

**Penerapan Teknik *Modeling Game online* pada Siswa SMP Negeri 2 Lamasi
Narmia Lupu**

Email: narmia.lupu@gmail.com

Abstract

Games are actually made over several generations. Each generation has differences in technology. But in essence, the bigger the generation, the more sophisticated the technology. Online games cause students to feel challenged so they continue to play them, and cause students not to have a priority scale in carrying out daily activities, the attitude of lacking good self-control towards their relationship to online games. Several studies have stated that there are problems that arise from excessive online gaming activities, including less concern for social activities, loss of control over time and decreased academic achievement, social relations, finance, health, and other important life functions. One type of online gaming behavior is getting pleasure while playing online games. This study aims to determine whether modeling techniques are effective in reducing the addiction behavior of students of SMP Negeri 2 Lamasi. This type of research is quantitative research. Researchers used the One Group Pretest-Posttest Design approach. The research instrument used a questionnaire. The sample in this study was 14 students with a total sampling technique. Based on this table, it is found that t in the experimental group and control group is 23,401, the mean is 24,143 confidence interval of the difference, lower = 21,914 and upper = 26,372. Then t count is compared with t table $0.000 = 1.032$ at degrees of freedom $df = 13$, then the provisions of t count \geq from t table ($3.860 \geq .000$), the sig. Value (2-tailed) is smaller than the critical value of 0.005 ($0.000 \leq 0.005$), this shows that H_0 is rejected and H_a is accepted, thus online game addiction behavior changes after being given modeling techniques.

Keywords: *Modeling Techniques, Online Game Addiction*

Abstrak

Game sebenarnya dibuat dalam beberapa generasi. Masing-masing generasi memiliki perbedaan teknologi. Namun pada intinya, semakin besar generasinya, semakin canggih teknologinya. game online menyebabkan siswa terasa tertantang sehingga terus-menerus memainkannya, dan menyebabkan siswa tidak memilikis kala prioritas dalam menjalani aktifitas sehari-hari, sikap kurang memiliki *selfcontrol* yang baik terhadap keterkaitannya terhadap *game online*. Beberapa penelitian menyebutkan adanya masalah-masalah yang muncul dari aktifitas bermain game online yang berlebihan, diantaranya kurang peduli terhadap kegiatan sosial, kehilangan kontrol atas waktu serta menurunnya prestasi akademik, relasi sosial, finansial, kesehatan, dan fungsi-fungsi kehidupan lain yang penting. Salah satu jenis perilaku game online adalah mendapatkan kesenangan saat bermain *game online*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah teknik modeling efektif untuk mengurangi perilaku kecanduan *game online* siswa SMP Negeri 2 Lamasi. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif. Peneliti menggunakan pendekatan *One Group Pretest-Posttest Design*. Instrument penelitian menggunakan kuesioner. Sampel pada penelitian ini 14 siswa dengan teknik

total sampling. Berdasarkan tabel tersebut, diperoleh bahwa t pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol adalah 23.401, *mean* adalah 24.143 *confidence interval of the difference*, *lower* = 21.914 dan *upper* = 26.372. Kemudian t_{hitung} dibandingkan dengan $t_{tabel0,000} = 1.032$ pada derajat kebebasan $df = 13$, maka ketentuan $t_{hitung} \geq$ dari t_{tabel} ($3.860 \geq .000$), nilai sig.(2-tailed) lebih kecil dari nilai kritik 0,005 ($0,000 \leq 0,005$), ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, dengan demikian perilaku kecanduan *game online* terdapat perubahan setelah diberikan teknik modeling.

Kata Kunci: Teknik Modeling, Kecanduan *game online*

Pendahuluan

Zaman modern sekarang ini, dunia tengah dilanda perkembangan dalam bidang ilmu pengetahuan dan teknologi. Perkembangan ilmu dan teknologi yang semakin pesat ternyata membawa perubahan dalam segala lapisan kehidupan. Salah satu hasil dari perkembangan teknologi adalah internet. Seiring dengan perkembangan jaman teknologi internet semakin berkembang pesat, salah satu manfaatnya adalah sebagai sarana hiburan, misalnya untuk bermain. Permainan *video game* dengan menggunakan jaringan internet tersebut dikenal sebagai *Game online*.

Game online adalah suatu bentuk permainan yang dihubungkan melalui jaringan internet. Jadi, yang dimaksud dengan *gameonline* adalah sebuah permainan yang dimainkan dengan sambungan internet melalui jaringan komputer (*computer network*), bisa menggunakan PC (*personal computer*), atau konsol *game* biasa, dan biasanya dimainkan oleh banyak pemain dalam waktu yang bersamaan dimana antar pemain bisa saling tidak mengenal.

Kecanduan *Game online* adalah suatu aktivitas atau substansi terhadap suatu jenis permainan komputer berupa *Game online* yang dilakukan berulang-ulang dan dapat menimbulkan dampak negatif. Khusus

siswa yang masih di bangku sekolah, perlu menjadi bahan perhatian akibat kecanduan *Game online* (Arul, 2012: <http://kangarul.com>).

Ketagihan memainkan *Game online* akan berdampak buruk, terutama dari segi akademik dan sosialnya. Walaupun dapat bersosialisasi dalam *Game online* dengan pemain lainnya, *Game online* kerap membuat pemainnya melupakan kehidupan sosial dalam kehidupan sebenarnya.

Game online memiliki dampak negatif diantaranya nilai pelajaran menurun, remaja mengalami gangguan tidur, mudah marah jika tidak bermain *game* serta merasa cemas. Kecanduan merupakan perasaan yang sangat kuat terhadap suatu yang diinginkannya sehingga ia akan berusaha untuk mencari sesuatu yang diinginkannya itu, misalnya kecanduan internet, tv, dan lain-lain.

Layanan bimbingan dapat diselenggarakan baik secara perseorangan atau kelompok. Secara perorangan layanan konseling dilaksanakan melalui konseling individu atau layanan konsultasi dan secara kelompok melalui layanan konseling kelompok (BKP). Menurut Prayitno, (2012), layanan konseling kelompok tersebut mengikutkan sejumlah peserta

dalam bentuk kelompok, dengan konselor sebagai pemimpin kegiatan kelompok.

Modeling ini banyak dipakai untuk mempelajari respon emosional. Pengamat mengobservasi model tingkah laku emosional yang mendapat penguatan. Muncul respon emosional yang sama di dalam diri guru BK, dan respon itu ditujukan kepada siswa yang ada didekatnya saat dia mengamati model itu, atau yang dianggap mempunyai hubungan dengan siswa yang menjadi sasaran emosional model yang diamati.

Teknik Modeling adalah bagian dari terapi *behaviour*, yang mana teknik *behaviour* berfokus pada perilaku yang terlihat dan penyebab luar yang menstimulasinya. *Behaviour* memandang siswa sangat mekanistik, karena menganalogikan siswa seperti mesin. Konsep mekanistik menjelaskan mengenai stimulus respons seolah-olah menyatakan bahwa siswa akan bergerak atau melakukan sesuatu apabila ada stimulasi.

Perry dan Furukawa dalam Laela(2014) mendefinisikan Modeling sebagai proses belajar melalui observasi dimana tingkah laku dari seorang individu atau kelompok, sebagai model, berperan sebagai rangsangan bagi pikiran-pikiran, sikap-sikap, atau tingkah laku sebagai bagian dari individu yang lain yang mengobservasi model yang ditampilkan.

Pemodelan melibatkan proses-proses kognitif, jadi tidak hanya meniru, lebih dari sekedar menyesuaikan diri dengan tindakan orang lain karena sudah melibatkan perepresentasian informasi secara simbolis dan menyimpannya untuk digunakan di masa depan. Teknik Modeling bukan sekedar menirukan atau mengulangi apa yang dilakukan orang model (orang lain), tetapi Modeling melibatkan penambahan dan atau pengurangan tingkah laku yang teramati, menggenalisir berbagai pengamatan sekalligus, melibatkan proses kognitif (Laela, 2014)

Akhirnya peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang bertujuan untuk mengarahkan permasalahan yang akan diteliti, kaitannya dengan perilaku siswa SLTP Negeri 2 Lamasi yang juga saat ini kecanduan dengan *Game online* yang memberikan dampak signifikan terhadap perkembangan belajarnya sehingga dalam penelitian ini nantinya dapat memberikan salah satu alternatif dalam menyelesaikan permasalahan terhadap kecanduan siswa pada *Game online*. Program bimbingan dan konseling yang dilakukan oleh gurubimbingan dan konseling dapat mengatasi kecanduan siswa terhadap *Game online* yang digunakan guru adalah layanan bimbingan melalui teknik Modeling.

Desain penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif yaitu penelitian yang digunakan untuk peneliti yang menggunakan populasi atau sampel tertentu, karena masih terdapat variabel luar yang ikut berpengaruh terhadap terbentuknya variabel dependen. Jadi hasil eksperimen tidak semata-mata dipengaruhi oleh variabel independen. Hal tersebut terjadi karena tidak adanya variabel kontrol dan sampel tidak dipilih secara random.

Menurut Nazir (2015) menyatakan bahwa penelitian yang menggunakan rancangan percobaan dianggap sebagai jenis penelitian yang paling diinginkan oleh seorang peneliti, yang dimaksud dengan percobaan ialah bagian penelitian yang membandingkan dua kelompok sasaran penelitian.

Desain eksperimen yang digunakan dalam penelitian ini adalah *One Group Pretest-Posttest Design* yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol tidak dipilih secara random. Pada kelompok tersebut dilakukan *pre-test* dan *post-test*. Kelompok eksperimen diberikan perlakuan (*treatment*). Desain eksperimen ini digunakan karena pada penelitian ini terdapat kelompok eksperimen yang akan diberikan perlakuan dengan teknik *modeling* dan kelompok kontrol sebagai

pembandingan diberikan perlakuan metode konseling kelompok. Pada dua kelompok tersebut akan dilakukan pengukuran sebanyak dua kali, yaitu sebelum dan sesudah perlakuan. Pertama dilakukan pengukuran (*pre-test*), kemudian pada kelompok eksperimen diberikan perlakuan teknik *modeling* dan pada kelompok kontrol diberikan perlakuan metode konseling kelompok. Selanjutnya akan dilakukan kembali pengukuran (*post-test*) guna melihat ada atau tidaknya pengaruh perlakuan yang telah diberikan terhadap subjek yang diteliti.

Adapun lokasi dalam penelitian ini yaitu di SLTP Negeri 2 Lamasi Kec. Walenrang Utara Kab. Luwu yang berada di Trans Sulawesi KM 30 Kecamatan Walenrang Utara Kabupaten Luwu, sedangkan waktu yang direncanakan dalam melakukan penelitian ini adalah bulan September sampai bulan Oktober 2020.

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Adapun populasi dalam penelitian ini yaitu siswa kelas IX SLTP Negeri 2 Lamasi. Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Dalam hal ini pengambilan sampel memberi kemudahan kepada para peneliti ketika populasi yang digunakan termasuk populasi yang besar. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 14 sampel pada siswa kelas IX SLTP Negeri 2 Lamasi.

Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan angket dan observasi

1. Kuesioner/Angket

Kuesioner merupakan alat teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberikan seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya. Alat ukur penelitian ini berbentuk angket, dengan model pengukuran skala sikap yaitu skala Likert.

Kategori jawaban terdiri atas 4 tingkatan. Untuk keperluan analisis data, alternatif jawaban diberi skor mulai dari 1 sampai 4 sebagai berikut:

4= Sangat Setuju

3= Setuju

2= Kurang Setuju

1= Tidak Setuju

Isi dan tujuan pertanyaan, yang dimaksud disini adalah isi pertanyaan tersebut merupakan bentuk pengukuran atau bukan. Kalau berbentuk pengukuran, maka dalam membuat pertanyaan harus teliti, setiap pertanyaan harus ada skala pengukuran dan jumlah itemnya mencukupi untuk mengukur variabel yang diteliti.

2. Observasi

Arikunto (2010) menggunakan observasi cara yang paling efektif adalah melengkapinya dengan format atau blangko pengamatan sebagai instrumen pertimbangan kemudian format yang disusun berisi item-item tentang kejadian atau tingkah laku yang digambarkan. Dari peneliti berpengalaman diperoleh suatu petunjuk bahwa mencatat data observasi bukanlah sekedar mencatat, tetapi juga mengadakan pertimbangan kemudian mengadakan penilaian kepada skala bertingkat. Misalnya memperhatikan reaksi penonton televisi, bukan hanya mencatat reaksi tersebut, tetapi juga menilai reaksi tersebut apakah sangat kurang, atau tidak sesuai dengan apa yang dikehendaki.

Berdasarkan pengolahan data menggunakan program *Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) for windows versi 2.0*. Sebelum melakukan interpretasi terhadap hasil regresi dari model penelitian yang akan di gunakan maka terlebih dahulu dilakukan pengujian terhadap data penelitian tersebut. Hal ini dilakukan untuk mengetahui apakah model tersebut dapat di anggap relevan atau tidak.

Hasil dan Pembahasan

1. Hasil Angket *Pretest* Kelompok Eksperimen Perilaku Kecanduan *Game online*

Pretest dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui gambaran kondisi awal perilaku kecanduan *game online* siswa sebelum diberi perlakuan. *Pretest* diberikan kepada siswa di SMP Negeri 2 Lamasi. Berikut disajikan hasil kondisi *pretest* siswa :

Tabel 4.1 Total Sampel *Pretest* Kelompok Eksperimen Perilaku Kecanduan *Game Online* Siswa SMP Negeri 2 Lamasi Tahun Pelajaran 2020/2021

No	Inisial	Pretest	Kriteria
1	AMI	76	Tinggi
2	A	81	Sangat Tinggi
3	A	74	Tinggi
4	ADD	76	Tinggi
5	AM	72	Tinggi
6	A	85	Sangat Tinggi
7	A	72	Tinggi
8	AS	70	Tinggi
9	F	76	Tinggi
10	GTE	74	Tinggi
11	ACP	72	Tinggi
12	A	77	Tinggi
13	ASG	82	Sangat Tinggi
14	DL	80	Sangat Tinggi
N = 14		Σ 1067	

Rata-rata	76,214	
-----------	--------	--

Sumber : Olah Data Tahun 2020

Tabel 4.2 Hasil *Pretest* Kelompok Eksperimen Populasi Perilaku Kecanduan *Game Online* Siswa SMP Negeri 2 Lamasi Tahun Pelajaran 2020/2021

No	Inisial	Skor	Kriteria
1	AMI	76	Tinggi
2	A	81	Sangat Tinggi
3	A	74	Tinggi
4	ADD	76	Tinggi
5	AM	72	Tinggi
6	A	85	Sangat Tinggi
7	A	72	Tinggi
N = 7		Σ 536	
Mean / Rata-rata		76,57	

Sumber : Olah Data Tahun 2020

Berdasarkan tabel tersebut peneliti mengambil sampel 7 siswa yang memiliki perilaku kecanduan *game online* dengan kriteria sangat tinggi, tinggi dan rendah, adapun skor rata-rata 76,57. Kemudian peneliti memberikan *treatment* (perlakuan) layanan konseling kelompok dengan teknik *modeling* untuk mengurangi kecanduan *game online*.

Tabel 4.3 Case Processing Summary

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Eksperimen	7	100.0%	0	0.0%	7	100.0%

Report

Eksperimen

Mean	N	Std. Deviation
76.57	7	4.826

Sumber : Olah Data SPSS 2.0

Sebelum dilakukan *treatment* pada kelas eksperimen pada siswa SMP Negeri 2 Lamasi, bahwa ada 4 indikator utama dampak negatif bermain *game online* yang memberikan pengaruh terhadap siswa, yakni:

a. Kecanduan

Salah satu masalah kesehatan utama yang ditemukan pada siswa yang terlalu banyak bermain *game online* adalah kecanduan. Banyak studi uji klinis menunjukkan bahwa obsesi yang muncul akibat terlalu banyak menghabiskan waktu bermain *game online* sama dengan penyalahgunaan alkohol atau narkoba. Efek dari kecanduan ini dimanifestasikan melalui kurangnya fokus pada kegiatan sehari-hari lainnya, kurangnya perhatian di kelas, dan pemikiran yang konstan tentang permainan.

b. Gangguan penglihatan

Terlalu banyak bermain *game online* juga bisa meningkatkan risiko masalah kesehatan pada organ mata, terutama penurunan penglihatan. Mata manusia tidak mempunyai proteksi yang cukup dari paparan sinar biru, baik yang berasal dari sinar matahari maupun peralatan elektronik. Sinar biru telah lama diidentifikasi sebagai sinar yang paling berbahaya bagi retina. Setelah menembus bagian luar mata, sinar biru akan mencapai bagian terdalam mata, yaitu retina, dan bisa menimbulkan efek jangka panjang berupa kerusakan pada retina.

c. Obesitas

Terlalu banyak bermain *game* membuat kita malas bergerak. Pasalnya, hanya mata dan tangan saja yang fokus bekerja saat bermain *game*. Sementara bagian tubuh lainnya diam tidak bergerak. Jika hal ini dilakukan terus menerus, tentu akan berefek pada obesitas. Sindrom Quervain

Sindrom quervain adalah kelainan yang disebabkan peradangan tendon. Akibatnya, ibu jari hingga pergelangan tangan terasa sakit. Sindrom ini disebabkan oleh aktivitas yang berfokus pada gerakan tangan berulang, salah satunya bermain *game online*. Rasa sakit tersebut biasanya muncul saat memegang atau mencubit sesuatu. Rasa sakit bisa tambah parah saat kita mencoba untuk menggerakkan jempol atau memutar pergelangan tangan. Pada beberapa kasus, rasa sakit bisa menjalar ke sekujur lengan.

2. Deskripsi Data *Posttest* Kelompok Eksperimen Kecanduan *Game online*

Dalam mengatasi kecanduan *game online* pada siswa kegiatan pada tahap ini adalah melakukan pelaksanaan model layanan konseling kelompok pada kelas eksperimen yang dapat menjadi solusi bagi permasalahan yang ada. Menyiapkan rancangan layanan konseling yang mencakup jenis layanan, materi atau pokok bahasan setiap pertemuan, penentuan subjek, metode, media serta evaluasi.

Setelah melakukan konseling kelompok pada siswa kelompok eksperimen pada sampel penelitian, maka ditemukan hasil *posttest* seperti berikut.

Tabel 4.4 Hasil *Posttest* Kelompok Eksperimen Kecanduan *Game online* Siswa SMP Negeri 2 Lamasi Tahun Pelajaran 2020/2021

N _o	Inisial	Skor	Kriteria
1	AMI	54	Rendah
2	A	50	Rendah
3	A	49	Sangat Rendah
4	ADD	44	Sangat Rendah
5	AM	47	Sangat Rendah
6	A	47	Sangat Rendah

7	A	45	Sangat Rendah
N = 7		$\Sigma 336$	
Mean / Rata-rata		48,00	

Sumber : Olah Data Tahun 2020

Tabel 4.5 Case Processing Summary

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Eksp erimen	7	100.0 %	0	0.0%	7	100.0 %

Report

Eksp erimen

Mean	N	Std. Deviation
48.00	7	3.367

Sumber : Olah Data Tahun 2020

Berdasarkan tabel tersebut, setelah diberi perlakuan teknik modeling menghasilkan perubahan perilaku kecanduan *game online* terhadap siswa, yaitu 5 (tujuh) orang siswa memiliki perilaku kecanduan *game online* sangat rendah dan 2 (dua) orang siswa memiliki perilaku kecanduan *game online* rendah.

3. Deskripsi Data Pre-test Kelompok Kontrol Kecanduan Game online

Deskripsi data merupakan upaya peneliti untuk memperoleh pemahaman lebih lanjut tentang variabel penelitian, untuk mencapai tujuan peneliti memerlukan dukungan data yang akurat. Data penelitian yaitu dengan memberikan *pre-test*. Hasil dari *pre-test* pada perilaku kecanduan *game online* sebelum dilaksanakan teknik modeling dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 4.6 Hasil Pretest Kelompok Kontrol Kecanduan Game online Siswa

SMP Negeri 2 Lamasi Tahun Pelajaran 2020/2021

No	Inisial	Skor	Kriteria
1	AS	50	Rendah
2	F	54	Rendah
3	GTE	53	Rendah
4	ACP	54	Rendah
5	A	52	Rendah
6	ASG	51	Rendah
7	DL	54	Rendah
N = 7		$\Sigma 368$	
Mean / Rata-rata		52,57	

Sumber : Olah Data Tahun 2020

Tabel 4.7 Case Processing Summary

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Kontrol	7	100.0%	0	0.0%	7	100.0 %

Report

Kontrol

Mean	N	Std. Deviation
52.57	7	1.618

Sumber : Olah Data SPSS 2.0

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa ada 7 (tujuh) siswa memiliki kategori rendah dalam kecanduan *game online*, adapun skor rata-rata yakni 52,57. Kemudian peneliti memberikan *treatment* (perlakuan) layanan konseling kelompok dengan teknik diskusi untuk mengurangi kecanduan *game online* pada siswa.

Layanan konseling pada kelompok kontrol merupakan suatu proses interpersonal yang dinamis yang menitik

beratkan (memusatkan) pada kesadaran berfikir dan tingkah laku, melibatkan fungsi terapeutik, berorientasi pada kenyamanan, ada rasa saling percaya mempercayai, ada pengertian, penerimaan, dan bantuan. Strategi layanan konseling kelompok kontrol lebih terfokus pada diskusi terarah dan memberikan gambaran tentang dampak negatif tentang kecanduan bermain *game online*.

Teknik layanan pada kelompok kontrol adalah dengan melakukan wawancara dengan subjek langsung, peneliti juga melakukan wawancara dengan pihak keluarga subjek untuk mengetahui bagaimana dampak yang ditimbulkan ketika subjek melakukan aktifitas bermain *game online* ini terutama berkaitan dengan pola perilaku subjek, apakah ada perbedaan pola perilaku ketika subjek ini mengalami kecanduan *game online*.

Hasil analisis deskriptif yang diperoleh dari data post-test skala kecanduan *game online* dengan teknik modeling setelah diberi perlakuan (*treatment*) dapat dilihat pada tabel sebagai berikut :

Tabel 4.8 Hasil *Posttest* Kelompok Kontrol Kecanduan *Game online* Siswa

SMPNegeri2 Lamasi Tahun Pelajaran 2020/2021

N o	Inisial	Skor	Kriteria
1	AS	44	Sangat Rendah
2	F	38	Sangat Rendah
3	GTE	40	Sangat Rendah
4	ACP	42	Sangat Rendah
5	A	39	Sangat Rendah
6	ASG	45	Sangat

			Rendah
7	DL	44	Sangat Rendah
N = 7		Σ292	
Mean / Rata-rata		41,71	

Sumber : Olah Data Tahun 2020

Tabel 4.9 *Case Processing Summary*

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Kontrol	7	100.0%	0	0.0%	7	100.0%

Report

Kontrol

Mean	N	Std. Deviation
41.71	7	2.752

Sumber : Olah Data Tahun 2020

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa ada 7 (tujuh) siswa memiliki kategori sangat rendah setelah dilakukan *treatment* pada kelompok kontrol dalam kecanduan *game online*, adapun skor rata-rata yakni 41,71.

4. Deskripsi Data *Pre-test* dan *Post test* pada Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol Kecanduan *Game online*

Setelah diberikan teknik modeling didapat hasil *pretest*, *posttest*, dan *gain score* pada tabel berikut :

Tabel 4.10 Hasil *Pre-test* dan *Post test* pada Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol Kecanduan *Game online* Siswa SMP Negeri 2 Lamasi

N o	Inisial	Pret est	Postt est	Score Penuruna n
1	AM I	76	54	22
2	A	81	53	28

3	A	74	54	20
4	AD D	76	52	24
5	AM	72	51	21
6	A	85	53	32
7	A	72	44	28
8	AS	70	45	25
9	F	76	53	23
10	GT E	74	52	22
11	AC P	72	54	18
12	A	77	54	23
13	AS G	82	59	23
14	DL	80	51	29
N = 14		\sum 1067	\sum 729	\sum 338
Rata-rata		76,2 14	52,07 1	25,7142 9

Sumber : Olah Data Tahun 2020

Berdasarkan hasil perhitungan pretest dan *posttest* 14 sampel tersebut didapat hasil rata-rata kecanduan *game onlin* tinggi siswa dengan nilai 1067:14 = 76,214. Setelah diberikan teknik *modeling* untuk mengurangi perilaku kecanduan *game onlin* siswa cenderung menurun dengan angka 729:14 = 52,071, dengan skor penurunan sebesar 338:14 = 24,14. Jadi dapat disimpulkan bahwa teknik *modeling* efektif untuk mengurangi perilaku kecanduan *game onlin* siswa, dilihat dari perubahan yang terjadi sebelum dan sesudah diberikan *treatment*. Berdasarkan gambar grafik perhitungan hasil *pretest* dan *posttest*, maka terlihat perubahan pada masing-masing anggota kelompok. Lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 4.11 Hasil Pengujian Reabilitas Data
Case Processing Summary

		N	%
Case s	Valid	14	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	14	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha ^a	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items ^a	N of Items
-.034	-.080	25

a. The value is negative due to a negative average covariance among items. This violates reliability model assumptions. You may want to check item codings.

Uji validitas dilakukan untuk mengetahui tingkat kevalidan kuisioner pada instrumen penelitian yang dilakukan pada siswa, dimana instrument dikatakan valid ketika apabila $r_{hitung} > r_{tabel}$ (0.514), r_{tabel} didapatkan dari besarnya sampel, dan dilihat pada tabel r, diketahui sampel sebanyak 14 orang, sehingga hasilnya dapat dikatakan semua valid sebab cronbachh alpha sebesar 0.80 (reliabel).

4.1.2. Pengujian Hipotesis

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah :

H_a = Kecanduan *game onlin* dapat dikurangi menggunakan teknik *modeling* dengan layanan konseling pada siswa di SMP Negeri 2 Lamasi tahun Pelajaran 2020/2021.

Adapun hipotesis statistiknya adalah sebagai berikut :

H_a : $\mu_1 \neq \mu_2$.

Berdasarkan hasil uji *t/test one sampel test* pada teknik *modeling* untuk mengurangi kecanduan *game onlin* siswa, perhitungan perilaku kecanduan *game*

online dilakukan dengan menggunakan SPSS (Statistical product and service solution) for windows release 20, didapat hasil sebagai berikut:

Tabel 4.12 Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Eksperimen	76.21	14	4.388	1.173
	Kontrol	52.07	14	3.751	1.003

Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	Eksperimen & Kontrol	14	.560	.037

Berdasarkan tabel tersebut, diperoleh bahwa t pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol adalah 23.401, *mean* adalah 24.143 *confidence interval of the difference*, *lower* = 21.914 dan *upper* = 26.372. Kemudian t_{hitung} dibandingkan dengan $t_{tabel0,000} = 1.032$ pada derajat kebebasan $df = 13$, maka ketentuan $t_{hitung} \geq$ dari t_{tabel} ($3.860 \geq .000$), nilai sig.(2-tailed) lebih kecil dari nilai kritik 0,005 ($0,000 \leq 0,005$), ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, dengan demikian perilaku kecanduan *game online* terdapat perubahan setelah diberikan teknik modeling. Dilihat dari ketentuan $t_{hitung} > t_{tabel}$, hasil perhitungan lebih besar $t_{hitung} > t_{tabel}$, jadi dapat disimpulkan bahwa layanan konseling dengan teknik modeling dapat mengurangi kecanduan *game online* siswa SMP Negeri 2 Lamasi Tahun Pelajaran 2020/2021.

4.2.1 Tingkat Kecanduan Game online pada Siswa SMP Negeri 2 Lamasi

Berdasarkan hasil perhitungan *pretest* dan *posttest* 14 sampel didapat hasil rata-rata kecanduan *game online* tinggi siswa dengan nilai $1067:14 = 76,214$. Setelah diberikan teknik *modeling* untuk mengurangi perilaku kecanduan *game online* siswa

cenderung menurun dengan angka $729:14 = 52,071$, dengan skor penurunan sebesar $338:14 = 24,14$. Jadi dapat disimpulkan bahwa teknik modeling efektif untuk mengurangi perilaku kecanduan *game online* siswa, dilihat dari perubahan yang terjadi sebelum dan sesudah diberikan *treatment*. Berdasarkan perhitungan hasil *pretest* dan *posttest*, maka terlihat perubahan pada masing-masing anggota kelompok. Selain itu terdapat pula penurunan pada tiap indikator.

4.2.2 Penerapan Teknik Modeling Game online pada Siswa SMP Negeri 2 Lamasi

Berdasarkan tabel tersebut, diperoleh bahwa t pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol adalah 23.401, *mean* adalah 24.143 *confidence interval of the difference*, *lower* = 21.914 dan *upper* = 26.372. Kemudian t_{hitung} dibandingkan dengan $t_{tabel0,000} = 1.032$ pada derajat kebebasan $df = 13$, maka ketentuan $t_{hitung} \geq$ dari t_{tabel} ($3.860 \geq .000$), nilai sig.(2-tailed) lebih kecil dari nilai kritik 0,005 ($0,000 \leq 0,005$), ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, dengan demikian perilaku kecanduan *game online* terdapat perubahan setelah diberikan teknik modeling. Dilihat dari ketentuan $t_{hitung} > t_{tabel}$, hasil perhitungan lebih besar $t_{hitung} > t_{tabel}$, jadi dapat disimpulkan bahwa layanan konseling dengan teknik modeling dapat mengurangi kecanduan *game online* siswa SMP Negeri 2 Lamasi Tahun Pelajaran 2020/2021.

Fenomena kecanduan *game online* ini diperkirakan berdampak negatif pada siswa. Siswa yang kecanduan *game online* merasakan dampak dari *game* itu sendiri. Untuk mengantisipasi efek buruk yang akan terjadi pada *gamer* dan untuk meminimalkan kecanduan *game online* dibutuhkan bimbingan dari sekolah dan terutama dari orang tua siswa itu sendiri. *Game online* akan memiliki dampak negatif pada pengguna jika *game*

ini dimainkan secara berlebihan. Untuk mengatasi dampak negatif kecanduan *game online* diperlukan bimbingan dan konseling dari sekolah.

Kecanduan *game online* merupakan salah satu masalah yang mendapat perhatian dari masyarakat luas. Saat ini, banyak penelitian yang lebih fokus terhadap upaya untuk mereduksi tingkat kecanduan *game online*. Namun, masih minim sekali penelitian yang membahas tentang upaya pencegahan kecanduan *game online*. Tulisan ini bertujuan mengkaji berbagai alternatif untuk mencegah kecanduan *game online*, terutama terhadap remaja yang mengalaminya. Remaja merupakan kelompok usia terbanyak yang mengalami permasalahan terhadap penggunaan *game online*. Kecanduan *game online* pada remaja akan berdampak pada beberapa aspek kehidupan, seperti aspek kesehatan, aspek psikologis, aspek akademik, aspek sosial dan aspek keuangan. Kecanduan *game online* perlu dicegah karena dampaknya akan membuat kehidupan remaja terganggu. Tulisan ini diharapkan dapat membantu dalam upaya pencegahan kecanduan *game online*. Lebih lanjut, penelitian di masa yang mendatang perlu untuk mengkaji secara mendalam berbagai alternatif lain dari pencegahan kecanduan *game online*.

Game online adalah permainan yang dimainkan secara *online via internet*. *Game online via internet* yang menawarkan fasilitas lebih karena para pemain bisa berkomunikasi dengan pemain lain dari seluruh penjuru dunia melalui media *chatting*. *Game online* tentu mempunyai daya tarik di mata pecinta *game*, karena pada monitor terdapat gambar tiga dimensi yang membuat permainan semakin terasa nyata. Layaknya dunia nyata mereka dapat hidup, bergerak, bertransaksi, melakukan aktivitas sehari-hari, mendapatkan pekerjaan, mencari pasangan, di dunia virtual atau maya. Pada

saat ini, bagi siswa yang tidak memiliki fasilitas *game online* dirumahnya, tersedia warung-warung internet (warnet) yang menyediakan fasilitas *game online* kondisi ini membuat siswa menjadi lebih mudah untuk bermain *game* dimana saja dan kapan saja tanpa mengenal waktu, yang akhirnya menyebabkan siswa menjadi kecanduan, dituduh menjadikan orang berperilaku kompulsif, tak acuh pada kegiatan lain, dan memunculkan gejala aneh, seperti rasa tak tenang pada saat keinginan bermain tidak terpenuhi.

Simpulan

bahwa kecanduan *game online* siswa dapat dikurangi melalui layanan konseling.

1. Tingkat kecanduan *Game online* pada siswa SMP Negeri 2 Lamasi, dalam proses konseling, terdapat beberapa tahapan dalam mengurangi tingkat kecanduan *game online* pada siswa SMP Negeri 2 Lamasi yang dilakukan oleh konselor diantaranya adalah identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, terapi atau *treatment* dan evaluasi (*follow up*). Analisis tersebut dilakukan oleh konselor dengan membandingkan data teori dengan data yang telah terjadi di lapangan.
2. Proses bimbingan dan konseling dengan teknik *modelling* di SMP Negeri 2 Lamasi yang dilakukan sebagai upaya penanganan untuk mengurangi kecanduan *game online* pada siswa SMP Negeri 2 Lamasi terdapat 5 proses atau langkah konseling yang telah dilakukan yaitu; identifikasi masalah, diagnosis, prognosis, terapi/*treatment* dan evaluasi/*follow up*.

Daftar Rujukan

- Adiningtiyas, S.W. 2017, Peran Guru dalam Mengatasi Kecanduan Game Online, *Jurnal Kopasta 4 (1)*, hal. 39 – 40, diakses pada tanggal 15 Januari 2020.

- Arikunto, Suharsimi, 2010, *Prosedur Penelitian*, PT. Rineka Cipta. Jakarta.
- Astutik, Sri, 2014, *Pengantar Bimbingan dan Konseling*, Surabaya: UINSA Press
- Corey, Gerald, 2013, *Teori dan Praktek Psikoterapi*, Bandung: PT. Refika Aditama.
- Ghozali, Imam, 2011, *Aplikasi Analisis Multivariate Dengan Program IBM SPSS 2.0*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Gunarsa, Singgih D., 2000, *Konseling dan Psikoterapi*, Jakarta: Gunung Mulia.
- Hambali, Adang, 2013 “*Psikologi Kepribadian (lanjutan) Studi atas Teori dan Tokoh Psikologi Kepribadian*. Bandung: Pustaka Setia.
- Hidayat, Dede Rahmat, 2011, *Psikologi Kepribadian*, Bogor: Ghalia Indonesia.
- Komalasari, Gantina, 2011, *Teori dan Teknik Konseling*, Jakarta: PT. Indeks.
- Laela, Faedah Noer. 2014. *Bimbingan Konseling Sosial*. Surabaya: UINSA Press
- Latipun, 2006. *Psikologi Konseling*. Malang: UMM Press.
- Lubis, Namora Lumongga, 2011, *Memahami Dasar-dasar Konseling dalam Teori dan Praktik*, Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Nazir, Moh. 2015, *Metode Penelitian*, Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Priyatno, Duwi, 2016, *Teknik Mudah dan Cepat Melakukan Analisis Data Penelitian dengan SPSS dan Tanya Jawab Ujian Pendadaran*. Gaya Media, Yogyakarta.
- Salim, Muhammad Nur, 2005, *Strategi Konseling*, Surabaya: Unesa University Press.
- Santoso, T.W., 2013, “*Perilaku Kecanduan Permainan Internet dan Faktor Penyebabnya pada Siswa Kelas VIII di SMP Negeri 1 Jatisrono Kabupaten Wonogiri (Studi Kasus pada Siswa Kelas VIII di SMP Negeri 1 Jatisrono Kabupaten Wonogiri)*” (Skripsi, FIP Universitas Negeri Semarang) diakses pada tanggal 15 Januari 2020.
- Sugiyono, 2017, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, Bandung : Alfabeta.
- Suliyanto, 2018, *Ekonometrika Terapan: Teori dan Aplikasi dengan SPSS*, Yogyakarta: Andi Offset.