

**ANALISIS KECANDUAN *GAME ONLINE HIGS DOMINO ISLAND* DAN
PENANGANANNYA MENGGUNAKAN TEKNIK *SELF MANAGEMENT*
(Studi Kasus Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 GU Kabupaten Buton Tengah)**

HASIL PENELITIAN



**OLEH :
ARMIN
NPM. 011901023**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH BUTON**

2023

HALAMAN PERSETUJUAN

Judul Proposal : Analisis Kecanduan *Game Online Higs Domino Island*
Dan Penangannya Menggunakan Teknik Self
Management (Studi Kasus Siswa Kelas XI Sma Negeri 1
Gu Kabupaten Buton Tengah)

Nama : Armin

NPM : 011901023

Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Telah diperiksa dan diteliti serta ditunjukkan untuk diajukan dihadapan
penguji pada Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan
Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Buton.

Disetujui,

Pembimbing I

Pembimbing II

Wa Ode Husniah, S.Pd.,M.Pd
NIDN. 0916096803

Edison, S.Pd.,M.Pd
NIDN. 0913098805

Mengetahui,

Plt. Ketua Program Studi Bimbingan Dan Konseling

Unhaluddin T. Kurniawan, M.Pd.,Kons.
NIDN. 0918028804

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	I
HALAMAN PERSETUJUAN	II
DAFTAR ISI.....	III
DAFTAR GAMBAR.....	IV
DAFTAR TABEL	V
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. LATAR BELAKANG	1
B. RUMUSAN MASLAH	5
C. TUJUAN PENELITIAN	6
D. MANFAAT PENELITIAN	6
BAB II LANDASAN TEORITIK.....	8
A. Kajian Teori.....	8
1. Pengertian Kecanduan <i>Game Online</i>	8
2. Indikator Kecanduan <i>Game Online</i>	8
3. Faktor-faktor Penyebab Kecanduan <i>Game Online</i>	9
4. Aspek-aspek Kecanduan <i>Game Online</i>	11
5. Ciri-ciri Kecanduan <i>Game Online</i>	12
6. Dampak Kecanduan <i>Game Online</i>	14
B. Pengertian <i>Game Online</i>	14
1. Pengertian <i>Game Online Higs Domino Island</i>	14
2. Jenis-jenis <i>Game Online</i>	15
3. Sejarah Perkembangan <i>Game Online</i>	16
4. Dampak Bermian <i>Game Online Higs Domino Island</i>	17
C. Alternatif Penanganan	18
1. Pengertian Konseling Individual	18
2. Pengertian Teknik <i>Self Management</i>	21
D. Penelitian Yang Relevan	25
E. Kerangka Berpikir	27
BAB III METODE PENELITIAN	29

A. Jenis dan Pendekatan Penelitian	29
1. Jenis Penelitian	29
2. Pendekatan Penelitian.....	29
B. Subyek Penelitian	29
C. Tempat dan Waktu.....	30
1. Tempat Penelitian	30
2. Waktu Penelitian.....	30
D. Teknik Pengumpulan Data	30
1. Observasi	30
2. Wawancara	31
E. Analisis Data.....	31
1. Reduksi Data	32
2. Penyajian Data	32
3. Penarikan Kesimpulan	32
F. Keabsahan Data	33
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	34
A. Hasil Penelitian	34
1. Identitas Kasus	34
2. Identifikasi masalah	35
3. Diagnosis.....	46
4. Prognosis	50
5. Pelaksanaan Treatment.....	51
6. Evaluasi	57
B. Pembahasan.....	59
1. Gambaran Permasalahan HN Yang Mengalami Kecanduan <i>Game Online Higs Domino Island</i>	59
2. Penyebab Siswa Mengalami Kecanduan <i>Game Online</i> <i>Higs Domino Island</i>	61
3. Peran Konseling Individual <i>Teknik Self management</i> Untuk Mengurangi Kecanduan <i>Game Online Higs Domino Island</i>	64
BAB V PENUTUP	67
A. Kesimpulan	67

B. Saran.....	67
---------------	----

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.5 Kerangka Pikir	28
---------------------------------	----

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Tabel Observasi HN.....	49
Tabel 4.2 Target Kegiatan HN	50
Tabel 4.3 Evaluasi Pertama HN	52
Tabel 4.4 Evaluasi Kedua HN.....	52

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Keberadaan *game online* memberikan nuansa baru khususnya dalam *gadget/smarphone*, dikarenakan terdapat interaksi sosial dengan orang lain secara intensif dan seru. *Game online* dapat dilakukan bersama-sama dengan teman sehingga timbul rasa keasikan dalam bermain *game* dan menggunakannya dengan waktu lama, Nasrudin K. H (2021). *Game online* juga dapat mempengaruhi teman dekat atau teman sebaya, Sejalan dengan perkembangan dan kemajuan internet, maka berdampak pula semakin maraknya *game online* yang dapat di download dan digunakan oleh seluruh masyarakat. Adapun *game online* yang sering digunakan ialah seperti *Mobile Legend*, *Higs domino island*, *Free Fire*, *PUBG*, dan lain sebagainya.

Menurut Adams dan Rolings (Nasrinafatin, 2020), *game online* adalah permainan yang dapat diakses oleh banyak pemain yang dihubungkan oleh jaringan internet. *Game online* mempunyai daya tarik dan sudah menjadi rutinitas setiap hari. Selain permainan yang menarik, *game online* juga dapat menyebabkan ketagihan karena ketika sedang bermain lalu kalah akan mencoba kembali agar supaya menang. *Game online* memiliki dampak positif tidak hanya meningkatkan keterampilan fisik namun juga kemampuan intelektual dan fantasi pada pengguna, sementara sisi negatifnya yaitu terbengkalanya kegiatan atau pekerjaan rumah, menggunakan waktu luang untuk bermain *game* dan kurang hubungan atau interaksi sosial dengan orang sekitar.

Permainan *higs domino island* adalah semacam permainan kartu genetik. Di Indonesia biasanya berbentuk kartu kecil berukuran 3x4 cm, berwarna kuning terdapat endol-endol yang berfungsi sebagai angka. *Higs domino island* dimainkan dengan menggunakan urbin persegi panjang kecil

yang digunakan sebagai kartu domino yang merupakan titik terbagi dua bagian atas dan bawah dibatasi oleh garis tengah kartu. (Rahayu, 2020)

Higs domino island merupakan *game online* yang bisa didownload di playstore dengan jenis permainan yang sangat banyak seperti domino, kartu, dan slot. *Game online* dapat diakses dan dimainkan bila sudah terhubung dengan jaringan internet. Pemain bisa mendapatkan pulsa dan chip (koin) dapat di perjual berlikan dengan meng-uprage akun perunggu, setelah menjadi akun perunggu, maka pemain hanya boleh lakukan pengiriman chip sebanyak dua bilion chip. Pemain bisa melakukan TopUp sebesar Rp 10.000 (sepuluh ribu rupiah) yang bisa dilakukan menggunakan pulsa (penyedia jaringan seperti Telkomsel, Indosat) atau pemain bisa juga dengan dompet digital gopay. Setelah melakukan TopUp, maka pemain mendapatkan 120.000.000 (seratus dua puluh juta) chip dan 30.000.000 (tiga puluh juta) chip, yang dapat dipakai untuk bermain disetiap jenis permainan yang tersedia diaplikasi *Higs domino island* (Ramadhani, 2021).

Survei yang dilakukan oleh media *analysis laboratory* pada tahun 1998 mengungkapkan bahwa pengguna *game online* kebanyakan adalah remaja, (Syahrani, 2015). Remaja yang berstatus pendidikannya SMP dan SMA sering memenuhi tempat-tempat warung internet (warnet) saat jam sekolah maupun sepulang sekolah. Tidak sedikit pula remaja yang larut dalam permainan *game online* tersebut, bahkan rela menghabiskan uang jajan, dan menghabiskan sebagian besar waktunya serta menghiraukan aktivitas kesehariannya demi menikmati *game online*.

Menurut Persada Pers dalam Amin, S., Azis, F. & Umakamea, F, (2022). Jika ini berlangsung terus menerus dalam waktu lama, di perkirakan penggiat atau pemain akan kurang tertarik pada pergaulan sosial, tidak peka dengan lingkungan, bahkan bisa membentuk kepribadian sosial dimana anak tidak mempunyai kemampuan beradaptasi dengan lingkungan sosialnya.

Hasil penelitian dari lembaga riset industri *game*, Newzoo, (2017). Menyebutkan bahwa ada 43,7 juta *gamer* dan berpotensi berpenghasilan hingga USS880 juta (sekitar Rp11,9 triliun) untuk industri. Potensi ini

menempatkan Indonesia pada peringkat ke-16 dalam daftar industri *game* terbesar di dunia, (Maulana, 2018). Jumlah pemain *game* di Indonesia meningkat 5% - 10% setiap tahunnya, terutama semakin pesatnya infrastruktur internet, Eva (tribunnews.com, 2014).

Pada masa sekarang ini permainan *game online higs domino island* yang sedang marak dikalangan remaja terutama di SMAN 1 GU Kabupaten Buton Tengah terkhususnya kelas XI 4, *game* ini sangat populer karena daya tariknya yang mampu membuat para remaja kecanduan memainkannya tanpa memperdulikan sebab yang akan terjadi akibat *game* tersebut seperti banyak membuang waktu, menghiraukan aktivitas kesehariannya, malas, bolos dan tidak mengerjakan tugas sekolah sampai berutang. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan Annisa Dwi Ayuning Tyas, Panggih Nur Adi (2023) *game higs domino* adalah salah satu *game online* yang sedang marak dikalangan remaja terutama di Dusun Sukamulia Utara, Desa Pondok Batu. *Game* ini sangat populer karena daya tariknya yang mampu membuat para remaja kecanduan memainkannya tanpa memperdulikan sebab yang terjadi akibat *game* tersebut. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti mendapat temuan perilaku moral menyimpang pada remaja di Dusun Sukamulia Utara seperti malas dan tidak pernah mengerjakan tugas sekolah sampai berutang.

Berdasarkan hasil observasi di SMAN 1 GU Kabupaten Buton Tengah terdapat masalah pada satu siswa yang berinisial HN. Siswa yang berinisial HN mempunyai bentuk perilaku kecanduan *game online higs domino island* ia bermain *game* selalunya berimajinasi tentang *game* tersebut, HN memperagakan apa yang ia lihat didalam *game online higs domino island* tersebut seperti tertawa layaknya kakek merah yang sedang jackpoot. Bahkan ia sering mengeluarkan kata-kata kotor sehingga didalam kelas pada saat mata pelajaran dimulai dia suka membolos bersama teman kelasnya, prestasi belajarnya menurun akibat bermain *game online* dan mengganggu temannya didalam kelas. Selain itu, HN juga ketahuan sedang bermain *game online higs domino island* di dalam kelas dengan cara menutupi *handphone* menggunakan

tas dan ada juga yang menyembunyikan didalam laci agar tidak kelihatan oleh guru yang mengajar di dalam kelas.

Kemudian peneliti juga melakukan wawancara dengan teman sebaya “HN” (17 tahun) yaitu ‘Ro’uf’ mengatakan bahwa “HN banyak menghabiskan waktu bermain *game online higs domino island* sampai berjam-jam dan asik memandang gadget-nya, terkadang berteriak kesal dengan nada tinggi dan juga mengeluarkan kata kotor, ia juga malas mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru mata pelajaran sehingga nilai yang didapat sangat buruk”.

Dari hasil wawancara dengan remaja “HN” (17 Tahun), menyatakan : “Saya bisa menghabiskan waktu berjam-jam hanya dengan memegang *handphone* dan bermain *game online higs domino island*, saya sering begadang karena keasikan bermain game sampai lupa apa yang disuruh sama mamaku”. Ia juga menjelaskan “saya merasa ada yang kurang seperti gelisa ketika tidak bermain *game online higs domino island*”. Selain itu ia menjelaskan “saya sering terlambat dan merasa mengantuk ketika di sekolah dan sering tidak masuk dijam mata pelajaran pertama karena terlambat, saya jarang mengerjakan tugas yang di kasih sama guru, lalu nilai saya sangat buruk gara-gara bermain *game higs domino island* terus menerus”.

Permasalahan diatas merupakan potret dari diri remaja yang mengalami Kecanduan *game online higs domino island*. Permasalahan tersebut dapat mengganggu tumbuh kembang remaja terutama menyangkut proses pembelajaran di sekolah sehingga ini perlu mendapat penanganan yang menyeluruh, mengingat permainan *game online higs domino island* ini sudah sangat mengkhawatirkan karena banyaknya dampak negatif yang ditimbulkan, utamanya dalam hal prestasi belajar dan kesehatan siswa, maka dari itu selaku konselor yang ingin melihat tumbuh kembang pribadi siswa dengan baik perlu memberikan tindakan atau *treatment* yang sesuai dengan permasalahan tersebut. Cara yang dinilai tepat untuk mengatasi permasalahan tersebut adalah layanan konseling individual. Konseling individual dianggap mampu menangani permasalahan yang dialami oleh siswa.

Menurut Munasti, (2019) konseling idividual adalah bantuan secara tatap muka antara konselor dengan konseli menggunakan usaha yang unik dan manusiawi yang dilakukan dalam suasana keahlian dan di dasarkan pada norma-norma yang berlaku agar konseli memperoleh konsep diri dan kepercayaan diri dalam memperbaiki tingkah laku untuk saat ini dan saat yang akan datang.

Salah satu contoh permasalahan Kecanduan *game online higs domino island* yaitu penelitian yang dilakukan oleh Yuda Wijaya, (2022). Dengan judul “Mereduksi Kecanduan *Game Online* Melalui Konseling Individu Dengan Teknik Kontra Perilaku Pada Peserta Didik di SMP Negeri 19 Bandar Lampung” kemudian penelitian lain dari, Sofyan Abdi dan Yeni Karneni, (2020) dengan judul “Kecanduan *Game Online*: Penanganannya Dalam Konseling Individual” menjelaskan bahwa penerapan layanan konseling individual yang mengalami kecanduan *game online*. Hasil penelitian disajikan melalui dinamika BMK3 dalam layanan konseling individual dengan konsep BMK3 untuk menangani permasalahan *game online*.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka permasalahan ini sangatlah penting untuk diangkatnya sebuah penelitian dengan judul “Analisis Kecanduan *Game Online Higs Domino Island* Dan Penanganannya Menggunakan Teknik *Self Management* (Studi Kasus Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 GU Kabupaten Buton Tengah)”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah :

1. Bagaimana gambaran permasalahan pada siswa HN di SMAN 1 GU Kabupaten Buton Tengah yang mengalami kecanduan *game online higs domino island*?
2. Apa penyebab siswa HN di SMAN 1 GU Kabupaten Buton Tengah mengalami kecanduan *game online higs domino island*?

3. Bagaimana peran layanan konseling individual melalui teknik *self management* untuk mengatasi siswa HN yang mengalami kecanduan dari *game online higs domino island*?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas maka tujuan penelitian adalah sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui gambaran permasalahan pada siswa HN yang mengalami kecanduan *game online higs domino island*.
2. Untuk mengetahui penyebab siswa HN yang mengalami kecanduan *game online higs domino island*.
3. Untuk mengetahui peran layanan konseling individual melalui teknik *self management* untuk mengatasi siswa HN yang mengalami kecanduan *game online higs domino island*.

D. Manfaat Penelitian

Melalui penelitian ini peneliti berharap dapat memberikan manfaat yaitu manfaat teoritis dan manfaat praktis.

1. Manfaat teoritis

Peneliti dalam hal ini mengharapkan dapat menjadi sumber informasi dalam menambah ilmu pengetahuan dan mengembangkannya dan sebagai acuan untuk peneliti selanjutnya.

2. Manfaat praktis

a) Bagi Guru BK atau Konselor

Dengan adanya penelitian ini menambah referensi pengetahuan dan dapat dijadikan sebagai salah satu pedoman dalam menangani siswa yang mengalami kecanduan *game online higs domino island*.

b) Bagi Sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat membantu pihak sekolah dalam mengatasi masalah-masalah yang dialami siswa khususnya masalah kecanduan *game online higs domino island*.

c) Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat meningkatkan kemampuan diri dibidang penelitian dan sebagi usaha untuk memperluas pengetahuan mengenai Bimbingan dan Konseling.

BAB II

LANDASAN TEORITIK

A. Kajian Teori

1. Pengertian Kecanduan *Game Online*

Menurut Weinstein Pande & Marheni, (2015) mendefinisikan kecanduan *game online* sebagai penggunaan berlebih atau kompulsif terhadap *game online* yang mengganggu kehidupan sehari-hari. Seseorang yang kecanduan *game online* akan bermain *game online* dengan kompulsif, mengisolasi diri dari kontak sosial dan memfokuskan diri pada pencapaian dalam *game online* dan mengabaikan hal-hal lainnya. Sedangkan, King dan Delfabro mengartikan kecanduan *game online* sebagai salah satu bentuk adiksi yang disebabkan oleh adanya pemikiran secara terus menerus sehingga menimbulkan perilaku *excessive* dimana pemain menunjukkan motivasi tinggi dalam bermain dan pemain dapat menghabiskan waktu lebih dari 35 jam perminggu untuk bermain.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa kecanduan *game online* adalah penggunaan berlebih karena adanya pemikiran dan motivasi tinggi untuk bermain *game online* secara terus menerus yang dapat merugikan diri.

2. Indikator Kecanduan *Game Online*

Santoso dan Purnomo, (2017) menyebutkan bahwa sedikitnya ada empat indikator kecanduan *game online* yaitu:

- a) *Compulsion* (kompulsif/ dorongan untuk melakukan secara terus-menerus), merupakan suatu dorongan atau tekanan kuat yang berasal dari dalam diri sendiri untuk melakukan secara terus-menerus, dimana dalam hal ini merupakan dorongan dari dalam diri untuk terus-menerus bermain *game online*.
- b) *Withdrawal* (penarikan diri), merupakan suatu upaya untuk menarik diri atau menjauhkan diri dari suatu hal. Seseorang yang kecanduan *game online* merasa tidak mampu untuk menarik atau menjauhkan diri dari hal-

hal yang berkenaan dengan *game online*.

- c) *Tolerance* (toleransi), toleransi dalam hal ini diartikan sebagai sikap menerima keadaan diri ketika melakukan suatu hal. Biasanya toleransi ini berkenaan dengan jumlah waktu yang digunakan atau dihabiskan untuk melakukan sesuatu yang dalam hal ini adalah bermain *game online*.
- d) *Interpersonal and health-related problems* (masalah hubungan interpersonal dan kesehatan), dimana persoalan-persoalan yang berkaitan dengan interaksi kita dengan orang lain dan juga masalah kesehatan. Pecandu *game online* cenderung untuk tidak menghiraukan bagaimana hubungan interpersonal yang mereka miliki karena mereka hanya berfokus pada *game online* saja. Begitu juga dengan masalah kesehatan, para pecandu *game online* kurang memperhatikan kesehatan mereka sendiri seperti waktu tidur kurang, tidak menjaga kebersihan badan dan pola makan yang tidak teratur.

Penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa indikator penyebab kecanduan *game online* yaitu 1) *Compulsion* (kompulsif/ dorongan untuk melakukan secara terus-menerus), 2) *Withdrawal* (penarikan diri), 3) *Tolerance* (toleransi), 4) *Interpersonal and health-related problems* (masalah hubungan interpersonal dan kesehatan).

3. Faktor-faktor Penyebab Kecanduan *Game Online*

Ada banyak hal yang dapat membuat seseorang mengalami kecanduan *game online*, baik itu dari faktor pribadi, sosial dan bahkan dari faktor psikis. Penyebab lain adalah kurangnya pengawasan dari orangtua dan perkembangan teknologi yang tidak bisa dihindari. Faktor penyebab kecanduan *game online*

Terdapat 5 faktor motivasi seseorang bermain *game online* menurut Anhar, (2014) :

- 1) *Relationship*, didasari oleh keinginan untuk berinteraksi dengan permainan, serta adanya kemauan seseorang untuk membuat hubungan yang mendapat dukungan sejak awal, dan yang mendekati masalah-

masalah dan isu-isu yang terdapat di kehidupan nyata.

- 2) *Manipulation*, didasari oleh pemain yang membuat pemain lain sebagai objek dan memanipulasi mereka untuk kepuasan dan kekayaan diri. Pemain yang didasari oleh faktor ini, sangat senang berlaku curang, mengejek dan mendominasi pemain lain.
- 3) *Immersion*, didasari oleh pemain yang sangat menyukai menjadi orang lain. Mereka senang dengan alur cerita dari “dunia khayal” dengan menciptakan tokoh yang sesuai dengan cerita sejarah dan tradisi dunia tersebut.
- 4) *Escapism*, didasari oleh pemain yang senang bermain di dunia maya hanya sementara untuk menghindari, melupakan dan pergi dari stress dan masalah di kehidupan nyata.
- 5) *Achievement*, didasari oleh keinginan untuk menjadi kuat di lingkungan dunia virtual, melalui pencapaian tujuan dan akumulasi dan item-item yang merupakan simbol kekuasaan.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka dapat dirincikan faktor penyebab kecanduan *game online* yaitu:

- a) Interaksi dengan lingkungan sekitar
- b) Motivasi bermain *game online*
- c) Kepuasan diri dalam bermain *game online*
- d) Faktor pelarian diri
- e) Dorongan *achievement*

Terdapat faktor internal dan eksternal yang menyebabkan seseorang kecanduan *game online* menurut Hardiansyah dan Dian (2016). Faktor internal yang dapat menyebabkan terjadinya kecanduan terhadap *game online*, sebagai berikut:

- 1) Keinginan yang kuat dari diri seseorang untuk memperoleh nilai yang tinggi dalam *game online*, karena *game online* dirancang sedemikian rupa agar *gamers* semakin penasaran dan semakin ingin memperoleh nilai yang lebih tinggi.
- 2) Rasa bosan yang dirasakan seseorang ketika berada di rumah atau di

sekolah.

- 3) Ketidak mampuan mengatur prioritas untuk mengerjakan aktivitas penting lainnya juga menjadi penyebab timbulnya adiksi terhadap *game online*.
- 4) Kurangnya *self control* dalam diri remaja, sehingga remaja kurang mengantisipasi dampak negatif yang timbul dari bermain *game online* secara berlebihan.

Faktor-faktor eksternal yang menyebabkan terjadinya kecanduan bermain *game online* pada seseorang, sebagai berikut:

- 1) Lingkungan yang kurang terkontrol, karena melihat teman-temannya yang lain banyak yang bermain *game online*.
- 2) Kurang memiliki hubungan sosial yang baik, sehingga seseorang memilih alternatif bermain *game online* sebagai aktivitas yang menyenangkan.

Harapan orang tua yang melabung terhadap anaknya untuk mengikuti berbagai kegiatan seperti kursus-kursus atau les-les, sehingga kebutuhan primer anak, seperti kebersamaan, bermain dengan keluarga menjadi terlupakan.

4. Aspek-Aspek Kecanduan Game Online

Menurut Lemmens et al. (Putri, S. A. R., Rahmawati, R., & Dalimunthe, R. Z. 2022). Aspek-aspek kecanduan *game online* yaitu :

- a. *Salience*, yaitu bagi seseorang memainkan *game* adalah kegiatan yang paling penting dalam kehidupannya dan dapat mendominasi pikiran, perasaan, dan perilakunya.
- b. *Tolerance*, yaitu proses dimana seseorang secara perlahan meningkatkan jumlah waktu yang mereka habiskan untuk bermain *game* dengan memainkannya lebih sering.
- c. *Mood modification*, yaitu mengacu pada sensasi subjektif seperti penenang atau relaksasi terkait pelarian yang terjadi sebagai akibat dari keterikatan bermain *game online*.

- d. *Withdrawal*, yaitu ketika seseorang berhenti atau membatasi bermain *game online*, mereka dapat mengalami dampak fisik dan perasaan yang tidak menyenangkan. Aspek ini lebih banyak terdiri dari gejala penarikan termasuk kemurungan dan lekas marah, serta tanda-tanda fisiologis seperti gemetar.
- e. *Conflict*, yaitu mengacu pada semua masalah interpersonal yang muncul sebagai akibat dari memainkan *game online* secara berlebihan. Konflik dapat muncul diantara pemain dan orang-orang di sekitar mereka. Konflik tersebut dapat termasuk argumen dan pengabaian, dan juga kebohongan dan penipuan.
- f. *Problems*, yaitu *game online* yang berlebihan menyebabkan masalah dengan mendorong untuk mengabaikan tugas-tugas lain seperti sekolah, pekerjaan, dan bersosialisasi. Individu yang bermain *game online* mungkin memiliki masalah seperti konflik intrapsikis dan kurangnya kontrol

5. Ciri-ciri Kecanduan *Game Online*

Berdasarkan sumber dari *center for internet addiction recover*, Santoso dan Purnomo, (2017) mengemukakan bahwa anak yang kecanduan *game online* memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

- a. Merasa terikat dengan *game online* (memikirkan mengenai aktivitas online pada saat sedang *offline* atau mengharapkan sesi online berikutnya).
Memainkan *game online* dengan lama waktu lebih dari 14 jam perminggu dan hanya memainkan satu jenis/ tipe *game* saja. Bahkan lebih dari satu bulan masih tetap fokus memainkan atau menggeluti *game* yang sama serta masih terus bermain meskipun sudah tidak menikmati lagi.
- b. Merasa kebutuhan bermain *game online* dengan jumlah waktu yang terus meningkat untuk mencapai sebuah kegembiraan yang diharapkan.
- c. Merasa gelisah, murung, depresi dan lekas marah ketika mencoba untuk mengurangi atau menghentikan bermain *game online*.
- d. Berbohong kepada anggota keluarga terapis atau orang lain untuk menyembunyikan seberapa jauh terlibat dengan *game online*.

Delfabro dkk (Isman, M. H. (2022). mengemukakan bahwa seseorang dapat dikatakan mengalami kecanduan *game online* jika memenuhi kriteria sebagai berikut:

- 1) Preokupasi dalam bermain *game*, termasuk di dalamnya bermain kembali walaupun sudah pernah dimainkan dan berencana untuk bermain ke tahap selanjutnya.
- 2) Kebutuhan untuk bermain meningkat seiring berjalannya waktu guna mencapai kepuasan.
- 3) Ketidakmampuan untuk mengontrol, menghindari ataupun berhenti dalam bermain *games*.
- 4) Merasa resah, marah ataupun gelisah ketika berusaha untuk menghentikan permainan.
- 5) Bermain *games* merupakan salah satu cara untuk menghindar dari masalah ataupun perasaan bersalah, *helplessness*, kecemasan dan depresi.
- 6) Akan memainkannya kembali pada hari lain untuk membuat kemajuan yang lebih baik atau mendapatkan skor lebih tinggi.
- 7) Berbohong pada keluarga ataupun orang lain yang terlibat ketika seseorang ingin bermain.
- 8) Rela mencuri jika butuh uang untuk bermain *game*.
- 9) Kehilangan hubungan yang signifikan, seperti pekerjaan, pendidikan ataupun kesempatan karir karena bermain.
- 10) Membutuhkan orang lain dalam mengatur keuangannya untuk meringankan bebannya dalam bermain *game*.

Menghabiskan waktu lebih dari 35 jam per minggu untuk bermain.

Adapun beberapa dampak yang akan dialami oleh orang yang kecanduan bermain *game online*, baik itu dampak positif maupun dampak negatif. Tingginya intensitas bermain *game online* memberikan berbagai macam dampak terhadap fisik maupun psikis seseorang. Dampak fisik dapat

berupa kelelahan pada anggota tubuh karena terlalu lama bermain *game* yang menyebabkan kesehatan badan menurun sehingga mudah sakit. Sedangkan dampak psikis yang ditimbulkan yaitu seseorang menjadi mudah marah, tidak dapat mengontrol emosi yang disebabkan kekalahan dalam bermain *game online*.

6. Dampak Kecanduan Game Online

Menurut Masya H dan Candra, (2016). ada beberapa dampak positif yang ditimbulkan oleh *game online*, yaitu:

- 1) Pergaulan anak akan lebih mudah diawasi oleh orang tua,
- 2) Otak anak akan lebih aktif berpikir,
- 3) Reflek berpikir dari anak akan lebih cepat merespon,
- 4) Emosional anak dapat diluapkan dengan bermain *game*
- 5) Anak akan lebih berpikir kreatif.

Ada beberapa dampak negatif yang ditimbulkan dari perilaku kecanduan *game online* sebagai berikut Kurniawan, (2017) :

- 1) Kesehatan menurun.
- 2) Munculnya gangguan mental.
- 3) Menghambat proses pendewasaan diri.
- 4) Mempengaruhi prestasi belajar.
- 5) Memunculkan perilaku prokrastinasi akademik.
- 6) Kesulitan bersosialisasi dengan orang lain.

B. Pengertian Game Online

1. Pengertian Game Online Higgs Domino Island

Menurut Ramadhani (2021). *Higgs domino island* merupakan *game online* yang bisa didownload di playstore dengan jenis permainan yang sangat banyak seperti domino, kartu, dan slot. *Game online* dapat diakses dan dimainkan bila sudah terhubung dengan jaringan internet. Pemain bisa mendapatkan pulsa dan chip (koin) dapat di perjual berlikan dengan meng-upgrade akun perunggu, setelah menjadi akun perunggu, maka pemain hanya boleh lakukan pengiriman chip sebanyak dua bilion chip. Pemain bisa melakukan TopUp sebesar Rp 10.000 (sepuluh ribu rupiah) yang bisa

dilakukan menggunakan pulsa (penyedia jaringan seperti Telkomsel, Indosat) atau pemain bisa juga dengan dompet digital gopay. Setelah melakukan TopUp, maka pemain mendapatkan 120.000.000 (seratus dua puluh juta) chip dan 30.000.000 (tiga puluh juta) chip, yang dapat dipakai untuk bermain disetiap jenis permainan yang tersedia diaplikasi *Higs domino island*.

2. Jenis-jenis *Game Online*

Game online memiliki jenis yang banyak, mulai dari permainan sederhana berbasis teks sampai permainan yang menggunakan grafik kompleks dan berbentuk dunia virtual yang ditempati oleh banyak pemain sekaligus. Untuk lebih jelasnya berikut adalah jenis-jenis *game online* berdasarkan jenis permainan, Sihotang, D. A. A. (2021).

a) *Massively Multiplayer Online First-person shooter games* (MMOFPS)

Game online jenis ini mengambil sudut pandang orang pertama sehingga seolah-olah pemain berada dalam permainan tersebut dalam sudut pandang tokoh karakter yang dimainkan, dimana setiap tokoh memiliki kemampuan yang berbeda dalam tingkat akurasi, refleks dan lainnya. Permainan ini dapat melibatkan banyak orang dan biasanya permainan ini mengambil setting peperangan dengan senjata- senjata militer. Contoh permainan jenis ini yaitu *counter strike*, *point blank*, *call of duty*, *PUBG* dan *free fire*.

b) *Massively Multyplayer Online Real-time strategy games* (MMOORTS)

Game jenis ini menekankan pada kehebatan strategi pemainnya. Permainan ini memiliki ciri khas dimana pemain harus mengatur strategi permainan. Dalam RTS, tema permainan ini bisa berupa sejarah (misalnya seri *Age of Empiries*), fantasi (misalnya *Warcraft*) dan fiksi ilmiah (misalnya *Star Wars*) serta *Higs domino island*.

c) *Massively Multyplayer Online Role-playing games* (MMORPG)

Game jenis ini biasanya memainkan peran tokoh-tokoh khayalan dan berkolaborasi untuk merajut sebuah cerita bersama. RPG biasanya lebih mengarah ke kolaborasi dari pada kompetisi. Pada umumnya dalam RPG,

para pemain tergabung dalam satu kelompok. Contoh dari jenis permainan ini *Ragnarok online*, *Final fantasi*, *DOTA*, *Mobile legends*.

d) *Cross-platform online play*

Jenis permainan yang dapat dimainkan secara *online* dengan perangkat yang berbeda. Saat ini mesin permainan konsol (*console games*) mulai berkembang menjadi seperti komputer yang dilengkapi dengan jaringan sumber terbuka (*open source networks*), seperti *Dreamcast*, *Playstation* dan *Xbox* yang memiliki fungsi *online*. Misalnya *Need for Speed Underground*, yang dapat dimainkan secara *online* dari PC maupun *Xbox*.

e) *Simulation Games*

Permainan jenis ini bertujuan untuk memberi pengalaman melalui simulasi. Ada beberapa jenis permainan simulasi, diantaranya *life-simulation games*, *construction and management simulation games* dan *vehicle simulation*.

f) *Massively Multiplayer Online Browser Game*

Permainan yang dimainkan pada peramban seperti *Mozilla Firefox*, *Opera* atau *Internet Explorer*.

Berdasarkan uraian di atas, jenis-jenis *game online* berdasarkan jenis permainan yaitu *Massively Multiplayer Online First-person shooter games* (MMOFPS), *Massively Multiplayer Online Real-time Strategy Games* (MMOORTS), *Massively Multiplayer Online Role-playing games* (MMORPG), *Cross-platform Online play*, *Simulation Games* dan *Massively Multiplayer Online Browser Game*.

3. Sejarah dan Perkembangan *Game Online*

Perkembangan *game online* sendiri tidak lepas juga dari perkembangan teknologi komputer dan jaringan komputer itu sendiri. Meledaknya *game online* merupakan cerminan dari pesatnya jaringan komputer yang dulunya berskala kecil (*small local network*) sampai menajadi internet dan terus berkembang sampai sekarang. *Game online* sampai saat ini tidaklah sama seperti ketika *game online* diperkenalkan untuk pertama kalinya. Pada saat muncul pertama kalinya tahun 1960, komputer hanya bisa

dipakai untuk dua orang saja untuk bermain *game*. Lalu munculah komputer dengan kemampuan time-sharing sehingga pemain yang bisa memainkan *game* tersebut bisa lebih banyak dan tidak harus berada disuatu ruangan yang sama (multiplayer *game*).

Lalu pada tahun 1970 ketika muncul jaringan internet berbasis paket (packet based computer networking). Jaringan komputer tidak hanya sebatas LAN saja tetapi sudah mencakup WAN dan menjadi internet. *Game online* pertama kali muncul kebanyakan adalah *game-game* simulasi perang atau pesawat yang dipakai untuk kepentingan militer yang akhirnya dilepas lalu dikomersialkan. *Game-game* ini kemudian menginspirasi *game-game* yang lain muncul dan berkembang. Pada tahun 2001 adalah puncak dari demam datcom, sehingga penyebaran informasi mengenai *game online* semakin cepat.

Perkembangan *Game online* di Indonesia menurut liga *game* Indonesia (liga *game* com). *Game online* muncul di Indonesia pada tahun 2001 dengan masuknya nexia Online. *Game online* yang beredar di Indonesia sendiri cukup beragam, mulai dari bergenre, sport, maupun RPG (role-playing *game*). Tercatat lebih dari dua puluh (20) judul *game online* yang beredar di Indonesia. Ini menandakan betapa besarnya antusias para *gamer* di Indonesia dan juga besarnya pasar *game* di Indonesia.

4. Dampak Bermian *Game Online Higs Domino Island*

Pada saat masyarakat atau penggiat *game* yang telah kecanduan bermain *game higs domino* maka tentu saja akan berdampak pada diri sendiri. Tentunya dampak itu merupakan dampak yang positif dan juga negatif. Adapun dampak positif saat bermain *game higs domino island* adalah meningkatkan konsentrasi dan ketajaman mata yang lebih cepat, kinerja otak juga ditingkatkan dan juga *game higs domino island* dapat menjadi sarana penghilang stress. Namun selain itu *game higs domino island* juga memberi pengaruh buruk kepada pemain atau penggiat *game*, dimana ketika telah kecanduan bermian *game higs domino island* maka akan susah mengatur waktu dengan baik. *Game higs domino* juga dapat menimbulkan ketagihan

dan kecanduan, hal ini dapat menyita waktu seseorang hingga banyak waktu yang digunakan untuk kegiatan lainnya berkurang, karena lebih suka bermain *game* higs domino dan *game online* lainnya dari pada melakukan kegiatan istirahat, makan, dan aktivitas positif lainnya serta kurangnya waktu untuk berinteraksi dengan keluarga dan orang-orang sekitar. Rahayu, (2022).

C. Alternatif Penanganan

1. Konseling Individual

a. Pengertian konseling individual

ETI, K. (2021). memberikan pengertian konseling bahwa konseling menekankan pada pembentukan konsep diri serta kepercayaan diri untuk memperbaiki tingkah laku. Kemudian menurut Munasti, (2019) konseling individual adalah bantuan secara tatap muka antara konselor dengan konseli menggunakan usaha yang unik dan manusiawi yang dilakukan dalam suasana keahlian dan di dasarkan pada norma-norma yang berlaku agar konseli memperoleh konsep diri dan kepercayaan diri dalam memperbaiki tingkah laku untuk saat ini dan saat yang akan datang. Aini dan Neti memaparkan bahwa layanan konseling individual ialah layanan tatap muka antara konselor dan klien yang dilakukan untuk membahas masalah pribadi klien secara mendalam, luas dan spesifik, dan menyeluruh.

Shanty & Christiana, (2013), menyatakan Layanan konseling individu adalah layanan konseling yang diselenggarakan oleh seorang pembimbing atau koselor terhadap seorang klien atau konseli dalam rangka pengentasan masalah pribadi klien atau konseli.

Berdasarkan pemaparan pengertian konseling individual di atas, maka dapat di tarik kesimpulan bahwa, konseling individual merupakan layanan tatap muka yang diberikan oleh konselor kepada konseli guna untuk mencapai kemandirian konseli dalam pengentasan permasalahan atau kesulitan yang dialaminya.

b. Tujuan Konseling Individual

Ristianti, D. H., & Fathurrochman, I. (2020), menjelaskan dalam bukunya berjudul Layanan Konseling Perorangan bahwa terdapat 2 tujuan konseling individual diantaranya:

1) Tujuan Umum

Tujuan umum dari layanan konseling individual ialah pengentasan atau penyelesaian masalah peserta didik. Dengan demikian, fungsi pengentasan masalah sangat penting dalam layanan ini.

2) Tujuan khusus layanan konseling individual ialah:

- a) Konseli dapat memahami seluk beluk permasalahan yang dialaminya secara mendalam dan komprehensif, serta positif dan dinamis.
- b) Dikembangkannya persepsi dan sikap serta keinginan demi terselesaikannya secara spesifik masalah yang sedang dialami konseli.
- c) Pengembangan dan pemeliharaan potensi konseli dan berbagai unsur positif yang ada pada dirinya merupakan latar belakang pemahaman dan penegentasan masalah peserta didik dapat tercapai.
- d) Mencegah menjalarnya masalah yang sekarang sedang dialami oleh konseli dan diharapkan masalah-masalah baru yang mungkin timbul dapat dicegah.
- e) Menangani permasalahan yang bersifat advokasi

c. Tahap Pelaksanaan Konseling Individual

Husni, (2017). memberikan penjelasan terkait tahap pelaksanaan layanan konseling individual, yang mencakup:

1) Tahap Awal Konseling

Tahap ini disebut sebagai tahapan untuk mendefinisikan masalah konseli. Hal ini dikarenakan pada tahap ini konselor maupun konseli dapat mendefinisikan masalah yang dialami konseli yang diperoleh dari isu atau pesan konseli dalam dialog konseling. Dalam tahap ini juga dilaksanakan beberapa teknik yaitu:

a) *Attending*

Teknik ini menjelaskan bahwa perilaku attending yang baik adalah ketika terjadi perpaduan antara mata, bahasa tubuh, bahasa konseli sehingga dapat memudahkan konselor untuk membuat konseli terlibat pembicaraan dan terbuka.

b) *Empati*

Empati ialah kemampuan yang dimiliki konselor untuk merasakan perasaan yang dirasakan oleh konselinya.

c) *Refleksi Perasaan*

Refleksi perasaan yang dimaksud adalah keterampilan yang dimiliki konselor dalam merefleksikan perasaan konseli yang dijadikan sebagai hasil pengamatan verbal dan non-verbal konseli.

d) *Eksplorasi*

Eksplorasi dalam hal ini memiliki arti bahwa konselor memiliki keahlian untuk dalam menggali perasaan, pengalaman, dan pikiran konseli.

e) *Paraphrasing*

Paraphrasing yang dimaksud adalah mengatakan kembali pesan utama konseli dengan menggunakan kalimat yang lebih sederhana dan mudah untuk dipahami. Contohnya yaitu dengan menggunakan pertanyaan terbuka yang diawali dengan kata: apakah, bagaimana, bolehkah, dan dapatkah, yang kemudian digunakan untuk mengidentifikasi masalah bersama konseli. Untuk mengidentifikasi masalah konseli maka konselor harus membantu konselinya dalam mengartikan hasil pembicaraan terkait permasalahan konseli. Setelah tahap di atas dilakukan, maka tahap selanjutnya ialah memberikan dorongan minimal. Dorongan nominal ialah suatu dorongan langsung yang singkat terkait apa yang telah dikatakan konseli serta memberi dorongan yang singkat.

2) Tahap Pertengahan Konseling

Tahap ini disebut juga sebagai tahap kerja. Tahap ini bertujuan untuk mengolah dan mengerjakan permasalahan konseli (bersama konseli) yang tentunya telah diterjemahkan bersama sebelumnya di tahap awal. Pada tahap ini, teknik-teknik konseling yang dibutuhkan ialah:

- a) Menyimpulkan sementara, memimpin, memfokuskan, dan konfrontasi. Teknik tersebut digunakan konselor untuk menunjukkan adanya kesenjangan, diskrepansi, atau inkorugensi dalam diri konseli, lalu kemudian konselor memeberikan umpan balik.
- b) Menjernihkan, memudahkan, mengarahkan, dorongan minimal, diam, mengambil inisiatif, memberi nasihat, memberi informasi dan menafsirkan.

3) Tahap Akhir Konseling

Tahap ini merupakan tahap tindakan *action*. Tahap ini dilakukan dengan tujuan klien mampu menciptakan tindakan positif seperti perilaku dan emosi, serta mampu merencanakan hidup dimasa depan yang positif setelah dapat mengatasi masalah. Diharapkan kedepannya konseli mampu bersikap mandiri, kreatif, dan produktif.

Teknik konseling yang diperlukan pada tahap ini yaitu mencakup sebagian yang ada pada tahap awal dan pertengahan. Dan secara khusus dapat disimpulkan sebagai berikut yakni menyimpulkan, merencanakan, menilai, dan mengakhiri konseling.

2. Teknik *Self Management*

a. Pengertian Teknik *Self management*

Alamri, N. (2015). Dalam penelitiannya yang dikutip dari Cormier & Cormier bahwa *self management* atau pengelolaan diri adalah suatu strategi pengubahan perilaku yang dalam prosesnya konseli mengarahkan perubahan perilakunya sendiri dengan suatu teknik atau kombinasi teknik teurapetik.

Gie (2017). Menurutnya teknik *self management* berarti mendorong diri sendiri untuk maju, mengatur semua unsur kemampuan pribadi, mengendalikan kemampuan untuk hal hal yang baik, dan mengembangkan berbagai segi kehidupan agar lebih sempurna. Sedangkan pada penelitian Fajriani, dkk (2016) bahwa teknik *self management* yaitu perubahan perilaku maupun kebiasaan konseli dengan cara mengatur dan memantau, yang dilakukan oleh konseli dalam bentuk latihan pemantauan diri, pengendalian rangsangan serta pemberian penghargaan pada diri sendiri tanpa paksaan orang lain.

Ni Pipi Suwardani, dkk (2014) teknik *self management* adalah teknik menata perilaku individu yang bertujuan untuk mengarahkan dan mengelola dirinya agar dapat mencapai kemandirian dan hidupnya berjalan dengan produktif. Insan Suwanto (2016) teknik *self management* melibatkan pemantauan diri, penguatan yang positif, kontrak atau perjanjian dengan diri sendiri dan penguasaan terhadap rangsangan. *Self management* berkenaan dengan kesadaran dan keterampilan untuk mengatur keadaan sekitarnya yang mempengaruhi tingkah laku individu. *Self management* adalah suatu proses dimana klien mengarahkan sendiri perubahan perilakunya dengan satu strategi atau gabungan strategi.

Jadi, teknik *self management* merupakan serangkaian teknis untuk mengubah perilaku, pikiran dan perasaan. untuk membantu konseli dalam mengatur, memantau, mengarahkan maupun mengendalikan diri sendiri untuk menyelesaikan permasalahan atau mencapai tujuan tertentu

demikian kehidupan yang lebih baik dan efektif melalui proses belajar tingkah laku baru. Berikut ini langkah-langkah yang diterapkan dalam pemberian teknik *self management* sebagai berikut : 1) tahap penelitian diri, 2) tahap penilaian diri, 3) tahap pemberian penguatan, penghapusan dan hukuman.

b. Tujuan Teknik *Self Management*

Dyah Ayu Retnowulan (2013.) Menyebutkan bahwa tujuan dari strategi pengelolaan diri (*self management*) ini adalah agar individu secara teliti dapat menempatkan diri dalam situasi-situasi yang menghambat tingkah laku yang mereka hendak hilangkan dan belajar untuk mencegah timbulnya perilaku atau masalah yang tidak dikehendaki.

Rismanto (2016) bahwa teknik *self management* berarti mendorong diri sendiri untuk maju, mengatur semua unsur kemampuan pribadi, mengendalikan kemampuan untuk mencapai hal-hal yang baik, dan mengembangkan berbagai segi dari kehidupan pribadi agar lebih sempurna.

Selain itu pada penelitian yang juga dilakukan oleh M. Sukayasa, dkk (2014) bahwa tujuan dari teknik *self management* adalah pengembangan perilaku yang lebih adaptif dari konseli. Konsep dasar dari *self management* adalah : (a) proses pengubahan tingkah laku dengan satu atau lebih strategi melalui pengelolaan tingkah laku internal dan eksternal individu, (b) penerimaan individu terhadap program

perubahan perilaku menjadi syarat yang mendasar untuk menumbuhkan motivasi individu, dan (c) partisipasi individu untuk menjadi agen perubahan menjadi hal yang sangat penting, mempertahankan hasil akhir dengan jalan mendorong individu untuk menerima tanggung jawab menjalankan strategi dalam kehidupan sehari-hari.

Tujuan dari teknik *self management* adalah upaya dalam membantu seseorang atau konseli dalam menyelesaikan masalahnya. Proses pengubahan perilaku menjadi perilaku yang lebih adaptif untuk mencapai kemajuan diri.

c. Tahapan Teknik *Self management*

Widyaningtyas, A., Wahyuni, E., & Komalasari, G. (2013). Berpendapat bahwa teknik Pengelolaan diri (*self management*) adalah prosedur di mana individu mengatur perilakunya sendiri. Dalam hal ini, langkah-langkah teknik *self management* yang akan diterapkan oleh peneliti dalam menangani remaja yang kecanduan game online dikuatkan dalam penjelasannya. Menurutnya *self management* biasanya dilakukan dengan mengikuti langkah-langkah sebagai berikut: 1) tahap monitor diri atau observasi diri, 2) tahap evaluasi diri, dan 3) tahap pemberian penguatan dan penghapusan.

Berikut ini langkah-langkah teknik *self management* menurut Widyaningtyas, A., Wahyuni, E., & Komalasari, G. (2013).

1) Tahap monitor diri atau observasi diri.

Tahap ini klien dengan sengaja mengamati tingkah lakunya sendiri serta mencatatnya dengan teliti. Catatan ini dapat menggunakan daftar cek atau catatan observasi. Hal-hal yang perlu diperhatikan klien dalam mencatat tingkah lakunya adalah frekuensi, intensitas, dan durasi tingkah laku.

2) Tahap evaluasi diri

Tahap ini para klien membandingkan hasil catatan tingkahlaku dengan target tingkahlaku yang telah dibuat. Perbandingan ini dilakukan untuk mengevaluasi efektifitas dan efisien program. Bila program tersebut tidak berhasil maka perlu ditinjau kembali program tersebut, apakah target tingkah laku yang ditetapkan memiliki ekspektasi yang terlalu tinggi, perilaku yang ditargetkan tidak cocok atau penguatan yang diberikan tidak sesuai.

3) Tahap pemberian penguatan dan penghapusan

Tahap ini para klien mengatur dirinya sendiri, memberikan penguatan pada diri. Tahap ini merupakan tahap yang paling sulit karena membutuhkan kemauan yang kuat dari siswa untuk melaksanakan program yang telah dibuat secara bertahap.

D. Penelitian Yang Relevan

1. Penelitian yang dilakukan oleh Evi Rahayu, (2020). Yang berjudul “Tinjauan Aplikasi *Game Online Higs Domino Island* Dari Pendapat Hukum Madzhab Syafi’i” dalam penelitiannya menungkapkan terhadap *game online* aplikasi *higs domino island* menurut prespektif madzhab syafi’i hukumnya haram, karena dalam pelaksanaannya permainan melakukan taruhan dalam bentuk poin yang dapat ditukarkan dalam bentuk pulsa. Harapan dari tesis ini adalah

agar masyarakat dapat memahami permainan mana yang dibolehkan dan permainan mana yang dilarang dalam syariat Islam kepada pemerintah sehingga dapat memperhatikan permainan apa saja yang ditunjukkan untuk menimbulkan masalah bagi masyarakat khususnya para pemain *game* tersebut.

2. Menurut Febryani Umakamea, (2022). Dengan judul “Perilaku Sosial Penggiat *Game Online Higs Domino* Di Kota Makassar”. Mengungkapkan bahwa Perilaku sosial penggiat higs domino dalam hal ini para penggiat higs domino memperlihatkan perubahan perilaku semenjak bermain *game* tersebut baik perubahan perilaku di lingkungan keluarga, sekolah hingga lingkungan permianannya. Misalnya dalam perilaku lingkungan keluarga malas, kurang beraktivitas dan suka begadang, lingkungan sekolah terjadi penurunan prestasi belajar, sering tertidur dalam kelas, dan tidak disiplin sedangkan dalam lingkungan pertemanan berlaku tempemental, individual dan memiliki pola hidup yang tidak sehat.
3. Penelitian yang dilakukan oleh Fahrina Amaliyah, (2022). Dengan judul “Sistem Jual Beli *Chip* Dalam *Game Higs Domino* Yang Dilakukan Oleh Masyarakat Di Desa Pangkah Wetan Kecamatan Ujung Pangkah Kabupaten Gersik” yaitu dilakukan dengan cara saling bertemu (bertatap muka) atau tinggal kirim *chipnya* keakun pembeli terdahulu, kemudian untuk uangnya bisa dilakukan dengan cara mentransfer atau pihak dari penampung tersebut akan mendatangi ke masing-masing pihak yang sudah membeli dan dikirim *chip* tersebut untul mengambil uangnya. Biasanya para pemain yang menjual *chip* tersebut di jual kepihak uang disebut penampung dengan harga Rp.55.000 per 1B ini biasanya di jual kembali dengan harga pasaran Rp.60.000 jadi mendaptkan keutungan sebesar Rp.5.000. Jadi *chip* dalam *game domino* yang dilakukan di Desa Pangkah Wetan Kecamatan Ujungpangkah kabupaten Gersik ini tidak di perbolehkan karena hasil mengundi nasib besifat untung-untungan, mengenai itu sama saja dengan adanya unsur *masyir* atau berjudi.. maka di hukumi haram. Dalam fiqih yaitu tidak adanya mengandung unsur *masyir*, *gharar*, dan riba. Dan jika dilihat

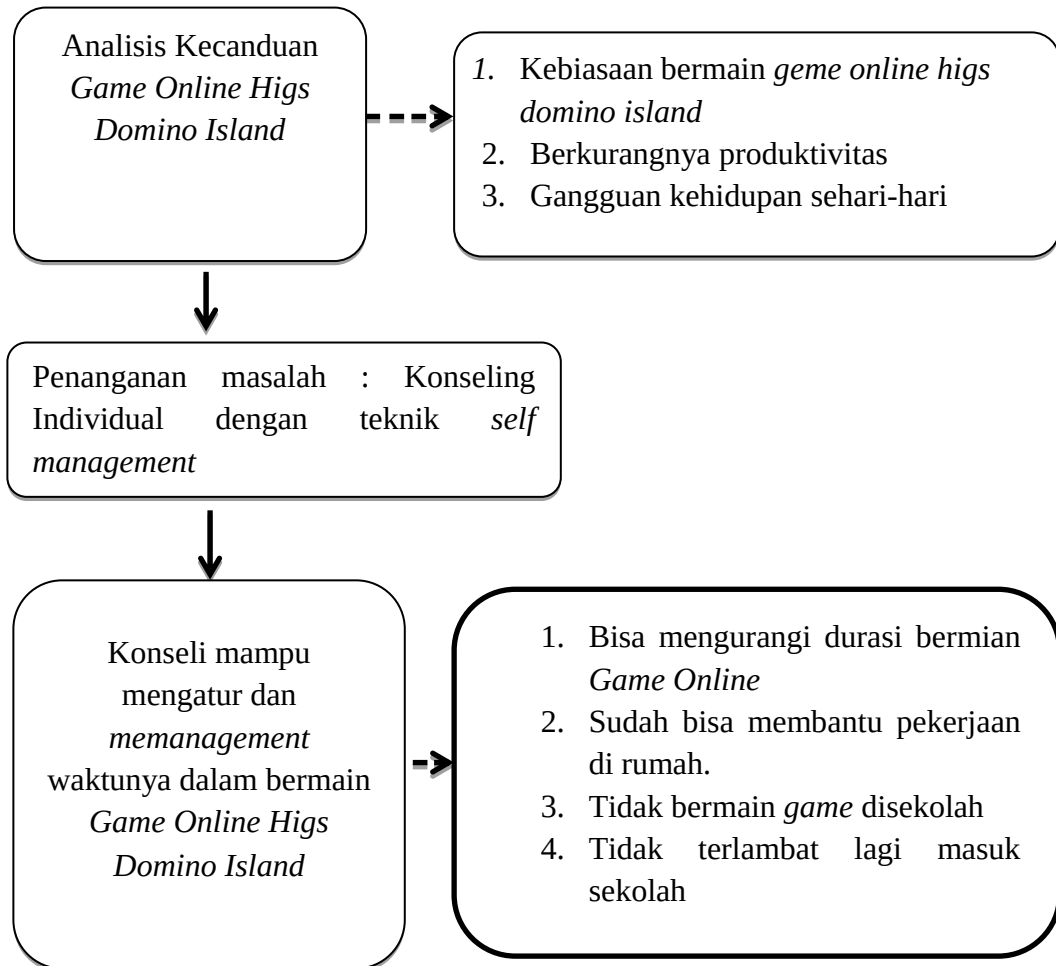
dengan adanya *game higs domino* dan transaksi jual belinya juga mengandung banyak mudharatnya.

E. Kerangka Berpikir.

Permasalahan yang ada di dalam penelitian ini adalah remaja berinisial “HN” mengabiskan waktunya berjam-jam hanya dengan memainkan *handphone* dan bermain *game online higs domino island*, lupa dan melewatkan dengan apa yang harus ia lakukan dirumahnya, pernah di tegur oleh orang tuanya karena kerjanya hanya memegang dan memainkan *game online tersebut*. “HN” sering meminta uang lebih di orang tuanya hanya untuk membeli pulsa atau kuota. “HN” sering begadang pada malam hari hanya untuk memainkan *higs domino island*. Hal ini menjadikan dia tidak produktif dirumah, sering lupa dengan tugas-tugas sekolahnya dan terlambat ke sekolah. Kondisi ini tentunya akan tentunya akan mengganggu aktivitas belajar jika dibiarkan terus-menerus. Untuk itulah peneliti mengambil layanan konseling individual untuk menangani remaja yang mengalami masalah dalam bermain *game online higs domino island*. Tujuannya adalah agar remaja “HN” dapat menyadari, mengontrol dan memanagement dirinya dalam menggunakan atau bermain *game online higs domino island*.

Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada gambar kerangka pikir berikut

:



Gambar 1.2 Kerangka Pikir.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Pendekatan penelitian

1. Jenis penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan penelitian lapangan dengan menggunakan kualitatif. Metode penelitian kualitatif adalah metode yang digunakan untuk meneliti keadaan objek alamiah, berlawanan dengan eksperimen dimana peneliti sebagai instrument kunci, pengambilan sampel sumber data dilakukan dengan teknik pengumpulan dengan gabungan, analisis data bersifat induktif/kualitatif, dan hasil penelitian kualitatif lebih menekankan pada makna dari pada generalisasi, (Sugiyono, 2013).

2. Pendekatan penelitian

Pendekatan penelitian ini adalah pendekatan fenomenologis, oleh karena itu data yang di kumpulkan dalam penelitian ini berupa informasi dan bukan berupa angka-angka. Namun data tersebut digunakan dan dianalisis untuk mendapatkan makna yang terkandung dalam data itu sendiri. Analisis kualitatif dianggap lebih tepat dalam penelitian ini agar dapat memahami dan membarikan gambaran yang jelas tentang permasalahan yang terkait dengan pembahasan. Sesuai dengan tujuannya, penelitian bertujuan untuk memahami fenomena sosial dari sudut pandang atau prespektif partisipan, partisipan adalah orang yang diwawancarai yang diminta untuk membarikan data, pendapat, pemikiran dan persepsinya.

B. Subyek Penelitian

Subyek penelitian ini yaitu orang-orang yang menjadi sumber dalam penelitian dan dapat memberikan data terkait dengan penelitian yang akan dilaksanakan. Dalam penelitian ini yang menjadi subyek penelitian adalah :

1. Siswa, subyek penelitian ini adalah siswa di SMAN 1 GU Kabupaten Buton Tengah kelas XI 4 yang mengalami kecanduan *game online higs domino*

island. Jumlah siswa yang diteliti adalah 1 (satu) orang yang dilihat dari kondisi bahwa individu tersebut sedang mengalami kecanduan *game online*

2. Orang tua, merupakan subyek utama yang diteliti untuk menggali data-data subyek dalam penelitian ini. Orang tua yang menjadi subyek penelitian ini adalah ayah, ibu atau wali subyek.
3. Kakak dan adik, sebagai subyek sekunder yang diteliti untuk menambah informasi dan data subyek dalam penelitian ini.
4. Sahabat/teman akrab, sebagai subyek sekunder untuk menambah informasi dan data.

C. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

Tempat pada penelitian ini adalah di SMAN 1 Buton Tengah, JL Jenderal Sudirman, Kelurahan Watulea, Kecamatan GU, Kabupaten Buton Tengah, Sulawesi Tenggara.

2. Waktu Penelitian

Waktu dalam penelitian ini telah dilakukan selama satu bulan yaitu pada tanggal 10 Agustus sampai dengan tanggal 10 September 2023.

D. Teknik Pengumpulan Data

1. Observasi

Observasi merupakan sebuah pengamatan yang dilakukan konselor untuk mengamati perilaku konseli diwaktu tertentu. Johnson & Christensen (Gumilang, 2016). Menerangkan bahwa observasi adalah proses yang dilakukan oleh peneliti dalam setting alamiah dengan tujuan mengeksplorasi atau menggali suatu makna. Selama proses observasi, peneliti perlu membuat field notes selama dan sesudah proses observasi berkenaan dengan peristiwa atau fenomena penting yang ada dalam konteks penelitian dan subyek penelitian.

Untuk penelitian ini peneliti menggunakan observasi langsung dimana peneliti secara langsung turun ke lapangan untuk melakukan penelitian guna mengetahui peristiwa yang sebenarnya terjadi, dengan

begitu peneliti dapat lebih mengenal karakteristik dari tempat peristiwa, subyek penelitian.

Observasi ini dilakukan peneliti untuk memperoleh data-data langsung mengenai lokasi penelitian, kondisi lingkungan tempat tinggal subyek, serta beberapa aktivitas subjek di sekolah.

2. Wawancara

Wawancara merupakan suatu metode yang digunakan peneliti untuk mendapatkan jawaban dari responden (konseli) dengan cara sepihak, dalam hal ini responden (konseli) tidak dapat diberikan kesempatan untuk bertanya. Tohirin menyatakan wawancara yang digunakan dalam penelitian kualitatif dalam penelitian kualitatif adalah wawancara mendalam (indepth interview), biasanya dilakukan secara tidak berstruktur. Data yang dikumpulkan melalui wawancara, umumnya adalah data verbal yang diperoleh melalui percakapan atau tanya jawab. Gumilang, (2016).

Tujuan dari dilakukannya metode wawancara mendalam (indepth interview) mempunyai tujuan yakni untuk memperoleh informasi yang mendalam terkait makna dari subyektif, pemikiran, perasaan, sikap, perilaku, persepsi, keyakinan, motivasi, dan lain-lain. Data yang dikumpulkan dalam metode wawancara umumnya ialah data verbal yang diperoleh dari pertanyaan tanya jawab, oleh karena itu menulis hasil wawancara memiliki banyak kelemahan dan akan sangat sulit menulis sambil melakukan wawancara serta sulit dibedakan mana data deskriptif dan mana data hasil tafsiran, maka selama melakukan wawancara, sebaiknya menggunakan instrument pembantu alat perekam (*tape recorder*). Gemilang, (2016).

Dalam penelitian kualitatif, peneliti melakukan *face to face interview* (wawancara berhadap-hadapan). Pada penelitian ini peneliti melakukan wawancara yang secara langsung.

E. Analisis Data

Rijali, (2019). mengartikan pengertian analisis data sebagai upaya mencari dan menata secara sistematis catatan hasil observasi, wawancara dan

lainnya untuk meningkatkan pemahaman peneliti tentang kasus yang diteliti dan menyajikannya sebagai temuan orang lain. Sedangkan untuk meningkatkan pemahaman tersebut analisis perlu dilanjutkan dengan berupaya mencari makna. Miles dan Huberman, (Rijali, 2019). mendeskripsikan proses analisis data dalam penelitian kualitatif sebagai berikut:

1. Reduksi Data

Reduksi data adalah proses pemilihan, pemusatan perhatian pada penyederhanaan, pengabstrakan dan transformasi data kasar yang muncul dari catatan-catatan tertulis di lapangan. Proses ini berlangsung terus menerus selama penelitian berlangsung, bahkan sebelum data benar-benar terkumpul sebagaimana terlihat dari kerangka konseptual penelitian, permasalahan studi dan pendekatan pengumpulan data yang dipilih peneliti. Proses reduksi data meliputi: meringkas data, menelusuri data, mengkode, menelusuri tema, membuat gugus. Caranya dengan melakukan seleksi keras dengan data, ringkasan singkat, kemudian membolongkannya kedalam pola yang lebih luas.

2. Penyajian Data

Penyajian data adalah proses ketika sekumpulan informasi disusun, sehingga memberi kemungkinan akan adanya penarikan kesimpulan dan pengambilan tindakan. Bentuk penelitian data kualitatif dapat berupa teks naratif berbentuk catatan lapangan, matriks, grafik, jaringan dan bagan. Bentuk-bentuk menggabungkan informasi yang tersusun dalam suatu bentuk yang pada dan mudah diraih, sehingga memudahkan apa yang sedang terjadi, apakah kesimpulan sudah tepat atau sebaliknya melakukan analisis kembali.

3. Penarikan Kesimpulan

Penarikan kesimpulan dilakukan peneliti secara terus menerus selama berada di lapangan dari permulaan pengumpulan data, peneliti kualitatif mulai mencari arti benda-benda, mencatat keteraturan pola-pola (dalam catatan teori), penjelasan-penjelasan, konfigurasi-konfigurasi

yang mungkin, alur sebab akibat dan proposisi. Kesimpulan-kesimpulan ini ditangani secara longgar, tetap terbuka dan skeptis, tetapi kesimpulan sudah disediakan. Mula-mula belum jelas, namun kemudian meningkat lebih rinci dan mengakar dengan kokoh.

Penarikan kesimpulan dalam sebuah penelitian ditentukan dengan cara memikir ulang selama penulisan, tinjauan ulang catatan lapangan, tinjauan kembali dan tukar pikiran antar teman sejawat untuk mengembangkan kesepakatan intersubjektif, serta upaya-upaya yang luas untuk menempatkan salinan suatu temuan dalam seperangkat data yang lain.

F. Keabsahan Data

1. Mekarisce, (Amalia, A., & Rusdiana, J. 2023). Menyebutkan bahwa triangulasi dapat dimaknai sebagai sebuah proses kegiatan pengecekan data melalui beragam sumber, teknik dan waktu. Tujuan triangulasi yaitu untuk meningkatkan kekuatan teoritis metodologis maupun interpretative dan penelitian kualitatif.
2. Dalam penelitian ini trigulasi yang digunakan oleh peneliti yaitu trigulasi sumber. Trigulasi sumber yaitu langkah pengecekan kembali data-data yang diperoleh dari informan dengan cara menanyakan kebenaran data atau informasi yang lainnya seperti kepada saudara dan teman/sahabat subjek. Pada penelitian ini peneliti menggunakan beberapa informan tambahan selain informan utama yaitu guru BK dan orang tua subjek.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Dalam penelitian ini sumber data dibagi menjadi dua yaitu sekunder dan primer. Adapun sumber data primer adalah sebagai berikut:

1. Identitas Kasus

Nama (inisial)	: HN
Alamat	: Jl. Mawar, lingk 17, kelurahan watulea.
TTL	: Watulea, 14 Juli 2006
Jenis Kelamin	: Laki - Laki
Agama	: Islam
Anak Ke	: 3 (tiga)
Umur	: 17
Cita-cita	: TNI
Hobi	: Gamers
Tinggi/Berat Badan	: 159/49
Pendidikan	: SMA
Kelas	: XI
Warga Negara	: Indonesia

Adapun sumber data sekunder adalah sebagai berikut :

Ibu (inisial)	: ML
Umur	: 54
Agama	: Islam
Alamat	: Jl. Mawar, lingk 17, kelurahan watulea.
Pekerjaan	: Wirasuwasta
Pendidikan terakhir	: SMA

Kakak (inisial) : RD
 Umur : 25
 Anak ke : 1 (satu)
 Agama : Islam
 Alamat : Jl. Mawar, lingk 17, kelurahan watulea.
 Pendidikan : S1

Sahabat (inisial) : R
 Anak ke : 1 (satu)
 Agama : Islam
 Alamat : Jl. Mawar, lingk 17, kelurahan watulea.
 Pendidikan : SMA

Sedangkan sumber data sekurder adalah kakak serta ibu HN dan juga teman bermain HN. Kakak HN menjadi sumber data sekunder karena kakak HN adalah orang yang tau tentang sikap HN selama dirumah. HN tinggal bersama orang tua dan kakaknya di rumah sehingga kakaknya HN kakaknya HN banyak mengetahui kebiasaan serta perilaku HN diluar sekolah lebih tepatnya dirumah.

Orang tua HN yaitu ibunya juga menjadi sumber data dari penelitian ini karena ibunya tahu seperti apa HN pada saat dirumah.

Teman bermain HN juga dilibatkan dalam penelitian ini karena HN banyak menghabiskan waktu bersama teman bermiannya dimulai dari HN pulang sekolah dan sampai sore hari bermian bersama HN dan teman HN banyak juga mengetahui tentang perilaku HN di sekolah atau luar rumah.

2. Identifikasi Masalah

Semenjak ada *game online higs domino island* HN semakin hari tidak peduli dengan kegiatannya yang lain ia hanya memprioritaskan *game online*-nya saja bahkan *game online higs domino island* tersebut sudah menjadi hoby setiap hari dalam kehidupannya. HN bahkan tidak bisa mengotrol dirinya dalam bermain *game online* sehingga tidak ia tidak bisa mengatur waktunya dalam bermain *game online* dan waktunya terbuang sia-sia. Jika HN tidak bermain game dalam sehari saja ia merasa bosan, jenuh dan marah serta emosi.

Dari hasil observasi dan wawancara yang dilakukan oleh peneliti selama proses penelitian dilakukan, di SMAN 1 GU Kabupaten Buton Tengah terdapat beberapa masalah perilaku kecanduan *game online* yang dialami oleh HN yaitu :

a. *Salience* (Penting)

Berdasarkan hasil observasi bahwa HN mengalami perilaku kecanduan *game online higs domino island* pada dirinya selama ini. HN yang secara terus menerus berkecanduan *game online* tanpa henti, HN yang tidak mampu mengotrol dirinya, pemikirannya kepada *game online* sangatlah berpengaruh kepada *game online* yang dimainkan sehingga ia memperlihatkan tingka lakunya yang aneh pada dirinya sendiri, bahkan kalau ia bermain *game online* ia sangat senang dan mencari pelarian di *game online*. HN memperlihatkan tingkah lakunya yang aneh seperti memperagakan adegan yang ada di *game online higs domino island* tersebut (skater-skater, jackpoot, full tirai) dan mengatakan kata-kata kotor (makian).

Dalam mewawancarai kakak RS mengatakan bahwa RS tanpa henti bermain *game online higs domino island* dalam sehari bahkan satu hari itu bisa sampai 10 jam. Bahkan HN melakukannya berulang-ulang setiap hari dalam bermain *game online higs domino island* dan HN juga setiap pulang sekolah sebelum membuka seragam sekolahnya dia langsung bermain *game online higs domino island* sebelum makan siang. Dalam pernyataanya kakak RS yaitu:

“Kadang saya selalu lihat dia bermain *game online higs domino island* dengan mengucapkan kata-kata kotor seperti memaki dan saya dengar itu dia bilang “anjing, babi, dan goblok” setelah itu dia memperagakan adegan yang ada dalam *game online*”

Ibu RS juga menceritakan bahwa HN bermain *game online higs domino island* tanpa henti sehingga pelajarannya tidak di perhatikan olehnya karena bermain *game online* membuat dia senang. Dalam pernyataannya yaitu:

"Kalau saya lihat dia bermain game online sangat berlebihan sekali tingkah lakunya terus dia bermain itu sambil tertawa bahkan bicara sama game yang dimainkan itu. Kadang setiap hari tanpa henti bermain terus ,saya itu sudah cape juga kasih tahu dia jangan terlalu bermain game karna pelajarannya terbengkalai tapi dia hanya bilang saya suka bermain game" (W1/C.DMTM/1-7).

Dan sahabat HN juga menyatakan bahwa HN selalu bermain *game online higs domino island* bahkan dia tidak mempunyai aktivitas lain selain bermain *game* sehingga tugasnya ia abaikan. Dalam pernyataannya sahabat HN yaitu:

"Hampir setiap hari saya lihat dia bermain game online higs domino island dan bahkan dia jarang mengumpulkan tugas hanya karena dia bermain game online terus pokoknya tidak ada aktivitas lain selain nge game online. Bahkan perilakunya itu dia perlihatkan seperti melakukan adegan yang ada didalam game" (W1/C.DMTM/2-7).

Pernyataan dari kakak, ibu dan sahabat HN diperkuat oleh pernyataan dari HN sendiri. Dalam pernyataan yaitu:

"Kalau saya sudah terlalu sering atau sudah terlalu lama bermain game online higs domino island kadang saya menghayati dan melakukan adegan yang ada didalam game online seperti tertawa layaknya kakek merah" (W2/A.SLE/13-14).

Dari pernyataan keluarga dan sahabat HN maupun HN sendiri dapat disimpulkan bahwa HN setelah mengenal *game online higs domino island* tingkah lakunya makin aneh bahkan menghayati apa yang ada dalam media *game online* tersebut dengan tidak sadar.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti pada saat melakukan penelitian di sekitaran rumah HN "saya melihat HN ada dihalaman rumahnya sedang duduk sendiri sambil memegang handphone dan bermain *game online higs domino island* sampai saat itu HN memperlihatkan tingkahlakunya yang aneh seperti memaki mengeluarkan kata-kata kotor (anjing, babi, goblok)" (obs/I/11/08/2023).

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara diatas dapat disimpulkan bahwa HN benar mengalami perilaku kecanduan *game online higs domino island* pada dirinya dengan memperlihatkan tingkahlaku

yang aneh pada dirinya sehingga pikiran ataupun perasaannya senang bermain *game online higs domino island* secara ulang-ulang.

Dari kebiasaan HN yang terus-menerus kecanduan *game online* dimanapun dan kapanpun itu menyebabkan berkurangnya produktifitas yang dilakukan HN seperti tidak mengerjakan pekerjaan rumah yaitu menyapu halaman rumah, mengisi air di bak dan tidak melakukan aktivitas fisik lainnya. Bahkan perasaan senang bermain *game online higs domino island* dalam kehidupannya sangatlah baik.

b. *Tolerance* (toleransi)

Berdasarkan hasil observasi bahwa HN mengalami perilaku kecanduan *game online higs domino island* dan sehingga ia tidak bisa mengerjakan aktivitas lain selain bermain *game online*. Banyak yang dibuang untuk hal yang tidak produktif sehingga *game online* yang dimainkan itu akan berpengaruh dengan aktivitas lain yang menghambat kegiatan HN selain mengerjakan tugas.

Berdasarkan hasil wawancara HN sering bermain lebih lama pada saat bermain *game online higs domino island* HN selalu menghabiskan waktunya untuk melakukan aktivitas nge gamenya setiap harinya tanpa henti sehingga membuat hatinya senang dan HN merasa terhibur bila bermain *game online higs domino island* setiap waktu, diketahui hasil wawancara kakak HN yang mengungkapkan bahwa HN selalu menghabiskan waktunya untuk bermain *game online* setiap harinya tanpa henti. Dalam pernyataannya kakak HN yaitu :

“Baru semenjak bermain game online higs domino island dia lupa waktu dengan tugas atau aktivitas yang dia kerjakan. Kadang kalau kita suruh dia untuk bantu bersih-bersih dirumah dia malah bermain game waktunya itu hanya untuk bermain game saja” (W1/A. TLC/3-5).

Ibu HN juga menceritakan bahwa HN selalu bermain game tanpa henti bahkan malampun HN bermain sampai begadang tengah malam dan kalau untuk mengerjakan pekerjaan lain dia tidak mau. Dalam pernyataannya ibu HN yaitu :

“Saya selalu lihat dia bermain game tanpa henti bahkan waktu yang dia punya terbangun sia-sia hanya bermain game online saja dan tugas sekolah jarang dikerjakan apa lagi kita mau suruh melakukan aktivitas lain” (W1/A. TLC 4-6).

Dan sahabatnya juga menyatakan bahwa HN bermain game tanpa henti dan kalau HN bermain game sangatlah lama durasi waktu yang digunakan bermain *game online higs domino island* dalam sehari. Bahkan bisa sampai tengah malam untuk bermain dan kita sering mabar sampai tengah malam. Dalam pernyataannya sahabat HN yaitu :

“Begini kak, kalau dia bermain game online higs domino island itu sangatlah lama durasinya bahkan bisa sampai tengah malam. Apalagi kita tidak ada tugas sekolah dia bermain game tanpa henti sampai dia merasa senang” (W1/A. TLC/7-8).

Pernyataan dari kakak, ibu dan sahabat HN di perkuat oleh pernyataan dari HN sendiri. Dalam pernyataannya yaitu :

“iya kak, begini didalam game online itu kan ada gambar kartu animenya, maka kenapa saya suka bermain lama-lama karena membuat saya senang dan saya malas juga kerjakan aktivitas lain seperti beres-bers rumah dan kerjakan tugas karena waktu saya habiskan di game online saja” (W2/A. TLC/15-18).

Dari pernyataan dan sahabat HN maupun HN sendiri dapat disimpulkan bahwa HN memang sering menghabiskan waktunya untuk bermain *game online higs domino island* lebih lama lagi bahkan ia tidak mengerjakan aktivitas lain selain bermain *game online*.

Berdasarkan hasil observasi penelitian dibagian rumah HN sekitar pukul 16.00 “saya mendengar HN sedang bermain *game online higs domino island* lagi dengan sangat serius dan dia di panggil untuk mengerjakan tugas oleh kakaknya tetapi ia tidak mau malah waktunya akan habis di *game online*” (obs/2 /13/08/2023).

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara diatas dapat disimpulkan bahwa subyek dapat menghabiskan waktunya untuk bermain *game online higs domino island* bahkan durasi untuk bermain *game onlinenya* makin bertambah setiap harinya dan waktu untuk mengerjakan aktivitas lain tidak ada sama sekali.

Dari kebiasaan HN yang terus-menerus berperilaku kecanduan *game online* dimanapun dan kapanpunitu menyebabkan aktivitas yang tidak produktif dibuang sia-sia karena bermain *game online* sehingga lupa akan tugas dan aktivitas yang akan dia kerjakan sehari-hari.

c. *Mood Modification* (suasana hati)

Berdasarkan hasil observasi bahwa HN selama ini merasa senang dengan bermain *game online*. Menurutny bermain *game online higs domino island* dapat menghilangkan stres dan merasa tenang apabila bermain lebih lama. Sehingga HN punya rasa kemauan yang tinggi untuk terus bermain *game online higs domino island* dengan suasana hati yang senang dan tenang. Diketahui dari hasil wawancara dengan kakak HN yang melihat subyek hanya bermain *game online higs domino island* dan selalu hatinya senang bermain game lebih lama karena membuat dia bahagia dalam pernyataan kakak HN yaitu :

“Kalau saya lihat selama ini dia bermain game online dia senang sekali bahkan saya lihat dia tertawa dan tersenyum-senyum sendiri pada saat dia bermain game online pokoknya game online itu membuat hatinya senang” (W1/A.MMN/6-7).

Ibu HN juga menceritakan bahwa HN senyum-senyum sendiri pada saat bermain *game online* dan kalau dia bermain game mendapat yang namanya ketenangan dalam hidupnya. Dalam pernyataannya ibu HN yaitu :

“Iya, kalau saya lihat dia bermain game online HN sangat senang dan bahagia baru saya lihat dia selalu bermain sendiri. Kadang kalau kita ganggu dia bermain game HN marah” (W1/A. MMN/6-7).

Sahabat HN juga menceritakan bahwa HN tidak bisa diganggu kalau pada saat bermain *game online higs domino island* dia membutuhkan ketenangan dan konsentrasi agar game yang dimainkan mendapat juara. Dalam pernyataannya sahabat HN yaitu :

“Saya selalu lihat dia bermain sendiri dan kalau dia bermain *game online higs domino island* tidak mau diganggu karena konsentrasinya akan buyar bila diganggu bermain *game online*. Baru dia senang sekali kalau dia bermain *game online* lebih lama pokoknya dunianya *game online semua*” (W1/A.MMN/10-11).

Pernyataan dari kakak, ibu dan sahabat HN diperkuat oleh pernyataan HN sendiri dengan menyatakan :

“Entah kenapa kalau saya bermain *game online higs domino island* itu sangat senang sekali bahkan buat saya tidak bisa berpaling dari yang lain. Seolah saya menemukan jati diriku yang sebenarnya dan membuat saya tenang” (W2/A. MMN/19-20).

Dari pernyataan diatas dapat disimpulkan bahwa HN sangat senang bermain *game online higs domino island* karena dengan bermain *game online higs domino island* membuat dia merasa senang, tenang dan bahagia bahkan membuat kehidupannya bahagia. Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti pada saat melakukan penelitian sekitar pukul 20.00 “saya melewati rumah HN ada gode-gode tempat nongkrong saat itu banyak temannya yang duduk cerita atau nongkrong. Tetapi disitu tidak terlihat HN ikut gabung bersama, namun saya melihat HN bermain *game online higs domino island* sendiri tanpa diganggu oleh siapapun dan membuat dia tersenyum bahagia bila bermain *game online*” (obs 3/18/08/2023).

Bersadarkan hasil observasi dan wawancara diatas dapat disimpulkan bahwa HN telah menemukan jati dirinya dalam bermain *game online higs domino island* sehingga membuat kehidupannya terasa tenang dan senang ketika bermain *game online* setiap harinya sehingga HN menemukan jati dirinya pada saat bermain *game online*.

Dari kebiasaan HN yang terus-menerus berkecanduan *game online* ia sangat senang dan dapat membuat HN tenang didalam kehidupannya sehingga ia menemukan jati dirinya.

d. *Withdrawal* (penarikan diri)

Berdasarkan hasil observasi bahwa HN tidak dapat mampu

mengatur waktunya dalam bermain *game online* dan kalau HN tidak bermain *game online* *higs domino island* dia akan marah, jenuh, emosi bahkan melontarkan kata makian pada orang rumahnya.

Berdasarkan hasil wawancara HN jika tidak bermain game dalam sehari dia akan marah dan emosi di karenakan tidak ada kegiatan lain yang dibuat. Bahkan HN juga merasa ada yang kurang dari dalam dirinya kalau ia tidak bermain *game online*. Di ketahui dari hasil wawancara kepada kakak HN yang menceritakan bahwa HN selalu marah dan emosi bila ditahan untuk tidak bermain *game online* dalam sehari. Seperti apa pernyataan kakak HN yaitu :

“Anak itu kalau kita larang dia bermain game online dia marah dan emosi. Baru dia suka banting-banting kakinya dalam rumah kalau tidak di izinkan bermain game online” (W1/A. WDL/11-13).

Ibu HN juga menceritakan bahwa HN suka marah-marah kalau dia tidak bermain *game online* bahkan HN sudah kecanduan sekali dengan *game onlinenya*. Dalam pernyataannya ibu HN yaitu :

“Anak itu selalu dia marah kalau dia tidak bermain game online kadang kalau kita suruh jangan bermain game online terus dia emosi. Kadang saya yang dimarahi balik sama anak itu, baru katanya kalau dia tidak bermain game kaya ada yang kurang dalam dirinya soalnya dia sudah terlalu keanduan sekali sama game susah mau kasih tau dia bagaimana” (W1/A. WDL/8-11).

Sahabat HN juga menceritakan bahwa HN suka marah dan jenuh bahkan HN tidak bisa tahan emosinya pada saat dia tidak bermain *game online* dalam sehari. Dalam pernyataannya sahabat HN yaitu :

“Perna kita bermain di halaman rumahnya dan pada saat itu saya lihat dia marah dan membanting sesuatu diruang tamunya hanya karena tidak di izinkan untuk bermain game online sama ibunya kak” (W1/A. WDL/12-14).

Pernyataan dari kakak, ibu dan sahabat HN diperkuat oleh pernyataan HN sendiri dengan menyatakan :

“*Begini kak, kalau saya tidak bermain game online saya marah bahkan saya emosi dan juga memaki ibuku kadang juga saya banting barang-barang dalam rumahku karena tidak di izinkan untuk bermain game online soalnya saya sudah kecanduan sekali dengan game online kak*” (W2/A. WDL/24-30).

Dari pernyataan diatas dapat disimpulkan bahwa HN sering emosi dan marah ketika tidak di izinkan bermain *game online* oleh orang tuanya sendiri.

Berdasarkan observasi peneliti melakukan penelitian dibagian rumah HN sekitar pikul 16.00 “saya melihat HN sedang marah kepada orang rumahnya karena dikurangu bermaian *game onlinenya* sehingga membuat dia emosi dan saya melihat dia juga membanting barang dirumahnya” (obs 4/20/08/2023).

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara di atas dapat di simpulkan bahwa HN selalu marah jika waktu bermain gamenya di kurangi sehingga membuat dai emosi dengan tidak di izinkan bermain *game online* oleh orang tuanya.

Dari kebiasaan HN yang terus-menerus kecanduan *game online* setiap harinya akan membuat dia lupa waktu dan seketika waktu bermain gamenya di kurangi dia marah dan emosi.

e. *Problem* (permasalahan)

Berdasarkan hasil observasi bahwa HN tidak dapat mengotrol dirinya dan ia tidak bisa mengatur waktunya agar tidak berlebihan bermainn *game online higs domino island* dalam sehari.

Berdasarkan hasil wawancara kakak HN menceritakan bahwa HN selalu menghabiskan waktunya di *game online higs domino island* saja bahkan ia tidak bisa mengontrol dirinya sehingga waktu yang dia punya terbuang sia-sia. Dalam pernyataannya kakak HN yaitu :

“*Selama ini dia menggunakan waktunya hanya untuk bermain game online higs domino island bahkan dia tidak bisa mengontrol dirinya apa lagi dia bermain game online itu berlebihan sekali sampai saya lihat dengan gaya-gaya main gamenya*” (W1/A. PBM/14-16).

Ibu HN juga menceritakan bahwa ahn sering menghabiskan waktunya tanpa henti untuk bermain *game online* dalam sehari. Dalam pernyataanya ibu HN yaitu :

“Anak itu kalau dia bermain game sangat berlebihan sekali dia juga tidak bisa mengatur waktunya antara bermain game online higs domino island dan mengerjakan aktivitas penting lainnya. Sehingga dia hanya berpatokan di game online saja dan susah juga kalau kita kasih tau dia jangan terlalu bermain game online tapi anak itu tidak mau dengar” (W1/A. PBM/12-14).

Pernyataan dari kakak dan ibu HN diperkuat oleh HN sendiri yang menyatakan :

“Iyah kak, saya tidak bisa mengontrol diriku untuk tidak bermain game online higs domino island dan waktuku saja saya tidak bisa atur padahal saya juga punya tugas sekolah yang harus dikerjakan tapi saya tidak mau. Dan saya tidak bisa kalau tidak bermain game online dalam sehari” (W2/A. PBM/30-31).

Dari pernyataan diatas dapat disimpulkan bahwa HN memang selalu menghabiskan waktunya untuk bermain *game online* dan dia tidak dapat mengontrol dirinya dalam bermain *game online* terus-menerus sehingga waktu untuk mengerjakan aktivitas lain tidak bisa ia kerjakan dan terbuang sia-sia.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara diatas dapat disimpulkan bahwa HN tidak dapat mengontrol diri dan waktunya dalam bermain *game online* secara berlebihan sehingga waktu untuk mengerjakan aktivitas lain tidak bisa ia kerjakan di karenakan ia lebih memilih bermain *game online*.

Dari kebiasaan HN yang terus-menerus berperilaku kecanduan *game online* ia tidak bisa mengontrol diri dan waktunya sehingga untuk mengerjakan aktivitas lainnya terbengkalai oleh *game online higs domino island*.

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi, peneliti dapat menganalisis identifikasi masalah perilaku kecanduan *game online higs domino island* yang dialami oleh HN, yang mana HN yang setiap harinya bermain *game online* tanpa henti bahkan HN sendiri tidak dapat mengatur waktunya dengan benar sehingga aktivitas lainnya tidak dapat dikerjakan olehnya. Bahkan bermain *game online higs domino island* merupakan hoby dan menjadi prioritas utama dalam kehidupannya sehingga membuat HN senang bermain *game online higs domino island* secara berulang-ulang dalam setiap harinya. Jika tidak bermain *game online* dalam sehari ia terus memikirkan *game online* tersebut sampai HN gelisah bila tidak bermain gamenya. HN juga mempunyai tingkahlaku yang aneh seketika ia bermain *game online higs domino island* dengan sangat berlebihan seperti memperagakan adegan yang ada didalam *game online* tersebut sambil mengucapkan kata-kata kotor.

Kebiasaan yang dilakukan HN dalam bermain *game online higs domino island* menyebabkan aktivitasnya terganggu oleh *game onlinenya* sehingga apabila waktu bermain gamenya di kurangi maka ada yang terasa kurang dalam kehidupannya bila tidak bermain *game online* lebih lama lagi maka HN mudah marah, jenuh, gelisah dan emosi.

Hal ini dikarenakan ketika dirumah ia tidak mengerjakan suatu hal yang penting lainnya maka jam bermain *game online* akan bertambah waktu yang dibutuhkan untuk dapat bermain game lebih lama lagi dan sehingga kecanduan semakin berlebihan. Menyebabkan ia kesulitan untuk bangun, ini berakibat ke aktivitas belajar HN di sekolah yaitu HN sering terlambat datang ke sekolah, HN tidak bisa berhenti dari kecanduan *game onlinenya*, setiap dia tidak bermain *game online higs domino island* maka dia akan merasa kehilangan seperti ada sesuatu yang kurang dari dirinya.

3. Diagnosis

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti, diagnosis dalam penelitian ini dapat dilihat dari penyebab HN mengalami perilaku kecanduan *game online higs domino island* yakni dikarenakan HN kurang mengontrol diri dan penasaran dengan *game online higs domino island* yang dimainkan sehingga keinginan yang kuat dari dalam diri untuk memperoleh nilai yang tinggi dalam *game online* tersebut. Dalam proses wawancara dan konseling, berulang kali HN mengungkapkan bahwa HN tidak bisa mengontrol dirinya karena sering bermain *game online higs domino island* dengan berlebihan sehingga ia tidak mampu mengatur waktunya untuk mengerjakan aktivitas penting yang lainnya dan menyebabkan kecanduan *game online higs domino island* yang berlebihan bahkan seketika rasa bosan yang dirasakan oleh HN ketika ia tidak bermain *game online* maka dalam dirinya timbul lah rasa jenuh, bosan marah dan emosi. Jika ia bermain *game online higs domino island* terus HN tidak dapat mengontrol diri sehingga kurang mengantisipasi dampak negatif yang timbul dari bermain *game online* secara berlebihan.

Hal tersebut dapat dilihat dari pernyataan yang di ucapkan oleh HN yang mengatakan bahwa :

“Ya karena saya penasaran dengan permainan game online higs domino island tersebut dan semakin tinggi rasa penasaranku semakin saya ingin terus menerus memainkan game online tersebut dan bisa mendapatkan uang dari hasil bermain game” (W2/F. KDRMYT/33-34).

Penyebab berikutnya HN merasa bosan jika tidak bermain *game online higs domino island* dan tidak ada aktivitas lain yang dikerjakan selain bermain *game online*. Hal ini dapat dilihat dari pernyataan yang di ucapkan oleh HN yang menyatakan bahwa :

“Jika saya tidak bermain game online higs domino island maka saya cepat bosan dirumah kadang juga saya marah kalau tidak bermain game online higs domino island” (W2/ FRBN/35-36).

Penyebab berikutnya HN tidak dapat mengatur waktu untuk mengerjakan aktivitas lain sehingga lebih banyak bermain *game online higs domino island*

di bandingkan mengerjakan tugas atau hal penting lainnya. Hal tersebut dapat dilihat dari pernyataan yang di ucapkan oleh HN yang menyatakan :

“Tidak ada aktivitas lain selain bermain game online higs domino island, saya juga tidak bisa mengatur waktuku untuk mengerjakan aktivitas lain kak. Jadi saya hanya bermain game online saja. Pokoknya game online higs domino island itu sudah menjadi prioritas utama” (W2/ F.KMMP/37-38).

Penyebab berikutnya HN tidak dapat mengontrol dirinya untuk tidak bermain *game online* dalam sehari. Hal tersebut dapat dilihat dari pernyataan yang di ungkapkan oleh HN yang mengatakan bahwa :

“Cuman saya tidak bisa kontrol diriku kalau saya bermain game online higs domino island. Kadang saya bermain tanpa berpikir kesehatanku pokoknya saya bermain tanpa mengenal waktu” (W2/ F.KSK/39-40).

Pernyataan-pernyataan HN diatas diperkuat dengan adanya pernyataan yang di ungkapkan oleh sang kakak HN yang mengungkapkan :

“Karena dia penasaran dengan game online yang dimainkan selama ini dan dalam game online itu terdapat gambar atau anime yang dia suka karakter dari kartun yang ada didalam game online itu membuat dia tertarik untuk dia mainkan sehingga keinginannya terpenuhi untuk bermain game online. Kadang dari game yang dia mainkan selalu mendapatkan atau menghabiskan uang yang banyak dari game online tersebut” (W1/F.KDRMYT/19-22).

Bukan hanya penasaran dengan yang terdapat di dalam *game online higs domino island* tapi juga ada penyebab lainnya seperti merasakan rasa bosan jika tidak bermain *game online*. Hal ini di ungkapkan oleh kakak HN yaitu :

“Kadang kak kalau di rumah baru tidak ada yang dia bikin dia paling bosan dirumah karena tidak ada yang dia kerjakan hanya duduk saja itu dia gelisah bila tidak bermian game dan kalau dia bermian game online itu dia terhibur terus” (W1/F. RBN/23-24).

Penyebab lain juga mempengaruhi diri HN yang tidak dapat mengerjakan aktivitas penting lainnya. Hal ini diungkapkan oleh kakak HN yang mengatakan bahwa :

“Dia tidak bisa kontrol dirinya untuk tidak bermain game online higs domino island dalam sehari baru dia tidak tau kalau terlalu berlebihan bermain game online itu akan timbul dampak negatif dari game online tersebut. Susah kalau anak itu dikasih tau soalnya dia jarang dengar bicara untuk kebbaikannya” (W1/F.KSK/27-29).

Hal yang sama juga di ungkapkan oleh ibu HN yang mengatakan bahwa :

“Karena rasa ingin tahu dalam dirinya itu sehinggah rasa penasarannya semakin tinggi sama game online yang di mainkan ini karena yang saya lihat dia begitu tertarik sama game online tersebut” (A1/F.KDRMYT/18-20).

Penyebab lainnya HN sangat bosan jika tidak bermain *game online higs domino island* karena tidak ada yang dibuat. Hal ini di ungkapkan oleh ibu HN sendiri mengatakan bahwa :

“Kalau tidak bermain game online sejam saja dia merasa bosan dan jenuh karena tidak ada yang di kerjakan hanya duduk saja. Saya suru cari kegiatan lain untuk dia kerjakan dia tidak mau pokoknya bermain game online mau tidak mau harus bermain game nanti dia bosan di rumah” (W1/F.RBN/21-23).

HN tidak bisa mengatur waktunya dengan baik agar ia bisa mengerjakan aktivitas lainnya. Hal ini di ungkapkan oleh ibu HN sendiri mengatakan bahwa :

“Saya sudah menyuruhnya untuk melakukan kegiatan lain seperti kerjakan tugas sekolah sama mengisi air bak di kamar mandi. Tapi bagaimana anak ini tidak pintar mengatur waktunya untuk dia kerjakan kegiatan lainnya di rumah yang ada hanya bermain game secara berlebihan” (W1/F. KMMP/24-25).

Kadang HN kurang mengatur waktunya sendiri atau mengotrol diri agar tidak terlalu bermain *game online* terus-menerus. Hal ini di ungkapkan oleh ibu HN dalam pernyataannya yaitu :

“Anak itu dia tidak bisa mengontrol dirinya untuk tidak bermain game online bahkan dia tidak tau dampak dari bermain game online pada dirinya sendirinya sendiri baru juga dia sudah terlena bermain game sampai dia tidak sempat kerjakan tugas yang diberikan sama guru mata pelajaran” (W1/F. KSK/26-28).

HN juga memiliki hubungan sosial yang kurang baik untuk berteman dilingkungan tempat tinggalnya bahkan dia selalu menyendiri tidak mempunyai teman untuk bermain. Hal ini di ungkapkan oleh HN bahwa :

“Selama ini jarang ada yang mau berteman sama saya itupun hanya teman dekatku yang tetangga rumah saja saya maunya punya banyak teman tidak hanya di rumah tapi di sekolah juga. Makanya saya berteman dengan mereka ikutan bolos tapi kita baru pertama kali bolos satu mata pelajaran. Kadang saya bermain game online sendiriku biasanya kan saya bermain dengan teman tapi kadang juga mereka datang di rumahku dan kadang saya yang datang di rumahnya mereka cuman saya lebih sering bermain sendiri di rumah hanya saja main bersama-sama mereka jarak jauh jadi lihatnya dalam game online” (W2/F.KMHSB/41-46).

Pernyataan-pernyataan HN diperkuat dengan adanya pernyataan yang di ungkapkan oleh sang kakak sendiri. Hal yang sama hal juga di ungkapkan oleh kakak HN yang mengatakan bahwa :

“Kadang kalau sudah bermain game online higs domino island dia lupa sama teman bermiannya. Pokoknya biar dia tidak bermain dengan temannya yang penting bermain game online buat dia senang dan bahagia, yah meskipun tidak ada teman bermain gamenya dia tetap nyaman sendiri” (W1/F. KMHSB/30-32).

Hal yang sama juga di ungkapkan oleh ibu HN yang mengungkapkan bahwa :

“Dia bermain sendiri, kadang kalau temannya panggil untuk bermain permainan lain seperti bermain bola dia tidak mau bolehnya hanya bermain game online higs domino island saja biarpun dia bermain game online sendirian tidak apa asal bermain asal bermain game online sendirian di rumah. Saya suruh dia keluar bermain di rumah sama temannya tapi dia tetap tidak mau pokoknya game online terus” (W1/FKMHSB/29-32).

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi dapat diketahui penyebab HN mengalami perilaku kecanduan *game online higs domino island* yaitu rasa penasaran yang didasarkan oleh HN untuk mencoba mengikuti temannya bermain *game online higs domino island* dan ia mencoba-coba dan akhirnya ketagihan hingga mengalami kecanduan *game online higs domino island* sampai sekarang ini. Juga banyaknya gambar yang terdapat dalam *game*

online yang membuat dia tertarik hingga bermain *game online* lebih lama. Hal ini lah yang menyebabkan HN merasa bosan ketika berada di rumah atau berada di sekolah ketika tidak bermain *game online higs domino island* sehingga HN tidak dapat melakukan kegiatan lainnya. Dan kurang mengontrol diri yang dilakukan HN sehingga menyebabkan HN kurang mengantisipasi dampak yang timbul akibat bermain *game online higs domino island*. Ini mengakibatkan HN tidak dapat memiliki hubungan sosial yang baik dalam berteman dengan temannya dilingkungannya dan HN memilih untuk bermain *game online*.

4. Prognosis

Berdasarkan hasil diagnosis masalah yang dialami oleh HN, peneliti menemukan alternatif untuk mengurangi kecanduan *game online higs domino island* dengan membarikan layanan konseling individual dengan teknik *self management*. Teknik ini berfokus pada perubahan tingkah laku konseli yang dianggap dapat merugikan diri konseli dan orang sekitarnya. Dari hasil sintesa data observasi dan wawancara peneliti menunjukan bahwa konseli tidak mampu mengontrol dirinya dalam bermain *game online*. Alasan peneliti menjadikan teknik *self management* sebagai alternatif dalam pemberian layanan konseling individual untuk mengurangi perilaku kecanduan *game online* bagi konseli karena peneliti juga melihat dari aspek-aspek serta faktor-faktor penyebab konseli berperilaku kecanduan *game online* sangat cocok dan dianggap dapat membantu konseli dalam mengurangi kecanduan *game onlinenya*.

Penggunaan teknik ini pada dasarnya di sesuaikan dengan permasalahan yang dialami oleh HN jika dilihat dari hasil observasi serta wawancara yang didapatkan peneliti teknik *self management* serta juga pelaksanaan teknik *self management* sangat cocok digunakan untuk membantu konseli dalam mengurangi kecanduan *game online higs domino island*.

Peneliti menyimpulkan teknik *self management* adalah salah satu teknik yang dapat digunakan dalam membantu HN menyelesaikan permasalahan

perilaku kecanduan *game online*. Teknik *self management* cocok untuk mengubah kebiasaan konseli agar tidak terus berkecanduan *game onlinenya*, agar konseli dapat memanfaatkan waktu dengan baik dan berguna serta sebagai pengontrol kebiasaan konseli. Peneliti merasa bahwa konseli terlalu faokus dan sibuk dengan bermain *game online* serta kurang memperhatikan lingkungan sekitarnya. Hal ini menjadi langkah peneliti menggunakan teknik *self management* untuk mengatur diri konseli lebih baik dari sebelumnya.

Teknik *self management* yang diberikan kepada diri konseli yaitu mengatur waktu sehari-hari yang akan dilakukan oleh konseli agar lebih produktif yaitu dengan menyusun jadwal harian dari pagi hingga malam hari.

5. Pelaksanaan *Treatment*

Setelah menerapkan alternatif yang sesuai dengan permasalahan yang dialami oleh HN, maka langkah selanjutnya adalah pelaksanaan bantuan atau *treatment*. *Treatment* adalah proses pemberian bantuan yang akan dilakukan kepada HN yang sedang mengalami masalah. Teknik yang akan digunakan untuk menangani permasalahan HN adalah teknik *self management* dengan tujuan agar HN mampu mengendalikan dan mengubah kebiasaanya menjadi lebih baik. Pelaksanaan konseling individual dengan teknik *self management* dilaksanakan hingga 4 kali pertemuan. Masing-masing pertemuan dijelaskan sebagai berikut :

Pertemuan pertama, yang dilakukan pada kamis tanggal 14 Agustus 2023. Pada pertemuan pertama ini peneliti membangun hubungan dengan HN agar pertemuan berikutnya tidak canggung. HN masih terlihat sungkan dan malu-malu. Hal ini terlihat dari cara duduk HN yang terus menunduk dan belum terbuka. Pada saat itu hanya kami berdua yang ada didalam ruangan BK. Pertemuan awal sebagai ajang pengenalan diri konseli. Pada pertemuan ini peneliti menanyakan kesediaan konseli untuk mengikuti pertemuan-pertemuan berikutnya. Selain itu peneliti juga meminta kesediaan konseli untuk serius mengikuti setiap pertemuan.

Pertemua kedua, yang dilakukan pada Senin tanggal 21 Agustus 2023. Pertemuan ini peneliti mulai mencari dan menggali informasi-informasi

terkait dengan permasalahan yang dialami oleh HN, HN mulai mengungkapkan masalah-masalah yang dihadapinya. Pada pertemuan ini HN mengungkapkan tentang dirinya yang sulit untuk mengatur waktunya dalam bermain *game online higs domino island* sehingga HN tidak dapat mengontrol dirinya untuk tidak bermain *game online higs domino island* secara berlebihan. HN juga mengatakan bahwa HN sangat senang bermain *game online higs domino island* lebih lama lagi karena ia merasakan ketenangan ketika ia bermain *game online higs domino island*. HN juga mengucapkan bahwa ia tidak bisa terlepas dari game yang selama ini ia mainkan apalagi bila aktivitas bermain game nya di kurangi olehnya maka ia akan marah, jenuh dan emosi bila tak bermain game dalam sehari.

Pertemuan ketiga, pertemuan ini dilakukan pada Selasa tanggal 29 Agustus 2023. Pada pertemuan ini juga HN mulai terbuka dan berani untuk menceritakan permasalahannya, mulai dari penyebab HN mempunyai perilaku kecanduan *game online higs domino island* dan bermain *game online higs domino island* tanpa henti dan dampak apa yang dirasakan HN akibat ia terlalu fokus dengan *game onlinenya*. Pada pertemuan ini juga HN menyadari dan menetapkan yang menjadi fokus permasalahannya yaitu HN yang kesulitan mengontrol dirinya dalam berkecanduan *game online higs domino island* dan tidak bisa mengatur prioritasnya dalam mengerjakan aktivitas penting lainnya.

Pada pertemuan ketiga ini juga akan dilakukan pemberian *treatment*. Peneliti menggunakan teknik *self management* dengan tujuan agar HN bisa mengontrol dirinya dalam bermain *game online* dan bisa mengerjakan aktivitas penting lainnya serta HN menjadi produktif. Langkah pertama yang harus dilakukan peneliti dalam mengaplikasikan teknik *self management* yaitu peneliti mengarahkan HN untuk memonitor diri atau mengobservasi dirinya. Peneliti mulai menanyakan kesibukan-kesibukan yang dilakukan oleh HN ketika di rumah. Peneliti ingin HN bisa mengatur waktunya dengan baik agar ia bisa melakukan kegiatan-kegiatan yang lebih produktif supaya HN tidak terus-menerus memainkan *game online higs domino island*. Setelah itu

peneliti mengarahkan HN untuk menghilangkan perilaku yang ia tidak sukai pada saat bermain *game online higs domino island* dan menyebutkan kegiatan-kegiatannya selama ini, HN mulai menyebutkan beberapa kegiatan yang ia hilangkan selama berkecanduan *game online higs domino island* bila di rumah yaitu bangun pagi jam 06.00 pagi, jam 07.00 bermain *game online higs domino island* bersama teman, HN menambah waktu bermain *game online* jam 13.00. makan sambil main *game online higs domino island* Jam 13.30 main *game online* sampai jam 15.00. Setelah itu istirahat nonton kartun jam 17.00 makan sambil main *game online* lanjut. Selesai makan duduk-duduk sebentar nonton lagi sambil main *game online*. jam 19.00 sampai jam 02.00 main *game online*. Adapun hasil obervasi HN, peneliti dapat diuraikan padatablel yaitu sebagai berikut:

Tabel 4.1 Tabel Observasi HN

Jam	Aktivitas
06.00	Bangun Pagi
07.00	Bermain <i>game online higs domino island</i> bersama teman
13.00	Menambah waktu untuk bermain <i>game online higs domino island</i>
13.30-15.00	Makan sambil bermain <i>game Online higs domino island</i>
17.00	Main game sambil nonton Kartun
19.00	Duduk sambil nonton kartun sambil main <i>game online higs domino island</i>
20.00 – 02.00	Main <i>game online higs domino island</i>

Dari obervasi diri yang dilakukan oleh HN dapat dilihat rata-rata durasi bermain *game online higs domino island* yang dilakukan HN yaitu 12 jam. Setelah itu peneliti mengarahkan HN untuk melihat kegiatan atau perilaku mana yang dirasa kurannng sesuai untuk di hilangkan. HN ingin dirinya bisa mengatur waktu dalam bermain *game online higs domino island*. HN ingin memperbaiki jam tidurnya agar lebih teratur supaya pada pagi harinya ia

tidak terlambat bangun, ia ingin memperbaiki kebiasaannya buruknya memainkan *game online higs domino island* secara terus-menerus. HN mengungkapkan bahwa ia ingin mengurangi durasi waktunya bermain *game onlinenya*, ia ingin membuat target bermain *game online higs domino island* selama satu hari itu hanya 3 atau 4 jam dalam sehari.

HN menyatakan bahwa ia harus bangun jam 5 pagi supaya tidak terlambat bangun, tidak bermain *game online higs domino island* ketika mau pergi ke sekolah, pulang sekolah harus istirahat tidur siang. Sore main bola sama teman sampai jam lima, setelah itu bantu orang tua isi air di bak. Ketika ia makan tidak boleh main bermain *game online higs domino island*. pada malam hari harus belajar dulu tapi tidak boleh main bermain *game online*. Hp di simpan setelah itu boleh main *game online* kalau bisa batasnya jam 10 malam agar paginya tidak terlambat bangun.

Tabel 4.2 target kegiatan HN

Jam	Aktivitas
05.30	Beres kamar
06.00	Mandi
07.00	Masuk Sekolah
13.00	Pulang Sekolah
13.00 – 15.00	Main <i>game online higs domino island</i>
19.00	Makan malam
20.00	Fokus belajar (mengerjakan tugas)
21.00 – 23.00	Bermain <i>game online higs domino island</i>

Setelah HN menghilangkan kegiatan-kegiatan yang dirasa kurang. Peneliti mengharapkan ke HN agar ia bisa dan berusaha untuk melaksanakannya. Peneliti meminta HN untuk konsisten melakukannya agar ia bisa mengurangi durasi bermain *game online higs domino island* serta menyakinkan niat HN untuk mengubah kebiasaannya buruknya bermain *game online* secara yang berlebihan.

Pertemuan keempat, pertemuan ini dilakukan pada Rabu tanggal 6 September 2023. Pada pertemuan ini peneliti meminta HN untuk evaluasi

terkait dengan kegiatan-kegiatan yang telah ia lakukan selama 1 minggu. Setelah lima hari dilakukannya *treatment* yaitu dari hari Selasa sampai Senin, peneliti menemui HN untuk mengevaluasi kegiatan-kegiatan yang dilakukan HN kemudian membandingkan tingkah laku sebelum dan setelah dilakukan *treatment*. Membandingkan perilaku bertujuan untuk melihat perubahan perilaku yang dialami HN. Setelah melakukan observasi diri selanjutnya adalah tahap evaluasi diri. Konseli dan peneliti melakukan evaluasi terkait perkembangan dari HN. Selama satu minggu evaluasi dilakukan sebanyak dua kali. Evaluasi pertama dilakukan pada hari Jum'at tepatnya pada tanggal 1/09/2023. Evaluasi ini dilakukan setelah 3 hari dilakukannya *treatment*. Pada hari Jum'at, HN tidak terlalu bermain *game online higs domino island* lagi dan HN sudah mulai bisa mengatur waktunya dalam bermain game dibandingkan hari-hari biasanya. HN menjelaskan bahwa pada hari Jum'at itu memang HN tidak terlalu bermain *game online higs domino island* dan ia sudah bisa mengerjakan aktivitas lain. Ia bangun sekitar jam 06.00 pagi setelah itu menyapu halaman rumah, mengisi air di bak, sekitar jam 10an selesai istirahat main *game online higs domino island* lagi, kemudian bersiap-siap untuk sholat Jum'at 13.00, sepulang dari sholat sekitar 14.00 HN bermain game sampai dengan pukul 17.00. sudah tidak ada pekerjaan rumah sampai malam sekitar jam 20.00 HN mengerjakan tugas sekolah. Lalu ketika selesai mengerjakan tugas sekolah HN memanfaatkan waktu untuk bermain game sekitar pukul 21.00-23.00. Peneliti memberikan masukan ke HN, jika tidak ada kegiatan di rumah atau merasa bosan HN bisa keluar bersama teman-temannya atau bermain bola kaki diluar dengan teman-teman supaya tidak terus bermain *game online higs domino island*. Adapun rincian evaluasi pertama, peneliti uraikan pada tabel berikut ini:

Tabel 4.3 Evaluasi Pertama HN

Jam	Aktivitas
06.00	Bangun Pagi
07.00 – 10.00	Mengerjakan pekerjaan rumah
14.00 – 17.00	Main <i>game online higs</i>

	<i>domino island</i>
20.00 – 21.00	Tugas sekolah
21-23	Bermain <i>game online higs domino island</i>

Pertemuan keempat ini juga yang dilakukan adalah evaluasi kedua. Evaluasi kedua dilakukan pada hari Senin tanggal 04/09/2023. Pada evaluasi ini HN telah menunjukkan perubahan dari evaluasi sebelumnya, dilihat pada mengurangi bermain *game online higs domino island* pada saat evaluasi pertama yang sudah agak berkurang bermain gamenya pada hari Jum'at, namun setelah diberikannya masukan di evaluasi pertama HN telah dapat mengurangi durasi dalam bermain *game online higs domino island* dari yang sebelumnya bermain *game online higs domino island* HN hari Jum'at 8 jam turun menjadi 4 jam. Dari bangun pagi jam 05.00 langsung siap-siap mandi, sekitar jam 06.00 pergi ke sekolah, masuk sekolah jam 07.00, jam 13.00 pulang sekolah lanjut istirahat sebentar, kemudian sekitar jam 13.00 makan siang dan istirahat, sekitar jam 14.00 sampai sore jam 15.00 bermain *game online*, kemudian di jam 15.00-17.00 HN bermain dengan teman, lanjut lagi main *game online higs domino island* jam 19.00-21.00 main *game online higs domino island*, lanjut pada jam 21.00-23.00 HN mengerjakan tugas sekolah. Adapun tabel evaluasi kedua pada hari senin yaitu sebagai berikut:

Tabel 4.4 Evaluasi Kedua HN

Jam	Aktivitas
05.00	Bangun Pagi
06.00	Pergi Sekolah
13.00	Pulang Sekolah
14.00 – 15.00	Main <i>game online higs</i>
15.00 – 17.00	Bermain dengan teman
19.00 – 21.00	Main <i>game online higs domino island</i>
21.00 – 23.00	Mengerjakan tugas sekolah

Setelah tahap evaluasi selanjutnya adalah pemberian penguatan, penghapusan dan pemberian hukuman. Setelah melakukan beberapa kali pertemuan dan mendapatkan hasil yang positif terhadap *treatment* yang dilaksanakan, peneliti memberikan *self reward*. *Self reward* adalah pemberian penguatan positif terhadap tingkah laku yang diinginkan HN yaitu peneliti memberika pujian dan ucapan terimakasih terhadap dirinya sendiri. Peneliti memberikan nasehat seperti kamu usahakan bisa atur waktu antara bermain *game online higs domino siland* dan mengerjakan aktivitas lain atau tugas sekolah dan kalau bermain *game online higs domino island* jangan terlalu berlebihan karena itu tidak baik juga untuk diri kamu sendiri. Lalu berterimakasih kepada dirimu sendiri karena sampai detik ini kamu mampu mengatasi masalah yang kamu hadapi.

Setelah peneliti dan konseli melakukan evaluasi, tahap selanjutnya adalah pemberian penguatan dan penghapusan. Pada tahap ini peneliti memberikan *self reward* kepada HN berupa pujian seperti ucapan selamat karena mau dan berusaha melakukan perubahan menjadi lebih baik.

6. Evaluasi

Dari hasil pelaksanaan *treatment* yang dilakukan peneliti terhadap HN untuk mengurangi perilaku kecanduan *game online higs domino island* melalui konseling individual menggunakan teknik *self management* yaitu HN sudah bisa sedikit- sedikit mengatur waktunya. Hal ini dinyatakan oleh HN bahwa:

“Saya juga sudah bisa mengatur waktu antara bermain *game online higs domino island* dan mengerjakan aktivitas lainnya dan saya selalu tidur siang terus tidak terlambat makan lagi” (W4/A. TLC/6-8).

Hal ini diperkuat juga dengan pernyataan ibu HN yang mengungkapkan bahwa :

“Bahkan saya lihat dia sudah bisa mengatur waktu antara bermain *game online* dan mengerjakan aktivitas lain seperti belajar atau baermain bola bersama temannya dihalaman rumah. Dan kadang saya lihat dia tidak lagi bermain *game online* selama beberapa hari ini pokoknya lebih rajin dia mengerjakan tugas sekolahnya” (W1/A. TLC/33-35).

Selain itu secara berlahan-lahan sudah mampu mengontrol dirinya dalam bermain *game online*. Hal ini dinyatakan oleh HN dalam pernyataannya yaitu :

“Baru saya sudah bisa kontrol diriku untuk mengatur waktu supaya tidak keseringan bermain game online higs domino island lagi lagi” (W4/A.PBM/9-10).

Hal ini juga diperkuat dengan pernyataan dari ibu HN yang mengungkapkan bahwa :

“Allhamdulillah dia sudah bisa mengurangi kecanduan game onlinenya dan bisa mengontrol dirinya sendiri dalam mengurangi kecanduan game online” (W1/A.PBM/36-37).

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi, setelah dilakukan *treatment* konseling individual teknik *self management* diketahui hasil evaluasi yaitu adanya sedikit perubahan yang dilakukan oleh HN yaitu HN yang sudah bisa sedikit sedikit mengatur waktunya yaitu HN yang pada malam hari sudah bisa bisa mengurangi jamnya begadang, HN sudah bisa mengurangi durasi bermain *game onlinenya* pada malam hari sehingga pada pagi hari HN sudah bangun pagi dan tidak terlambat lagi pergi ke sekolah, masuk dijam mata pelajaran pertama dan selalu mengumpulkan tugasnya ke sekolah. Perubahan lain yang terlihat dari HN yaitu HN yang sedikit-sedikit sudah bisa membantu pekerjaan rumah seperti mengisi air di bak.

B. Pembahasan

1. Gambaran Permasalahan HN Yang Mengalami Kecanduan *Game Online Higs Domino Island*

HN adalah seorang siswa kelas XI di SMA Negeri 1 GU Kabupaten Buton Tengah yang mengalami perilaku kecanduan *game online higs domino island*. HN tinggal bersama orang tuanya dan kakaknya di Jl, mawar, Kel, Watuela Kec, GU. Kab, Buton Tengah. HN mengalami permasalahan perilaku kecanduan dalam bermain *game online higs domino island*. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa sebelum dilakukannya konseling individual

untuk mengatasi permasalahan HN yaitu mengalami perilaku kecanduan *game online higs domino island*, dapat diketahui dari hasil wawancara yang menunjukkan HN yang kesulitan mengontrol dirinya dalam bermain *game online higs domino island*, yang terus-menerus bermain *game online higs domino island* tanpa mengenal waktu, bahkan sudah menjadi kebiasaan HN.

Sulitnya HN mengatur dan mengontrol dirinya dalam bermain *game online higs domino island* berdampak negatif terhadap banyak hal yaitu HN yang setiap malam begadang yang mengakibatkan terlambat bangun dan terlambat datang ke sekolah.

Ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Lilis Santika (2019), yang menyatakan bahwa individu yang terpengaruh dengan *game online* akan memberikan pengaruh terhadap perilaku kecanduan *game online* pada remaja agar dapat mengontrol dirinya atau mengendalikan diri dalam bermain *game online*.

Semakin rendah kualitas tidur yang dialami HN semakin lama tinggi begadang HN yang akan menyebabkan terlambat bangun dan menjadi tidak produktif banyak pekerjaan rumah yang tidak terselesaikan. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian. Ada masalah yang timbul dari aktivitas bermain *game online* yang berlebihan, diantaranya kurang peduli dengan kegiatan sosial, kehilangan kontrol atas waktu, menurunnya prestasi akademik, relasi sosial, finansial, kesehatan dan fungsi kehidupan lainnya. Bahaya utama yang ditimbulkan akibat kecanduan *game online* adalah investasi waktu ekstrim dalam bermain *game online* (Baggio et,al., 2016).

Jika dilihat dari permasalahan HN dapat peneliti katakan siswa yang mengalami perilaku kecanduan *game online higs domino island* disebabkan karena tidak mempunyai manajemen waktu dalam bermain *game*. Hal ini dapat dilihat dari durasi bermain *game online* yang timbul hingga larut malam serta difase inilah siswa sudah tidak memperdulikan kewajibanya disekolah dan mengabaikan tatatertib yang telah ditetapkan sekolah karena hal tersebut telah diabaikan dan digantikan oleh anggapan bahwa bermain *game online higs domino island* lebih dianggap sangat berarti karena jika sampai terlewat

dapat menyebabkan ketinggalan zaman dan merasa akan ada sesuatu yang kurang dari dalam dirinya jika tidak memainkan *game online higs domino island*. sehingga tidak akan mempunyai pikiran atau menetapkan batasan waktunya dalam bermain *game online higs domino island*. Dan juga perhatian dari orang tua sangat berpengaruh dalam meningkatnya kecanduan siswa atau seseorang dalam bermain *game online higs domino island*.

Tingginya tingkat kecanduan *game online higs domino island* akan menyebabkan kualitas tidur yang rendah yang menjadikan HN semakin begadang hingga larut malam sehingga HN mengalami kesulitan dan terlambat untuk bangun pagi dan menyebabkan ia terlambat bangun sekolah. Karena keterlambatannya ini akan mengganggu aktivitas HN yang lain dan menjadi tidak produktif. Perilaku Kecanduan *game online higs domino island* akan mengganggu aktivitas sehari-hari yang mana pekerjaan rumah yang tidak terselesaikan dan membuat HN tidak produktif serta banyak waktu yang terbuang sia-sia untuk hal yang tidak berguna.

Bukan hanya mengganggu aktivitas HN sehari-hari di rumah. Kebiasaan bermain *game online higs domino island* secara berlebihan juga mengganggu aktivitas belajarnya di rumah seperti tidak mengerjakan tugas dan mengerjakan aktivitas lain, sering bermain *game online higs domino island* pada saat ingin mengerjakan tugas membuat HN tidak fokus belajar serta tidak fokus memperhatikan tugasnya yang diberikan oleh guru.

Jika siswa telah memasuki fase kecanduan dalam bermain *game online higs domino island* sehingga tidak adanya manajemen dalam penggunaannya maka bermain *game online* akan menjadi suatu kebutuhan yang tidak bisa dilewatkan apalagi ditinggalkan dan memainkan *game online higs domino island* tersebut kapan saja. Sehingga hal ini akan membuat fokus siswa tersebut terbagi dan akan berdampak kepada produktifitas siswa dimanapun ia berada baik di lingkungan sekolah, di rumah ataupun di lingkungan masyarakat karena siswa hanya akan lebih berfokus pada kecanduan *gamenya* saja dan tidak akan memperhatikan situasi disekitarnya dan bisa membuat siswa terlihat apatis.

Kebiasaan bermain *game online higs domino island* membuat HN merasa kehilangan ketika tidak bermain *game online higs domino island*, HN merasa seperti ada sesuatu yang kurang darinya, terus mencari-cari dan cemas ketika tidak bermain *game online higs domino island*. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Leung (2008) yang menjelaskan bahwa seseorang yang mengalami kecanduan *game online* akan merasa cemas dan kehilangan ketika tidak bermain dalam sehari serta mengakibatkan seseorang kurang produktifitas.

Akibat dari perilaku kecanduan *game online higs domino island* secara terus-menerus akan membuat individu ketergantungan hal ini menyebabkan siswa akan mempunyai perilaku konsumtif dari dalam dirinya karena dalam bermain *game online* tentunya memerlukan biaya berupa paket internet yang harus terus terhubung. jika hal tersebut tidak terpenuhi akan menyebabkan siswa atau individu menjadi tidak mempunyai semangat dalam menjalani kesehariannya dan hanya akan memikirkan cara agar ia dapat memenuhi kebutuhannya walaupun harus meminjam ke orang lain ataupun harus memaksa kepada orang tua atau orang terdekatnya agar keinginannya terpenuhi tanpa memikirkan kebutuhan lain yang jauh lebih penting untuk dipenuhi.

Dan juga apabila siswa tidak bermain *game online higs domino island* walaupun dalam waktu yang tidak lama maka akan siswa atau individu merasa kebutuhannya tidak terpenuhi dan sanggup menahan lapar karena keasyikan bermain *game online* dan merasa cemas serta tidak percaya diri apa bila sedang tidak bermain dan jadi diri tidak terlihat bahwa dia tidak bermain *game online*.

2. Penyebab Siswa Mengalami Kecanduan *Game Online Higs Domino Island*

Game online merupakan permainan yang dapat di akses oleh banyak pemain, dimana mesin-mesin yang digunakan pemain dihubungkan oleh jaringan internet. *Game online* merupakan aplikasi permainan yang terdiri dari beberapa gendre yang memiliki aturan main dan tingkatan-tingkatan

tertentu. Bermain *game online* memberikan rasa penasaran dan kepuasan psikologis sehingga membuat pemain tertarik dalam memainkannya (Adams & Rollings, 2010).

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan peneliti, maka dapat diuraikan faktor-faktor yang menyebabkan HN mengalami perilaku kecanduan *game online higs domino island* yaitu HN yang penasaran dengan gambar atau *anime* serta karakter dari *game online* tersebut dan tidak akan membuat HN bosan, bisa mengibur, yang bisa mengalihkan rasa bosan, rasa pusing serta ketika HN bosan dalam belajar.

Aplikasi dan media serta fitur yang banyak dan menarik di dalam *game online* akan membuat HN mudah dalam mencari mencari karakter yang sesuai keinginannya serta pengalaman-pengalaman yang menyenangkan dan yang bisa mengibur sehingga hal ini akan dilakukan secara terus-menerus dan menjadikan *game online* yaitu untuk mencari kesenangannya. Hal ini dukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Mulyati dan Frieda, 2018 yang menunjukkan bahwa individu akan lebih cenderung mendahulukan kesenangannya sehingga lebih mendorong individu untuk melakukannya secara terus-menerus.

Karena merasa senang dan terhibur ketika bermain *game online* maka siswa tidak akan berpikir untuk berhenti atau memberi batasan dalam bermain, sehingga siswa atau individu tidak akan memperdulikan orang lain dan bahkan tidak akan memperdulikan hukuman serta dampak yang akan diterimanya karena terus bermain *game online*. Walaupun hal ini dilakukan dalam keadaan sadar. Namun akan tetap terus dilakukan karena adanya rasa penasaran dari karakter *anime game online* yang telah tersedia di dalam *game online*.

HN menjadikan *game online higs domino island* sebagai media untuk mencari kesenangan dan mencari hiburan. Hal ini dilakukan secara terus menerus sehingga menyebabkan HN tidak dapat mengontrol dirinya dalam bermain *game online higs domino island*. Kontrol diri yang rendah akan membuat HN ketergantungan dengan *game online higs domino island*. Hal ini

di dukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Asih dan Fauzah (2017) kepada 457 mahasiswa Jurusan Ilmu Komunikasi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Diponegoro yang menunjukkan adanya hubungan yang hubungan antara kontrol diri dengan ketergantungan terhadap *game online*.

Semakin tinggi kontrol diri individu, maka akan semakin rendah ketergantungannya terhadap *game online*. Ketika seseorang tidak dapat mengontrol dirinya dalam bermain *game online* maka tingkat ketergantungannya dalam bermain *game online* akan semakin tinggi juga. Karena apabila siswa atau individu lebih memikirkan hal-hal yang jauh lebih berguna bagi dirinya maka ia akan memberikan batasan dalam bermain *game online*. Jadi dalam perilaku kecanduan *game online* tergantung pada individu sendiri.

Selain itu penelitian lain yang sejalan dengan faktor penyebab seseorang mengalami perilaku kecanduan *game online*, yaitu yang dilakukan oleh Young (2009) dalam penelitiannya mengenai faktor penyebab perilaku kecanduan *game online* mengemukakan beberapa faktor penyebab perilaku kecanduan *game online*:

Faktor- Faktor Yang mempengaruhi Kecanduan *Game online* menurut Young (2009) dalam penjelasannya sebagai berikut:

1) Faktor Internal

- a. Keinginan yang kuat dari diri remaja untuk memperoleh nilai yang tinggi dalam *game online* karena *game online* dirancang sedemikian rupa agar gamer semakin penasaran dan semakin ingin memperoleh nilai yang tinggi ditambah lagi dengan bermain *game online* sekarang ini seseorang bisa mendapatkan uang.
- b. Rasa bosan yang dirasakan remaja ketika berada di rumah atau di sekolah, ini juga merupakan salah satu pemicu main *game online* karena disaat remaja tidak melakukan kegiatan apapun maka remaja akan menghabiskan waktunya untuk bermain *game* karena dengan bermain game remaja akan merasa terhibur.

- c. Ketidak mampuan mengatur prioritas untuk mengerjakan aktivitas penting lainnya juga menjadi penyebab dimana akan timbulnya adiksi terhadap *game online*. Kurangnya *self control* dalam diri remaja, sehingga remaja kurang mengantisipasi dampak negatif yang timbul dari bermain *game online* secara berlebihan.

2) Faktor Eksternal

- a. Lingkungan yang kurang terkontrol, karena melihat teman-temannya yang lain banyak yang bermain *game online* maka ia juga akan mengikuti jejak dari teman-temannya karena masa remaja ialah masa dimana keingin tahunya itu tinggi dan ingin mencoba-coba.
- b. Kurang memiliki hubungan sosial yang baik, sehingga siswa memilih alternatif bermain *game online* sebagai aktivitas yang menyenangkan.
- c. Kurangnya perhatian dari orang-orang terdekat, beberapa orang berfikir bahwa mereka dianggap ada jika mampu menguasai keadaan. Mereka merasa bahagia jika mendapatkan perhatian dari orang-orang terdekatnya, terutama ayah dan ibu. Dalam rangka untuk mendapatkan perhatian, seseorang akan berperilaku yang tidak menyenangkan hati orang tuanya. Karena dengan berbuat demikian, maka orang tua akan memperingatkan dan mengawasinya.
- d. Suatu penyebab yang dialami oleh seseorang anak berdasarkan dari dorongan luar diri, misalnya adanya tawaran kebebasan, beberapa orang tua membiarkan anak bermain *game* sebagai alat penenang bagi anak dan apabila hal itu dilakukan secara berulang-ulang maka anak akan terbiasa dengan *game* dan tidak bisa lepas dari *game*. Bagi orang tua yang memanjakan anaknya dengan fasilitas, efek kecanduan mungkin akan sangat terjadi.

3. Peran Konseling Idividual Teknik *Self Management* Untuk Mengurangi Kecanduan *Game Online Higs Domino Island*

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat diuraikan mengenai penanganan yang dapat dilakukan kepada siswa yang mengalami perilaku kecanduan *game online higs domino island*. Adapun

penanganan yang dilakukan adalah dengan melakukan layanan konseling individual menggunakan teknik *self management*.

Sebelum dilakukan pemberian layanan konseling individual teknik *self management* pada HN, mengalami permasalahan perilaku kecanduan *game online higs domino island* yaitu HN yang secara terus-menerus bermain *game online higs domino island* tanpa mengenal waktu, terlambat datang dan tidak mengerjakan tugas atau mengumpulkan tugas pelajaran karena pada malam harinya begadang bermain *game online higs domino island* merasa ada yang kurang ketika tidak bermain *game online higs domino island*, tidak ada pekerjaan rumah yang ia selesaikan karena hanya memainkan *gamenya* secara terus-menerus.

Setelah pemberian *treatment* terlihat adanya perubahan pada konseli yang mana pelaksanaa konseling individual di lakukan selama 4 kali pertemuan, pada pertemuan ke tiga HN menerapkan teknik *self management* yaitu HN mulai menyebutkan aktivitasnya di rumah selama satu hari setelah itu, dari aktivitas tersebut HN harus mengurangi atau menghapus kegiatan-kegiatan yang kurang penting seperti mengurangi durasi-durasi dalam bermain *game*, ataupun lebih melakukan aktivitas lain yang lebih bermanfaat. Setelah beberapa hari dilakukanlah evaluasi dari hasil pelaksanaan *treatment*. Evaluasi dilakukan sebanyak dua kali dari hasil evaluasi terlihat adanya perubahan yang membaik dari HN.

Adapun perubahan yang terlihat yaitu konseli yang sudah tidak bermain *game online higs domino island* lagi bahkan klien sudah bisa mengatur waktunya untuk mengurangi bermain *game* dalam sehari, dan konseli yang sudah bisa membantu ibunya di rumah serta konseli yang sudah bisa mengurangi durasi kecanduan *gamenya* pada malam hari. Dalam hal ini konseling individual yang dilakukan peneliti dapat membantu siswa untuk mengurangi perilaku kecanduannya *game online higs domino island*.

Pelaksanaan konseling individual yang dilakukan peneliti pada konseli memiliki perubahan, hal ini sesuai dengan tujuan dari konseling individual menurut Sukardi dan Kusmawati (2008), konseling individu adalah layanan

bimbingan dan konseling yang memungkinkan klien mendapatkan layanan langsung secara tatap muka dengan konselor dalam rangka pembahasan dan pengentasan permasalahan pribadi yang dideritanya.

Dalam pemberian layanan konseling individual selama empat kali pertemuan, dilakukan langsung secara tatap muka antara konseli dan peneliti. Di lakukan secara langsung agar peneliti dapat melihat dan menanyakan langsung kepada pihak terkait yaitu konseli terkait permasalahan perilaku kecanduan kecanduan yang dialami oleh konseli, hal ini di maksudkan agar konseli bisa dengan terbuka menceritakan permasalahannya dan mempermudah peneliti dan konseli untuk menyelesaikan permasalahan konseli. Oleh karena itu konseling individual dengan teknik *self management* dapat membantu klien dalam mengurangi perilaku kecanduan *game online higs domino island* karena dalam teknik ini klien diminta untuk mengendalikan pikiranya dalam memainkan *game* dengan cara mengatur jadwal kegiatan sehari-hari termaksud mengatur pekerjaan apa yang harus ia kerjakan agar klien tidak memiliki waktu kosong untuk bermain *game online* sehingga kegiatan klien dalam satu hari telah ia jadwalkan dengan begini klien dapat mengatur waktu bermain *gamenya* dan tidak lagi memainkan *game online higs domino island* sampai larut malam. Kemudian klien juga memiliki target yang harus dicapai agar ia dapat mengetahui apakah kegiatannya yang ialakukan dapat membantunya dalam mengurangi dirinya berkecanduan *game online higs domino island*. Hal ini sejalan dengan pengertian dari *self management* dari Ni Pipi Suwardani, dkk (2014).

Teknik *self management* adalah teknik yang menata perilaku individu yang bertujuan untuk mengarahkan dan mengelola dirinya agar dapat mencapai kemandirian dan hidupnya berjalan dengan produktif. Dalam pelaksanaan teknik konseling individual teknik *self management* ini berfokus pada manajemen waktu HN agar konseli memanfaatkan waktunya dengan baik, melakukan aktivitas yang produktif agar tidak terus bermain *game online higs domino island* secara terus-menerus.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Permasalahan kecanduan *game online higs domino island* yang dialami oleh konseli memberi dampak negatif bagi HN itu sendiri yaitu HN yang mengalami kesulitan mengontrol diri dalam bermain *game online higs domino island*. Kebiasaan konseli terus bermain *game online higs domino island* secara terus menerus ini mengganggu aktivitas konseli, konseli menjadi tidak produktif sehingga banyak waktu terbuang dan sia-sia dan pekerjaan rumah yang tidak terselesaikan. Selain itu kecanduan *game online higs domino island* mengganggu aktivitas belajar konseli, yaitu konseli sering terlambat sekolah dan menjadi tidak fokus ketika belajar bahkan ia tidak mengumpulkan tugas sekolah.
2. Ada beberapa faktor yang menyebabkan HN mengalami kecanduan *game online higs domino island* yaitu banyaknya gambar atau karakter dari *game online higs domino island* sehingga membuat HN tertarik. Banyak gambar anime yang berbeda yang membuat individu tertarik yang tersedia dalam *game online higs domino island* membuat individu ingin terus melihat. Bagi siswa hal ini bisa dijadikan pengalihan ketika individu merasa bosan, ketika pusing mengerjakan tugas sekolah dan ketika jenuh belajar. Karena kebiasaannya bermain game individu tidak mengontrol diri dalam bermain game.
3. Adapun penanganan yang diberikan adalah layanan konseling individual menggunakan teknik *self management*. Teknik ini berfokus pada perubahan tingkah laku konseli yang dianggap dapat merugikan diri konseli dan orang sekitarnya. Pelaksanaan konseli dilakukan sebanyak 4 kali pertemuan. Layanan konseling individual melalui teknik *self management* memberikan dampak yang baik bagi konseli. Konseli secara perlahan sudah mampu mengontrol dirinya bermain *game online* dan sudah mengatur waktunya.

B. Saran

Berdasarkan penelitian yang dilakukan peneliti pada siswa yang

mengalami kecanduan *game online* di SMA Negeri 1 GU Kabupaten Buton Tengah, maka peneliti ingin memberikan khususnya mengenai wawasan konseling individual untuk mengatasi perilaku kecanduan *game online higs domino island* pada siswa.

Dengan adanya penelitian ini dapat memberikan masukan pengetahuan sekaligus dapat dijadikan pedoman didalam memberikan bimbingan dan konseling melalui teknik *self management* untuk mengatasi kecanduan *game online higs domino island* pada siswa.

Penelitian ini diharapkan dapat membantu pihak sekolah dalam mengatasi masalah-masalah yang dialami siswa khususnya masalah kecanduan *game online higs domino island*.

DAFTAR PUSTAKA

- Amin, S., Azis, F., & Umakamea, F. (2022). Perilaku Sosial Penggiat Game Higgs Domino Di Kota Makassar (Dalam Tinjauan Post Modern). *Padaringan (Jurnal Pendidikan Sosiologi Antropologi)*, 4(3), 140-149.
- Alamri, N. (2015). Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Self Management Untuk Mengurangi Perilaku Terlambat Masuk Sekolah (Studi Pada Siswa Kelas X SMA 1 Gebog Tahun 2014/2015). *Jurnal Konseling GUSJIGANG*, 1(1).
- Abdi, S., & Karneli, Y. (2020). Kecanduan *Game online*: Penanganannya Dalam Konseling Individual. *Guidance*, 17(02), 9-20.
- Amalia, A., & Rusdiana, J. (2023). *Komodifikasi Privasi Di Channel Youtube Atta Halilintar Pada Konten Aurel Keguguran (Analisis Semiotika John Fiske)* (Doctoral Dissertation, Uin Raden Mas Said).
- Anhar, R. (2014). *Hubungan Kecanduan Game online Dengan Keterampilan Sosial Remaja Di 4 Game Centre Di Kecamatan Klojen Kota Malang*
- Eti, K. (2021). *Efektivitas Layanan Konseling Individu Dengan Teknik Self-Instruction Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Pada Peserta Didik Kelas Xi Smkn 7 Bandar Lampung* (Doctoral Dissertation, Uin Raden Intan Lampung).
- Febryani Umakamea, (2021). Perilaku Sosial Penggiat Game Higs Domino Di Kota Makassar (Dalam Tinjauan Post Modern).
- Fahrina Amaliyah, (2022), *Jual Beli Chip Dalam Game Higs Domino Menurut Fiqih*.
- Fajriani, dkk. 2016. "Self-Management Untuk Meningkatkan Kedisiplinan Belajar Siswa: Studi Kasus Di Sma Negeri 5 Banda Aceh". *Jurnal Unsyiah*, Volume 10, Nomor 2.
- Gumilang, G. S. (2016). Metode Penelitian Kualitatif Dalam Bidang Bimbingan Dan Konseling. *Jurnal Fokus Konseling*, 2(2).

- Gie. 2017. "Pengaruh Konseling Kelompok Teknik Self Management Terhadap Pola Hidup Bersih Dan Sehat Siswa Di Kelas VII Smp Negeri 1 Percut Sei Tuan T.A 2016/2017". Jurnal BK Unesa, Volume 10, Nomor 2.
- Hardani, Y. R. (2017). *Pelaksanaan Konseling Individu Menggunakan Teknik Rational Emotive Behavior Therapy (Rebt) Untuk Meningkatkan Self Confidence Anak Berkelainan Fisik Di Sdn 1 Rekso Binangun Rumbia Lampung Tengah (Studi Kasus Terhadap Konseli X)* (Doctoral Dissertation, Iain Raden Intan Lampung).
- Husni, M. (2017). Layanan Konseling Individual Remaja; Pendekatan Behaviorisme. *Al-Ibrah*, 2(2), 55-78.
- Hadi, A. N. (2017). *Ta: Pembuatan Game Bergenre Adventure Tentang Batik Jarak Arum Surabaya Sebagai Media Pengetahuan Dan Pengenalan Kepada Remaja Jawa Timur* (Doctoral Dissertation, Institut Bisnis Dan Informatika Stikom Surabaya).
- Hardanti, H. A., Nurhidayah, I., & Rahayu, S. Y. (2013). Faktor-Faktor Yang Melatarbelakangi Perilaku Adiksi Bermain *Game online* pada Anak Usia Sekolah. *Jurnal Keperawatan Padjadjaran*, 1(3).
- Isman, M. H. (2022). Kecanduan *Game online* Dan Penanganannya (Studi Kasus Di Smp Negeri 2 Sungguminasa).
- Masya, H., & Candra, D. A. (2016). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Gangguan Kecanduan *Game online* Pada Peserta Didik Kelas X Di Madrasah Aliyah Al Furqon Prabumulih Tahun Pelajaran 2015/2016. *Konseli: Jurnal Bimbingan Dan Konseling (E-Journal)*, 3(2), 103-118.
- Nasrudink K.H Dampak Higgs Domino Dalam Masyarakat Jurnal Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial Dan Keislaman Web: *Jurnal.Iain-Padangsinaupuan.Ac.Id/Index.Php/Tz/ Vol. 07 No 2 Desember 2021*
- Nisrinafatin, N. (2020). Pengaruh Game Online Terhadap Motivasi Belajar Siswa. *Jurnal Edukasi Nonformal*, 1(1), 135-142.
- Nirwan (2022). *Game Higgs Domino Island* Dalam Pandangan Pendidikan Agama Islam.

- Nurmalasari, I., Ningsih, L., Ismiati, I., Patroni, R., & Andeka, W. (2020). *Perancangan Media Buku Cerita Bergambar (Smart) Tentang Dampak Kecanduan Game online Pada Anak Kelas Iv Sd N 19 Di Kecamatan Ratu Agung Kota Bengkulu* (Doctoral Dissertation, Poltekkes Kemenkes Bengkulu).
- Ni Pipi Suwardani, dkk. 2014. "Penerapan Konseling Behavioral Dengan Teknik Self Management Untuk Meningkatkan Konsep Diri Siswa Kelas VIII B3 SMP Negeri 4 Singaraja". *eJurnal Undiksha*, Volume 2, Nomor 1.
- Pande, N. P. A. M., & Marheni, A. (2015). Hubungan Kecanduan Game Online Dengan Prestasi Belajar Siswa Smp Negeri 1 Kuta. *Jurnal Psikologi Udayana*, 2(2), 163-171.
- Putri, S. A. R., Rahmawati, R., & Dalimunthe, R. Z. (2022). Profil Kecanduan Game Online Pada Siswa Sekolah Dasar Dan Implikasinya Bagi Program Bimbingan Dan Konseling. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Ar-Rahman*, 8(2), 134-142.
- Ramadhani, S., Tobing, L., & Mora, I. (2020). Sosialisasi Penanggulangan Kecanduan Game Online Pada Mahasiswa Farmasi Di Universitas Sari Mutiara Indonesia Medan. *Jurnal Abdimas Mutiara*, 1(2), 367-374.
- Ristianti, D. H., & Fathurrochman, I. (2020). *Penilaian Konseling Kelompok*. Deepublish.
- Rijali, A. (2019). Analisis Data Kualitatif. *Alhadharah: Jurnal Ilmu Dakwah*, 17(33), 81-95.
- Rismanto. 2016. "Meningkatan Self Management Dalam Belajar Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Modelling". *Jurnal Penelitian Tindakan BK*, Volume 02, Nomor 01.
- Retnowulan, Dyah Ayu. 2013. "Penerapan Strategi Pengelolaan Diri (Self Management) Untuk Mengurangi Kenakalan Remaja Korban Broken Home. *Jurnal BK Unesa*, Volume 03, Nomor 01.

- Suwanto, Insan. 2016. "Konseling Behavioral Dengan Teknik Self Management Untuk Membantu Kematangan Karir Siswa SMK". *Journal.stkipsingkawang*, Volume 1, Nomor 1.
- Sukayasa, M. dkk. 2014. "Penerapan Teori Konseling Behavioral Dengan Teknik Self-Management Untuk Meningkatkan Minat Belajar Siswa Kelas Xi C Ap Smk Negeri 1 Singaraja". *eJurnal Undiksha*, Volume 2, Nomor 1.
- Suplig, M. A. (2017). Pengaruh Kecanduan Game Online Siswa Sma Kelas X Terhadap Kecerdasan Sosial Sekolah Kristen Swasta Di Makassar. *Jurnal Jaffray*, 15(2), 177-200.
- Sihotang, D. A. A. (2021). *Pengaruh Game Online Terhadap Hasil Belajar Peserta Didik Di Smp Swasta Dharama Wanita Kecamatan Medan Selayang, Kota Medan Tahun Pelajaran 2020/2021* (Doctoral Dissertation, Universitas Quality).
- Sugiyono, D. (2013). Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D.
- Syakur, A. (2014). Bimbingan Konseling Islam Dengan Terapi Behavior Untuk Menangani Adiksi Merokok Pelajar Sd. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, 4(1), 01-20.
- Syahrani, R 2015. Ketergantungan *Online Game* dan penanganannya. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, Vol.1 No.1 Hal. 84-92. <http://ojs.unm.ac.id>. Diakses pada tanggal 3 September 2018
- Tribunnews.Com. 2014. Ada 25 Juta Orang Indonesia Doyan Game Online. Dalam Anjungroso, F (Ed.) Jakarta: Tribunnews. (Online). Diakses Pada Tanggal 9 September 2018
- Tim konten bluestack, 2021, *Jenis permainan higgs domino untuk pemula* <https://www.bluestacks.com/id/blog/game-guides/higgs-domino-island/gameguides-jenis-permainan-hdi-untuk-pemula-id.html>.02 desember 2022

- Tyas, A. D. A., & Adi, P. N. (2023). Peran Orang Tua Terhadap Moral Menyimpang Remaja Akibat Fenomena Chip Dalam Game Higgs Domino. *Jurnal Moral Kemasyarakatan*, 8(2), 105-115.
- Widyaningtyas, A., Wahyuni, E., & Komalasari, G. (2013). Pengaruh Teknik Pengelolaan Diri Terhadap Peningkatan Kemampuan Pengelolaan Waktu (Studi Eksperimen Dalam Layanan Konseling Kelompok Pada Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling Reguler Angkatan 2012). *Insight: Jurnal Bimbingan Konseling*, 2(1), 19-24.

LAMPIRAN

Lampiran I

Dokumen wawancara dengan RD

Nama subyek : RD (inisial kakak subyek)
 Wawancara ke : 1
 Hari/Tanggal : Sabtu, 12 Agustus 2023
 Alamat : Jl. Mawar, lingk 17, kelurahan watulea.
 Pewawancara : Armin

Kode

1. Aspek-aspek kecanduan *game online higs domino island*
 - A. SLE : *Saliance*
 - A. TLC : *Tolerance*
 - A. MMN : *Mood Modifitation*
 - A. WDL : *Withdrawal*
 - A. PBM : Permasalahan
2. Factor penyebab kecanduan *game online higs domino island*
 - F. KDRTMYT: Keinginan kuat dalam diri remaja memperoleh nilai yang tinggi
 - F. RBN : Rasa bosan
 - F. KMMP : Ketidak mampuan mengatur prioritas
 - F. KSK : Kurangnya self kontrol
 - F. LKT : Lingkungan yang kurang terkontrol
 - F. KMHSB : Kurang memiliki hubungan sosial yang baik
 - F. KPOT : kurangnya perhatian dari orang terdekat

Baris	Hasil wawancara	Kode
1.	Kadang saya selalu lihat dia bermain <i>game online</i> dengan	SLE
2.	mengucapkan kata-kata kotor seperti memaki dan yang saya	
3.	dengar itu dia bilang “anjing, babi dan goblok” setelah itu	
4.	saya lihat dia memperagakan adegan yang ada dalam <i>game</i>	TLC
5.	<i>online higs domino island</i> . Baru semenjak bermain <i>game</i>	
6.	<i>online higs domino island</i> dia lupa waktu dan tugas atau	
7.	aktivitas lain yang ia kerjakan. Kadang kalau kita suruh dia	
8.	untuk bersih-bersih di rumah dia malah bermain game	
9.	waktunya itu hanya untuk bermain <i>game online higs domino</i>	MMN
10.	<i>island</i> saja. Kalau saya lihat selama ini dia bermain gae	
11.	<i>online higs domino island</i> dia sangat senang sekali bahkan	
12.	saya lihat dia tertawa dan senyum-senyum sendiri pada saat	

13.	dia bermain <i>game online higs domino island</i> pokoknya <i>game</i>	WDL
14.	<i>online</i> itu membuat hati dia senang. Anak itu kalau kita	PBM
15.	larang dia bermain <i>game online</i> dia marah dan emosi.	
16.	Selama ini dia menggunakan waktunya hanya untuk bermain	
17.	<i>game online</i> bahkan dia tidak bisa mengontrol dirinya apa	
18.	lagi dia bermain <i>game online</i> itu berlebihan sekali sampai	
19.	saya lihat dengan gaya-gaya main gamenya. Karena dia	
20.	penasaran dengan <i>game online</i> yang dimainkan selama ini	KDRTMYT
21.	dan didalam <i>game online higs domino island</i> terdapat	
22.	gambar atau anime yang dia suka karakter dari kartun yang	
23.	ada di <i>game online</i> itu membuat dia tertarik untuk dia	
24.	mainkan sehingga keinginannya terpenuhi untuk bermain	
25.	<i>game online</i> . Kadang kak kalau dirumah baru tidak ada yang	RBN
26.	dibikin dia paling bosan dirumah karena tidak ada yang	
27.	dikerjakan hanya duduk saja itu dia gelisah bila tidak	
28.	bermian game. Dan kalau dia tidak bermain <i>game online</i>	
29.	<i>higs domino island</i> itu dia terhibur terus kalau di sekolah dia	
30.	tidak bawa HP karena dia bermian di rumah saja.dia tidak	
31.	perna lakukan aktivitas fisik kak seperti bantu orang tua,	KMMP
32.	menyapu halaman rumah kadang kalau di suruh mamaku ke	
33.	warung dia tidak mau pokoknya bermain <i>game online</i>	
34.	kegiatan sehari-harinya. Dia tidak bisa kontrol dirinya untuk	
35.	tidak bermian <i>game online higs domino island</i> dalm sehari	KSK
36.	baru dia tidak tau kalau terlalu berlebihan bermain <i>game</i>	
37.	<i>online</i> itu akan timbul dampak negatif dari <i>game online</i>	
38.	tersebut. Tapi susah kalau anak itu di kasih tau soalnya dia	
39.	jarang dengar bicara untuk kebbaikannya. Kadang kalau	KMHSB
40.	sudah bermain <i>game online</i> dia lupa sama teman	
41.	bermainnya. Pokoknya biar dia tidak bermain dengan	
42.	temannya yang penting <i>game online</i> buat dia senang dan	
43.	bahagia. Ya meskipun tidak ada teman bermain gamenya dia	
44.	tetap nyaman sendiri.	

Lampiran 2

Dokumen wawancara dengan ML

Nama subyek : ML (Inisial ibu subyek)
 Wawancara ke : 1
 Hari/tanggal : Rabu, 15 Agustus 2023
 Alamat : Jl. Mawar, lingk 17, kelurahan watulea.
 Pewawancara : Armin

Kode:

1. Aspek-aspek kecanduan *game online higs domino island*
 - A. SLE : *Salience*
 - A. TLC : *Tolerance*
 - A. MMN : *Mood Modification*
 - A. WDL : *Penarikan diri*
 - A. PBM : *Problem*
2. Faktor penyebab kecanduan *game online higs domino island*
 - F. KDRMYT: Keinginan kuat dalam diri remaja memperoleh nilai yang tinggi
 - F. RBN : Rasa bosan
 - F. KMMP : Ketidak mampuan mengontrol prioritas
 - F. KSK : kurangnya self kontrol
 - F. LKT : Lingkungan yang kurang terkontrol
 - F. KMHSB : Kurang memiliki hubungan sosial yang baik
 - F. KPOT : Kurangnya perhatian dari orang terdekat

Baris	Hasil wawancara	Kode
1.	Kalau saya lihat dia bermain <i>game online</i> sangat aneh dan	SLE
2.	berlibihan sekali tingkah lakunya yang dia perlihatkan bahkan	
3.	saya dengar dia sering memaki mengeluarkan kata-kata kotor	
4.	dan ini karena akibat bermain <i>game online higs domino island</i> . Saya selalu lihat dia bermian game tanpa henti bahkan	TLC
5.	waktu yang dia punya terbuang sia-sia hanya bermian <i>game</i>	
6.	<i>online</i> saja dan tugas sekolah jarang dikerjakan apa lagi kita	
7.	mau suruh melakukan aktivitas lain. Ia kalau saya lihat dia	WDL
8.	bermain <i>game online higs domino island</i> HN sangat senang	
9.	dan bahagia baru saya lihat dia bermain game HN marah.	
10.	Anak itu selalu dia marah dia marah kalau dia tidak bermain	
11.	<i>game online</i> kadang kalau kita suruh jangan bermian <i>game</i>	
12.		

13.	<i>online</i> terus dia emosi. Kadang saya yang di marah balik sama	PBM
14.	anak itu, baru katanya kalau dia tidak bermain kaya ada yang	
15.	kurang dalam dirinya soalnya dia sudah terlalu kecanduan	
16.	sekali sama game susah mau kasih tau dia bagaimana. Karena	
17.	rasa ingin tahu didalam dirinya itu sehingga rasa	
18.	penasarannya semakin tinggi sama game online yang di	
19.	mainkan ini karena yang saya lihat dia begitu tertarik sama	KDRMYT
20.	<i>game online</i> tersebut. Kalau tidak bermain <i>game online</i> sejam	
21.	saja dia merasa bosan dan jenuh karena tidak ada yang di	
22.	kerjakan hanya duduk saja. Saya suruh dia cari kegiatan lain	
23.	untuk dia kerjakan dia tidak mau pokoknya bermain <i>game</i>	RBN
24.	<i>online</i> mau tidak mau harus main game nanti dia bosan di	
25.	rumah. Saya sudah menyuruhnya untuk melakukan kegiatan	
26.	lain seperti kerjakan tugas sekolah sama mengisi air bak	
27.	kamar mandi. Tapi bagaimana anak ini dia tidak pintar atur	KMMP
28.	waktunya untuk dia kerjakan kegiatan lainnya dirumah yang	
29.	ada bermain game secara berlebihan. Anak itu dia tidak bisa	
30.	mengontrol dirinya untuk tidak bermian <i>game online higs</i>	
31.	<i>domino island</i> . Bahkan dia tidak tau dampak dari bermian	KSK
32.	<i>game online higs domino island</i> pada dirinya sendiri baru juga	
33.	dia sudah terlena bermian game sampai dia tidak sempat	
34.	kerjakan tugas yang diberikan sama guru mata pelajaran. Dia	
35.	bermian dirumah sendiri. Kadang kalau temannya panggil	KMHSB
36.	untuk bermain permainan lain seperti bermian bola dia tidak	
37.	mau bolehnya hanya <i>game online</i> saja biarpun game sendirian	
38.	tidak apa-apa asal bermian <i>game online</i> senidirian di rumah.	
39.	Saya suruh dia keluar bermain di rumah sama temannya tapi	
40.	tetap dia tidak mau pokoknya <i>game online</i> terus. Bahkan saya	SLC
41.	lihat dia sudah bisa atur waktu antara bermain <i>game online</i>	
42.	<i>higs domino island</i> dan mengerjakan tugas lain seperti belajar	
43.	atau bermain bola bersama temannya di halaman rumah. Dan	
44.	kadang saya lihat dia tidak mi lagi bermain <i>game online higs</i>	
45.	<i>domino island</i> selama beberapa hari ini pokoknya lebih rajin	
46.	dia kerjakan tugas sekolahnya. Allhamdulillah dia sudah bisa	PBM
47.	mengurangi kecanduan <i>game onlinenya</i> dan bisa mengontrol	
48.	dirinya sendiri dalam mengurangi kecanduan <i>game onlinenya</i> .	

Lampiran 3

Dokumen wawancara dengan R

Nama subjek : R (inisial sahabat subjek)

Wawancara ke : 1

Hari/tanggal : Sabtu, 19 Agustus 2023

Alamat : Jl. Mawar, lingk 17, kelurahan watulea.

Pewawancara : Armin

Kode :

1. Aspek-aspek kecanduan *game online higs domino island*
 - A. SLE : *Saliance*
 - A. TLC : *Tolerance*
 - A. MMN : *Mood Modofication*
 - A. PBM : *Problem*
2. Faktor penyebab kecanduan *game online higs domino island*
 - F. KDRMYT : keinginan kuat dalam diri remaja memperoleh nilai yang tinggi
 - F. RBN : Rasa bosan
 - F. KMMP : Ketidak mampuan mengatur prioritas
 - F. KSK : Kurangnya self kontrol
 - F. LKT : lingkungan terkontrol
 - F. KMHSB : kurang memmilki hubungan sosial yang baik
 - F. KPOT : kurangnya perhatian dari orang terdekat

Baris	Hasil wawancara	Kode
1.	Assalamualaikum... Waalaikumssalam. Iyah kak saya tahu,	SLE
2.	orangnya baik, ramah, tidak sombong, bisa di ajak bermain,	
3.	penurut kalau di suruh paling rajin dan banyak yang berteman	
4.	sama dia juga tapi yang paling dekat sama dia itu saya kak. Iyah	
5.	kak saya tahu, dia mmengalami kecanduan <i>game online higs</i>	
6.	<i>domino island</i> akhir-akhir ini. Hampir tiap hari saya lihat dia	
7.	bermain <i>game online higs domino island</i> dan bahkan dia jarang	
8.	mengumpulkan tugas hanya karena dia main <i>game online</i> itu,	
9.	pokoknya dia tidak ada aktivitas lain selain main game onlino	
10.	<i>higs domino</i> . Bahkan perilakunya itu dia perlihatkan seperti	
11.	melakukan adegan uang ada dalam game itu.	TLC
12.	Begini kak, kalau dia bermain <i>game online</i> itu sangatlah lama	

13.	durasinya bahkan sampai tengah malam. Apa lagi kalau kita	MMN
14.	tidak ada tugas sekolah dia bermain tanpa henti dia merasa	
15.	senang. Saya selalu lihat dia bermain sendiri dan kalau dia	WDL
16.	bermain game tidak au di ganggu karena konsentrasinya akan	
17.	buyar bila diganggu. Baru dia senang sekali kalau dia bermain	
18.	game lebih lama pokoknya dunianya game terus. Pernah kita	
19.	bermain di halaman rumahnya dan pada saat itu saya lihat dia	
20.	marah-marah dan membanting sesuatu di ruang tamunya karena	
21.	dia tidak diizinkan untuk bermain <i>game online</i> tersebut sama	
22.	ibunya kak.	
23.	Assalamualaikum.. iyah kak sama-sama, Waalaikumssalam	

Lampiran 4

Dokumen wawancara dengan HN

Nama subjek : HN (inisial nama subjek)
 Wawancara ke : 1
 Hari/tanggal : Senin, 14 Agustus 2023
 Lokasi : Ruang BK (SMA Negeri 1 GU Kabupaten Buton Tengah)
 Pewawancara : Armin

Kode :

1. Aspek-aspek kecanduan *game online higs domino island*
 - A. SLE : *Saliance*
 - A. TLC : *Tolerance*
 - A. MMN : *Mood Modofication*
 - A. PBM : *Problem*
2. Faktor penyebab kecanduan *game online higs domino island*
 - F. KDRMYT : keinginan kuat dalam diri remaja memperoleh nilai yang tinggi
 - F. RBN : Rasa bosan
 - F. KMMP : Ketidak mampuan mengatur prioritas
 - F. KSK : Kurangnya self kontrol
 - F. LKT : lingkungan terkontrol
 - F. KMHSB : kurang memmilki hubungan sosial yang baik
 - F. KPOT : kurangnya perhatian dari orang terdekat

Baris	Hasil wawancara	Kode
1.	Assalamualaikum dek...	
2.	Waalakumssalam kak. Bagaimana kabarnya hari dek.	
3.	Allhamdulillah baik kak. Oh iya, kelihatannya duduk saja.	
4.	Iya kak, karena guru mata pelajaran belum ada yang masuk kak	
5.	(sambil tersenyum).	
6.	Allhamdulillah kalau begitu. Iya kak allhamdulillah. Iya kak	
7.	boleh dan saya bersedia.belum pernan kak. Kira-kira kalau saya	
8.	menceritakan masalah saya apakah tidak tersebar ke mana-	
9.	mana. Oh iya kak. (sambil menganguk-ngangukkan kepala).	
10.	Saya maunya 45 menit saja kak. Ohh iya baik kak...	
11.	Assalamualaikum iya sama-sama kak.	
12.	Waalakumssalam,	

Lampiran 5

Dokumen wawancara dengan HN

Nama subjek : HN (inisial nama subjek)
 Wawancara ke : 2
 Hari/tanggal : Senin, 21 Agustus 2023
 Lokasi : Ruang BK (SMA Negeri 1 GU Kabupaten Buton Tengah)
 Pewawancara : Armin

Kode :

1. Aspek-aspek kecanduan *game online higs domino island*
 - A. SLE : *Saliance*
 - A. TLC : *Tolerance*
 - A. MMN : *Mood Modofication*
 - A. PBM : *Problem*
2. Faktor penyebab kecanduan *game online higs domino island*
 - F. KDRMYT : keinginan kuat dalam diri remaja memperoleh nilai yang tinggi
 - F. RBN : Rasa bosan
 - F. KMMP : Ketidak mampuan mengatur prioritas
 - F. KSK : Kurangnya self kontrol
 - F. LKT : lingkungan terkontrol
 - F. KMHSB : kurang memmilki hubungan sosial yang baik
 - F. KPOT : kurangnya perhatian dari orang terdekat

Baris	Hasil wawancara	Kode
1.	Kalau saya sudah terlalu sering atau terlalu lama bermain	SLE
2.	<i>game online</i> kadang saya menghayati atau melakukan	
3.	adegan yang ada didalam <i>game online higs domino island</i>	TLC
4.	seperti tertawa layaknya kakek merah yang sedang	
5.	jackpoot kak. Iya kak, begini didalam game itukan ada	
6.	gambar kartu animenya, makanya kenapa saya suka	
7.	bermain lama-lama karena membuat saya senang dan saya	
8.	malas juga kerjakan aktivitas lain seperti beres-beres rumah	
9.	dan mengerjakan tugas, karena waktuku saya habiskan di	

10.	<i>game online higs domino island</i> saja. Entah kenapa kalau	MMN
11.	saya bermain <i>game online</i> itu saya senang sekali bahkan	
12.	buat saya tidak bisa berpaling dari yang lain. Seolah saya	WDL
13.	menemukan jatuh diriku yang sebenarnya dan membuat	
14.	saya tenang. Begini kak, kalau saya tidak bermain <i>game</i>	
15.	<i>online higs domino island</i> saya marah bahkan saya emosi	
16.	dan juga memaki ibuku kadang juga saya banting barang-	
17.	barang dalam rumahku karena tidak di izinkan bermain	
18.	<i>game</i> soalnya saya sudah kecanduan sekali dengan <i>game</i>	PBM
19.	<i>online higs domino island</i> kak.iyah kak saya tidak bisa	
20.	kontrol diriku untuk tidak bermain <i>game online</i> dan	
21.	waktuku saja saya tidak bisa atur padahal saya juga punya	
22.	tugas sekolah yang harus dikerjakan tapi saya tidak	
23.	mau.dan saya tidak bisa kalau tidak bermain <i>game online</i>	
24.	<i>higs domino island</i> dalam sehari.ya karena saya penasaran	
25.	dengan <i>game online</i> tersebut dan semakin tinggi rasa	
26.	penasaranku semakin saya ingin terus memainkan <i>game</i>	
27.	tersebut dan bisa mendapatkan uang dari hasil main <i>game</i> .	
28.	Jika saya tidak bermaon <i>game online</i> maka saya cepat	
29.	bosan di rumah kadang juga saya marah kalau tidak	
30.	bermain <i>game online</i> , tidak ada aktivitas lain selain	
31.	bermain <i>game online higs domino island</i> , saya juga tidak	
32.	bisa atur waktuku untuk mengerjakan aktivitas lain kak.	
33.	Jadi saya hanya bermain <i>game online</i> saja. Pokoknya <i>game</i>	KDRMYT
34.	<i>online higs domino island</i> sudah menjadi prioritas utama	
35.	dan hoby saya. Cuman saya kadang tidak bisa kontrol	
36.	diriku kalau saya bermain <i>game online</i> . Kadang saya main	
37.	tanpa pikir kesehatanku pokoknya saya bermain tanpa	
38.	kenal waktu. Selama ini jarang ada yang mau berteman	KMMP
39.	sama saya itupun hanya teman dekatku yang tetangga	
40.	rumah saja saya mau punya banyak teman tidak hanya	
41.	dirumah taoi di sekolah juga. Makanya saya berteman	
42.	dengan meraka ikutan bolos begitu tapi kita baru pertama	
43.	kali bolos satu mata pelajaran. Kadang saya bermain <i>game</i>	KSK
44.	<i>online higs domino island</i> sendiriku biasanya saya main	
45.	sama teman-teman tapi kadang juga meraka datang	
46.	dirumahku kadang saya datang dirumahnya mereka cuman	KMHSB
47.	saya lebih sering bermain sendiri dirumah .	
48.	Assalamualaiku... Waalaikumssalam.	

Lampiran 6

Dokumen wawancara dengan HN

Nama subjek : HN (inisial nama subjek)
 Wawancara ke : 3
 Hari/tanggal : Selasa, 29 Agustus 2023
 Lokasi : Ruang BK (SMA Negeri 1 GU Kabupaten Buton Tengah)
 Pewawancara : Armin

Kode :

1. Aspek-aspek kecanduan *game online higs domino island*
 - A. SLE : *Saliance*
 - A. TLC : *Tolerance*
 - A. MMN : *Mood Modofication*
 - A. PBM : *Problem*
2. Faktor penyebab kecanduan *game online higs domino island*
 - F. KDRMYT : keinginan kuat dalam diri remaja memperoleh nilai yang tinggi
 - F. RBN : Rasa bosan
 - F. KMMP : Ketidak mampuan mengatur prioritas
 - F. KSK : Kurangnya self kontrol
 - F. LKT : lingkungan terkontrol
 - F. KMHSB : kurang memmilki hubungan sosial yang baik
 - F. KPOT : kurangnya perhatian dari orang terdekat

Baris	Hasil wawancara	Kode
1.	Assalamualaiku,, Waalaikumssalam. Allhamdulillah baik	
2.	kak, memang itu menjadi permasalahan diri saya.	
3.	Sehinggah saya melakukan kecanduan <i>game online higs</i>	
4.	<i>domino island</i> tersebut. Saya merasa senang dan	
5.	menyenangkan kak. Pokoknya saya merasakan ketenangan	
6.	bisa bermain <i>game online higs domino island</i> tanpa ada	
7.	yang ganggu. Saya merasa cemas apabila koin saya mulai	
8.	habis dan itu mengganggu pikiran saya, saya merasakan	
9.	adanya rasa takut kalau kalah dan terbawa-bawa sampai	

10.	saya jadi kepikiran. Jadi mulai saat ini saya harus	
11.	mengurangi kecanduan <i>game online</i> ku dan melaukan	
12.	aktivitas atau kegiatan yang membuat saya tidak	
13.	memikirkan <i>game online</i> lagi. Tapi bagaimana saya harus	
14.	mengurangi kecanduan bermain <i>game online</i> ini kak. Iya	
15.	kak saya harus mengurangi kecanduan <i>game online</i> ku ini.	
16.	Ya saya harus mengurangi durasi bermain game dan harus	
17.	melakukan aktivitas yang positif atau kegiatan yang	
18.	membuat saya untuk tidak bermain <i>game online higs</i>	
19.	<i>domino island</i> lagi. Dengan cara saya menghindari dan	
20.	merubah kecanduan <i>game online</i> saya agar tidak	
21.	mengganggu kesehatanku dan tidak melaukan hal-hal yang	
22.	aneh yang membuat saya berkcekanduan game lagi dan	
23.	melakukan kegiatan positif bagi diri saya. Iya kak mulai	
24.	dari besok saya akan mencoba untuk melakukan aktivitas	
25.	yang baik agar tidak lagi kecanduan <i>game online higs</i>	
26.	<i>domino island</i> . Aamin, semoga kak. Saya juga sudah	
27.	pikirkan bahwa saya harus hindari kecanduan <i>game online</i>	
28.	<i>higs domino island</i> dan melakukan aktivitas yang positif.	
29.	Assalamualaiku. Waalaikumssalam	

Lampiran 7

Dokumen wawancara dengan HN

Nama subjek : HN (inisial nama subjek)
 Wawancara ke : 4
 Hari/tanggal : Rabu, 6 September 2023
 Lokasi : Ruang BK (SMA Negeri 1 GU Kabupaten Buton Tengah)
 Pewawancara : Armin

Kode :

3. Aspek-aspek kecanduan *game online higs domino island*
 - A. SLE : *Saliance*
 - A. TLC : *Tolerance*
 - A. MMN : *Mood Modofication*
 - B. PBM : *Problem*
4. Faktor penyebab kecanduan *game online higs domino island*
 - F. KDRMYT : keinginan kuat dalam diri remaja memperoleh nilai yang tinggi
 - F. RBN : Rasa bosan
 - F. KMMP : Ketidak mampuan mengatur prioritas
 - F. KSK : Kurangnya self kontrol
 - F. LKT : lingkungan terkontrol
 - F. KMHSB : kurang memmilki hubungan sosial yang baik
 - F. KPOT : kurangnya perhatian dari orang terdekat

Baris	Hasil wawancara	Kode
1.	Assalamualaikum... Waalaikumssalam. Allhamdulillah	TLC
2.	kak (tersenyum). Pulang sekolah terus saya nonton,	
3.	bermain bola bersama teman-teman samapi sore kak, kadan	
4.	orang tuaku dia suruh menyupu halaman dan mengisi air di	
5.	bak. Tidak ada yang salah kak,, saya senang saja karena	
6.	saya tidak bermain <i>game online higs domino island</i>	
7.	beberapa hari ini. Saya juga sudah bisa atur waktu antara	PBM
8.	bermain <i>game online higs domino island</i> dan mengerjakan	
9.	aktivitas lainnya dan saya selalu tidur siang terus tidak	
10.	terlambat makan lagi. Allhamdulillah dia sudah bisa	
11.	mengontrol dirinya sendiri dalam mengurangi kecanduan	
12.	<i>game online</i> . Assalamualaikum,,, Waalaikumssalam	

Lampiran 8

Dokumen Observasi

Observer : Armin
Observer ke : 1
Tanggal : Jumaat, 11 Agustus 2023
Lokasi : Jl. Mawar, lingk 17, kelurahan watulea.
Subyek : HN

Saya lihat HN ada di halaman rumahnya sedang duduk sendiri sambil memegang handphone dan bermain *game online higs domino island* sampai setelah itu HN memperlihatkan tingah lakunya yang aneh seperti memaki mengeluarkan kata-kata kotor (anjing, babi dan goblok).

Lampiran 9

Dokumen Observasi

Observer : Armin
Observer ke : 2
Tanggal : Minggu, 13 Agustus 2023
Lokasi : Jl. Mawar, lingk 17, kelurahan watulea.
Subyek : HN

Peneliti melakukan penelitian dibagian rumah HN sekitar pukul 16.00 saya mendengar HN sedang bermain *game online* lagi dengan sangat serius dan dia di panggil untuk mengerjakan tugas oleh kakanya tapi dia tidak mau malah waktunya akan habis di *game online higs domino island*.

Lampiran 10

Dokumen Observasi

Observer : Armin
 Observer ke : 3
 Tanggal : Jumaat, 18 Agustus 2023
 Lokasi : Jl. Mawar, lingk 17, kelurahan watulea.
 Subyek : HN

Peneliti pada saat melakukan penelitian sekitar pukul 20.00 saya melewati rumah HN ada gode-gode tempat nongkrong pada saat itu banyak temannya yang duduk cerita atau nongkrong. Tetapi disitu tidak terlihat HN ikut gabung bersama, namun saya lihat HN bermain game sendiri tanpa di ganggu oleh siapapun dan membuat dia tersenyu, senang, bahagia bila bermain *game online higs domino island*.

Lampiran 11

Dokumen Observasi

Observer : Armin
Observer ke : 4
Tanggal : Minggu, 20 Agustus 2023
Lokasi : Jl. Mawar, lingk 17, kelurahan watulea.
Subyek : HN

Penelitian di bagian rumah HN sekitar pukul 16.00 saya melihat HN sedang marah kepada orang rumahnya karena di kurang bermain *game onlinenya* sehingga membuat dia emosi dan membanting barang-barang yang ada didalam rumahnya.

Lampiran 12

Transkrip wawancara dengan subyek utama

Nama : HN (inisial)

Status : korban

Tempat : ruang BK

Pertemuan pertama Senin, 14 Agustus 2023

Peneliti : Assalamualaikum dek...

HN : Walaikumssalam kak

Peneliti : Bagaimana kabarnya hari dek?

HN : Allhamdulillah baik kak.

Peneliti : Oh iya, kelihatannya duduk saja.

HN : Iya kak, karena guru mata pelajaran belum ada yang masuk kak.

Peneliti : Allhamdulillah kalau begitu.

HN : Iya kak allhamdulillah.

Peneliti : jadi sebelum kita cerita lebih lanjut, saya mau ceritakan dulu tujuanku untuk ketemu kamu ini, bagaimana boleh?

HN : iya boleh kak.

Peneliti : oke terimakasih, jadi sebelumnya saya mau selesaikan tugas akhir perkuliahanku makanya sekarang saya sedang lakukan penelitian, sekalian mau izin buat jadikan kamu sebagai objek penelitianku boleh atau tidak dan berdiah ka tidak?

HN : Iya kak boleh dan saya bersedia.

- Peneliti : iya, jadi pertemuannya kita ini namanya proses konseling, pernah dengar sebelumnya?
- HN : belum pernah kak.
- Peneliti : kalau begitu saya jelaskan dulu apa itu proses konseling, jadi konseling itu sama dengan proses saya bantu kamu untuk bisa menemukan cara hadapi masalah yang saat ini kamu alami, nanti diprosesnya itu kita akan banyak bercerita.
- HN : ohh iya kak.
- Peneliti : iya seperti itu, oke karena tadi saya sudah jelaskan sedikit tentang konseling itu apa, jadi apakah kamu siap untuk proses konselingnya?
- HN : iya kak saya siap dan bersedia, tapi kira-kira kalau saya menceritakan masalah saya apakah tidak tersebar ke mana-mana.
- Peneliti : tidak lah, kamu bisa percaya sama saya karena identitas mu itu, kaya wajah, nama, atau kepribadianmu itu saya akan rahasiakan, lagi dalam proses konseling itu kita punya beberapa asas salah satunya adalah asas kerahasiaan, jadi kamu tidak perlu takut kalau menceritakan masalah mu
- HN : Oh iya kak.
- Peneliti : jadi untuk proses konseling ini kita butuh 4 kali pertemuan dengan durasi setiap pertemuannya kita ketemu itu 30-45 menit, bagaimana menurutmu?
- HN : Saya maunya 45 menit saja kak.
- Peneliti : ohh iya, jadi 4 kali pertemuan itu biasanya jeda untuk ketemu 2 atau 3 hari, tapi di waktu itu memang kamu tidak bisa, berarti nanti kita cari waktu lain bagaimana?
- HN : ohh siap, insyallah bisa kak.

- Peneliti : oke, kalau begitu pertemuannya ini kita menyesuaikan saja yah.
- HN : oke siap kak.
- Peneliti : jadi bagaimana, apakah kamu sudah siap untuk bercerita?
- HN : siap kak
- Peneliti : dengan kata lain kamu sudah bersedia untuk ikut proses konseling ini
- HN : hehehe siap kak
- Peneliti : oke terimakasih sebelumnya
- HN : sama-sama kak
- Peneliti : kata sekarang kamu suka bermain game online higs domino island?
- HN : iya kak, sekarang ini saya suka sekali bermain game itu, seruh sekali
- Peneliti : jadi sekarang ini kamu suka bermain game online hihs domino island, tapi sebelumnya kamu tahu apa itu game higs domino island?
- HN : kalau menurutku kak, higs domino island itu permainan game online yang pake chip baru ada macam-macam permainan didalamnya
- Peneliti : ohh seperti itu
- HN : iya kak, tapi kak sedikit lagi saya mau masuk di kelas ini karena ada matapelajarku yang lain
- Peneliti : ohh iyah, kalau begitu sampai dulu disini pertemuannya kita, nanti kita lanjut lagi di pertemuan berikutnya yah.

HN : iya kak

Peneliti : oke teriakasi ya.

Pertemuan kedua Senin, 21 Agustus 2023

Peneliti : assalamualaikum

HN : waalaikumsaalam kak

Peneliti : kita ketemu lagi yah

HN : hehehe iya kak

Peneliti : bagaimana kabar mu hari ini?

HN : allhamdulillah kak baik

Peneliti : allhamdulillah, bagaimana apakah kamu sudah siap bercerita hari ini

HN : siap kak

Peneliti : oke, kalau begitu kita lanjutkan cerita yang pertemuan pertama itu hari

HN : iyah kak

Peneliti : tapi kamu masih ingat cerita yang pertemuan pertama itu

HN : masih kak, kan yang saya ceritakan baru seputar game online higs domino island

Peneliti : ohh iya betul sekali, rupanya kamu ini bukan pelupa yah

HN : hehehe tidak lah kak

Peneliti : hehehe oke kalau begitu kita lanjut

- HN : oke siap kak.
- Peneliti : katanya kalau kamu bermain game online higs domino island itu kaya menghayati sekali?
- HN : iya kak, kalau saya sudah terlalu sering atau terlalu lama bermain *game online* kadang saya menghayati atau melakukan adegan yang ada didalam *game online higs domino island* seperti tertawa layaknya kakek merah yang sedang jackpoot kak.
- Peneliti : apa yang membuatmu tertarik sama game online itu a sampai-sampai menghayati sekali?
- HN : Iya kak, begini didalam game itukan ada gambar kartu animenya, makanya kenapa saya suka bermain lama-lama karena membuat saya senang dan saya malas juga kerjakan aktivitas lain seperti beres-beres rumah dan mengerjakan tugas, karena waktuku saya habiskan di *game online higs domino island* saja. Entah kenapa kalau saya bermain *game online* itu saya senang sekali bahkan buat saya tidak bisa berpaling dari yang lain. Seolah saya menemukan jati diriku yang sebenarnya dan membuat saya tenang.
- Peneliti : saking seruhnya game itu dihh, bagaimana kira kalau kamu tidak bermain game online
- HN : Begini kak, kalau saya tidak bermain *game online higs domino island* saya marah bahkan saya emosi dan juga memaki ibuku kadang juga saya banting barang-barang dalam rumahku karena tidak di izinkan bermain game soalnya saya sudah kecanduan sekali dengan *game online higs domino island* kak
- Peneliti : ohh jadi kamu sudah kecanduan sama game online higs domino island?

HN : .iyah kak sampai saya tidak bisa kontrol diriku untuk tidak bermain *game online* dan waktuku saja saya tidak bisa atur padahal saya juga punya tugas sekolah yang harus dikerjakan tapi saya tidak mau. dan saya tidak bisa kalau tidak bermain *game online higs domino island* dalam sehari.

Peneliti : apa yang membuat kamu sampai tidak bisa kontrol diri, atur waktu itu

HN : ya karena saya penasaran dengan *game online* tersebut dan semakin tinggi rasa penasaranku semakin saya ingin terus memainkan game tersebut dan bisa mendapatkan uang dari hasil main game. Jika saya tidak bermain *game online* maka saya cepat bosan di rumah kadang juga saya marah kalau tidak bermain *game online*, tidak ada aktivitas lain selain bermain *game online higs domino island*, saya juga tidak bisa atur waktuku untuk mengerjakan aktivitas lain kak. Jadi saya hanya bermain *game online* saja. Pokoknya *game online higs domino island* sudah menjadi prioritas utama dan hoby saya. saya kadang tidak bisa kontrol diriku kalau saya bermain *game online*. Kadang saya main tanpa pikir kesehatanku pokoknya saya bermain tanpa kenal waktu.

Peneliti : memang kalau kita sudah bermain game ini kadang kita lupa mi apa yang mau dibikin apa lagi lagi seruh-seruhnya itu, tapi bagus kamu sudah tau bahwa karena game online higs domino island kamu sulit mengatur waktu, tidak bisa kontrol diri dan tidak berpikir untuk kesehatan mu, lalu bagaimana dengan teman-temanmu, kalau kamu sudah bermain game online itu?

HN : Selama ini jarang ada yang mau berteman sama saya itupun hanya teman dekatku yang tetangga rumah saja saya mau punya banyak teman tidak hanya di rumah tapi di sekolah juga. Makanya saya berteman dengan meraka ikutan bolos begitu tapi kita baru pertama

kali bolos satu mata pelajaran. Kadang saya bermain *game online higs domino island* sendiriku biasanya saya main sama teman-teman tapi kadang juga meraka datang dirumahku kadang saya datang dirumahnya mereka cuman saya lebih sering bermain sendiri dirumah.

Peneliti : ohh seperti itu

HN : iya kak.

Peneliti : kalau begitu sampai disini dulu pertemuannya kita insya allah kita akan lanjutkan di pertemuan berikutnya

HN : iya siap kak

Peneliti : oke terimakasih banyak

HN : sama-sama kak

Pertemuan ke tiga Selasa, 29 Agustus 2023

Peneliti : assalamualaikum

HN : waalakumssalam kak

Peneliti : bagaimana kabarnya hari ini

HN : allhamdulillah baik

Peneliti : allhamdulillah, bagaimana apakah sudah siap prose konseling hari ini

HN : siap kak

Peneliti : baik proses konseling hari ini kita lanjutkan yang kemarin ya, masih ingat proses konseling yang kemarin

HN : masih kak.

- Peneliti : luar biasa memang kamu ini daya ingatmu kuat sekali
- HN : hehehe biasa saja kak
- Peneliti : oke kita lanjut ya, jadi bagaimana kamu yang saat ini mengalami kecanduan game online hogs domino island
- HN : memang itu menjadi permasalahan diri saya. Sehingga saya melakukan kecanduan *game online hogs domino island* tersebut. Saya merasa senang dan menyenangkan kak. Pokoknya saya merasakan ketenangan bisa bermain *game online hogs domino island* tanpa ada yang ganggu.
- Peneliti : perna kamu rasakan sesuatu dalam dirimu kalau ketika bermain game online itu mengalami kekalahan
- HN : Saya merasa cemas apabila koin saya mulai habis dan itu mengganggu pikiran saya, saya merasakan adanya rasa takut kalau kalah dan terbawa-bawa sampai saya jadi kepikiran.
- Peneliti : kecemasan mu itu mengganggu kamu atau tidak
- HN : sangat mengganggu kak, bahkan saya berpikir untuk tidak bermain game online hogs domino island lagi kak
- Peneliti : iya, bagus sekali kalau sudah ada pemikiran seperti itu.
- HN : iya kak, karena saya pikir game online ini mengganggu aktivitasku,jJadi mulai saat ini saya harus mengurangi kecanduan *game online*ku dan melaukan aktivitas atau kegiatan yang membuat saya tidak memikirkan *game online* lagi. Tapi bagaimana saya harus mengurangi kecanduan bermain *game online* ini kak
- Peneliti : ya betul sekali, memang game online yang kamu mainkan sekarang ini sudah sangat mengganggu aktivitas mu, kita akan

cerita secara perlahan biar masalah mu ini bisa teratasi, menurut kamu sekarang apa yang kamu akan lakukan

HN : Iya kak, saya harus mengurangi kecanduan *game online*ku ini.

Peneliti : iya betul sekali, kamu pasti bisa melakukan itu semua, misalnya kurangi dulu bermain game online atau cari aktivitas yang lain

HN : Ya saya harus mengurangi durasi bermain game dan harus melakukan aktivitas yang positif atau kegiatan yang membuat saya untuk tidak bermain *game online higs domino island* lagi.

Peneliti : dengan cara apa nanti kamu akan lakukan supaya bisa terhindar dari kecanduan game online higs domino island

HN : Dengan cara saya menghindari dan merubah kecanduan *game online* saya agar tidak mengganggu kesehatanku dan tidak melakukan hal-hal yang aneh yang membuat saya berkceanduan game lagi dan melakukan kegiatan positif bagi diri saya.

Peneliti : jadi kamu akan melakukan cara tersebut supaya bisa terhindar dari kecanduan game online

HN : iya kak

Peneliti : dari kapan cara itu kamu mau lakukan

HN : mulai dari besok saya akan mencoba untuk melakukan aktivitas yang baik agar tidak lagi kecanduan *game online higs domino island*.

Peneliti : oke, yang penting kamu sudah berpikir supaya bisa keluar dari kecanduan game online higs domino island, semoga dari pertemuan hari ini kamu bisa dapatkan apa yang kamu inginkan

HN : Amin, semoga kak. Saya juga sudah pikirkan bahwa saya harus hindari kecanduan *game online higs domino island* dan melakukan aktivitas yang positif.

Peneliti : mungkin pertemuan kita hari ini kita cukupkan dulu dan kita akan sambung ke pertemuan selanjutnya

HN : iya kak

Peneliti : assalamualaikum.

HN : waalaikumssalam

Pertemuan ke empat Rabu, 6 September 2023

Peneliti : assalamualaiku

HN : waalaikumssalam

Peneliti : bagaimana kabar mu hari ini

HN : allhamdulillah baik kak, kalau kak bagaimana

Peneliti : allhamdulillah baik juga, bagaimana apakah siap kita lanjutkan proses konseling

HN : sangat siap kak

Peneliti : oke, kita lanjut ya, masih ingat pertemuan kemarin

HN : allhamdulillah masih kak

Peneliti : jadi bagaimana dengan apa yang kamu sudah lakukan pada saat setelah pertemuan kemarin

HN : alhamdulillah kak, banyak perubahan yang saya dapat setelah lakukan cara-cara yang dikasih kemarin itu.

- Peneliti : alhamdulillah kalau begitu, coba ceritakan apa yang terjadi setelah kamu sudah lakukan cara-cara yang kemarin itu
- HN : jadi kak saya cari kesibukan memang supaya tidak bermain game online lagi kalau pulang sekolah terus saya nonton, bermain bola bersama teman-teman samapi sore kak, kadan orang tuaku dia suruh menyupu halaman dan mengisi air di bak
- Peneliti : dari apa yang kamu lakukan itu menurut mu ada yang salah atau tidak
- HN : Tidak ada yang salah kak, justru saya senang saja karena saya tidak bermain *game online higs domino island* beberapa hari ini. Saya juga sudah bisa atur waktu antara bermain *game online higs domino island* dan mengerjakan aktivitas lainnya dan saya selalu tidur siang terus tidak terlambat makan lagi.

Lampiran : lembaran observasi diri HN

Lembaran Observasi Diri

Tingkah laku bermasalah : kecanduan game online yang bernama island.

Apa target kegiatan yang akan dilakukan :

1. 05.30 harus bangun pagi supaya tidak terlambat pergi sekolah.
2. 06.30 beres-beres kamar.
3. 06.00 mandi - 07.00 harus sampai ke sekolah.
4. 12.00 pulang sekolah.
5. 13.00 - 15.00 main game
6. 15.00 makan malam
7. 20.00. Saya harus fokus belajar.
8. 21.00-23.00 bermain game online.

Lampiran : lembaran evaluasi diri HN

Lembaran Evaluasi Diri

1. Tuliskan keadaan anda sebelum dan setelah mengikuti kegiatan konseling untuk mengurangi kecanduan bermain game online high skinna island.

Sebelum mengikuti kegiatan konseling:

Saya bermain game online high skinna island
bertam-jam, sering sulit lg dan akhirnya
bertam hanya bermain game online

Setelah mengikuti kegiatan konseling:

Saya bermain game online sudah jarang, waktu
hari-jadwal sudah bisa atur waktu
sudah itu di hari Senin bermain kembali
menangis lagi, saya bermain dengan teman
dan jarang bermain game online lagi

2. Tuliskan komentar anda mengenai kegiatan konseling:

Jaguh, tidak memaksa

3. Tuliskan manfaat yang anda peroleh dari kegiatan konseling:

Saya sudah jarang bermain game online lagi
dan saya sudah bisa mengatur waktu ku.

Wawancara dengan ibu HN



wawancara dengan HN

RANCANGAN PELAKSANAAN LAYANAN

KONSELING INDIVIDUAL

SEMESTER GENAP TAHUN PELAJARAN 2022/2023

1. Nama konseli : HN (inisial)
2. Kelas : XI
3. Hari tanggal : Senin, 14 Agustus 2023
4. Pertemuan ke : 1
5. Waktu : 09.30 - selesai
6. Tempat : ruangan BK
7. Hasil yang di capai : HN menceritakan bahwa saat ini ia suka bermain game online

Lombe, 12 Agustus 2023

Konselor,

Armin

RANCANGAN PELAKSANAAN LAYANAN

KONSELING INDIVIDUAL

SEMESTER GENAP TAHUN PELAJARAN 2022/2023

1. Nama konseli : HN (inisial)
2. Kelas : XI
3. Hari tanggal : Senin, 21 Agustus 2023
4. Pertemuan ke : 2
5. Waktu :
6. Tempat : ruangan BK
7. Hasil yang di capai : HN mulai mengungkapkan masalah-masalah yang dihadapinya. Pada pertemuan ini HN mengungkapkan tentang dirinya yang sulit untuk mengatur waktunya dalam bermain *game online higs domino island* sehingga HN tidak dapat mengontrol dirinya untuk tidak bermain *game online higs domino island* secara berlebihan. HN juga mengatakan bahwa HN sangat senang bermain *game online higs domino island* lebih lama lagi karena ia merasakan ketenangan ketika ia bermain *game online higs domino island*. HN juga mengucapkan bahwa ia tidak bisa terlepas dari game yang selama ini ia mainkan apalagi bila aktivitas bermain game nya di kurangi olehnya maka ia akan marah, jenuh dan emosi bila tak bermain game dalam sehari.

Lombe, 20 Agustus 2023

Konselor,

Armin

RANCANGAN PELAKSANAAN LAYANAN

KONSELING INDIVIDUAL

SEMESTER GENAP TAHUN PELAJARAN 2022/2023

1. Nama konseli : HN (inisial)
2. Kelas : XI
3. Hari tanggal : Selasa, 29 Agustus 2023
4. Pertemuan ke : 3
5. Waktu :
6. Tempat : ruang BK
7. Hasil yang di capai : Pada pertemuan ini juga HN menyadari dan menetapkan yang menjadi fokus permasalahannya yaitu HN yang kesulitan mengontrol dirinya dalam berkecanduan *game online higs domino island* dan tidak bisa mengatur prioritasnya dalam mengerjakan aktivitas penting lainnya.

Lombe, 27 Agustus 2023

Konselor,

Armin

RANCANGAN PELAKSANAAN LAYANAN

KONSELING INDIVIDUAL

SEMESTER GENAP TAHUN PELAJARAN 2022/2023

1. Nama konseli : HN (inisial)
2. Kelas : XI
3. Hari tanggal : Rabu, 6 September 2023
4. Pertemuan ke : 4
5. Waktu :
6. Tempat : ruangan BK
7. Hasil yang di capai : HN sudah mulai bisa mengatur waktunya dalam bermain game di bandingkan hari-hari biasanya. HN menjelaskan bahwa pada hari Jum'at itu memang HN tidak terlalu bermain *game online higs domino island* dan ia sudah bisa mengerjakan aktivitas lain.

Lombe, 12 Agustus 2023

Konselor,

Armin