

Gambaran Perilaku Kecanduan *Game Online* Terhadap Siswa SMK

Yoga Dwi Wahyu Satria¹, Netrawati²

¹²Bimbingan dan Konseling, Universitas Negeri Padang
e-mail: yogadwiwahyusatria@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini dilatar belakangi oleh masalah yang memprihatinkan pada kehidupan anak usia remaja saat ini yaitu perilaku kecanduan game online, dimana game online seakan-akan sudah menjadi suatu kebiasaan yang tidak dapat dipisahkan dari gaya hidup anak usia remaja. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan gambaran perilaku kecanduan game online pada siswa kelas XI di SMK N 1 Lubuk Sikaping. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif dengan pendekatan deskriptif. Sampel pada penelitian ini adalah 400 orang siswa kelas XI di SMK N 1 Lubuk Sikaping yang dipilih menggunakan teknik Random Sampling. Data dikumpulkan dengan memberikan instrumen penelitian berupa skala perilaku kecanduan game online yang sudah diuji validitas dan diuji reliabilitasnya sebesar 0,744. Data diolah menggunakan teknik analisis deskriptif dengan rumus Kolmogorov Smirnov dengan bantuan SPSS versi 26.0 for windows. Hasil penelitian ini mengungkapkan gambaran kecenderungan perilaku kecanduan game online siswa SMK N 1 Lubuk Sikaping dengan rincian sebagai berikut: (1) Pada aspek arti penting (salience) berada dikategori tinggi dengan persentase 64,75%, (2) pada aspek perubahan suasana hati (mood change) berada dikategori tinggi dengan persentase 44,75%, (3) pada aspek toleransi (tolerance) berada dikategori tinggi dengan persentase 66,50%, (4) pada aspek gejala penarikan (withdrawal symptoms) berada dikategori tinggi dengan persentase 52,00%, (5) pada aspek konflik (conflict) berada dikategori tinggi dengan persentase 55,25%, (6) pada aspek kambuh dan muncul kembali (relapse and reinstatement) berada dikategori tinggi dengan persentase 48,00%. Artinya perilaku kecanduan game online siswa di SMK N 1 Lubuk Sikaping berada pada kategori tinggi.

Kata kunci: *Gambaran Perilaku, Kecanduan Game Online*

Abstract

This research is motivated by a worrying problem in the lives of teenagers today, namely addictive behavior game online, Where game online as if it has become a habit that cannot be separated from the lifestyle of teenagers. This research aims to describe the picture of addictive behavior game online in class XI students at SMK N 1 Lubuk

Sikaping. The research method used is a quantitative method with a descriptive approach. The sample in this study was 400 class Random Sampling. Data was collected by providing a research instrument in the form of an addictive behavior scale game online which has been tested for validity and tested for reliability of 0.744. Data is processed using descriptive analysis techniques with formulas Kolmogorov Smirnov with the help of SPSS version 26.0 for windows. The results of this study reveal a picture of addictive behavior tendencies game online students of SMK N 1 Lubuk Sikaping with the following details: (1) On the aspect of importance (saliency) is in the high category with a percentage of 64.75%, (2) on the aspect of mood changes (mood change) is in the high category with a percentage of 44.75%, (3) on the aspect of tolerance (tolerance) is in the high category with a percentage of 66.50%, (4) on the aspect of withdrawal symptoms (withdrawal symptoms) is in the high category with a percentage of 52.00%, (5) on the conflict aspect (conflict) is in the high category with a percentage of 55.25%, (6) on the aspect of relapse and reappearing (relapse and reinstatement) is in the high category with a percentage of 48.00%. This means addictive behavior game online students at SMK N 1 Lubuk Sikaping are in the high category.

Keywords : *Behavioral Description, Online Game Addiction*

PENDAHULUAN

Pada era globalisasi ini internet sudah banyak mempengaruhi masyarakat semua kalangan khususnya kalangan pelajar. Perkembangan teknologi internet ini dapat dirasakan baik secara langsung ataupun tidak langsung, hal ini juga ditandai dengan kemajuan teknologi yang telah menyebar luas di dunia (Bungin, 2013). Produk teknologi yang beragam tentu dimaksudkan untuk memenuhi kebutuhan manusia akan pendidikan dan ilmu pengetahuan. Teknologi internet menawarkan berbagai kemudahan bagi pengguna untuk mengakses internet tanpa batas (Anggarini & Netrawati, 2021). Penggunaan internet di Indonesia semakin meningkat seiring dengan meningkatnya pendukung dan kemudahan dalam mengakses internet baik melalui komputer, netbook, ataupun melalui gawai. Semua kalangan dapat mengakses internet dengan berbagai macam layanan, seperti browsing, social network, online shopping, serta jika sudah bosan dapat mengakses game online yang banyak bertebaran di internet (Merriam, S. B & Caffarella, 2003).

Teknologi elektronik yang sedang marak di kalangan anak-anak dan remaja yaitu game (Sardiman, 2012). Sejak awal kemunculannya, game terus menerus berkembang dan memiliki aneka ragam jenis, baik yang berbasis offline maupun online dan saat ini sedang trend beberapa tahun belakangan ini terutama di kalangan remaja yaitu game online (Young K. S., 2009). Menurut Adams & Rollings (2007) game online merupakan permainan yang dapat diakses oleh banyak pemain, dimana mesin-mesin yang digunakan pemain dihubungkan oleh suatu jaringan internet yang dapat diakses melalui komputer maupun smartphone.

Game online pada dasarnya ditujukan untuk mengusir lelah, menghilangkan bosan atau sekedar melakukan refreshing otak setelah melaksanakan aktivitas sehari hari. Namun kenyataannya, permainan tersebut justru menjadi suatu hal yang dapat menimbulkan kecanduan yang merupakan disfungsi bagi individu itu sendiri. Seseorang yang kecanduan internet akan kesulitan mengembangkan kemampuannya dalam berhubungan dengan orang lain sehingga membuat hubungan sosial dan interaksi mereka dengan keluarga, teman dan orang lain disekitarnya menjadi kurang baik serta mengalami prestasi akademik yang menurun (Jannah, Mudjiran, & Nirwana, 2015). Menurut Wulandari & Netrawati (2020) kecanduan didefinisikan sebagai ketergantungan terhadap suatu alat hingga menjadi sebuah kebiasaan. Karena kemudahan untuk memainkan itu membuat para pemain game online bisa mengaksesnya dengan cepat dan tidak mengenal tempat dan waktu.

Adanya game online dapat memunculkan masalah-masalah dari aktifitas bermain yang berlebihan yakni dapat menyebabkan kecanduan dan ketergantungan dengan teknologi tersebut. Kecanduan merupakan suatu keterlibatan secara terus menerus dengan sebuah aktivitas meskipun hal-hal tersebut mengakibatkan konsekuensi negatif (Ma'rifatul Laili & Nuryono, 2015). Istilah kecanduan game online sebagai sebuah perilaku ketergantungan dengan game online, sehingga lupa dengan waktu dan tugas-tugas lain yang menjadi tanggung jawabnya diwaktu yang sama.

Lee, Chen & Holim (2007) menyebutkan bahwa anak yang kecanduan game mengalami performa akademik yang kurang baik karena kecenderungan menghabiskan banyak waktu di depan layar monitor komputer atau handphone untuk bermain sehingga membuat motivasi belajar dan prestasi menurun, serta membuat anak menjadi kurang berinteraksi pada lingkungan sosial. Weinstein (2010) menyatakan kecanduan game online sebagai penggunaan berlebih atau kompulsif terhadap game online yang mengganggu kehidupan sehari hari. Kecanduan game online dapat menyebabkan perubahan pola pikir dan perilaku pada individu (Emria, F., Lira, E. & Ildil, 2018).

Permainan game online sangat banyak diminati oleh masyarakat khususnya dikalangan siswa pada saat ini. Sehingga siswa mengalami sulitnya konsentrasi terhadap pendidikan karena terus memikirkan game online, serta kurang berkonsentrasi pada pendidikannya menyebabkan banyak pemain game online yang memilih untuk bolos sekolah dan tidak mengikuti pelajaran serta menghindari pekerjaan sekolah seperti tugas-tugas sekolah (Warni & Firman, 2020).

Yee, N. (2006) menjelaskan kecanduan game online secara umum merupakan perilaku seseorang yang ingin terus memainkan game online yang menghabiskan banyak waktu serta dimungkinkan individu yang bersangkutan tidak mampu mengontrol atau mengendalikannya. Hal ini sejalan dengan pendapat Young K. S. (1996) yang menyatakan kecanduan game online sebagai tingkah laku yang ingin terus memainkan game online dan tidak dapat dikontrol atau tidak mempunyai kekuatan dalam menghentikannya.

Seseorang yang mengalami kecanduan game online ditandai dengan perilaku salience (menjadikan game online sebagai aktivitas yang penting), tolerance

(melakukan aktivitas game online secara terus-menerus untuk mendapatkan kepuasan sendiri), mood change (merasa senang ketika memainkan game online), withdrawal symptoms (tidak nyaman jika tidak memainkan game online), conflict (adanya permasalahan akibat memainkan game online), dan relapse and reinstatement (cenderung untuk kembali pada aktivitas game online walaupun sudah dikontrol)(Young & Abreu, 2011).

Penelitian terbaru yang dilakukan Gentile et. al. (2017) mengungkapkan bahwa remaja yang memiliki media elektronik di kamar tidur lebih cenderung menggunakannya untuk memainkan game daripada membaca buku. Orang tua dapat membatasi uang yang diberikan dan juga perlengkapan untuk memainkan game online. Upaya ini dapat membatasi ruang gerak serta akses remaja terhadap permainan game online yang berlebihan yang menyebabkan kecanduan game online.

Berdasarkan penelitian terdahulu yang dilakukan Yuansyah, dkk (2021) menjelaskan bahwa sampel yang terlibat berjumlah 54 orang dengan nilai maksimum dan minimum yang terkumpul adalah 105 dan 70. Seluruh data berjumlah 4.608 dengan rata-rata skor 85,33 sedangkan sebaran data tersebar seluas 9,451. Maka dapat diketahui bahwa siswa yang memiliki kecanduan game online sangat rendah 4 orang siswa, rendah 13 orang siswa, sedang 20 orang siswa, tinggi 15 orang siswa, dan sangat tinggi 2 orang siswa. Berdasarkan rata-rata kecanduan game online siswa kelas VIII SMPN 4 Tarogong Kidul Kabupaten Garut ada pada kategori sedang (85,33).

Dari hasil penelitian Bachri, dkk (2022) siswa yang banyak menghabiskan waktunya dengan memainkan game online mengindikasikan dirinya sudah kecanduan game online dan tidak memiliki waktu luang untuk mengerjakan tugas, siswa jadi tidak bertanggung jawab dengan tugas yang diberikan oleh guru, siswa cenderung tidak peduli dengan sekolahnya, siswa menjadi tidak disiplin, dan menjadi kurang fokus dalam pembelajaran.

Berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan Guru BK dan Guru Mata Pelajaran SMK N 1 Lubuk Sikaping, ditemukan banyak siswa yang kecanduan game online, siswa terlihat memainkan game online pada saat istirahat makan siang, sebelum jam pelajaran dimulai, ketika guru mata pelajaran tidak dapat menghadiri kelas, dan ada juga siswa yang mencuri-curi kesempatan untuk memainkan game online ketika pembelajaran sedang berlangsung. Hal ini disebabkan karena siswa sudah mengalami kecanduan game online, dimana siswa tidak dapat mengontrol keinginannya untuk tidak memainkan game online.

Berdasarkan fenomena yang ada, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Gambaran Perilaku Kecanduan Game Online terhadap Siswa SMK”

METODE

Jenis penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif yang dimana data-data ditemukan akan disajikan berdasarkan interpretasi angka-angka yang diolah melalui teknik statistik (Yusuf, 2014). Berdasarkan masalah yang akan diuji, maka penelitian ini akan menggunakan metode penelitian kuantitatif deskriptif. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan gambaran perilaku kecanduan game online siswa di SMK N 1

Lubuk Sikaping. Populasi dalam penelitian ini yaitu siswa kelas XI SMK N 1 Lubuk Sikaping dengan jumlah 465 orang siswa. Pemilihan sampel menggunakan teknik random sampling sehingga yang menjadi subjek penelitian ini adalah siswa yang berada di kelas XI SMK kemudian sampel ditentukan menggunakan rumus slovin sehingga didapatkan sampel pada penelitian ini adalah 400 siswa. Data penelitian ini dikumpulkan menggunakan instrumen kecanduan game online yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya dengan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,744. Instrumen ini menggunakan 5 alternatif jawaban yaitu Selalu diberi skor 5, Sering diberi skor 4, Kadang-Kadang diberi skor 3, Jarang diberi skor 2, Tidak Pernah diberi skor 1. Instrumen kecanduan game online ini mencakup aspek: 1) arti penting (salience), 2) perubahan suasana hati (mood change), 3) toleransi (tolerance), 4) gejala penarikan (withdrawal symptoms), 5) konflik (conflict), 6) kambuh dan muncul kembali (relapse and reinstatement). Data yang dikumpulkan kemudian ditabulasikan untuk mempermudah proses analisis data. Analisis data menggunakan statistik deskriptif dengan bantuan microsoft excel.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pengolahan data penelitian tentang kecanduan *game online* yang dilakukan kepada 400 siswa SMK N 1 Lubuk Sikaping, diperoleh hasil seperti yang dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1. Persentase tingkat kecanduan *game online*

Kategori	Interval	f	%
Sangat Tinggi	≥ 117	2	0,50
Tinggi	94-116	199	49,75
Sedang	71-93	197	49,25
Rendah	48-70	2	0,50
Sangat Rendah	≤ 47	0	0,00
Jumlah		400	100,00

Pada tabel 1 dapat dideskripsikan bahwa tingkat kecanduan *game online* siswa di SMK N 1 Lubuk Sikaping pada kategori tinggi dengan frekuensi 199 siswa dengan persentase 49,75%.

Selanjutnya dibahas hasil penelitian ditinjau dari aspek-aspek kecanduan *game online*:

Gambaran Perilaku Kecanduan *Game Online* dari Aspek Arti Penting (*Salience*)

Berdasarkan pengolahan data yang telah dilakukan, maka diperoleh hasilnya sebagai berikut:

Tabel 2. Gambaran Kecanduan *Game Online* dari aspek Arti Penting (*Salience*)

Kategori	Interval	f	%
Sangat Tinggi	≥ 26	30	7,50
Tinggi	21-25	259	64,75
Sedang	16-20	87	21,75
Rendah	11-15	22	5,50

Sangat Rendah	≤ 10	2	0,50
Total		400	100,00

Berdasarkan Tabel 2 gambaran perilaku kecanduan *game online* dari aspek arti penting (*salience*) diuraikan sebagai berikut. Data yang diperoleh terdapat 259 siswa dengan persentase 64,75% dikategorikan tinggi, terdapat 87 siswa dengan persentase 21,75% dikategorikan sedang, terdapat 30 siswa dengan persentase 7,50% dikategorikan sangat tinggi, terdapat 22 siswa dengan persentase 5,50% dikategorikan rendah, dan terdapat 2 siswa dengan persentase 0,50% dikategorikan sangat rendah. Dapat disimpulkan bahwa aspek arti penting (*salience*) sangat mempengaruhi perilaku kecanduan *game online*, pengaruh dari aspek arti penting (*salience*) ini berupa perilaku lebih mementingkan bermain game daripada kegiatan lain, menghabiskan waktu untuk bermain *game online* dan menunda pengerjaan tugas karena bermain *game*.

Gambaran Perilaku Kecanduan *Game Online* dari Aspek Perubahan Suasana Hati (*Mood Change*)

Berdasarkan pengolahan data yang telah dilakukan, maka diperoleh hasilnya sebagai berikut:

Tabel 3. Gambaran Kecanduan *Game Online* dari aspek Perubahan Suasana Hati (*Mood Change*)

Kategori	Interval	f	%
Sangat Tinggi	≥ 17	53	13,25
Tinggi	13-16	179	44,75
Sedang	9-12	122	30,50
Rendah	5-8	44	11,00
Sangat Rendah	≤ 4	2	0,50
Total		400	100,00

Berdasarkan tabel 3 gambaran perilaku kecanduan *game online* dari aspek perubahan suasana hati (*mood change*) diuraikan sebagai berikut. Data yang diperoleh terdapat 179 siswa dengan persentase 44,75% dikategorikan tinggi, terdapat 122 siswa dengan persentase 30,50% dikategorikan sedang, terdapat 53 siswa dengan persentase 13,25% dikategorikan sangat tinggi, terdapat 44 siswa dengan persentase 11,00% dikategorikan rendah, dan terdapat 2 siswa dengan persentase 0,50% dikategorikan dengan sangat rendah. Dapat disimpulkan bahwa aspek perubahan suasana hati (*mood change*) sangat mempengaruhi perilaku kecanduan *game online*, pengaruh dari aspek perubahan suasana hati (*mood change*) ini berupa perasaan tenang ketika bermain *game* dan melarikan diri dari keadaan atau masalah dengan bermain *game online*.

Gambaran Perilaku Kecanduan *Game Online* dari Aspek Toleransi (*Tolerance*)

Berdasarkan pengolahan data yang telah dilakukan, maka diperoleh hasilnya sebagai berikut:

Tabel 4. Gambaran Kecanduan *Game Online* dari aspek Toleransi (*Tolerance*)

Kategori	Interval	f	%
Sangat Tinggi	≥ 22	28	7,00
Tinggi	18-21	266	66,50
Sedang	14-17	82	20,50
Rendah	10-13	18	4,50
Sangat Rendah	≤ 9	6	1,50
Total		400	100,00

Berdasarkan tabel 4 gambaran perilaku kecandua *game online* dari aspek toleransi (*tolerance*) diuraikan sebagai berikut. Data yang diperoleh terdapat 266 siswa dengan persentase 66,50% dikategorikan tinggi, terdapat 82 siswa dengan persentase 20,50% dikategorikan sedang, terdapat 28 siswa dengan persentase 7,00% dikategorikan sangat tinggi, terdapat 18 siswa dengan persentase 4,50% dikategorikan rendah dan terdapat 6 siswa dengan persentase 1,50% dikategorikan sangat rendah. Dapat disimpulkan bahwa aspek toleransi (*tolerance*) sangat mempengaruhi perilaku kecanduan *game online*, pengaruh dari aspek toleransi (*tolerance*) ini berupa memperpanjang durasi bermain *game*, melanjutkan *game* lain setelah menyelesaikan sebuah *game* dan sulit untuk berhenti bermain *game*.

Gambaran Perilaku Kecanduan *Game Online* dari Aspek Gejala Penarikan (*Withdrawal Symptoms*)

Berdasarkan pengolahan data yang telah dilakukan, maka diperoleh hasilnya sebagai berikut:

Tabel 5. Gambaran Kecanduan *Game Online* dari aspek Gejala Penarikan (*Withdrawal Symptoms*)

Kategori	Interval	f	%
Sangat Tinggi	≥ 26	13	3,25
Tinggi	21-25	208	52,00
Sedang	16-20	158	39,50
Rendah	11-15	20	5,00
Sangat Rendah	≤ 10	1	0,25
Total		400	100,00

Berdasarkan tabel 5 gambaran perilaku kecanduan *game online* dari aspek gejala penarikan (*withdrawal symptoms*) diuraikan sebagai berikut. Data yang diperoleh terdapat 208 siswa dengan persentase 52,00% dikategorikan tinggi, terdapat 158 siswa dengan persentase 39,50% dikategorikan sedang, terdapat 20 siswa dengan persentase 5,00% dikategorikan rendah, terdapat 13 siswa dengan persentase 3,25% dikategorikan sangat tinggi, dan terdapat 1 siswa dengan persentase 0,25% dikategorikan sangat rendah. Dapat disimpulkan bahwa aspek gejala penarikan (*withdrawal symptoms*) sangat mempengaruhi perilaku kecanduan *game online*, pengaruh dari aspek gejala penarikan (*withdrawal symptoms*) ini berupa bersikap murung ketika disuruh berhenti bermain *game*, menyelesaikan misi di *game* lebih menarik daripada aktivitas di kehidupan nyata dan marah ketika secara tiba tiba berhenti bermain *game*.

Gambaran Perilaku Kecanduan *Game Online* dari Aspek Konflik (*Conflict*)

Berdasarkan pengolahan data yang telah dilakukan, maka diperoleh hasilnya sebagai berikut:

Tabel 6. Gambaran Kecanduan *Game Online* dari aspek Gejala Penarikan (*Withdrawal Symptoms*)

Kategori	Interval	f	%
Sangat Tinggi	≥ 17	20	5,00
Tinggi	13-16	221	55,25
Sedang	9-12	121	30,25
Rendah	5-8	31	7,75
Sangat Rendah	≤ 4	7	1,75
Total		400	100,00

Berdasarkan tabel 6 gambaran perilaku kecanduan *game online* dari aspek konflik (*conflict*) diuraikan sebagai berikut. Data yang diperoleh terdapat 221 siswa dengan persentase 55,25% dikategorikan tinggi, terdapat 121 siswa dengan persentase 30,25% dikategorikan sedang, terdapat 31 siswa dengan persentase 7,75% dikategorikan rendah, terdapat 20 siswa dengan persentase 5,00% dikategorikan sangat tinggi, dan terdapat 7 siswa dengan persentase 1,75% dikategorikan sangat rendah. Dapat disimpulkan bahwa aspek konflik (*conflict*) sangat mempengaruhi perilaku kecandua *game online*, pengaruh dari aspek konflik (*conflict*) ini berupa perilaku berbohong agar dapat bermain game, asik sendiri dan tidak peduli dengan lingkungan sekitar dan berperilaku agresif kepada orang lain ketika bermain *game online*.

Gambaran Perilaku Kecanduan *Game Online* dari Aspek Kambuh dan Muncul Kembali (*Relapse and Reinstatement*)

Berdasarkan pengolahan data yang telah dilakukan, maka diperoleh hasilnya sebagai berikut:

Tabel 7. Gambaran Kecanduan *Game Online* dari aspek Kambuh dan Muncul Kembali (*Relapse and Reinstatement*)

Kategori	Interval	f	%
Sangat Tinggi	≥ 13	14	3,50
Tinggi	10-12	192	48,00
Sedang	7-9	153	38,25
Rendah	4-6	33	8,25
Sangat Rendah	≤ 3	8	2,00
Total		400	100,00

Berdasarkan tabel 12 gambaran perilaku kecanduan *game online* dari aspek kambuh dan muncul kembali (*relapse and reinstatement*) diuraikan sebagai berikut. Data yang diperoleh terdapat 192 siswa dengan persentase 48,00% dikategorikan tinggi, terdapat 153 siswa dengan persentase 38,25% dikategorikan sedang, terdapat

33 siswa dengan persentase 8,25% dikategorikan rendah, terdapat 14 siswa dengan persentase 3,50% dikategorikan sangat tinggi, dan terdapat 8 siswa dengan persentase 2,00% dikategorikan sangat rendah. Dapat disimpulkan bahwa aspek kambuh dan muncul kembali (*relapse and reinstatement*) sangat mempengaruhi perilaku kecanduan *game online*, pengaruh dari aspek kambuh dan muncul kembali (*relapse and reinstatement*) ini berupa sulit untuk berhenti bermain *game online* dan tergiang ngiang kepada permainan yang sedang dimainkan.

PEMBAHASAN

Gambaran perilaku kecanduan *game online* secara keseluruhan dapat dianalisis bahwa sebanyak 199 siswa mengalami kecanduan *game online* pada kategori tinggi dengan persentase 49,75%, dikatakan tinggi karena siswa menunjukkan perilaku-perilaku yang menunjukkan bahwa siswa telah mengalami kecanduan *game online* yang disebabkan oleh aspek-aspek kecanduan *game online* yaitu arti penting (*salience*), perubahan suasana hati (*mood change*), toleransi (*tolerance*), gejala penarikan (*withdrawal symptoms*), konflik (*conflict*), kambuh dan muncul kembali (*relapse and reinstatement*).

Aspek arti penting (*salience*) memiliki pengaruh yang signifikan dan secara positif mempengaruhi perilaku kecanduan *game online* siswa yang dimana analisis data didapatkan 259 siswa dengan persentase 64,75% yang berada pada kategori tinggi. Dikatakan tinggi karena menunjukkan bahwa siswa lebih mementingkan bermain *game online* sehingga mengabaikan kebutuhan kebutuhannya seperti makan, tidur, belajar dan lain-lain. Aspek ini menggambarkan dominasi aktivitas bermain *game online* dalam pikiran dan tingkah laku siswa. Siswa akan sering memikirkan *game online* dan memprioritaskan bermain *game* daripada belajar atau aktivitas lain. Bermain *game online* menjadi aktivitas yang paling penting dalam kehidupan siswa dan mendominasi pikiran, perasaan, dan perilaku siswa.

Aspek perubahan suasana hati (*mood change*) memiliki pengaruh yang signifikan dan secara positif mempengaruhi perilaku kecanduan *game online* siswa yang dimana analisis data didapatkan 179 siswa dengan persentase 44,75% yang berada pada kategori tinggi. Perubahan suasana hati (*mood change*) dapat menimbulkan perilaku kecanduan *game online*, siswa menggunakan *game online* sebagai cara untuk mengalihkan diri dari emosi negatif seperti stress, rasa cemas ataupun rasa bosan. Aspek ini menggambarkan dominasi pada perilaku kecanduan *game online* siswa yang dimana menyebabkan terjadinya ketergantungan siswa terhadap *game online* yang digunakan oleh siswa untuk menghilangkan stress belajar, cemas akan sesuatu hal, dan rasa bosan.

Aspek toleransi (*tolerance*) memiliki pengaruh signifikan dan secara positif mempengaruhi perilaku kecanduan *game online* siswa yang dimana analisis data didapatkan 266 siswa dengan persentase 66,50% yang berada pada kategori tinggi. Siswa yang mengalami kecanduan *game online* akan semakin lama menghabiskan waktu untuk bermain *game online* dalam jumlah waktu yang lama dikarenakan toleransi waktu pada siswa sudah terganggu. Oleh karena itu, siswa bermain lebih

banyak lagi. Perilaku ini disebabkan oleh adanya dorongan dopamin yang muncul ketika siswa bermain *game* online sehingga siswa mendapatkan kesenangan dan kepuasan yang mengakibatkan siswa tidak dapat mentoleransi waktu bermain *game online*.

Aspek gejala penarikan (*withdrawal symptoms*) memiliki pengaruh signifikan dan secara positif mempengaruhi perilaku kecanduan *game online* siswa yang dimana analisis data didapatkan 208 siswa dengan persentase 52,00% yang berada pada kategori tinggi. Siswa yang mengalami kecanduan *game online* pada aspek ini akan memunculkan perilaku berupa marah ketika disuruh berhenti bermain *game online* dan juga marah ketika terhenti secara tiba-tiba dari kegiatan bermain *game online*. Siswa yang mengalami kecanduan *game online* tinggi pada aspek ini akan berperilaku tidak sopan kepada orang yang menyuruhnya untuk berhenti bermain *game online* dan siswa akan marah kepada siapa saja yang mengganggu kegiatan bermain *game online* nya.

Aspek konflik (*conflict*) memiliki pengaruh signifikan dan secara positif mempengaruhi perilaku kecanduan *game online* siswa yang dimana analisis data didapatkan 221 siswa dengan persentase 55,25% yang berada pada kategori tinggi. Siswa yang berada dikategori tinggi pada aspek ini akan menunjukkan penurunan pada hasil belajar, meninggalkan hobi yang biasanya disenangi dan memiliki hubungan yang renggang dengan orang terdekat. Hal ini disebabkan oleh lingkungan sekitar dan juga diri siswa sendiri yang mengakibatkan siswa lebih memilih bermain *game online* untuk melarikan diri dari tanggung jawab.

Aspek kambuh dan muncul kembali (*relapse and reinstatement*) memiliki pengaruh yang signifikan dan secara positif mempengaruhi perilaku kecanduan *game online* siswa yang dimana analisis data didapatkan 192 siswa dengan persentase 48,00% yang berada pada kategori tinggi. Siswa cenderung untuk kembali bermain *game online* bahkan setelah dapat mengendalikan dirinya agar tidak bermain *game online*, hal ini disebabkan karena berbagai macam hal yang membuat siswa melakukan kembali kegiatan bermain *game online* seperti adanya dorongan dari dalam dirinya sendiri atau dikarenakan hal-hal yang terjadi di lingkungan sekitarnya.

Implikasi dan Layanan Bimbingan dan Konseling

Bersarkan hasil penelitian ditemukan aspek yang mempengaruhi perilaku kecanduan *game online* siswa berada pada kategori tinggi, sehingga perlu ditindak lanjuti dengan menerapkan layanan bimbingan dan konseling, salah satu upaya yang dapat diberikan untuk mendisiplinkan diri siswa yaitu dengan memberikan layanan bimbingan dan konseling oleh guru BK di sekolah:

Layanan Konseling Individual

Hasil penelitian yang telah dipaparkan dapat diketahui bahwa masih ada siswa yang memiliki perilaku kecanduan *game online* yang tinggi. Guru BK dapat memberikan layanan konseling individu kepada individu yang memiliki perilaku kecanduan *game online* yang tinggi. Layanan konseling individual yang dapat dilakukan dengan memperhatikan aspek yang menonjol pada diri siswa yang nantinya akan dilakukan pengentasan agar siswa dapat mengentaskan masalahnya dalam hal

kecanduan *game online* berdasarkan aspek yang menonjol yang ada pada diri siswa. Setelah diketahui aspek yang menonjol pada siswa, kemudian dilakukan *follow up* agar terentaskan dengan baik. Pada aspek arti penting (*salience*), perubahan suasana hati (*mood change*), dan toleransi (*tolerance*) siswa diberikan layanan informasi yang nantinya akan dibahas tentang apa hal penting bagi siswa yang harus dilakukan, bagaimana manajemen suasana hati, dan juga berapa lama waktu yang seharusnya dihabiskan dalam bermain *game* perharinya. Pada aspek gejala penarikan (*withdrawal symptoms*), konflik (*conflict*), dan kambuh dan muncul kembali (*relapse*) diberikan layanan informasi terkait dengan dampak dari kecanduan *game online* yang disebabkan oleh aspek gejala penarikan (*withdrawal symptoms*), kemudian dampak dari konflik yang dapat mempengaruhi hubungan dengan orang terdekat, dan bagaimana agar dapat menahan diri agar tidak kembali mengulangi perilaku bermain *game online* ketika sudah bisa berhenti ataupun mengurangi durasi bermain *game online*.

Layanan Bimbingan Kelompok

Layanan bimbingan kelompok diberikan dengan menguasai satu topik tertentu yaitu “Buruknya Kecanduan *Game Online*”. Dengan adanya layanan bimbingan kelompok ini diharapkan permasalahan siswa yang terkait dengan kecanduan *game online* dapat dientaskan dengan baik. Melalui layanan bimbingan kelompok ini, guru BK dapat memberikan topik tugas diantaranya memaparkan dampak buruk dari perilaku kecanduan *game online* dan cara mengatasi perilaku kecanduan *game online*. Apabila ditemukan indikasi kecanduan *game* yang tinggi di dalam kelompok, maka guru BK dapat melakukan tindakan lanjutan dengan melakukan konseling individual pada siswa yang bersangkutan.

SIMPULAN

Gambaran perilaku kecanduan *game online* di SMK N 1 Lubuk Sikaping secara keseluruhan pada kategori tinggi dengan frekuensi 199 siswa dengan persentase 49,75% dari total sampel yang ada. Hal ini menggambarkan bahwa perilaku kecanduan *game online* siswa cenderung tinggi yang dimana dapat digambarkan dari aspek yang ada. Seperti pada aspek arti penting (*salience*), aspek perubahan suasana hati (*mood change*), aspek toleransi (*tolerance*), aspek gejala penarikan (*withdrawal symptoms*), aspek konflik (*conflict*), aspek kambuh dan muncul kembali (*relapse and reinstatement*). Implikasi terhadap layanan bimbingan dan konseling pada perilaku kecanduan *game online* guru bimbingan dan konseling dapat memberikan layanan berupa layanan konseling individual dan bimbingan kelompok guna untuk mengurangi kecanduan *game online* yang dialami siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Adams, E. & Rolling, A. (2010). *Fundamentals of Game Online Design* (2nd es) B,CA. Barkeley CA – New Riders.
- Anggraini, D. W., & Netrawati, N. (2021). Relationship between Self-Control and Pornography Addiction in Children who Experience Sexual Deviations in the

- City of Padang. *Jurnal Neo Konseling*, 3(3), 141-148.
<https://doi.org/10.24036/00433kons2021>
- Bungin. (2013). *Sosiologi Komunikasi*. Jakarta: Kencana. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Guru Sekolah Dasar Fkip Unsyiah Vol.2*.
- Bachri Thalib, S., Aryani, F., & Bimbingan dan Konseling, J. (2022). *Online Game Behavior, Impact and Handling (Case Study on Students at SMP Negeri 2 Rantepao)*.
- Emria, F., Lira, E. & Ildil. (2018). Konsep Adiksi Game Online dan Dampaknya terhadap Masalah Mental Emosional Remaja Serta Peran Bimbingan dan Konseling. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 4(3), 211-219
- Gentile, D. A., Bailey, K., Bavelier, D., Brockmyer, J. F., Cash, H., Coyne, S. M., Doan, A., Grant, D. S., Green, C. S., Griffiths, M., Markle, T., Petry, N. M., Prot, S., Rae, C. D., Rehbein, F., Rich, M., Sullivan, D., Woolley, E., & Young, K. (2017). Internet gaming disorder in children and adolescents. *Pediatrics*, 140, S81–S85.
<https://doi.org/10.1542/peds.2016-1758H>
- Jannah, N., Mudjiran, & Nirwana, H. (2015). *Hubungan Kecanduan Game dengan Motivasi Belajar Siswa dan Implikasinya Terhadap Bimbingan dan Konseling*. *Konselor*, 4(4), 200-207.
- Lee, I., Chen, Y., & Holim, L. (2007). "Leaving A Never-Ending Game: Quitting MMORPG and Online Gaming Addiction". *Authors & Digital Games Research Association (DIGRA)*.
- Ma'rifatul Laili, F., & Nuryono, W. (2015) Penerapan Konseling Keluarga untuk Mengurangi Kecanduan Game Online Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 21 Surabaya. *Jurnal BK*, 5(1), 65-72.
- Merriam, S.B & Caffarella, R.S. (2003). *Learning In Adulthood:A Comprehensive Guide*. San Francisco: Jossey-bass Publishers.
- Sardiman, Am. (2012). *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: Pt. Raja Grafindo Persada.
- Warni, E. S., & Firman, F. (2020). Efektifitas Layanan Bimbingan Kelompok dalam Peningkatan Self Regulated Learning Siswa Pengguna Game Online. *Jurnal Neo Konseling*, 2(3), 1-10. <https://doi.org/10.24036/00286kons2020>
- Weinstein, A.M. (2010). Computer and video game addiction a comparison between game users and non game users. *The American Journal of Drug and Alcohol Abuse*, 36(5).
- Wulandari, R. & Netrawati, N. (2020). Analisis tingkat Kecanduan Media Sosial pada Remaja. *Jurnal Riset Tindakan Indonesia*, 5(2).
Doi:<https://doi.org/10.29210/3003653000>
- Yee, N. (2006). *Motivations for Play in Online Games*. *Cyberpsychology & Behavior*, 9, 772-775.
- Yuansyah, A. T., Rohaeti, E. E., & Rosita, T. (2021). *Pofil Kecanduan Game di SMPN 4 Tarogong Kidul Kabupaten Garut*. *Fokus (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan)*, 4(1), 66.

- Young & Abreu. (2011). *Internet Addiction: A Handbook and Guide to Evaluation and Treatment*. New Jersey: John Wiley & Sons, Inc.
- Young, K. S. (2009). Understanding online gaming addiction and treatment issue for adolescents. *The journal of Family Therapy*, 37, 355-372.
- Young, K, S. (1996). Internet Addiction: The Emergence Of A New Clinical Disorder Paper Presented At The 104th Annual, Meeting Of The American Psychology Association, Canada, Agust 15. *Cyberpsychology and Behavior*, 1(3), 237-224.
- Yusuf, A. M. (2016). *Metode Penelitian: Kuantitatif, Kualitatif, dan Penelitian Gabungan*. Jakarta: Kencana.