

Penerapan Konseling Kelompok Untuk Mengurangi Kecanduan Game Online Pada Siswa

Nawalul Azka¹⁾, Muslima²⁾, Desi Arliani³⁾.

UIN Ar-Raniry Banda Aceh

Email:muslima@ar-raniry.ac.id

Abstrak. Kecanduan game online merupakan salah satu bentuk kecanduan yang disebabkan oleh teknologi internet yang membuat seseorang sangat terikat untuk bermain game online, dari waktu ke waktu akan terjadi peningkatan frekuensi dan durasi. Game online merupakan permainan yang sangat berkembang dan digemari dikalangan remaja termasuk kalangan pelajar pada siswa. Game online membawa pengaruh yang tidak baik bagi siswa jika dimainkan dalam jumlah waktu yang berlebihan sehingga kecanduan game online menyebabkan siswa mengurangi waktu belajarnya. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengurangan kecanduan game online melalui layanan konseling kelompok pada siswa. Metode dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan design One Group Pretest dan Posttest. Sampel penelitian berjumlah 5 orang siswa berdasarkan rekomendasi guru BK dengan menggunakan teknik purposive sampling. Teknik pengumpulan data menggunakan kuisioner untuk mengukur tingkat kecanduan game online siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat penurunan yang signifikan setelah pemberian treatment melalui konseling kelompok tingkat kecanduan game online dengan perolehan nilai t hitung sebesar 20.250 lebih besar dibanding t tabel sebesar 2.131 ($20.250 > 2.131$). Artinya, hipotesis alternatif (H_a) diterima dan hipotesis nihil (H_0) ditolak. Dapat disimpulkan penelitian menunjukkan penerapan konseling kelompok dapat mengurangi kecanduan game online pada siswa.

Kata kunci: *Konseling Kelompok, Kecanduan Game Online.*

Abstract. Online game addiction is a form of addiction caused by internet technology which makes a person very attached to playing online games, from time to time there will be an increase in frequency and duration. Online

games are games that are very popular and popular among teenagers, including students. Online games have a bad influence on students if they are played for an excessive amount of time so that addiction to online games causes students to reduce their study time. The aim of this research is to determine the reduction of online game addiction through group counseling services for students. The method in this research uses a quantitative approach with a One Group Pretest and Posttest design. The research sample consisted of 5 students based on the recommendation of the guidance and counseling teacher using purposive sampling technique. The data collection technique uses a questionnaire to measure students' level of online game addiction. The research results showed that there was a significant reduction after providing treatment through group counseling in the level of online game addiction with a calculated t value of 20,250 which was greater than the t table of 2,131 ($20,250 > 2,131$). This means that the alternative hypothesis (H_a) is accepted and the null hypothesis (H_o) is rejected. It can be concluded that research shows that the application of group counseling can reduce online game addiction in students.

Keywords: *Konseling Kelompok, Kecanduan Game Online*

PENDAHULUAN

Game online merupakan jenis situs yang menyediakan berbagai jenis permainan yang dapat melibatkan beberapa orang pengguna internet diberbagai tempat yang berbeda untuk saling terhubung diwaktu yang sama. Game online memiliki kecenderungan membuat pemainnya kecanduan. Kecanduan game online dapat dikatakan sebagai virus yang menyebar dengan cepat dikalangan remaja (Mairistia, 2020). Selain itu, bermacam-macam game tersebut sengaja dirancang khusus agar anak menjadi ingin terus bermain. Salah satu rancangan tersebut adalah diciptakannya tantangan di dalam game. Tantangan ini mendorong pemain game untuk terus

berusaha menyelesaikan game online sampai tantangan tersebut dapat dimenangkan. Akhirnya waktu untuk menyelesaikan game atau memenangkan tantangan tersebut menjadi tidak terbatas (Salimah & Zukdi, 2020). Faktor yang menyebabkan seseorang kecanduan game online, diantaranya: pengaruh lingkungan dan pertemanan, menjamurnya berbagai jenis game baru yang menarik, setiap game menawarkan hadiah yang menggiurkan, penghilang stress, dan dapat berkomunikasi dalam game, bahkan ada yang menggunakan game sebagai ajang pencarian jodoh dan tempat penghasil uang (Irawan & Siska W., 2021).

Game online menjadi pengaruh utama dalam kegiatan belajar mengajar peserta didik. Semakin lama permainannya semakin menyenangkan, mulai dari tampilan, gaya bermain, dan lain sebagainya. Hal ini berdampak buruk untuk segi akademik saat pemainnya masih dalam usia sekolah, permainan yang sangat diminati oleh banyak kalangan khususnya dikalangan siswa. Kehadiran penggunaan game online dikalangan siswa membawa dampak terhadap perubahan akhlak. Maka perlu untuk meneliti masalah tersebut yang bertujuan untuk mengarahkan permasalahannya (Achadah & Sari, 2022). Dampak negatif yang ditimbulkan dari permainan game online adalah munculnya kekerasan di kalangan masyarakat. Anak-anak akan bertingkah laku buruk karena meniru adegan di dalam game seperti pada fighter. Permainan game online dapat menghambat proses belajar anak seperti dalam hal membaca dan mengerjakan tugas. Kecanduan game online membuat anak terkadang memunculkan sifat-sifat yang tidak diinginkan seperti kekerasan terhadap orang tua maupun orang lain (Hapiyansyah, 2023). Menurut Irmawati, game online menyebabkan kecanduan dan memunculkan rasa malas belajar sehingga buruknya nilai siswa pada mata pelajaran dan prestasi belajar.

Kecanduan game online dapat memberikan dampak negatif pada siswa dan mempengaruhi berbagai aspek kehidupan siswa khususnya aspek akademik dan kesehatan siswa. Masalah yang timbul dari bermain game online yang berlebihan, diantaranya kurang peduli terhadap kegiatan sosial, kehilangan kontrol atas waktu, menurunnya prestasi akademik, relasi sosial, finansial serta kesehatan (Damayanti et al., 2020). Melalui layanan konseling dengan berbagai format, misalnya individual,

klasikal dan kelompok dapat memberi pengetahuan kepada individu tentang sebab maupun akibat dari game online, pemahaman untuk menggunakan waktu yang cukup dan teratur untuk bermain game (Ursula, 2021). Sehubungan dengan proses penanganan kecanduan game online melalui layanan konseling kelompok, maka upaya yang dapat dilakukan guru BK terhadap individu dalam fungsi bimbingan dan konseling adalah dengan upaya pencegahan (preventif) dan upaya penyembuhan (kuratif) (Zen et al., 2019).

Salah satu alternatif yang dapat dilakukan adalah dengan pemberian bantuan dalam bentuk konseling kelompok. Beberapa penelitian terdahulu yang berkaitan dengan penelitian ini, penelitian yang dilakukan oleh Hardi Prasetiawan hasil dari penelitian tersebut menunjukkan bahwa konseling kelompok efektif menurunkan kecanduan game online pada siswa kelas VIII SMP Negeri 15 Yogyakarta.

Berdasarkan observasi awal yang peneliti lakukan tanggal 14 Agustus 2023, diketahui beberapa siswa mengalami kecanduan Game Online. Menurut penjelasan yang diberikan guru Bimbingan dan Konseling di sekolah, para siswa tidak diperbolehkan membawa smartphone ke sekolah kecuali, apabila sekolah mengadakan kegiatan-kegiatan penting. Seperti, Maulid Nabi Muhammad SAW, tahun baru Islam, acara kemerdekaan, ujian online, pelatihan atau seminar, try out dan masih banyak lagi.

Guru memberi izin siswa membawa smartphone agar siswa dapat mendokumentasikan acara yang diselenggarakan sekolah, akan tetapi ketika kegiatan dilaksanakan diluar kelas atau di aula terdapat beberapa siswa yang sedang asik bermain game online ketika acara sedang berlangsung. Ketika kedatangan oleh guru sedang bermain game online di sekolah, siswa juga membuat kesepakatan untuk melanjutkan bermain game online setelah pulang sekolah.

Siswa yang kedatangan melanggar aturan tersebut ditindak lanjuti oleh guru bimbingan dan konseling. Hal ini kerap terjadi setiap kali sekolah mengadakan kegiatan-kegiatan penting. Guru bimbingan dan konseling menjelaskan bahwa kejadian seperti ini sering terjadi pada siswa laki-laki baik kelas satu, dua maupun kelas tiga. Mereka asik bermain game online tanpa memerdulikan acara yang diselenggarakan sekolah (Cahyawulan et al., 2019).

Tidak hanya pada event-event tertentu, guru BK juga sering mendapati siswa membawa smartphone ke sekolah dan menggunakannya untuk bermain game online pada jam belajar, jam istirahat, dan di waktu kosong. Berdasarkan kejadian tersebut guru BK mengetahui bahwa beberapa siswa mengalami kecanduan terhadap game online. Siswa lebih banyak menghabiskan waktu untuk bermain game daripada beristirahat sepulang sekolah. Guru BK juga mendapati siswa yang terlambat datang ke sekolah karena keasikan bermain game pada malam hari sehingga siswa tersebut terlambat bangun.

Akibatnya, siswa yang mengalami kecanduan game online kerap tidak memedulikan tugasnya sebagai seorang siswa. Siswa yang kecanduan akan lebih mementingkan bermain game daripada mengerjakan tugas yang diberikan guru dan menggunakan waktu istirahatnya untuk bermain game online (Destria, 2013). Siswa juga lupa akan tugasnya sebagai hamba untuk melaksanakan shalat lima waktu karena keasikan bermain game.

Penelitian tentang mengurangi kecanduan game online pada siswa pernah dilakukan peneliti sebelumnya, yaitu oleh Azkia Husnul pada tahun 2022 dengan judul "Penerapan Konseling Kelompok Untuk Mengurangi Kecanduan Game Online Siswa MTSN 4 PIDIE". Hasil dari penelitian yang diperoleh adalah kecanduan game online dapat dikurangi melalui layanan konseling kelompok. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh nilai signifikan $0,999 > 0,05$ dan nilai t -hitung $12,679 > t$ -tabel $1,812$.

Penelitian lain dilakukan oleh Raudhatul Husna pada tahun 2023 dengan judul "Penerapan Teknik Self Control Untuk Mengurangi Kebiasaan Bermain Game Online Pada Siswa SMKN 1 Calang". Hasil dari penelitian adalah, kecanduan game online dapat dikurangi melalui layanan konseling kelompok dengan teknik self control. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh nilai signifikan $0,000 < 0,05$ dan t -hitung $6,627 > t$ -tabel $1,859$.

Berdasarkan beberapa penelitian yang relevan, peneliti menemukan kesamaan dengan penelitian yang akan diteliti yaitu menggunakan kecanduan game online sebagai salah satu variabel penelitian. Namun perbedaan penelitian terdapat pada

teknik pendekatan layanan konseling, populasi, sampel, metode penelitian, serta teknik pengumpulan data.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif (Sugiyono, 2016). Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian pre eksperimental (pra eksperimen) dengan desain one group pre-test dan post-test. Dalam penelitian terdapat dua kali pengukuran, yang pertama dilakukan untuk mengukur sebelum dilakukan layanan konseling kelompok melalui pretest, kemudian yang kedua untuk mengukur sikap kecanduan game online siswa setelah diberikan perlakuan atau layanan konseling kelompok melalui posttest (Mustaqim, 2016). Populasi dalam penelitian adalah siswa kelas IX yang berjumlah 150 orang siswa. Yang menjadi sampel dalam penelitian ini berjumlah 5 orang siswa.

HASIL

Hasil penelitian disajikan dengan pembahasan pada bagian ini. Hasil dan pembahasan dapat didukung oleh skema, gambar, grafik, tabel, reaksi, dan persamaan. Pendukung ini harus diberi nomor dengan jelas. Semua Tabel dan gambar harus memiliki judul atau keterangan dan legenda untuk membuatnya jelas. Selain itu, persamaan harus ditulis menggunakan editor persamaan pada ms. Word.

Hasil penelitian yang diuraikan Pre-test diberikan kepada siswa kelas IX berjumlah 5 orang. Tujuan diberikan pre-test adalah mengukur tingkat tingginya kecanduan game online pada siswa sebelum diberikan perlakuan/treatment.

Tabel 1. Standar Pembagian Kategori

Rendah	$M < M - 1SD$
Sedang	$M - 1SD < X < M + 1SD$
Tinggi	$M + 1SD < X$

Pada tabel 1. dapat dilihat tiga rumus tingkatan untuk menentukan kategori tingkat kecanduan game online pada siswa yaitu rendah, sedang, dan tinggi. Berdasarkan rumus dan hasil penelitian, peneliti mengelompokkan kategori kecanduan bermain game online sebagai berikut :

Tabel 2. Kategori Tingkat Kecanduan *Game Online* Pada Siswa

Sedang	$X < 89$
Rendah	$89 \leq X < 92$
Tinggi	$X \geq 92$

Berdasarkan tabel 4.2 dapat dilihat setiap kategori memiliki batas nilainya masing-masing, batas nilai > 92 berada pada kategori tinggi, artinya siswa memiliki tingkat kecanduan game online yang tinggi. Batas nilai < 92 berada pada kategori sedang, yang artinya siswa memiliki tingkat kecanduan game online pada kategori sedang. Sedangkan batas nilai < 89 berada di kategori rendah, yang artinya siswa memiliki tingkat kecanduan game online yang rendah.

Tabel 3 Hasil *Pre-test* Kecanduan Game Online siswa

Nama	Skor	%	Kategori
RR	90	75	Sedang
MA	92	76,6	Tinggi
BA	91	75,8	Sedang
MZ	89	74	Sedang
MK	92	76,6	Tinggi

Berdasarkan tabel 4.3 menunjukkan skor pretest masing-masing siswa. Siswa berinisial RR memperoleh skor 90 dengan (75 %) artinya, siswa berinisial RR teridenkasi kecanduan game online pada aspek dan indikatornya berupa merasa penting dalam bermain game online, mengasyikkan, membuat diri tenang ketika bermain game online, lupa waktu, intensitas bermain game online yang tinggi dan berulang sehingga menimbulkan dampak negatif pada siswa seperti kurangnya waktu istirahat, kesehatan yang terganggu, dan penurunan nilai akademis akibat kurang fokus dalam belajar.

Siswa berinisial MA memperoleh skor pretest sebesar 92 dengan (6,44 %) artinya siswa berada pada kategori tinggi dan teridenkasi kecanduan game online pada aspek dan indikatornya berupa intensitas waktu bermain game online yang tinggi, merasa bermain game online adalah kegiatan yang penting dan mengasyikkan, membuat diri merasa tenang dan menghilangkan stress ketika bermain game online, mengabaikan orang-orang sekitar sehingga menyebabkan konflik, lupa waktu sehingga membuat kesehatan terganggu dan waktu belajar menjadi kurang dan tidak fokus.

Siswa berinisial BA memperoleh skor pretest sebesar 91 dengan (6,37 %) artinya siswa mengalami kecanduan game online pada aspek dan indikatornya berupa mengasyikkan yang membuat siswa lupa waktu ketika bermain game online sehingga siswa tidak fokus dalam belajar, kesehatan fisik terganggu, dan menimbulkan beberapa konflik karena mengabaikan dan tidak berinteraksi dengan orang-orang sekitar, peningkatan waktu bermain game online yang tidak dapat dikendalikan.

Siswa berinisial MZ memperoleh skor pretest sebesar 89 dengan (6,23 %) artinya siswa berada pada kategori sedang dan mengalami kecanduan game online pada aspek dan indikatornya berupa merasa kegiatan bermain game online adalah hal yang penting, membuat diri merasa tenang dan puas, dan peningkatan waktu bermain game online.

Siswa berinisial MK memperoleh skor pretest sebesar 92 dengan (6,44 %) artinya siswa berada pada kategori tinggi dan teridentifikasi kecanduan game online pada aspek dan indikatornya berupa intensitas waktu bermain game online yang tinggi, merasa bermain game online adalah kegiatan yang penting dan mengasyikkan, membuat diri merasa tenang dan menghilangkan stress ketika bermain game online, mengabaikan orang-orang sekitar sehingga menyebabkan konflik, lupa waktu sehingga membuat kesehatan terganggu dan waktu belajar menjadi kurang dan tidak fokus.

Tabel 4. Hasil *Posttest* Kecanduan *Game Online* siswa

Nama	Skor	%	Kategori
RR	76	63,3	Tinggi
MA	74	61,6	Sedang
BA	76	63,3	Tinggi
MZ	73	60,8	Rendah
MK	74	61,6	Sedang

Berdasarkan tabel 4. menunjukkan bahwa siswa berinisial RR memperoleh skor posttest sebesar 76 dengan (63,3 %) artinya, siswa berinisial RR mengalami penurunan yang signifikan dalam kecanduan game online pada aspek dan indikatornya berupa tidak lagi beranggapan bahwa bermain game online adalah hal penting untuk dilakukan, membuat diri gelisah ketika terlalu lama bermain game online, dapat mengontrol waktu bermain game online, dan dapat meminimalisir intensitas bermain game online sehingga tidak terjadi pengulangan dalam bermain game. Siswa berinisial

MA memperoleh skor posttest sebesar 74 dengan (5,32 %) artinya siswa berada pada kategori sedang dan mengalami penurunan yang signifikan dalam kecanduan game online pada aspek dan indikatornya berupa dapat meminimalisir intensitas waktu bermain game online yang tinggi, tidak beranggapan bahwa bermain game online adalah kegiatan yang penting dan mengasyikkan, membuat diri merasa gelisah ketika bermain game online terlalu lama, tidak mengabaikan orang-orang sekitar, dan dapat mengontrol waktu bermain game online.

Siswa berinisial BA memperoleh skor posttest sebesar 76 dengan (5,32 %) artinya siswa mengalami penurunan yang signifikan dalam kecanduan game online pada aspek dan indikatornya berupa siswa merasa gelisah ketika memainkan game online terlalu lama, dapat mengontrol waktu bermain game online dan dapat meminimalisir intensitas bermain game online.

Siswa berinisial MZ memperoleh skor posttest sebesar 73 dengan (5,11 %) artinya siswa berada pada kategori rendah dan mengalami penurunan yang signifikan dalam kecanduan game online pada aspek dan indikatornya berupa tidak menganggap kegiatan bermain game online adalah hal yang penting dan membuat diri merasa tenang dan puas, dapat mengontrol dan meminimalisir waktu bermain game online.

Siwa berinisial MK memperoleh skor posttest sebesar 74 dengan (5,18 %) artinya siswa berada pada kategori sedang dan mengalami penurunan yang signifikan dalam kecanduan game online pada aspek dan indikatornya berupa siswa dapat meminimalisir intensitas waktu bermain game online yang tinggi, tidak menganggap bermain game online adalah kegiatan yang penting dan mengasyikkan, membuat diri gelisah apabila bermain game terlalu lama, tidak lagi mengabaikan orang-orang sekitar karena keasyikan bermain game, dan dapat mengontrol waktu bermain game online. Data perbandingan pretest dan posttest kecanduan game online siswa.

Tabel 5. Data Pretest dan Posttest Kecanduan Game Online Siswa

No	Nama	Pretest			Posttest		
		Skor	%	Kategori	Skor	%	Kategori
1	RR	90	75	Sedang	76	63,3	Tinggi
2	MA	92	76,6	Tinggi	74	61,6	Sedang
3	BA	91	75,8	Sedang	76	63,3	Tinggi
4	MZ	89	74	Sedang	73	60,8	Rendah

5	MK	92	76,6	Tinggi	74	61,6	Sedang
---	----	----	------	--------	----	------	--------

Tabel 5. menunjukkan hasil perbandingan skor pretest dan posttest kecanduan game online pada siswa mengalami penurunan. Hasil pretest menunjukkan kategori sedang berjumlah 3 siswa dengan kisaran skor nilai 89-91 dan kategori tinggi berjumlah 2 siswa dengan skor nilai 92. Setelah pemberian perlakuan, hasilnya menunjukkan 2 siswa berada pada kategori tinggi dengan skor nilai 76, 2 siswa berada pada kategori sedang dengan skor nilai 74 dan 1 siswa berada pada kategori rendah dengan skor nilai 73. Hasil skor rata-rata penerapan konseling kelompok untuk mengurangi kecanduan game online pada siswa memiliki pengaruh yang cukup baik. Penerapan Konseling Kelompok Untuk Mengurangi Kecanduan Game Online

Hasil pengukuran pretest dengan tingkat kecanduan game online pada siswa terdapat tiga tingkatan yaitu tinggi, sedang dan rendah. Pengukuran pretest siswa yang memiliki tingkat kecanduan game online pada kategori tinggi berjumlah 2 orang siswa dan sedang 3 orang siswa. Berdasarkan penjelasan di atas, peneliti memberikan layanan konseling kelompok dalam jenis kelompok tetap yaitu kelompok yang diberikan layanan dalam jangka waktu tertentu. Peneliti mengatur jadwal kegiatan kelompok secara teratur. Hasil penelitian dapat dievaluasi setelah memberikan perlakuan layanan konseling kelompok pada beberapa pertemuan. Pada pertemuan pertama membahas tentang “kecanduan game online”, yang bertujuan agar siswa memahami konsep dasar dan karakteristik kecanduan game online. Peneliti memperkenalkan diri dan diikuti oleh masing-masing anggota kelompok. Selanjutnya, peneliti menjelaskan kegiatan konseling kelompok yang akan dijalankan. Peneliti mengeksplorasi kondisi siswa/konseli. Peneliti melakukan eksplorasi kondisi siswa/ konseli dengan memberikan pertanyaan kepada konseli sehingga mengetahui penyebab adanya permasalahan dan mengetahui latar belakang konseli sehingga memberikan kemungkinan-kemungkinan yang bisa digunakan sebagai solusi.

Pada treatment pertama, peneliti menjelaskan tentang konsep dasar kecanduan game online yang mencakup definisi kecanduan game online, intensitas kecanduan game online, dan karakteristik kecanduan game online. Peneliti juga bertanya kepada

masing-masing siswa mengenai jenis game online yang paling digemari, intensitas bermain game online dalam sehari dan alasan siswa bermain game online. Kondisi siswa setelah diberikan treatment menunjukkan perubahan yang cukup baik, pada awal pertemuan siswa acuh tak acuh dalam menerima materi yang disampaikan, namun pada tahap kegiatan siswa mulai antusias untuk memahami isi materi yang disampaikan dan memiliki keinginan untuk merubah diri ke arah yang lebih baik.

Pada treatment kedua, peneliti mempersiapkan anggota kelompok untuk memasuki tahap inti. Pada tahap inti, topik kegiatan adalah “dampak negatif bermain game online dan langkah-langkah dalam mengurangi kecanduan game online”. Peneliti menjelaskan dampak negatif game online seperti kesehatan yang terganggu, penurunan nilai akademis, pemborosan, dan waktu istirahat yang terbuang. Selain menjelaskan dampak negatif bermain game online, peneliti juga menjelaskan langkah-langkah mengurangi kecanduan game online seperti menjadwalkan waktu untuk bermain game, menekuni hobi yang lain, tidak mencari informasi tentang game, membatasi pergaulan dengan sesama gamers.

Setelah melalui dua treatment, kondisi siswa menunjukkan perubahan yang cukup baik dimana siswa menyadari bahwa dirinya telah kecanduan game online serta merasakan dampak negatif game online yang terjadi pada diri masing-masing. Berdasarkan hal tersebut, siswa berkeinginan untuk merubah diri ke arah yang lebih baik dengan mengurangi intensitas bermain game online.

Pada treatment ketiga, peneliti mempersiapkan anggota kelompok untuk memasuki tahap inti. Pada tahap inti, topik kegiatan adalah “latihan asertif (assertive training)”. Peneliti menjelaskan mengenai teknik assertive training dan tahapan assertive training.

Latihan asertif dapat diartikan sebagai sikap tegas, berani menyampaikan pendapat tanpa menyinggung dan tetap menghormati perasaan lawan. Latihan asertif dapat melatih individu yang mengalami kesulitan berkata “Tidak” atau menolak ajakan teman untuk sesuatu hal yang dianggapnya tidak baik tanpa menyinggung perasaan temannya.

Dalam kegiatan ini, peneliti menggunakan layanan konseling kelompok dengan teknik assertive training untuk mengurangi kecanduan game online. Peneliti membuat sebuah skenario mengenai ajakan bermain game online dan cara bersikap asertif dalam menolak ajakan teman untuk bermain game online. Peneliti membuat skenario tersebut agar siswa dapat mengetahui bagaimana yang dimaksud dengan sikap asertif atau latihan asertif.

Melalui skenario tersebut, membaca teks dialog yang sudah disiapkan peneliti. Setelah membaca teks dialog, peneliti memberikan penguatan dengan menunjukkan kalimat asertif yang ada dalam teks dialog, sehingga siswa dapat mencontoh dan mempraktekannya dalam kehidupan sehari-hari. Setelah diberikan perlakuan, siswa mulai menerapkan sikap asertif dalam kehidupan sehari-hari dan mengurangi intensitas bermain game online.

Hal ini diperkuat dengan nilai rata-rata pretest dan posttest. Berdasarkan data pretest dan posttest terdapat penurunan dalam mengurangi kecanduan game online melalui layanan konseling kelompok pada siswa di SMPN 2 Masjid Raya Aceh Besar.

Hasil uji normalitas pengurangan kecanduan game online pada siswa dengan menggunakan uji normalitas Shapiro-Wilk menunjukkan hasil signifikan data pretest dan posttest. Pengujian normalitas ini bertujuan agar data yang dihasilkan melalui pretest dan posttest dapat dinyatakan normal atau tidak normal.

Pada tahap terakhir peneliti melakukan uji t menggunakan paired samples test. Pada paired samples test diperoleh t hitung sebesar 20.250 dengan derajat kebebasan (df) $N-1 = 5-1 = 4$, maka diperoleh t tabel sebesar 2.131. Hasil paired samples test dapat dibandingkan $t\text{-hitung} > t\text{-tabel}$ $20.250 > 2.131$. Dari hasil tersebut dapat diketahui bahwa hipotesis (H_a) diterima sedangkan H_0 ditolak. Apabila demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat penurunan terhadap kecanduan game online.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan penerapan konseling kelompok untuk mengurangi kecanduan game online pada siswa SMPN 2 Masjid Raya Aceh Besar memperoleh hasil yang signifikan. Dapat dilihat dari analisis data pada paired sample test diperoleh t-hitung sebesar 20.250 dengan derajat kebebasan (df) $N-1 = 5-1 = 4$, maka

diperoleh t-tabel sebesar 2.131. Hasil paired samples test dapat dibandingkan (t -hitung $>$ t -tabel $20.250 >$ 2.131). Dari hasil tersebut dapat diketahui bahwa hipotesis (H_a) diterima sedangkan H_0 ditolak. Demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat penurunan pada tingkat kecanduan game online melalui layanan konseling kelompok.

DAFTAR PUSTAKA

- Achadah, A., & Sari, E. L. (2022). Game Online Terhadap Perubahan Akhlak. *Aulada : Jurnal Pendidikan Dan Perkembangan Anak*.
<https://doi.org/10.31538/aulada.v3i1.1278>
- Cahyawulan, W., Badrujaman, A., Fitriyani, H., Mamesah, M., Wahyuni, E., & Djunaedi, D. (2019). Peningkatan Kompetensi Teknologi dan Informasi Guru Bimbingan dan Konseling. *CARADDE: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*.
<https://doi.org/10.31960/caradde.v1i2.76>
- Damayanti, E., Ahmad, A., & Bara, A. (2020). Dampak negatif penggunaan gadget. *Jurnal Perempuan Dan Anak*.
- Destria. (2013). Efektivitas Teknik Manajemen Diri untuk Mengurangi Kecanduan Online Game (Penelitian Eksperimen Kuasi terhadap Siswa Kelas IX SMPN 40 Bandung Tahun Ajaran 2012/2013). In *Metode Penelitian*.
- Hapiyansyah, M. (2023). Dampak Negatif Permainan Game Online Terhadap Remaja. *Prosiding SAINTEK: Sains Dan Teknologi*.
- Irawan, S., & Siska W., Di. (2021). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecanduan Game Online Peserta Didik. *Jurnal Konseling Gusjigang*.
- Mairistia, R. (2020). Kecanduan Game Online Dan Penanganannya. *Kecanduan Game Online Dan Penanganannya Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama Di Kota Madya Sabang*.
- Mustaqim. (2016). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif & Penelitian Gabungan - Google Books. In *Jurnal Intelegensia*.
- Salimah, N., & Zukdi, I. (2020). Dampak Kecanduan Game Online Pada Peserta Didik Di SMP Negeri 12 PadanG. *Jurnal Al-Taujih : Binkai Bimbingan Dan Konseling Islami*.
<https://doi.org/10.15548/atj.v6i2.2127>
- Sugiyono. (2016). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R & D. Bandung: Alfabeta. In *Bandung: Alfabeta*.
- Ursula, P. A. (2021). Mengenal layanan konseling online. *Daiwi Widya*.
<https://doi.org/10.37637/dw.v8i3.824>

Zen, F., Akbar, Z., & Hanim, W. (2019). Fuad Zen Peran Teman Sebaya Dalam Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri Peserta Didik. *Indonesian Journal of Learning Education and Counseling*. <https://doi.org/10.31960/ijolec.v2i1.230>