Bersikap Egois • Membangkang pada orang tua 	<ul style="list-style-type: none"> • Peduli pada teman dan keluarga • Mendengarkan perintah orang tua
5	AN(12 Tahun)	<ul style="list-style-type: none"> • Berbohong • Berkata kasar 	<ul style="list-style-type: none"> • Terbuka dan jujur • Berkata sopan