JURNAL

KEEFEKTIFAN BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK BIBLIOTERAPI UNTUK MENGATASI KECANDUAN *GAME ONLINE* SISWA KELAS XI SMA PAWYATAN DAHA KEDIRI

THE EFFECTIVENESS OF BIBLIOTHERAPY GROUP COUNSELINGTECHNIQUES TO ADDRESS ONLINE GAMING ADDICTION CLASS XI SMA PAWYATAN DAHA KEDIRI

Oleh:

DYAH AYU SETYANI

12.1.01.01.0053

Dibimbing oleh :

1. **Dr. Atrup, M.Pd.,MM.**
2. **Risaniatin Ningsih, S.Pd.,M.Psi**

JURUSAN PENDIDIKAN BIMBINGAN DAN KONSELING

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

TAHUN 2017

Artikel Skripsi
Universitas Nusantara PGRI Kediri

SURAT PERNYATAAN
ARTIKEL SKRIPSI TAHUN 2016

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Lengkap	:DYAH AYU SETYANI
NPM	:12.1.01.01.0053
Telepun/HP	:085746961979
Alamat Surel (Email)	:Dyahayu-s@yahoo.com
Judul Artikel	:Keefektifan Bimbingan Kelompok Teknik Biblioterapi Untuk Mengatasi Kecanduan *Game Online* Siswa Kelas XI SMA PAWYATAN DAHA Kediri
Fakultas – Program Studi	:Keguruan dan Ilmu Pendidikan-Pendidikan Bimbingan dan Konseling
Nama Perguruan Tinggi	:Universitas Nusantara PGRI Kediri
Alamat Perguruan Tinggi	:Jln. Kh. Achmad Dahlan No. 76

Dengan ini menyatakan bahwa :

a. artikel yang saya tulid merupakan karya saya pribadi (bersama tim penulis) dan bebas plagiarisme;
b. artikel telah diteliti dan disetujui untuk diterbitkan oleh Dosen Pembimbing I dan II.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya. Apabila di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian data dengan pernyataan ini dan atau ada tuntutan dari pihak lain, saya bersedia bertanggungjawab dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Mengetahui		Kediri, 1 Februari 2017
Pembimbing I	Pembimbing II	Penulis,
Dr. Atrup, M.Pd.,MM 0709116101	Risaniatin N., S.Pd.,M.Psi 0720018601	Dyah Ayu Setyani 12.1.01.01.0053

KEEFEKTIFAN BIMBINGAN KELOMPOK TEKNIK BIBLIOTERAPI UNTUK MENGATASI KECANDUAN *GAME ONLINE* SISWA KELAS XI SMA PAWYATAN DAHA KEDIRI

Dyah Ayu Setyani
12.1.01.01.0053
FKIP–Pendidikan Bimbingan dan Konseling
Dyahayu-s@yahoo.com
Dr. Atrup, M.Pd.,MM dan Risaniatin N., S.Pd.,M.Psi
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

DYAH AYU SETYANI, Keefektifan Bimbingan Kelompok Teknik *Biblioterapi*Untuk Mengatasi Kecanduan *Game Online*Siswa Kelas XI SMAPawyatan Daha KediriTahunAjaran 2016-2017, Skripsi, BK, FKIP UNP Kediri, 2016

Penelitian ini dilatar belakangi maraknya aplikasi *smartphone* berjenis *game online* yang tidak di imbangi dengan kontrol diri yang lebih baik dalam penggunaan. Padahal *game online* memberikan dampak yang negatif apabila digunakan setiap hari dan berulang-ulang.Memberikan efek ingin mencoba lagi dan lagi.Dampak yang biasanya terjadi adalah gangguan pada kesehatan mata, prestasi menurun, hubungan sosial terganggu, sedikit memiliki teman, dan sulit menyesuaikan diri dengan lingkungan yang baru.Pertanyaan penelitian ini adalah apakah bimbingan kelompok teknik biblioterapiefektif mengatasi siswa kecanduan *game online*?Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian deskriptif kualitatif dengan menggunakan desain SSD (Single Subject Design).SSD merupakan jenis penelitian yang lebih mengutamakan data individu subyek daripada data kelompok.Didalam SSD ini penelitian dilakukan dengan 2fase, yaitu fase baseline dan fase intervensi.Fase baseline adalah keadaan subyek penelitian sebelum diberikannya perlakuan.Sedangkan fase intervensi adalah keadaan subyek sesudah diberikan perlakuan. Subyek sebanyak 2 siswa, yang semuanya kelas XI. Penelitian ini dilaksanakan dalam 5 kali pertemuan dan pada setiap pertemuan subyek diberikan sesi membaca buku dan diskusi sesuai bahan bacaan yang sudah diberikan dengan lembar observasi yang sama. Ini bertujuan untuk memudahkan peneliti menganalisis dan mendiskripsikan perubahan yang terjadi serta menyimpulkan hasil penelitian. Kesimpulan hasil penelitian ini adalah bimbingan kelompok teknik biblioterapi efektif mengatasi kecanduan *game online* pada siswa kelas XI SMA Pawyatan Daha Kediri.Berdasarkan simpulan hasil penelitian ini, direkomendasikan: (1) Penggunaan bimbingan kelompok teknik biblioterapi lebih sering digunakan dalam mengatasi permasalahan siswa.(2) Penggunaan bimbingan kelompok teknik biblioterapi lebih digeneralisasikan lagi, tidak hanya diberikan pada siswa yang kecanduan *game online* saja.

Kata Kunci : bimbingan kelompok, biblioterapi, dan kecanduan *game online*

I. LATAR BELAKANG MASALAH

Permainan merupakan aktivitas yang banyak digemari oleh semua orang tidak terbatas dengan usia. Dahulu permainan banyak dilakukan dengan menggerakkan anggota badan dan menggunakan kemampuan motorik. Namun pada masa sekarang dimana pertumbuhan teknologi begitu pesat, permainan yang menggunakan kemampuan motorik tersebut jarang dimainkan dan perlahan dilupakan. Dengan pertumbuhan teknologi yang begitu pesat, permainan pada masa sekarang banyak menggunakan alat-alat permainan. Alat-alat permainan ini dari masa kemasa juga mengalami perubahan seiring dengan berkembangnya kecanggihan teknologi. Kecanggihan teknologi pada masa sekarang yang dapat digunakan baik untuk membantu keperluan pekerjaan maupun permainan adalah komputer.

Komputer sendiri digunakan sebagai perangkat bermain yang populer di berbagai kalangan, termasuk kalangan muda (Green, 2004). Menurut Horrigen dan Raine dalam Triharim (2013), pada awalnya permainan-permainan dalam komputer tidak melibatkan penggunaan dari jaringan komputer umum seperti internet, namun pada pertengahan 1990- an bergeser menggunakan internet. Dari penelitian yang dilakukan di Amerika permaninan komputer dalam jaringan internet lebih di minati remaja yang berusia diantara 12 tahun sampai 17 tahun. Disebutkan sekitar 97% dari remaja tersebut bermain permainan komputer, *web*, portable dan konsol (Pew Internet & American Life Project, 2008). Kalangan remaja merupakan target besar bagi *gameonline*, terbukti di Indonesia saja sebuah permainan dari satu macam *merk* sudah memiliki sekitar enam juta penggemar (Farzana, 2009) dan remaja menduduki kelompok usia terbesar pada pemain *gameonline* (Surya, 2005).

Berdasarkan data tersebut banyak remaja dapat dikatakan kecanduan *gameonline* karena kebiasaan ini telah membawa dampak dan membentuk perilaku yang merugikan untuk diri sendiri.

Menurut Yee dalam Triharim (2013) sebanyak 64,45% remaja laki-laki dan 47,85% remaja perempuan usia 12-22 tahun yang bermain *game online* menyatakan bahwa mereka menganggap diri mereka kecanduan terhadap *game online*; sebanyak 25,3% remaja laki-laki dan 19,25% remaja perempuan usia 12-22 tahun yang bermain *game online* mencoba untuk berhenti bermain namun tidak berhasil.

Masih menurut Yee dalam Triharim (2013), salah satu akibat buruk kecanduan *gameonline*dapat lebih jelas apabila dikaitkan dengan masalah keseharian seperti masalah akademis dan masalah relasi. Pendapat ini dikuatkan oleh penelitian Griffiths dalam Triharim(2013), bahwa remaja usia 12 sampai 24 tahun lebih cenderung mengorbankan pendidikan maupun pekerjaan mereka untuk bermain *game online*. Hal ini berkebalikan dari tugas utama mereka yakni belajar, yang sebagian besar dari pecandu *gameonline* tersebut masih sebagai seorang pelajar. Sebagai seorang pelajar sebenarnya juga sangat membutuhkan banyak sekali relasi atau teman, baik yang berusia lebih tua dan yang sebaya.Dengan memiliki relasi yang cukup banyak dapat memberikan kemudahan bagi para pelajar untuk membantu permasalahan yang sedang dihadapi.Memiliki banyak teman apalagi teman sebaya dapat memberikan keleluasaan pada diri kita untuk menyampaikan perasaan yang kita alami. Namun pada kenyataannya remaja sekarang lebih banyak mengalami kecanduan *gameonline* dan hal ini menyebabkan remaja kurang bisa bergaul dengan orang lain dan tidak mempunyai minat atau hobi membaca buku karena menurut mereka lebih menyenangkan bermain *gameonline.*Menurut Cormier dan Cormier dalam Triharim (2013), salah satu cara mengatasi kecanduan *game online* yaitu dengan pendisiplinan waktu mengurangi kecanduan *game online* pada tahap yang dirasa yakin benar tidak akan mengganggu waktu untuk hal yang

lain.Hal ini berhubungan dengan perilaku pecandu *gameonline* yang harus diubah agar dapat mengatasi masalah kecanduan *gameonline*. Alternatif bantuan yang dapat digunakan adalah memberikan layanan dengan menggunakan teknikbiblioterapi. Biblioterapimerupakan program membaca terarah yang dirancang untuk meningkatkan pemahaman pasien dengan dirinyasendiri dan untuk memperluas cakrawala budanya serta memberikan beranekaragam pengalaman emosional. Konsep biblioterapimerujuk kepada efek terapeutik dari membaca buku. Secara umum ada dua buku yang digunakan dalam biblioterapi yaitu *self help* dan buku teks. Dalam kegiatan ini karena bersifat untuk pengubahan perilaku maka akan menggunakan buku yang bersifat *self help*. Menurut Elizabeth Hurlock (2007) jenis atau tingkat masalah yang dapat diselesaikan dengan biblioterapi salah satunya adalah masalah keseharian. Masalah yang dapat muncul akibat dari kecanduan *game online*bagi pelajar yang dapat dilihat jelas adalah masalah akademis. Yee dalam Triharim (2013) mengatakan permasalahan akademis merupakan salah satu masalah keseharian.

II. METODE

A. Pendekatan dan Teknik Penelitian

1) Pendekatan

Dalam penelitian ini pendekatan penelitian dilakukan melalui pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif. Penelitian kualitatif menurut Lexy J. Maleong (2005: 6) adalah penelitian yang bermaksud untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subjek peneliti misalnya perilaku, persepsi, motivasi, dan tindakan. Dalam bentuk kata-kata dan bahasa pada suatu konteks khusus yang alamiah dan dengan memanfaatkan berbagai sumber metode

alamiah.Metode penelitian pada kondisi obyek yang alamiah, memberikan peranan pada peneliti sebagai instrumen kunci (Sugiyono, 2010:15).

2) Teknik Penelitian

Teknik Penelitian merupakan proses yang diperlukan dalam perencanaan dan pelaksanaan penelitian. Teknik penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah SSR (*Single Subyek Research)* atau biasa disebut dengan Penelitian subyek tunggal.

Sedangkan rancangan penelitian yang digunakan yaitu pola A-B; *Baseline* (A).Menurut Juang dkk (2005:54) " Baseline adalah kondisi dimana pengukuran perilaku sasaran dilakukan pada keadaan natural sebalum diadakan *intervensi* apapun ".

B. Kehadiran Peneliti

Kehadiran peneliti disini sebagai instrumen sekaligus pengumpul data.Instrumen kunci yang dimaksudkan di sini adalah pelengkap semua penilaian dari wawancara dan observasi, mengingat data yang di dapatkan semuaakan di analisis menggunakan analisa domain yaitu usaha untuk memperoleh gambaran secara umumdan hanya pada segi permukaannya (yang tampak) saja.Instrumen selain manusia dapat digunakan, tetapi fungsinya terbatas yaitu sebagai pendukung tugas.Oleh karena itu kehadiran peneliti dilapangan untuk penelitian deskriptif kualitatif mutlak diperlukan.

C. Prosedur Pengumpulan Data

Pelaksanaan pengumpulan data dalam kegiatan penelitian harus menggunakan cara-cara, teknik, atau

metode tertentu agar dapat berjalan dengan lancar.Penelitian dengan bentuk pendekatan kualitatif pada umumnya menggunakan teknik wawancara, observasi, dan studi dokumenter.Dengan menggunakan konsep tersebut, maka ketiga teknik pengumpulan data tersebut digunakan dalam penelitian ini.

D. Teknik Analisis Data

Menurut Juang dkk (2005: 118) Penelitian pada kasus tunggal penggunaan statistik yang kompleks tidak dilakukan tetapi lebih banyak menggunakan statistik deskriptif yang sederhana sebab dalam penelitian dengan desain kasus tunggal terfokus pada data individu dari pada data kelompok. Dalam menganalisis data pada penelitian dengan disain subyek tunggal ada tiga hal utama, yaitu pembuatan grafik, penggunaan statistik diskriptif manual, dan menggunakan analisis visual. Penggunaan grafik dilakukan dengan tujuan mempermudah mengkomunikasikan informasi kepada pembaca (Juang, dkk 2005:35).Statistik deskriptif dalam penelitian ini digunakan untuk menghitung data yang didapatkan saat observasi pada fase baseline dan fase intervensi. Sedangkan analisis visual digunakan untuk menganalisis hasil observasi yang sudah dihitung dengan statistik deskriptif manual

III. HASIL DAN KESIMPULAN

A. Hasil

Berdasarkan data observasi yang sudah di analisis didapatkan hasil:

a. Nilai observasi pada fase baseline semua subjek mengalami penurunan hal ini menunjukkan perubahan yang positif
b. Estimasi kecenderungan arah semua subjek pada baseline mendatar dan pada intervensi menurun.
c. Kecenderungan stabilitas dibawah 80% hal ini juga menunjukkan hal positif. Menurut juang dkk

(2005:113) Semakin sedikit prosentase stabilitasnya maka semakin baik.

d. Presentase overlap kedua subjek juga sangat baik yaitu 0%. Persentase overlap ini dikatakan baik sebab semakin kecil persentase overlap semakin baik pengaruh intervensi terhadap target behaviour.
e. Jejak data pada baseline A mendatar atau dikatakan tidak ada perubahan sedangkan pada saat *intervensi* kecenderungan arah menurun. Untuk semua subjek.
f. Level perubahan untuk semua (kedua subjek) positif (+).

B. Kesimpulan

Berdasarkan pertanyaan penelitian, tujuan penelitian, pengamatan observasi, dan hasil analisis data yang mengatakan perilaku pada subyek mengalami perubahan yang positif, maka penelitian ini dapat disimpulkan bahwa bimbingan kelompok teknik biblioterapi untuk mengatasi kecanduan *game online* siswa kelas XI SMA Pawyatan Daha Kediri efektif.

IV. DAFTAR PUSTAKA

Farzana, A. 2009.*101 Tips & Ide Mencegah Anak Kecanduan Game*. Yogyakarta: Edukasia.

Green, J. S. 2004. Introduction: being young in digitalage. Dalam Julian S. (Ed.), *Digital diversion* (pp 245-264). Great Britain: Routledge.

Elizabeth, Hurlock B. 2007. *Psikologi Perkembangan.* Jakarta: Erlangga

Maleong, Lexy J. 2012. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

Pew Internet & American Life Project. (Ed.). 2008. *Teens, videogames, and civics.* Washington: Pew Internet & AmericanLife Project.

Pilpala, Triharim. *K. S.*2013. *Pengembangan Konseling Kelompok Untuk Peningkatan Pengelolaan Diri Pada Remaja yang Kecanduan game online*.Jurnal Sains dan Praktik Psikologi, Volume 1(1). Tersedia:file:///F:/jpbkdd130010.pdf-Drive.html, Diunduh 30 Oktober 2015.

Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitif & RND*. Bandung : CV. Alfabeta.

Juang dkk. 2005. *Pengantar Penelitian Dengan Subyek Tunggal.* Criced University of Tsukuba

Surya, Hendra. 2005. *Kiat mengatasi penyimpangan perilaku anak*. Jakarta: PT Elex Media Kompetindo.